

**UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTA MARIA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS TECNOLOGÍAS SOCIALES Y HUMANIDADES**  
**PROGRAMA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**



**“LA AUTOESTIMA Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN JÓVENES  
UNIVERSITARIOS”**

**PRESENTADO POR LAS BACHILLERES:**  
**MARIA DEL CARMEN MEDINA TALAVERA**  
**MAYRA ALEJANDRA TEJADA ZEA**

Para optar el Título Profesional de  
**LICENCIADAS EN PSICOLOGÍA**

**AREQUIPA – PERU**

**2015**

## **EPIGRAFE**

*“Sólo existen dos días en el año en que no se puede hacer nada. Uno se llama ayer y otro mañana. Por lo tanto, hoy es el día ideal para amar, crecer, hacer y principalmente vivir”.*

Dalai Lama

*“Pero ningún precio es demasiado alto por el privilegio de ser uno mismo”.*

Nietzsche

*“Somos los que hacemos día a día; de modo que la excelencia no es un acto, sino un hábito”.*

Aristóteles

*“No duermas para descansar, duerme para soñar. Porque los sueños están para cumplirse”.*

Walt Disney

*“Dime y lo olvido, enséñame y lo recuerdo, involúcrame y lo aprendo.”*

Benjamín Franklin.

## DEDICATORIA:

Esta tesis está dedicada a Dios por guiar mi camino siempre.

Para mi Mamá Eufemia y mi Papá gracias porque ustedes siempre cuidan de mí.

A mi mamá por todo lo que ella es para mí, para mi tío Alfredo por ser un padre para mí, a mi tío Hugo porque a su manera fue un apoyo para mí en mi carrera, a mi hermana porque a pesar de la distancia está siempre presente, a toda la familia por ser parte esencial de mi vida.

Finalmente quiero agradecer a mis amigos por su amistad en las buenas, malas y a pesar de la distancia, por todo lo compartido a lo largo de nuestra carrera.

A María del Carmen por su amistad y los momentos que nos unieron para lograr esta meta.

A John por el impulso que me dio para iniciar el camino a mi sueño de ser psicóloga, por haberme acompañado y por su amor a lo largo de todo este sueño.

Mayra Tejada Zea

Antes de todo esta tesis se la dedico a Dios, quien estuvo guiándome en toda esta etapa de mi vida, supo cuidarme, mostrarme su voluntad, dándome la fortaleza y cada vez estuvo más cerca a mí.

A mis papas, Wilfredo y Lourdes, que me apoyaron cada vez que lo necesitaba, con sus consejos me dieron fortaleza y calma. Por su confianza, su amor, su guía, por la formación que me brindaron y que ahora hace de mí una persona íntegra con ganas de superarse día a día.

También a mis hermanos, Christian y Linda, que al igual que mis papas estuvieron presentes en cada momento, tanto los difíciles como los buenos, y siempre me dieron su apoyo y cariño.

A mis amigos que Dios me regalo como hermanos, cada uno de ellos son un don y un ejemplo para mí.

Y a Paulo, que simplemente con su amistad y amor sincero me dieron la confianza y paz en los momentos indicados.

María del Carmen Medina Talavera

## **AGRADECIMIENTO:**

Ante todo te damos gracias Dios porque gracias a tí es que ahora podemos dar este gran paso en nuestra vida, con tu amor, tu protección, confianza hacia nosotras permitiste que ahora podamos ser profesionales y sobre todo al darnos a conocer la vocación a la que fuimos llamadas, el servicio a los demás. Gracias Dios porque siempre has estado en nuestras vidas, y siempre será así.

También a nuestros padres, por su enseñanza, cariño, formación permitieron que ahora seamos profesionales; siempre nos mostraron su apoyo y buscaron que seamos cada vez mejor.

A cada docente, tanto de prácticas como de teoría, por todos los conocimientos que nos brindaron, por la paciencia, porque buscaron darnos siempre lo mejor. Por estos 5 años que hemos tenido la oportunidad de aprender de cada uno de ustedes, han sido un ejemplo a seguir y también la persona a quien podíamos recurrir.

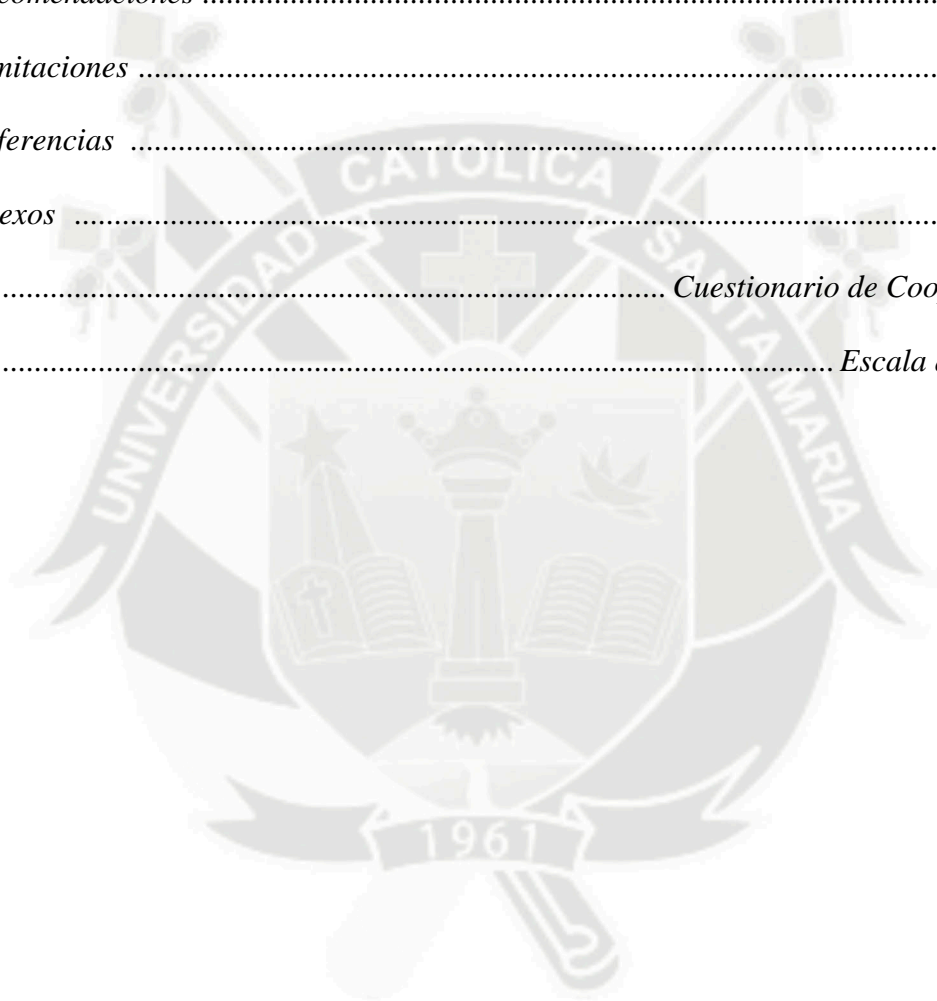
No podemos dejar de lado a cada compañero, amigo que durante estos años de formación estuvieron acompañándonos; siempre encontrábamos una palabra de aliento y las fuerzas de perseverar, a todas las personas que de alguna manera fueron parte de nuestra etapa en la universidad.

Mayra y María del Carmen

## INDICE

<b>Resumen.....</b>	<b>7</b>
<b>Abstract .....</b>	<b>8</b>
<b>Capítulo I: Planteamiento teórico .....</b>	<b>9</b>
<i>Introducción .....</i>	<i>10</i>
<i>Problema de investigación .....</i>	<i>12</i>
<i>Variables .....</i>	<i>12</i>
<i>Interrogantes secundarias .....</i>	<i>12</i>
<i>Objetivos .....</i>	<i>13</i>
<i>Antecedentes teóricos - investigativos .....</i>	<i>14</i>
<i>Autoestima .....</i>	<i>14</i>
<i>Procrastinación .....</i>	<i>21</i>
<i>Hipótesis .....</i>	<i>29</i>
<b>Capítulo II: Diseño metodológico .....</b>	<b>30</b>
<i>Diseño de investigación .....</i>	<i>31</i>
<i>Técnicas e instrumentos.....</i>	<i>31</i>
<i>Población y muestra .....</i>	<i>34</i>
<i>Criterios de inclusión y exclusión .....</i>	<i>35</i>
<i>Criterios de procesamiento de información .....</i>	<i>35</i>

<b>Capítulo III: Resultados .....</b>	<b>36</b>
<i>Discusión .....</i>	49
<i>Conclusiones .....</i>	52
<i>Recomendaciones .....</i>	53
<i>Limitaciones .....</i>	54
<i>Referencias .....</i>	55
<i>Anexos .....</i>	61
..... <i>Cuestionario de Coopersmith</i>	61
..... <i>Escala de Busko</i>	62



### Resumen

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

**Palabras clave:** Autoestima, procrastinación académica y jóvenes universitarios.



### Abstract

We seek to find an inverse correlation between academic procrastination and self-esteem in college students. The research was conducted in the city of Arequipa, in the Catholic University of Santa María, taking a sample of 407 registered students of both sexes in equal proportions, between the ages of 17 and 26 years. The instruments used were the Coopersmith Self-Esteem Inventory and General Procrastination scale of Busko, using only the academic ladder. The results indicate a significant inverse correlation between the two variables; this leads us to affirm that higher levels of self-esteem are correlated with lower levels of academic procrastination and that at lower levels of self-esteem higher levels of academic procrastination are present. Thus supporting the hypothesis proposed by this study.

