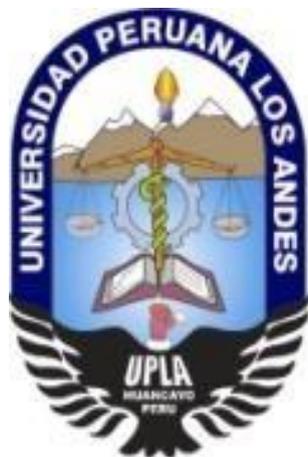


UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES

Facultad de Ciencias de la Salud

Escuela Profesional de Psicología



TESIS

TÍTULO : PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE ECONOMÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE HUANCAVELICA - 2020.

PARA OPTAR : Título profesional de psicólogo

AUTORES : Bach. Flores Galindo, Lilia
: Bach. Huamaní Castro, Patricia

ASESORES : Metodológico Mg. Nilton David Vilchez Galarza
Temático: Ps. José Antonio Cuadros Espinoza

LÍNEA DE INV. INSTITUCIONAL : Salud y Gestión de salud.

FECHA DE INICIO Y CULMINACIÓN : Octubre del 2020 a febrero del 2021

HUANCAYO – PERÚ
2020

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a mis padres quienes me dejaron la mejor herencia que son los estudios permitiéndome trazar mi camino y caminar con mis propios pies, de la misma manera a mi esposo José de Guadalupe por tantos momentos de felicidad a mis hijos por siempre impulsarme para seguir mejorando como esposa, madre y profesional.

Este trabajo va dedicado a Dios por brindarme salud, fortaleza y capacidad para continuar mis metas en el trayecto de mi vida, así mismo a mi esposo Yuri Roberto por ser quien me impulsa y me inspira día a día para superarme profesionalmente a mis hijos Leonardo y Piero por ser la razón de mi vida.

Las autoras

AGRADECIMIENTO

Queremos agradecer con toda devoción a Dios por permitirnos cumplir uno de nuestros anhelos, aun en estos tiempos de pandemia que estamos atravesando a nivel mundial, viviendo el día a día con noticias inciertas sin saber que nos depara el mañana de la misma manera superando y persiguiendo nuestros sueños viviendo el aquí y el ahora con mucho optimismo y perseverancia.

A nuestras familias por el apoyo incondicional y desmedido que siempre nos brindaron a lo largo de la preparación de nuestra carrera profesional.

A nuestros esposos por el gran amor, paciencia y comprensión quienes fueron un pilar fundamental en nuestro camino profesional brindándonos confianza, consejos, motivación y recursos para lograrlo, por estar siempre en los momentos difíciles y gratos.

Patricia y Lilia

INTRODUCCION

En el contexto actual, en donde se vivencian muchos problemas a nivel social y político, como incremento de la sensación de inseguridad ciudadana, percepción de desigualdad social, pobreza, corrupción, etc., y el principal estresor actual, la pandemia por el virus SARS-COV2, el cual por proceso epigenético, un ente orgánico cuenta con la facultad de generar cambios sociales y políticos (Ortiz, 1998).

La educación universitaria no ha sido ajena a este cambio, siendo el principal cambio la masificación de la educación virtual, la cual consiste en adaptar un contenido académico a un entorno de enseñanza sincrónico o asincrónico, que depende en demasía de la capacidad del estudiante de planificar y organizar su tiempo en casa para visualizar las sesiones académicas, resolver cuestionario y desarrollar tareas. A esta responsabilidad, se tiene que aunar las responsabilidades domésticas y los distractores como son los juegos en línea, redes sociales y actividades extracurriculares, lo que dan como resultado el incremento de los niveles de estrés y a largo plazo la generación de síntomas psicopatológicos. La escuela profesional de Economía de la Universidad Nacional de Huancavelica, se ha adaptado a la circunstancia actual, por ella brinda sus clases a través de una plataforma virtual, que ha permitido a los estudiantes proseguir con sus estudios superiores, sin embargo, esto ha traído otras dificultades, como el acceso a la red, horarios de clases, organización del tiempo y cumplimiento de metas que podría alterar la estabilidad emocional del estudiante.

La presente investigación titulada: “procrastinación académica y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica - 2020”, busca determinar la relación entre la procrastinación académica y el bienestar psicológico, para ello se empleó el método científico, siendo el estudio de nivel básico con un diseño correlacional, empleando como instrumentos a la escala de Procrastinación académica (EPA)

y la Escala de bienestar Psicológico para adultos (BIEPS-A) a una muestra de 148 estudiantes de economía de la Universidad nacional de Huancavelica. A continuación, se presenta la estructura del presente proyecto de investigación:

En el capítulo I, se abordan temas relacionados al planteamiento del problema, delimitándolo para luego formular la pregunta de investigación que permitirá establecer los objetivos, tanto general como específicos.

En el capítulo II, se desarrolla el marco teórico, presentando los antecedentes de investigación, bases teóricas y el marco conceptual de cada una de las variables y dimensiones.

En el capítulo III, se plantean las hipótesis de estudios y se definen tanto conceptual y operacionalmente las variables de estudio.

En el capítulo IV, se desarrolla la metodología de estudio, abordado el método, tipo, nivel y diseño de investigación. Asimismo, se aborda el marco muestra, las técnicas de recolección de datos y procesamiento de datos, para finalizar con los aspectos éticos de la investigación.

Finalmente, en el capítulo V, se presentan los resultados de la investigación, mostrando inicialmente la descripción estadística de las variables, para posteriormente realizar la contratación de hipótesis.