**Keywords:** *Self-esteem , Academic Procrastination and University Students*



# **CAPITULO I: PLANTEAMIENTO TEÓRICO**



## Introducción

Ser estudiante hoy en día conlleva una serie de retos desde que inician hasta que finalizan los estudios superiores como también en diferentes ámbitos de su vida: familiar, social, económica, sin dejar de lado los retos personales. El enfrentar exitosamente estos retos, va a generar jóvenes con un autoestima más alta.

Uno de los desafíos que afrontan los estudiantes se relaciona a la procrastinación académica, término cuyo origen procede del latín “*procrastinare*” que textualmente significa “dejar para mañana”. En los últimos tiempos le viene dando especial importancia a la procrastinación en el ámbito psicológico, la cual es la tendencia a posponer o retrasar la finalización de una labor evitando la responsabilidad (Haycock & cols., 1998; citado por Steel, 2007). Numerosas investigaciones han demostrado que estos comportamientos están relacionados con: baja autoestima, temor al fracaso, inseguridad, ansiedad, entre otras.

La procrastinación sigue siendo una de las debilidades humanas menos comprendidas e involucra a la persona en todas las áreas de su vida de manera integral. En esta investigación nos centramos en el área académica: La procrastinación académica o dilación se caracteriza por un patrón de comportamiento en el que la persona aplaza voluntariamente la realización de actividades que deben ser entregadas en una fecha específica (Quant & Sánchez, 2012)

Algunos estudios muestran que la procrastinación académica está significativamente relacionada con el bajo rendimiento escolar (Rothblum, Solomon y Murakami, 1986), con el estrés personal, la salud física en estudiantes universitarios y la baja autoestima. La autoestima y sus variaciones es quizás una de las principales razones de este comportamiento.

La autoestima (Montes, Escudero y Martínez, 2012) actúa como el sistema inmunológico de nuestra conciencia, le da resistencia, fortaleza y capacidad de regeneración; cuando es baja, disminuye ésta resistencia frente a las adversidades de la vida.

En tal sentido nuestro trabajo se orienta a demostrar que niveles altos de autoestima nos dan como resultado niveles bajos de procrastinación, lo cual nos lleva a realizar una correlación entre estos dos fenómenos que hoy en día son significativos pero que en muchos casos se les usa de forma incorrecta.



## Problema de Investigación

*¿Existe relación entre el nivel de autoestima y el nivel de procrastinación académica en los jóvenes universitarios de la Universidad Católica de Santa María?*

### Variables:

#### *Variable 1: Autoestima*

**Definición operacional:** es la evaluación que hace el individuo de sí mismo, la que tiende a mantenerse; expresa una actitud de aceptación o rechazo y hasta donde el individuo se considera capaz, significativo, exitoso y valioso. Es el juicio personal de la valía expresada en las actitudes que tiene el individuo para sí mismo (Coopersmith, 1976, citado por Miranda, Miranda y Enríquez, 2011).

#### *Variable 2: Procrastinación académica*

**Definición operacional:** es la ausencia de autorregulación, específicamente es la tendencia de algunos estudiantes dejar de lado o simplemente evitar una actividad que podría estar bajo su propio control (Tuckman, 2002, citado por Sánchez, 2010).

### Preguntas Secundarias:

1. ¿Existe relación estadísticamente significativa entre los niveles de autoestima y procrastinación académica entre los jóvenes universitarios de las diferentes áreas que conforman a la UCSM (biomédicas, jurídicas, sociales e ingenierías)?

2. ¿Existe relación de género en el nivel de autoestima y procrastinación académica en los jóvenes universitarios?
3. ¿Existe una relación temporal entre los jóvenes universitarios que inician su carrera y los que finalizan?

**Objetivos:**

*General:*

1. Identificar la relación que existe entre el nivel de autoestima con el nivel de procrastinación académica en los jóvenes universitarios de la UCSM.

*Secundarios:*

1. Encontrar diferencias estadísticas entre los niveles de autoestima y procrastinación académica entre los jóvenes universitarios de las diferentes áreas que conforman a la UCSM (biomédicas, jurídicas, sociales e ingenierías).
2. Encontrar diferencias de género en el nivel de autoestima y procrastinación académica en los jóvenes universitarios.
3. Encontrar diferencias temporales entre los jóvenes universitarios que inician su carrera y los que finalizan.

## **Antecedentes Teóricos - Investigativos**

### **Autoestima**

La autoestima es una importante variable psicológica, por lo cual ha sido definida y estudiada por diversos autores; en nuestros días el término autoestima forma parte del habla popular. Brinkman (1989, citado por Miranda, 2005) habla de cuatro factores para conceptualizar el término de la autoestima: (a) La aceptación, preocupación y respeto que uno inspira en otras personas; y el significado que éste tiene para uno; (b) los éxitos, la posición y roles que tiene la persona en la comunidad; (c) la interpretación que hace la persona de sus propias experiencias, y si éstas cambian al ser modificadas por las aspiraciones y valores de cada uno; y (d) la autoevaluación de cada persona. Con este marco, el autor afirma que la autoestima tiene un carácter dinámico, tomando en cuenta su evolución e importancia.

La autoestima estaría más referida al aspecto emocional entre las percepciones que uno tiene de sí mismo; es el valor que la persona otorga a las percepciones que tiene de sí misma (López & Schnitzler, 1983; citado por Miranda, 2005).

Para Rosemberg (1996, citado por Steiner, 2005) la autoestima es una apreciación positiva o negativa de si mismo, que se apoya en una base cognitiva y afectiva, puesto que la persona siente de una forma determinada a partir de lo que piensa de sí mismo.

Mientras que Coopersmith (1996, citado por Steiner, 2005) afirma que la autoestima se expresa a través de una actitud de aprobación o desaprobación que refleja

el grado en el cual el individuo cree en sí mismo, que es capaz, productivo, importante y digno. Por lo tanto, la autoestima implica un juicio personal de la dignidad que es expresado en las actitudes que el individuo tiene.

Por otro lado, Solórzano (2007, citado por Mescua, 2010) define la autoestima como una experiencia fundamental que permite llevar una vida de confianza para enfrentarse a los desafíos básicos para ser felices, respetables y dignos de los demás.

Al analizar la autoestima y su importancia para la persona McKay y Fanning (1999, citado por Steiner, 2005), exponen que el autoconcepto y la autoestima juegan un importante papel en la vida de las personas. El autoconcepto favorece el sentido de la propia identidad, influye en el rendimiento, condiciona las expectativas, la motivación; y contribuye a la salud y equilibrio psíquicos. Así la autoestima es la clave del éxito o fracaso para comprendernos y comprender a los demás, siendo requisito fundamental para una vida plena.

### **Autoestima y Autoconcepto**

El autoconcepto se refiere a la percepción de uno mismo, la visión objetiva de las habilidades, características y cualidades. Mientras que la autoestima, es la evaluación de la información contenida en el autoconcepto; es la combinación de la información objetiva de uno mismo y la valoración subjetiva de dicha información (Iannizzotto, 2007).

Para Fitts (1995, citado por Navarro, Tomas y Oliver, 2006) el autoconcepto es un constructo multidimensional; señalando ocho componentes, cinco externos: físico, moral, familiar, personal y social; y tres internos: identidad, autosatisfacción y conducta.

También se dice que el autoconcepto es la imagen que uno tiene de si mismo, determinada por la acumulación integradora de la información tanto externa como



interna; dicha información proviene de lo que la persona ya tiene y lo nuevo que debe integrar (González-Pienda, Nuñez, Glez-Pumariiega y García, 1997).

### **Inteligencia Intrapersonal y la Autoestima**

El concepto de inteligencia intrapersonal es muy amplio, incluye la capacidad de construir una percepción de sí mismo, tener la capacidad de organizar y dirigir su propia vida: encontramos aquí conceptos de la autodisciplina, la auto comprensión y la autoestima (Gardner, 2005).

Woolf (1967, citado por Gardner, 2005) define a la inteligencia intrapersonal como el conocimiento de los aspectos internos de la persona. Aquella persona que posee una buena inteligencia intrapersonal, posee un modelo viable y eficaz de si mismo, permite trabajar y comprenderse con uno mismo.

### **Autoestima y Dimensión Afectiva**

La autoestima es la valoración afectiva de la realidad que somos. La afectividad es la capacidad de la persona humana de quedar afectado: con una tonalidad positiva o negativa respecto de la captación del mundo; en este caso es la captación de la persona misma. Por tal motivo, surge la tendencia a la unión o rechazo. La autoestima es el soporte donde se sujetan o se apoyan otras vivencias afectivas (Iannizzotto, 2007).

En un estudio longitudinal se encontró que los sentimientos de buena o mala relación con los compañeros influyen directamente sobre la autoestima de la persona, y ésta desempeña un efecto protector sobre las situaciones estresantes diarias en el ámbito académico, como el rechazo o el enfrentamiento entre compañeros (Murray y cols. 2003, citado por Navarro, Tomas y Oliver, 2006).

## Autoestima y Dimensión Conductual

La autoestima es el fruto de reconocernos portadores de valores, lo que adquirimos o internalizamos a través de la conducta. Nosotros afirmamos que una persona ha obrado bien cuando ha alcanzado un objetivo, y la consecuencia de este bien, surge en la persona el goce de estar bien.

Actualmente se habla de pseudo-autoestima, que se refiere a buscar inútilmente sentirse bien independientemente de hacer bien las cosas. El sentimiento de autoestima es un efecto de hacer las cosas bien y de hacer el bien; un sentimiento de adecuada autoestima constituye un estado de satisfacción, pero no se confunde con placer (Iannizzotto, 2007).

La autoestima parece relacionarse con el éxito o el fracaso académicos, ya que en un medio académico-escolar, la evaluación es una constante durante todo el proceso educativo (Navarro y cols. 2006).

Según Coopersmith (citado por Mescua 2010) clasifica la autoestima en:

- a) **Autoestima alta:** la tienen aquellas personas que viven, comparten e invitan a la integridad, honestidad, responsabilidad, comprensión y amor; sienten que son importantes, tienen confianza en sus propias competencias y en la de los demás; tienen fe en sus propias decisiones. Al apreciar debidamente su propio valor están dispuestas a aquilatar y respetar el valor de los demás, por ello solicitan ayuda, irradian confianza y esperanza y se aceptan a sí mismas, totalmente como seres humanos.
- b) **Autoestima Media:** aquellas personas que se caracterizan por ser optimistas, expresivas y capaces de aceptar la crítica pero que en su interior sienten inseguridad de su valía personal, tendiendo a la búsqueda de experiencias que

les conduzcan al fortalecimiento de su autovaloración; tienden a depender esencialmente de la aceptación social.

Intentan mantenerse fuertes con respecto a los demás aunque en su interior están sufriendo. Este tipo de personas tienen una buena confianza en sí mismas, pero en ocasiones ésta puede llegar a ceder. Aquellos que posean ésta forma de ser viven de una forma relativamente dependientes de los demás, es decir, si ven que el resto les apoyan en alguna acción su autoestima crecerá pero, por el contrario, cualquier error que alguien le eche en cara servirá para que su confianza caiga un poco. Estos vaivenes no muy acusados en los que se ven este tipo de personas pueden controlarse con un poco de racionalidad a la hora de enfrentarse a los retos, sobretodo los retos profesionales

- c) **Autoestima baja:** La baja autoestima puede expresarse de diferentes maneras dependiendo de la personalidad, de sus experiencias vitales y de los modelos de identificación a los que ha estado expuesto.

Las personas con poca autoestima carecen de confianza sobre sus propios actos, consideran un fracaso cualquier tropiezo que tengan. Al sentirse de esta manera crean un efecto de derrota que no les ayudara a conseguir sus metas. Por otro lado, son inconformistas puesto que desean conseguir una perfección en todos sus trabajos, debido a la situación de relativa derrota en la que se ven sumidos. Quizás por ello, el éxito en cualquier tarea les complace de tal forma que les puede ayudar a olvidar los posibles errores cometidos en el pasado.

Según Stanley Coopersmith (citado por Mescua 2010) señala las siguientes dimensiones de la autoestima:

- a) **Si mismo:** Indica la percepción que uno tiene de si mismo, estabilidad, confianza, buenas habilidades y atributos personales. Poseen consideración de

sí mismo en comparación a otros, y deseos de mejorar. Se refiere al hecho de sentirse atractivo físicamente, en ambos sexos, incluye también en los chicos el sentirse fuerte y capaz de defenderse y en las chicas el sentirse armoniosas y coordinadas. La percepción que un individuo tiene de sí.

El concepto de sí mismo está en base de la autoestima. Esta sería la suma de juicios que una persona tiene de si misma; es decir lo que la persona se dice de si misma sobre si misma.

El concepto de si mismo se va formando gradualmente a través del tiempo y de las experiencias vividas por el sujeto.

- b) Social:** Incluye el sentimiento de sentirse aceptado o rechazado por los iguales y el sentimiento de pertenencia, es decir, el sentirse parte de un grupo. Se relaciona con el hecho de sentirse capaz de enfrentar con éxito diferentes situaciones sociales; por ejemplo, ser capaz de tomar la iniciativa, ser capaz de relacionarse con personas del sexo opuesto y solucionar conflictos interpersonales con facilidad. Finalmente, también incluye el sentido de solidaridad.
- c) Hogar:** revela las buenas cualidades y habilidades en las relaciones íntimas con la familia, la independencia y consideración, el compartir ciertas pautas de valores y sistemas de aspiraciones y la concepción acerca de lo que está bien o mal dentro del marco familiar.

### Factores que Influyen en la Autoestima

Siendo la autoestima muy importante para la persona, existen factores que influyen en el desarrollo de ésta. Mescua (2010), la define de esta manera:

- a) **La familia:** es donde se transmite valores que fortalecen la personalidad, principalmente la comunicación con los padres. La familia siendo el núcleo de la sociedad, transmite o enseña los valores y principios que desarrolla la autoestima de las personas.
- b) **Personales:** se forma en los primeros años de la vida a través de los éxitos y tropiezos de cómo uno fue tratado por su familia, amigos, maestros, etc. Contribuyen a la creación de uno mismo.
- c) **Colegio:** es donde a los niños se les enseña el significado de los valores, donde experimentan necesidades de amor y seguridad, teniendo la oportunidad de triunfar. Aquí es vital el trabajo de los maestros, porque dependiendo del papel que asuman favorecerá u obstaculizará el proceso por el cual uno puede encontrarse a sí mismo.

### La Autoestima en Jóvenes Universitarios

La universidad representa una época de descubrimiento intelectual y de crecimiento personal, los estudiantes pasan por un proceso de cambio donde los programas de estudio ofrecen nuevas perspectivas, y maneras de pensar (Papalia, Wendkos y Duskin, 2005).

En un estudio clásico que anunciaba la investigación sobre el cambio al pensamiento posformal, Perry (1970, citado por Papalia y cols. 2005) entrevistó a 67 estudiantes de Harvard y de Radcliffe a lo largo de sus años de pregrado, encontrando que su pensamiento progresaba de la rigidez a la flexibilidad y por último a compromisos

libremente elegidos. A medida que van encontrando una gama de ideas, llegan a la incertidumbre; pasando por un proceso de relativismo. Pero finalmente toman un papel protagónico al hacer sus propios juicios, elegir sus propias creencias y valores.

La importancia que tiene la universidad para los estudiantes es también identificar el nivel de autoconocimiento, autocontrol y autoestima que permita al estudiante apreciarse asumiendo la responsabilidad de dirigir su vida (Valbuena, 2002; citado por González-Arratia, Medina y García, 2003).

### **Procrastinación**

La procrastinación es una variable que con el paso del tiempo está siendo más estudiada, por lo cual ha sido definida y estudiada por diversos autores.

Ferrari y Emmons (1995, citado por Carranza, 2013) definen a la procrastinación como un patrón de comportamiento que se caracteriza por que la persona posterga voluntariamente la realización de tareas que deben ser entregadas en un tiempo establecido, y si esta persona padece de depresión o ansiedad tiene más probabilidad de ser más vulnerable a la procrastinación.

Además Rothblum (1990, citado por Sánchez A., 2010) define la procrastinación como el acto de retrasar sin motivo una tarea, lo que hace que la persona experimente sensaciones de malestar, es por tal motivo que las personas evidencian un patrón evitativo frente a las situaciones que implican un alto costo.

Una de las referencias más antiguas relacionada con la procrastinación se encuentra en un sermón del siglo XVII, del reverendo Walker, encontrado en los microfilms de la biblioteca de la Universidad de Ottawa, en Ontario, Canadá. Este sermón evidenciaba una conexión entre evitar tareas, la voluntad y el pecado, pues planteaba que las personas que postergaban las labores, lo hacían por su propia voluntad



y eran pecadoras, por esta misma razón, no podían alcanzar sus metas de santos o doctos sino solamente la de mayores de edad (Crane, 1999, citado por Carranza, 2013).

Existen muchas situaciones en la vida en que las que procrastinamos como por ejemplo:

**Tareas cotidianas:** Posponemos actividades que son necesarias en el día a día: Ir al banco, hacer el mercado, pagar los recibos, cortarse el pelo entre otras. Al posponer estas actividades se produce una sensación de caos, de frustración, de no poder realizar todo lo que debemos hacer.

**Asuntos personales:** Alimentamos algunos logros personales ya que no aprovechamos algunas mejoras profesionales, no hacemos ejercicio, no dejamos malos hábitos como fumar ni solucionamos nuestros problemas personales, al dejar pasar todas estas oportunidades aparecen sentimientos de inferioridad, insatisfacción, inseguridad y estancamiento.

**Compromisos con los demás:** Incumplimos los compromisos que teníamos con otras personas, incumplimos obligaciones laborales, hacemos perder el tiempo a los demás, para lo que perdemos la confianza y el respeto de los demás, lo que a su vez genera una caída de autoestima e inconformidad con uno mismo.

En estudios clínicos realizados con norteamericanos (Ferrari, Johnson & Mccown, 1995, citado por Sánchez, 2010) encontraron que el 40% de las personas ha tenido problemas en diferentes contextos de su vida a causa de la procrastinación y más del 25% sufre de procrastinación crónica. Este trastorno suele estabilizarse en la edad adulta pero tiene su inicio en la adolescencia. Los estudiantes de educación superior son los que más lo padecen, pues alrededor de un 40% de la población universitaria norteamericana se autodenomina procrastinadora crónica.



Rosário P. y cols. (2009, citado por Sánchez, 2010) han realizado muchas investigaciones sobre procrastinación pero en contextos no latinoamericanos y en los que se han encontrado las siguientes cifras: cerca del 20% de los adultos admite que procrastinan en tareas rutinarias; alrededor del 25% de la población adulta no estudiante reporta que la procrastinación es un problema importante; y en el 40% de los casos ello ha causado pérdidas financieras tanto en asuntos personales como profesionales.

Modelos que explican la variable procrastinación:

### **Modelo Psicodinámico de Baker**

La procrastinación es el temor al fracaso, este modelo centra su atención en la comprensión de las motivaciones de las personas que fracasan o que se retiran de las actividades a pesar de tener suficiente capacidad, inteligencia o preparación para llevar a cabo exitosamente sus actividades, además explica que el miedo al fracaso es debido a la existencia de relaciones familiares patológicas, donde el rol de los padres facilitó un sentimiento de frustración y minimizó la autoestima del niño (Rothblum, 1990, citado por Sánchez, 2010).

### **Modelo Motivacional**

Este modelo plantea que la motivación de logro es un rasgo invariable, donde la persona realiza determinadas actividades que buscan alcanzar el éxito en cualquier circunstancia que se presente; por lo cual un individuo puede elegir dos posiciones:

el deseo de alcanzar el éxito o el miedo al fracaso; el primero hace referencia al logro motivacional y el segundo a la motivación para evitar una situación que la persona valora como negativa. Cuando el miedo al fracaso supera la esperanza de éxito las personas prefieren elegir actividades en las cuales perciban que el éxito está garantizado

postergando así aquellas actividades que consideren complejas y en las cuales puedan pronosticar fracaso (Ferrari, Johnson & Mccown 1991, citado por Sánchez, 2010).

### **Modelo Conductual de Skinner**

La visión conductual refiere que una conducta se mantiene cuando es reforzada si el resultado es positivo, es decir, las conductas persisten por sus consecuencias (Skinner, 1977, citado por Carranza, 2013).

Entonces, las personas procrastinan porque esta conducta de postergar ha sido retroalimentada y además han tenido triunfo debido a diversos factores propios del ambiente, lo que ha producido que el sujeto continúe con este tipo de acciones.

### **Modelo Cognitivo de Wolters**

Este modelo plantea que la procrastinación implica un procesamiento de información disfuncional que involucra esquemas desadaptativos relacionados con la incapacidad y el miedo a la exclusión social y que los procrastinadores generalmente reflexionan acerca de su conducta; los individuos experimentan formas de pensamiento obsesivo cuando no puede realizar una actividad o se acerca el momento de presentar una tarea, además primero se compromete a la realización de una actividad, posteriormente comienza a tener pensamientos quejosos relacionados con el progreso de la actividad y con su incapacidad para planearla o realizarla, entonces se comienzan a presentar pensamientos automáticos negativos relacionados con la baja autoeficacia (Wolters, 2003, citado por Carranza, 2013).

**Procrastinación Académica:**

Al ingresar los jóvenes a la universidad afrontan nuevo retos; hoy en día tenemos grandes ventajas gracias a la tecnología pero esta nos puede ocasionar también problemas ya que la tecnología puede invitar a procrastinar.

Es así como llegamos al concepto de procrastinación académica de la cual algunos autores han dado un concepto. Por ejemplo:

Según Tuckman (citado por Sánchez, 2010) la procrastinación académica es la ausencia de autorregulación, específicamente, es la tendencia de algunos estudiantes a dejar de lado o simplemente evitar una actividad que podría estar bajo su propio control.

Así mismo en el ámbito académico Ferrari (1991, citado por Sánchez, 2010) explica que es la demora voluntaria en la realización de los trabajos académicos encomendados lo que puede deberse a que los estudiantes tienen la intención de realizar una actividad académica dentro del plazo dado, pero no se motivan o no sienten el deseo de hacerlo por la aversión que les causa esta.

También en las personas que procrastinan se pueden identificar algunos patrones tales como que le tienen miedo al fracaso y aversión a la tarea; o se identifica en ellos baja capacidad de autorregulación o un alto nivel de ansiedad al desempeño (Klassen, Krawch, Lynch y Rajani, 2007, citado por Sánchez, 2010).

Además, Steel (2007) nos dice que la procrastinación se define como el actuar, voluntario o involuntario, en donde la persona demora o posterga el curso de las acciones que han sido previamente programadas.

Se ha planteado que el periodo de mayor sensibilidad y por tanto de mayor peligro para la procrastinación es la adolescencia ya que es una etapa de muchos cambios.

También Steel (2007) comprueba que a menor edad este comportamiento puede convertirse en una plaga, ya que su estudio muestra que durante los primeros años de la

universidad, los alumnos presentan mayor incidencia de conducta procrastinadora. Sin embargo se puede apreciar que en las universidades este fenómeno está presente no solo en universitarios de los primeros años, sino también en alumnos que están por culminar su carrera.

Asimismo la procrastinación académica es definida como la tendencia a aplazar frecuentemente una actividad académica, en la que se experimenta ansiedad por los trabajos que se deben presentar en una fecha pre establecida (Rothblum, Solomon y Murakami, 1986, citado por Álvarez, 2010).

Ayuso (2009, citado por Castillo, Cruz y Mauricio, 2011) menciona que un 80% de estudiantes tienden a postergar sus actividades y/o obligaciones, lo cual se ve reflejado en la vida académica en la que es típico oír frases como las siguientes por parte de los estudiantes “la tarea se presenta en 15 días, aún tengo tiempo” o “cuando hago las cosas al último minuto, me salen mejor” o “está muy difícil, lo hago después” son estas y otras expresiones comunes en el lenguaje de los estudiantes, las que nos pueden mostrar una preferencia por dejar las cosas para después.

Así mismo existe un grupo muy particular de procrastinadores, aquellos que hacen su tarea al último momento, de esta forma ellos están buscando una excusa para explicar un posible resultado bajo en sus calificaciones utilizando, de este modo, a la procrastinación como un mecanismo de defensa inconsciente, el cual usan para enfrentar un desafío que causa inseguridad debido a la baja autoestima (citado por Castillo y cols. 2011). Esto se observa con frecuencia en los estudiantes al momento de realizar sus tareas o trabajos, elaborándolos incluso el mismo día de la presentación, esto genera que al momento de obtener una baja calificaciones se excusen diciendo haber estudiado el día anterior.

Así mismo, Ferrari y Emmons (1995, citado por Castillo & cols. 2011) mencionan que las personas que procrastinan tienen baja autoestima y retrasan la realización de tareas porque consideran que no tienen la capacidad para lograr el éxito, evidenciando así una posible relación entre autoestima y procrastinación.

Wolters (2003, citado por Carranza, 2013), plantea que una persona que usualmente procrastina se compromete a la realización de una tarea, posteriormente comienza a tener pensamientos quejosos relacionados con dicha actividad y con su incapacidad para planearla o realizarla, por lo cual comienza a desarrollar pensamientos automáticos negativos relacionados con la baja autoeficacia.

En el 2010, Álvarez publicó una investigación que tuvo como objetivo identificar la presencia de la Procrastinación General y Académica en un grupo de estudiantes de secundaria en una muestra de 235 estudiantes de ambos géneros pertenecientes a colegios no estatales de Lima Metropolitana, encontrando que la Procrastinación Académica era mayor que la General y que no existían diferencias significativas en cuanto a género y año de estudios.

Loli y Cuba en el 2007 (citado por Castillo & cols. 2011), investigaron la relación entre la autoestima y el compromiso organizacional de los trabajadores administrativos de una Universidad Pública de Provincia, en una muestra de 48 sujetos. Esta investigación fue descriptiva correlacional, concluyéndose que no existe relación entre autoestima y compromiso organizacional; sin embargo, se encontró que la autoestima está relacionada con los factores del compromiso organizacional, especialmente compromiso con el trabajo.

Williams, Shanon y Foster en el 2008 (citado por Castillo & cols. 2011), publicaron los resultados de las relaciones entre las metas de logro, ansiedad, motivación académica y procrastinación en una población de 91 estudiantes universitarios del



Suroeste de Estados Unidos, concluyendo que sí existe una correlación significativa entre estas variables.

Ferrari, Díaz, Okallanghan, y Argumedo (2007, citado por Castillo & cols. 2011) examinaron la dilación crónica en seis países (Australia, España, Perú, Reino Unido, Estados Unidos y Venezuela); encuestaron a 1 400 hombres y mujeres adultos. A los procrastinadores se los clasificó en dos tipos: procrastinadores por excitación y evitativos, encontrándose que un 13,5% son procrastinadores por excitación y 14,6% por evitación y llegaron a la conclusión de que no hay diferencias en la procrastinación según sexo y cultura.

En el 2003, Van (citado por Castillo & cols. 2011) evaluó el fenómeno de la procrastinación sistemática mediante la integración de los resultados de estudios previos en un meta – análisis que contiene correlaciones de 121 casos que examinan la relación entre procrastinación, personalidad, causas, el afecto y el rendimiento; en los Países Bajos. Se concluyó que en todos los estudios existe una correlación entre procrastinación y personalidad siendo la autoestima una de las causas principales de este fenómeno.

Freud (1926; citado por Ferrari y Emmons, 1995), quien desde una perspectiva psicodinámica plantea que la procrastinación estaría vinculada al concepto de evitación de tareas específicas que son percibidas por el yo como atemorizantes surgiendo la Procrastinación como un mecanismo de defensa.

Burka y Yuen (1983; citados por Steel, 2007) señalan que la procrastinación tiene sus principios en el miedo que siente el niño de que sus actos lleven a consecuencias no positivas, sea estableciendo un vínculo que no tiene la capacidad de retener o alejándolo del objeto. De adulto, el riesgo de pérdida o incapacidad lo lleva a protegerse del temor a fallar, temor a tener éxito, temor a la separación o compromiso, postergando sus acciones continuamente.

La visión conductual refiere que una conducta se mantiene cuando es reforzada, es decir, las conductas persisten por sus consecuencias (Skinner, 1977; citado por Álvarez, 2010). Por tal razón, las personas procrastinan porque sus conductas de postergación propiamente han sido reforzadas y además han tenido éxito debido a diversos factores propios del ambiente, que han permitido continuar con este tipo de acciones.

Después de esta revisión teórica, afirmando la relación que existe entre autoestima y procrastinación académica según Ferrari y Emmons (1995, citado por Castillo & cols. 2011) la hipótesis es:

### **Hipótesis**

*Los jóvenes universitarios de la Universidad Católica de Santa María que tienen una baja autoestima, presentan un alto nivel de procrastinación académica.*



## **CAPITULO II: DISEÑO METODOLOGICO**



## **Diseño de Investigación**

El diseño de investigación es empírico con metodología cuantitativa de tipo ex post facto correlacional, porque se encuentran limitaciones para el contraste de las relaciones causales que vienen dadas por la imposibilidad de manipular la variable independiente. También porque permite observar la relación entre dos variables (Montero y León, 2007)

### **Técnicas e Instrumentos:**

#### **Técnica:**

Recolección de datos mediante encuestas.

#### **Instrumentos:**

El instrumento que se utilizó para medir la autoestima es el Inventario de autoestima de Coopersmith (Castillo & cols., 2011).

#### **Ficha técnica:**

Nombre: Inventario de autoestima original versión adultos Coopersmith.

Autores: Stanley Coopersmith (1967)

Estandarización de la prueba: Isabel Panizo (1985)

Procedencia: Estados Unidos

Objetivo: Medir las actitudes valorativas hacia sí mismo en las áreas: Personal, Social, Familiar y Laboral.

Administración: Individual y colectiva

Duración: 15 a 20 minutos

Ámbito de aplicación: Adultos

### **Forma de Calificación:**

El inventario consta de 25 afirmaciones de respuestas dicotómicas (SI-NO); se otorga dos puntos a cada respuesta correcta y cero a la respuesta incorrecta. Se brinda información acerca de las características de la autoestima en cuatro áreas:

- a) De sí mismo (Yo general)
- b) Hogar (Familia)
- c) Social (Coetáneos o Yo Social)
- d) Laboral (Relaciones de Trabajo)

De acuerdo a las siguientes distribuciones:

- De sí mismo : 1-3-4-7-10-12-13-15-18-19-24-25
- Hogar : 6-9-11-16-20-22
- Social : 5-8-14-21
- Laboral : 2-17-23

### **Validación y Confiabilidad**

Lara-Cantú, Verduzco, Acevedo y Cortés. (1993) mostraron la validez de constructo del instrumento evaluando el poder de discriminación de los reactivos de las calificaciones altas y bajas por medio de las pruebas T; y en sus resultados se mostro que todos los ítems discriminaron significativamente ( $p < .05$ ).

La confiabilidad tiene un valor de 0.81 con el coeficiente del Alfa de Cronbach.

Para medir la procrastinación se utilizó la escala de procrastinación académica de Busko D.A., adaptada por Álvarez en el 2010.

**Ficha Técnica:**

- Nombre de los autores: Busko.D.A
- Procedencia: Canadá
- Adaptación: Álvarez (2010) en Lima
- Aplicación: Colectiva o individual
- Duración: 8 a 12 minutos
- Finalidad: Medir los niveles de procrastinación en la vida académica.

**Forma de Calificación**

Este instrumento es una escala de Likert conformado por 16 ítems, donde sus respuestas se puntúan de 1 a 5 (NUNCA: 1, POCAS VECES: 2, A VECES: 3, CASI SIEMPRE: 4, SIEMPRE: 5). Presenta también ítems invertidos (2, 4, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 14, 15), los cuales se puntúan diferente (NUNCA: 5; POCAS VECES: 4; A VECES: 3; CASI SIEMPRE: 2; SIEMPRE: 1).

Las puntuaciones para cada nivel de procrastinación (Alto, Medio y Bajo) se obtendrá a través de la adaptación de la escala.

**Validación y Confiabilidad**

El instrumento original se aplicó en la universidad de Guelph a un total de 112 estudiantes, por su construcción y redacción esta escala puede ser aplicada a adolescentes. Busko (1998) aclaró que para evaluar la confiabilidad se hizo a través del

coeficiente del Alfa de Cronbach, donde se obtuvo un coeficiente de 0.86 para la escala académica. La validez para todos los ítems es de 0.046 ( $p < .05$ ) utilizando un análisis factorial exploratorio.

### **Población y Muestra**

La población constó de 12 926 jóvenes universitarios de la Universidad Católica de Santa María; la muestra estuvo conformada por 407 estudiantes (Formula de Muestra para población conocidas y finitas), considerando a una cantidad proporcional por cada área: Ciencias de la Salud, Ciencias e Ingenierías, Ciencias Jurídicas y Empresariales y Ciencias Sociales.

El tipo de muestreo fue no probabilístico y por conveniencia, porque en algunos programas profesionales se tuvo la facilidad para poder ingresar y encuestar.

### **Características de la Muestra:**

En la presente investigación se evaluó a un total de 407 jóvenes universitarios, 221 mujeres que representan el 54.3% y 186 varones que representan el 45.7%.

Respecto al año de ingreso, 141 jóvenes universitarios que representan el 34.6% se encuentran con una matrícula del año 2014; mientras que 77 que son el 18.9%, tiene una matrícula del año 2010. Los jóvenes universitarios matriculados del año 2011 al 2013 evaluados son 162 que conforman el 39.8%. Finalmente el resto de estudiantes se ubican en los años de matrícula del 2008 al 2009 siendo un total de 27 jóvenes universitarios, 6.6% del total.

El rango de las edades de los estudiantes evaluados fue entre los 17 y 26 años de edad, el mayor porcentaje evaluado se ubica entre los 17 y 22 años siendo un total de 83.9% que son 342 jóvenes universitarios.

Finalmente por cada área académica se evaluó las siguientes cantidades: Área de sociales 12% (49 jóvenes universitarios), área de ingenierías 42.5% (173), área de salud 21.9% (89) y área de jurídicas 23.6% (96); éstas cantidades son una muestra proporcional al momento de hacer la comparación respectiva.

**Criterios de Inclusión:**

- Ser estudiante de la Universidad Católica de Santa María
- Tener de 17 a 26 años.
- Aceptar voluntariamente participar en la investigación.

**Criterios de Exclusión:**

- Presentar errores en la resolución del instrumento (doble marca o respuestas en blanco).
- Tener menos de 17 años y más de 26 años.
- Estudiantes de intercambio.

**Criterios de Procesamiento de la Información:**

La recopilación de datos se realizó a través de una matriz de tabulación, construida mediante los programas estadísticos Excel. El desarrollo de los análisis cuantitativos se realizó a través del software estadístico SPSS versión 22. Se realizó la correlación de Spearman y chi-cuadrado de Pearson ( $x^2$ ).



### **CAPITULO III: RESULTADOS**



A continuación se explicará los resultados mediante tablas, iniciando con la correlación de Spearman para explicar las variables de autoestima y procrastinación académica. En las siguientes tablas se trabajó con la correlación de chi cuadrado de Pearson.

**Tabla 1**

*Correlación de las Variables Autoestima y Procrastinación Académica*

<b>Correlaciones</b>				
			Puntaje Procrastinación	Puntaje Autoestima
Rho de Spearman	Puntaje Procrastinación	Coefficiente de correlación	1,000	-,158**
		Sig. (bilateral)	.	,001
		N	407	407
	Puntaje Autoestima	Coefficiente de correlación	-,158**	1,000
		Sig. (bilateral)	,001	.
		N	407	407

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

En la Tabla 1 se demuestra que existe una correlación significativa de tipo inversa entre las variables de autoestima y procrastinación académica ( $p < 0.01$ ). Según el puntaje obtenido (-,158) lo cual indica que es una correlación débil.

**Tabla 2***Autoestima y área académica*

<b>Pruebas de chi-cuadrado</b>			
	Valor	Gl	Sig. asintótica (2 caras)
Chi-cuadrado de Pearson	14,075 <sup>a</sup>	6	,029
Razón de verosimilitud	13,727	6	,033
Asociación lineal por lineal	,316	1	,574
N de casos válidos	407		

a. 3 casillas (25,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 1,69.

En la Tabla 2, se muestra que la variable autoestima presenta correlación significativa con el área académica ( $p < .05$ ).

**Tabla 3***Relación de autoestima y área académica*

<b>Área Académica* Categoría Autoestima</b>		<b>tabulación cruzada</b>			
		Categoría Autoestima			Total
		Alto	Medio	Bajo	
Ciencias Sociales	Recuento	21	25	3	49
	% dentro de Área Académica	42,9%	51,0%	6,1%	100,0%
Ciencias e Ingenierías	Recuento	109	61	3	173
	% dentro de Área Académica	63,0%	35,3%	1,7%	100,0%
Ciencias de la Salud	Recuento	53	35	1	89
	% dentro de Área Académica	59,6%	39,3%	1,1%	100,0%
Ciencias Jurídicas y Empresariales	Recuento	49	40	7	96
	% dentro de Área Académica	51,0%	41,7%	7,3%	100,0%
Total	Recuento	232	161	14	407
	% dentro de Área Académica	57,0%	39,6%	3,4%	100,0%

En la Tabla 3 se muestra que el área de ciencias e ingenierías es la que presenta el nivel más alto de autoestima con 63%, y que el área de ciencias jurídicas y empresariales es la que presenta el menor nivel de autoestima con un 7.3%; el área de sociales tiene su mayor porcentaje (51%) en el nivel medio de autoestima. El 57% de jóvenes universitarios presentan un nivel alto de autoestima; el 39.6% presenta un nivel medio, y el 3,4% presenta un nivel bajo.

**Tabla 4***Procrastinación Académica y Área Académica*

Pruebas de chi-cuadrado			
	Valor	gl	Sig. asintótica (2 caras)
Chi-cuadrado de Pearson	7,387 <sup>a</sup>	6	,287
Razón de verosimilitud	7,348	6	,290
N de casos válidos	407		
a. 0 casillas (0,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 12,88.			

En la Tabla 4, se muestra que la variable procrastinación académica no presenta correlación significativa con el área académica ( $p > .05$ ).

**Tabla 5***Relación de Procrastinación Académica y Área Académica*

Área Académica\*Categoria procrastinación real tabulación cruzada

		Categoria procrastinación real			Total
		Alto	Medio	Bajo	
Ciencias Sociales	Recuento	14	20	15	49
	% dentro de Área Académica	28,6%	40,8%	30,6%	100,0%
Ciencias e Ingenierías	Recuento	44	85	44	173
	% dentro de Área Académica	25,4%	49,1%	25,4%	100,0%
Ciencias de la Salud	Recuento	20	37	32	89
	% dentro de Área Académica	22,5%	41,6%	36,0%	100,0%
Ciencias Jurídicas y Empresariales	Recuento	29	48	19	96
	% dentro de Área Académica	30,2%	50,0%	19,8%	100,0%
Total	Recuento	107	190	110	407
	% dentro de Área Académica	26,3%	46,7%	27,0%	100,0%

En la Tabla 5 se muestra que el mayor porcentaje (46.7%) de los estudiantes, se ubica en el nivel medio de procrastinación. área de ciencias jurídicas y empresariales es la que presenta el nivel más alto de procrastinación con 30.2% y que el área de ciencias de la salud es la que presenta el menor nivel de procrastinación con un 22.5%. El 26.3%

de jóvenes universitarios presentan un nivel alto de procrastinación; el 27% presenta un nivel medio, y el 46.7% presenta un nivel bajo.

**Tabla 6:**

*Autoestima y Género*

<b>Pruebas de chi-cuadrado</b>			
	Valor	gl	Sig. asintótica (2 caras)
Chi-cuadrado de Pearson	7,380 <sup>a</sup>	2	,025
Razón de verosimilitud	7,468	2	,024
Asociación lineal por lineal	7,352	1	,007
N de casos válidos	407		
a. 0 casillas (0,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 6,40.			

En la Tabla 6, se muestra que la variable autoestima presenta correlación significativa con el género ( $p < .05$ ).



**Tabla 7:***Relación de la Autoestima con Género*

<b>Sexo* Categoría Autoestima tabulación cruzada</b>						
		Categoría Autoestima			Total	
		Alto	Medio	Bajo		
Sexo	Femenino	Recuento	113	98	10	221
		% dentro de Sexo	51,1%	44,3%	4,5%	100,0%
	Masculino	Recuento	119	63	4	186
		% dentro de Sexo	64,0%	33,9%	2,2%	100,0%
Total	Recuento		232	161	14	407
	% dentro de Sexo		57,0%	39,6%	3,4%	100,0%

En la Tabla 7 se muestra que el sexo masculino presenta mayor porcentaje en el nivel alto de autoestima (64%) que el sexo femenino (51,1%). Mientras que en un nivel medio de autoestima el sexo femenino se ubica en un 44,3%, a comparación del sexo masculino que tiene un 33,9%.

**Tabla 8:***Procrastinación Académica y Género*

<b>Pruebas de chi-cuadrado</b>			
	Valor	gl	Sig. asintótica (2 caras)
Chi-cuadrado de Pearson	5,976 <sup>a</sup>	2	,050
Razón de verosimilitud	6,033	2	,049
N de casos válidos	407		

a. 0 casillas (0,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 48,90.

En la Tabla 8, se muestra que la variable procrastinacion presenta correlación significativa con el género ( $p < .05$ ).

**Tabla 9:***Relación de Procrastinación Académica y Género.*

<b>Sexo*Categoria procrastinación real tabulación cruzada</b>						
			Categoria procrastinación real			Total
			Alto	Medio	Bajo	
Sexo	Femenino	Recuento	51	100	70	221
		% dentro de Sexo	23,1%	45,2%	31,7%	100,0%
	Masculino	Recuento	56	90	40	186
		% dentro de Sexo	30,1%	48,4%	21,5%	100,0%
Total		Recuento	107	190	110	407
		% dentro de Sexo	26,3%	46,7%	27%	100,0%

En la Tabla 9 se muestra que el sexo masculino presenta porcentaje mayor en el nivel medio (48,4%) en procrastinación académica comparando con el sexo femenino que tiene un 45,2%. En un nivel alto, el sexo masculino tiene un 30,1% y el sexo femenino el 23,1%.

**Tabla 10:***Autoestima y Año de Ingreso*

<b>Pruebas de chi-cuadrado</b>			
	Valor	gl	Sig. asintótica (2 caras)
Chi-cuadrado de Pearson	21,505 <sup>a</sup>	12	,043
Razón de verosimilitud	25,072	12	,014
Asociación lineal por lineal	6,561	1	,010
N de casos válidos	407		

a. 8 casillas (38,1%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es ,31.

En la Tabla 10, se muestra que la variable autoestima presenta correlación significativa con el año de ingreso ( $p < .05$ ).

**Tabla 11:**

*Relación de Autoestima y Año de Ingreso*

Año de ingreso* Categoría Autoestima tabulación cruzada						
		Categoría Autoestima			Total	
		Alto	Medio	Bajo		
Año de ingreso	2008	Recuento	6	3	0	9
		% dentro de Año de ingreso	66,7%	33,3%	0,0%	100,0%
	2009	Recuento	10	7	1	18
		% dentro de Año de ingreso	55,6%	38,9%	5,6%	100,0%
	2010	Recuento	50	24	3	77
		% dentro de Año de ingreso	64,9%	31,2%	3,9%	100,0%
	2011	Recuento	32	25	0	57
		% dentro de Año de ingreso	56,1%	43,9%	0,0%	100,0%
2012	Recuento	36	11	0	47	
	% dentro de Año de ingreso	76,6%	23,4%	0,0%	100,0%	
2013	Recuento	31	26	1	58	
	% dentro de Año de ingreso	53,4%	44,8%	1,7%	100,0%	
2014	Recuento	67	65	9	141	
	% dentro de Año de ingreso	47,5%	46,1%	6,4%	100,0%	
Total	Recuento	232	161	14	407	
	% dentro de Año de ingreso	57,0%	39,6%	3,4%	100,0%	

En la Tabla 11 se muestra que todos los jóvenes universitarios de los diferentes años de ingreso presentan el mayor porcentaje en el nivel alto de autoestima (57%), mientras que el 3,4% presentan un nivel bajo de autoestima. Los jóvenes universitarios con año de ingreso del 2010 presentan mayor porcentaje de autoestima (64,9%) a comparación de los jóvenes universitarios que inician la carrera (2014) que son el 47,5%.

**Tabla 12**

*Procrastinación Académica y Año de Ingreso*

Pruebas de chi-cuadrado			
	Valor	gl	Sig. asintótica (2 caras)
Chi-cuadrado de Pearson	17,753 <sup>a</sup>	12	,123
Razón de verosimilitud	18,272	12	,108
N de casos válidos	407		

a. 5 casillas (23,8%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 2,37.

En la Tabla 12, se muestra que la variable procrastinación académica no presenta correlación significativa con el año de ingreso ( $p > .05$ ).

**Tabla 13:***Relación de la Procrastinación Académica con el Año de Ingreso*

Año de ingreso*Categoria procrastinación real tabulación cruzada						
		Categoria procrastinación real			Total	
		Alto	Medio	Bajo		
Año de ingreso	2008	Recuento	1	4	4	9
		% dentro de Año de ingreso	11,1%	44,4%	44,4%	100,0%
	2009	Recuento	5	8	5	18
		% dentro de Año de ingreso	27,8%	44,4%	27,8%	100,0%
	2010	Recuento	17	49	11	77
		% dentro de Año de ingreso	22,1%	63,6%	14,3%	100,0%
	2011	Recuento	12	28	17	57
		% dentro de Año de ingreso	21,1%	49,1%	29,8%	100,0%
	2012	Recuento	11	20	16	47
		% dentro de Año de ingreso	23,4%	42,6%	34,0%	100,0%
	2013	Recuento	19	25	14	58
		% dentro de Año de ingreso	32,8%	43,1%	24,1%	100,0%
	2014	Recuento	42	56	43	141
		% dentro de Año de ingreso	29,8%	39,7%	30,5%	100,0%
Total	Recuento	107	110	190	407	
	% dentro de Año de ingreso	26,3%	27,0%	46,7%	100,0%	

En la Tabla 13 se muestra que los jóvenes universitarios en su mayoría se encuentran en un nivel medio de procrastinación (46,7%); sin embargo el 26,3 % de jóvenes universitarios se encuentran en un nivel alto de procrastinación académica. Cabe resaltar que el año de ingreso no determina los niveles de procrastinación académica.





### Discusión

La presente investigación tuvo como hipótesis demostrar que los estudiantes que tienen una baja autoestima presentan un alto nivel de procrastinación académica, demostrando que existe una correlación inversa, es decir, a menor autoestima, mayor procrastinación académica.

Para Klassen, Krawchuk y Rajani (2007) la procrastinación se explica en mayor medida por variables motivacionales intrínsecas, en comparación con las variables motivacionales extrínsecas, concluyendo así que en su mayoría las personas que procrastinan no lo hacen por una razón claramente definida, sino por falta de autorregulación teniendo en cuenta la autoestima. Para Steel, Brothen y Wambach (2001), si la persona tiene un mal concepto de sí misma, puede procrastinar más a menudo. Al igual que en nuestra investigación, la variable procrastinación académica ha sido relacionada con una variable intrínseca, y se obtuvo una correlación estadísticamente significativa de tipo inversa (Tabla 1). Nosotras hemos hallado una correlación estadísticamente significativa de tipo inversa entre las 2 variables estudiadas, afirmando nuestra hipótesis: a mayor nivel de autoestima, menor procrastinación; y a menor nivel de autoestima, mayor nivel de procrastinación.

En la Tabla 3, se muestra que el 57% de jóvenes universitarios de la Universidad Católica de Santa María se encuentran en el nivel alto de autoestima, es decir, tienen habilidad para construir defensas hacia la crítica y designación de hechos, opiniones, valores y orientaciones favorables respecto de sí mismo (Castillo & cols. 2011) .

De la Tabla 3 se concluye también que el área de Ingenierías presenta el mayor porcentaje en alta autoestima (63%), y en la Tabla 7 se observa que es el género masculino el que presenta un mayor nivel de autoestima. Esto nos lleva a suponer que dado que los estudiantes de Ingenierías en su mayoría son varones, es por tal motivo que tienen el mayor porcentaje de autoestima.

Asimismo, en la Tabla 4 muestra que no existe correlación significativa entre la variable procrastinación académica y área académica, por esta razón podemos deducir que el área académica no es determinante en el nivel de procrastinación académica de un estudiante.

En la investigación de Sureda, Comas y Oliver (2014) relaciona al plagio con procrastinación y género, teniendo como resultado que el sexo masculino tiene más tendencia al plagio, y por lo tanto tiene más conductas procrastinantes, afirmando así nuestro resultado de la Tabla 9 que muestra que el 30.1% de varones procrastinan en un nivel alto, mientras que en el sexo femenino se encuentra un 23.1%.

En la relación de autoestima con año de ingreso existe una correlación significativa: Se muestra que los estudiantes que cursan los últimos años (cuarto y quinto) presentan mayor nivel de autoestima en comparación con los estudiantes que recién inician su carrera (Tablas 10 y 11) ; según el modelo de adaptación se puede producir abandono de la universidad cuando la persona no se adapta al ambiente y al ritmo de enseñanza, esto afirma que los alumnos que se encuentra en los últimos años de su

carrera se encuentran adaptados al ritmo de vida universitaria, por lo tanto presentan mayores niveles de autoestima (Cabrera, Bethencourt, Álvarez y González, 2006).

En la Tabla 12 la variable de procrastinación académica con año de ingreso no se encuentra una correlación significativa, por lo tanto la edad no parece determinar el nivel de procrastinación de una persona, tal como encontramos en la investigación de Carranza (2013).

Finalmente es importante entender la relación que existe entre estas dos variables ya que para cualquier estudiante universitario es beneficioso poder evitar procrastinar, porque esto influirá positivamente a lo largo de su carrera universitaria; lo cual va de la mano con el autoconcepto que el estudiante tenga. Por ello es tema de interés la autoestima de los estudiantes que actualmente no es tomada en cuenta a lo largo de la vida universitaria.

## Conclusiones

### ***PRIMERA:***

Los estudiantes que presentan baja autoestima, presentan alta procrastinación académica en la Universidad Católica de Santa María.

### ***SEGUNDA:***

El nivel de autoestima de los estudiantes de la Universidad Católica de Santa María se inclina a un nivel alto, lo que permite deducir que tienen un buen autoconcepto, valoración de sí mismo y pueden enfrentar fracasos.

### ***TERCERA:***

Las estudiantes en la Universidad Católica de Santa María presentan un nivel más bajo de autoestima.

### ***CUARTA:***

Los varones en nuestra investigación tienen autoestima más alta que las mujeres, como también tienden a procrastinar más.

## Recomendaciones

### **PRIMERA:**

Se debería dar más importancia al estado emocional de los estudiantes, en especial del concepto de sí mismo, desarrollando la psicología positiva.

### **SEGUNDA:**

Dar a conocer las consecuencias de la procrastinación académica, resaltando sus principales causas con todos los estudiantes.

### **TERCERA:**

En un futuro, que se pueda replicar esta investigación teniendo en cuenta estudiantes de un nivel económico medio a bajo; y también buscar la principal causa de las conductas procrastinantes en nuestro medio educativo como laboral.

### **CUARTA:**

Es importante que los estudiantes tengan un nivel de autoestima promedio a alto, porque el concepto de sí mismo y la imagen que tiene cada persona le permite obtener un mejor rendimiento académico y mejores relaciones sociales.

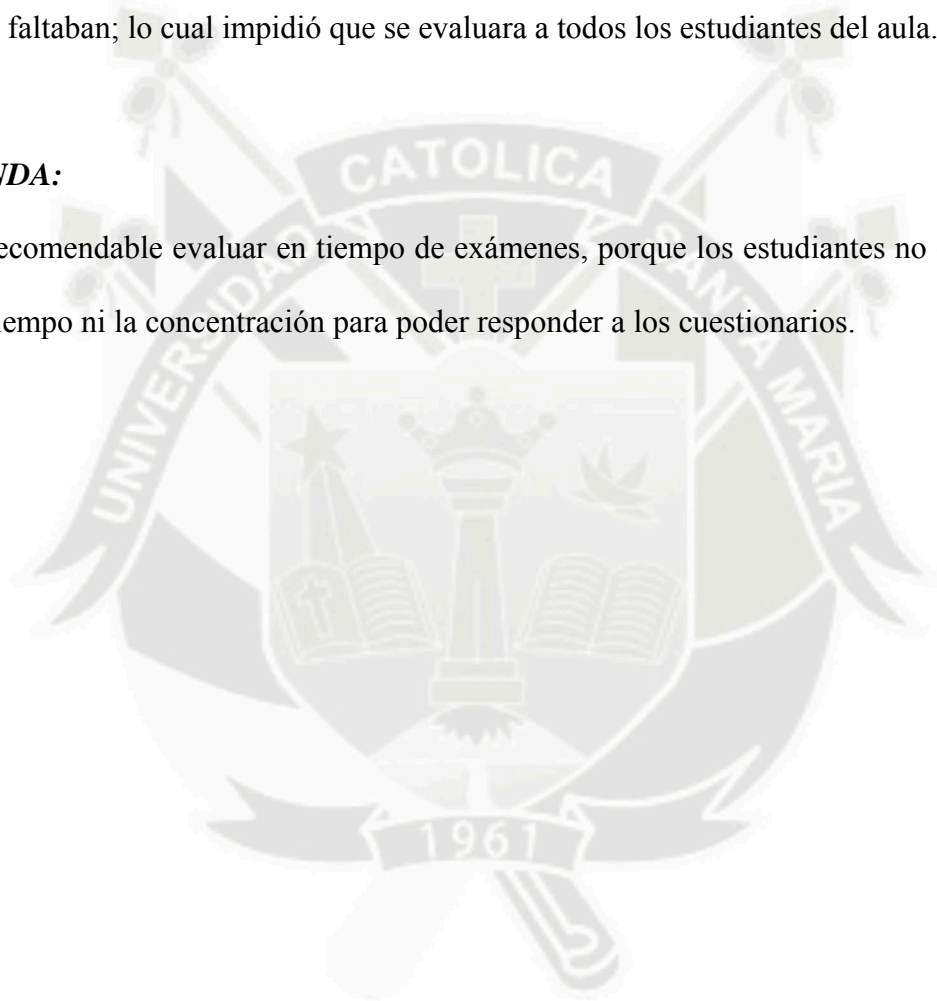
## **Limitaciones**

### ***PRIMERA:***

No se pudo contar con la mayoría de estudiantes por aula, porque llegaban tarde a las clases o faltaban; lo cual impidió que se evaluara a todos los estudiantes del aula.

### ***SEGUNDA:***

No es recomendable evaluar en tiempo de exámenes, porque los estudiantes no contaban con el tiempo ni la concentración para poder responder a los cuestionarios.





### Referencias

- Álvarez, O. (2010). *Procrastinación General y Académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana*. Persona 9(13), 159-177. Recuperado de file:///C:/Users/Pamero4/Downloads/Dialnet-ProcrastinacionGeneralYAcademicaEnUnaMuestraDeEstu-3646976.pdf. Fecha: 15/10/14.
- Busko, D. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: a structural equation model*. The University of Guelph – Canadá. Recuperado de: [http://www.collectionscanada.gc.ca/obj/s4/f2/dsk2/tape15/PQDD\\_0004/MQ31814.pdf](http://www.collectionscanada.gc.ca/obj/s4/f2/dsk2/tape15/PQDD_0004/MQ31814.pdf). Fecha : 06/01/2015.
- Cabrera L., Bethencourt J., Álvarez P. & González M. (2006). *El problema del abandono de los estudios universitarios*. Recuperado de: [http://www.uv.es/relieve/v12n2/RELIEVEv12n2\\_1.htm](http://www.uv.es/relieve/v12n2/RELIEVEv12n2_1.htm). Fecha: 17/01/2015.
- Carranza R. (2013). *Procrastinación y características demográficas asociados en estudiantes universitarios*. Universidad Peruana Unión. Tarapoto – Perú. Recuperado de: <http://apuntesuniversitarios.upeu.edu.pe/index.php/revapuntes/article/view/43>. Fecha: 02/11/2014.

Castillo A., Cruz A. & Mauricio E. (2011). *Autoestima y Procrastinación Académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional Federico Villarreal*. Universidad Nacional Federico Villarreal. Lima – Perú

Ferrari J. & Emmons R. (1995). Methods of procrastination and their relation to self-control and self-reinforcement: An exploratory study. *Journal of Social Behavior & Personality*. 10 (1) 135-142. Recuperado de: <http://psycnet.apa.org/index.cfm?fa=search.displayRecord&uid=1995-33032-001>. Fecha: 25/11/2014.

Gardner H. (2005). *Inteligencias múltiples: la teoría en la práctica*. Paidós Ibérica. Recuperado de [http://www.institutoconstruir.org/centrosuperacion/La%20Teor%EDa%20de%20las%20Inteligencias%20M%FAltiples%20\(cortad\).pdf](http://www.institutoconstruir.org/centrosuperacion/La%20Teor%EDa%20de%20las%20Inteligencias%20M%FAltiples%20(cortad).pdf). Fecha: 15/10/2014.

González-Arratia, N. I., Medina, J. L. V., & García, J. M. S. (2003). *Autoestima en jóvenes universitarios*. CIENCIA ergo sum, 10(2), 173-179. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=10410206>. 20/12/2014

Gonzalez-Pianda J., Núñez C., Glez-Pumariega S. & García M. (1997). *Autoconcepto, Autoestima y Aprendizaje Escolar*. Psicothema. 9(2). 271-287

Iannizzotto M. (2007). *La autoestima, un abordaje comprehensivo, su relación con factores asociados: Optimismo vs. Pesimismo; Déficit Emocional, Autocontrol y Autoaceptación*. XIV Jornadas de Investigación y Tercer Encuentro de

Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Klassen R., Krawchuk L. & Rajani S. (2007). *Academic procrastination of undergraduates: Low self-efficacy to self-regulate predicts higher levels of procrastination*. ScienceDirect, Contemporary Educational Psychology 33 (2008) 915-931. Recuperado de: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0361476X07000264>. Fecha: 06/01/2015.

Lara-Cantú M., Verduzco A., Acevedo & Cortés J. (1993). *Validez y Confiabilidad del Inventario de Autoestima de Coopersmith para Adultos, en población mexicana*. Revista Latinoamericana de Psicología. Vol.25 (2). 247-255. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/805/80525207.pdf>. Fecha: 20/01/2015

Mescua G. (2010). *Relación entre el nivel de autoestima y el tipo de familia de procedencia de los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2009*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima-Perú.

Miranda C. (2005). *La autoestima profesional: una competencia mediadora para la innovación en las prácticas pedagógicas*. Revista electrónica iberoamericana sobre calidad, eficacia y cambio de educación. Vol. 3 No. 1

- Miranda J., Miranda F. & Enríquez A. (2011). *Adaptación del inventario de Autoestima Coopersmith para alumnos mexicanos de educación primaria*. Praxis Investigativa ReDIE, vol 3, N° 4, pp 5-14. Recuperado de: <http://redie.mx/librosyrevistas/revistas/praxisinv04.pdf#page=5>. Fecha: 15/10/2014
- Montero I. & León O. (2007). A guide for naming research studies in Psychology. *International Journal of Clinical and Health Psychology*. 7(3) pp 847-862. Recuperado de [http://aepe.es/ijchp/GNEIP07\\_es.pdf](http://aepe.es/ijchp/GNEIP07_es.pdf). Fecha: 15/10/2014
- Montes I., Escudero V. & Martínez J. (2012). *Nivel de autoestima de adolescentes escolarizados en zona rural de Pereira, Colombia*. Revista Colombiana de Psiquiatría. 41(3)
- Navarro E., Tomas J. & Oliver A. (2006). *Factores personales, familiares y académicos en niños y adolescentes con baja autoestima*. Boletín de psicología. 88. 7-25. Universidad de Valencia. Recuperado de: <http://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N88-1.pdf>. Fecha: 02/01/2015
- Papalia D., Wendkos S. & Duskin R. (2005). *Desarrollo humano. Novena edición*. México: McGraw – Hill Interamericana.
- Quant D. & Sánchez A. (2012). *Procrastinación, procrastinación académica: Concepto e Implicaciones*. Revista Vanguardia Psicológica. Universidad Manuela Beltrán, Bogotá, Colombia.

Rothblum E., Solomon D. & Murakami J. (1986). *Affective, cognitive, and behavioral differences between high and low procrastinators*. Journal of Counseling Psychology. 33(4) 387-394. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-0167.33.4.387>. Fecha: 05/01/2015.

Sánchez, A. (2010). *Procrastinación académica: Un problema en la vida universitaria*. Studiositas. 5(2), 87-94. Recuperado de: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3717321>

Steel P. (2007). *The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure*. Psychological Bulletin 133(1) 65-94. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>. Fecha: 02/12/2014.

Steel P., Brothen T. & Wambach C. (2001). *Procrastination and personality, performance, and mood*. Elsevier. 30(1) 95-106. Recuperado de: [http://experts.umn.edu/pubDetail.asp?t=&id=35808724&n=Jane+C+Hovland&u\\_id=1195&oe\\_id=1&o\\_id=4](http://experts.umn.edu/pubDetail.asp?t=&id=35808724&n=Jane+C+Hovland&u_id=1195&oe_id=1&o_id=4). Fecha: 02/12/2014.

Steiner D. (2005). *La teoría de la autoestima en el proceso terapéutico para el desarrollo del ser humano*. Tecana American University, Maracaibo.

Sureda J., Comas R. & Oliver M. (2014). *Plagio académico entre alumnado de secundaria y bachillerato: Diferencias en cuanto al género y procrastinación*.

Revista Científica de Educomunicación. Universidad de las Islas Baleares – España. Recuperado de: <http://eprints.rclis.org/24356/2/Comunicar-44-Sureda-Comas-Oliver-103-111.pdf> . Fecha: 17/01/2015.

### Anexos:

## INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH

Sexo:..... Año de ingreso: ..... Edad:.....

Programa: .....

Facultad:.....

Instrucciones: A continuación encontrarás una serie de enunciados, lee cuidadosamente cada afirmación y si una de ellas describe como te sientes marca con una “X” en la casilla de la columna “SI”, es decir si estás de acuerdo con la oración, y marca con una “X” en la casilla de la columna “NO” si estas en desacuerdo con la oración. Solo debes marcar una casilla por enunciado. No hay respuesta correcta ni incorrecta, solo tienes que ser sincero y contestar sin pensar tus respuestas.

Nº	ITEM	SI	NO
1	Generalmente los problemas me afectan muy poco		
2	Me cuesta mucho trabajo hablar en público		
3	Si pudiera cambiaría muchas cosas de mí		
4	Puedo tomar una decisión fácilmente		
5	Soy una persona agradable		
6	En mi casa me enoja fácilmente		
7	Me cuesta trabajo acostumbrarme a algo nuevo		
8	Soy popular entre las personas de mi edad		
9	Mis padres generalmente toman en cuenta mis sentimientos		
10	Me doy por vencido fácilmente		
11	Mis padres esperan demasiado de mí		
12	Me cuesta mucho trabajo aceptarme tal como soy		
13	Mi vida es muy complicada		
14	Mis compañeros casi siempre aceptan mis ideas		
15	Tengo mala opinión de mí mismo		
16	Muchas veces me gustaría irme de casa		
17	Con frecuencia me siento incómodo con mis compañeros de la universidad		
18	Soy menos guapo o (bonita) que la mayoría de la gente		
19	Si tengo algo que decir generalmente lo digo		
20	Mi familia me comprende		
21	Los demás son mejores aceptados que yo		
22	Generalmente siento como si mi familia me estuviera presionando		
23	Generalmente me arrepiento de las cosas que hago		
24	Muchas veces me gustaría ser otra persona		
25	Se puede confiar muy poco en mí		



## ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

Sexo:.....

Año de ingreso: .....

Edad:.....

Programa:.....

Facultad:.....

### INSTRUCCIONES:

A continuación se presenta una serie de enunciados sobre su forma de estudiar, lea atentamente cada uno de ellos y responda con total sinceridad, marcando (X) en la casilla de la columna a la que pertenece su respuesta, tomando en cuenta el siguiente cuadro.

S	SIEMPRE
CS	CASI SIEMPRE
A	A VECES
CN	CASI NUNCA
N	NUNCA

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