CONTENIDO	Pag.
INTRODUCCIÓN.....	iv
CONTENIDO.....	v
CONTENIDO DE TABLAS	ix
CONTENIDO DE FIGURAS	x
1. CAPITULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	
1.1 Descripción de la realidad problemática.....	11
1.2 Delimitación del problema.....	14
1.3 Formulación del Problema.	14
1.3.1 Problema General.....	14
1.3.2 Problemas Específicos.....	14
1.4 Justificación.....	15
1.4.1 Social.....	15
1.4.2 Teórica.....	15
1.4.3 Metodológica.....	16
1.5 Objetivos.....	16
1.5.1 Objetivo General.....	16
1.5.2 Objetivos Específicos.....	16
2. CAPITULO II: MARCO TEÓRICO	
2.1 Antecedentes.....	17
2.1.1. Antecedentes internacionales.....	17
2.1.2. Antecedentes nacionales.....	20
2.1.3. Antecedentes Locales.....	23
2.2 Bases teóricas o científicas.....	25

2.2.1. Procrastinación académica	25
2.2.2. Bienestar psicológico	33
2.3 Marco conceptual.....	40
3. CAPITULO III: HIPÓTESIS	
3.1 Hipótesis general.....	42
3.2 Hipótesis específicas.....	42
3.3.Variables.....	43
4. CAPITULO IV: METODOLOGIA	
4.1 Método de investigación.....	45
4.2 Tipo de investigación.....	45
4.3 Nivel de investigación.....	46
4.4 Diseño de investigación.....	46
4.5 Población y muestra.....	47
4.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	51
4.7 Técnicas de procesamiento y análisis de Datos.....	58
4.8 Aspectos éticos de la investigación.....	59
5. RESULTADOS	
5.1 Descripción de los resultados	61
5.2 Contrastación de hipótesis	66
ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS	73
CONCLUSIONES	
RECOMENDACIONES	
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	
ANEXOS	
Matriz de consistencia	

Matriz de operacionalización de variables

Matriz de operacionalización de instrumentos

Instrumento de investigación y constancia de su aplicación

Confiabilidad y Validez del instrumento

Data de procesamiento de datos

Consentimiento informado

Fotos de aplicación del instrumento

CONTENIDO DE TABLAS

Tabla 1 Distribución de la población.....	46
Tabla 2 Distribución de la muestra por ciclo.....	49
Tabla 3 Distribución de la muestra por sexo.....	49
Tabla 4 Distribución de la muestra por edad.....	50
Tabla 5 Opinión de los jurados de la EPA	53
Tabla 6 Confiabilidad de la EPA	54
Tabla 7 Opinión de los jurados del BIEPS-A.....	56
Tabla 8 Confiabilidad del BIEPS-A	57
Tabla 9 Niveles de la dimensión postergación de actividades	61
Tabla 10 Niveles de la dimensión autorregulación académica	62
Tabla 11 Presencia de procrastinación académica	63
Tabla 12 Nivel de bienestar psicológico	64
Tabla 13 Prueba de normalidad	65
Tabla 14 Relación entre procrastinación académica y bienestar psicológico	66
Tabla 15 Relación entre autorregulación académica y bienestar psicológico.....	68
Tabla 16 Grado de relación según coeficiente de correlación	68
Tabla 17 Relación entre planificación de actividades y bienestar psicológico	70

CONTENIDO DE FIGURAS

Figura 1 Niveles de la dimensión postergación de actividades	61
Figura 2 Niveles de la dimensión autorregulación académica	62
Figura 3 Presencia de procrastinación académica	63
Figura 4 Nivel de bienestar psicológico	64

RESUMEN

La presente investigación es de tipo básico, de nivel descriptivo con un diseño correlacional, que tuvo como objetivo principal determinar la relación significativa entre procrastinación académica y bienestar psicológico (BP) en estudiantes de economía de la Universidad Nacional de Huancavelica, 2020. La muestra estuvo constituida por 148 estudiantes de los ciclos impares (I, III, V, VII y IX) de la escuela profesional de Economía de la Universidad Nacional de Huancavelica, que estuvieran matriculados en ciclo académico 2020-II, que fueron seleccionados mediante un muestro no probabilístico de tipo intencional. Se empleó el Cuestionario de Procrastinación Académica (EPA) de Dominguez (2014) y el Cuestionario de Bienestar Psicológico para adultos (BIESP-A) de Casullo (2002). Los resultados indican que se halló una relación significativa entre procrastinación académica y BP (X^2 observado 13,800 mayor al X^2 teórico 10,597, con un gl de 2 y un $p < 0,005$). Del mismo modo se identificó una relación débil, inversa ($Tau b = -0,304$) y significativa ($p < 0,008$) entre la dimensión autorregulación académica y el BP. Asimismo, se logró identificar relación débil, inversa ($Tau b = -0,233$) y significativa ($p < 0,001$) entre la dimensión postergación de actividades y BP. en estudiantes de economía de la Universidad Nacional de Huancavelica -2020.

Palabras clave: Procrastinación académica, bienestar psicológico, postergación de actividades, autorregulación de académica.

ABSTRACT

The present research is of a basic type, descriptive level with a correlational design, whose main objective was to determine the significant relationship between academic procrastination and psychological well-being (BP) in economics students from the National University of Huancavelica, 2020. The sample was made up of 148 students from the odd cycles (I, III, V, VII and IX) of the Professional School of Economics of the National University of Huancavelica, who were enrolled in the 2020-II academic cycle, who were selected through a non-probabilistic sample intentional type. The Academic Procrastination Questionnaire (EPA) by Dominguez (2014) and the Psychological Well-being Questionnaire for adults (BIESP-A) by Casullo (2002) were used. The results indicate that a significant relationship was found between academic procrastination and BP (observed X^2 13,800 greater than the theoretical X^2 10.597, with a gl of 2 and a $p < 0.005$). In the same way, a weak, inverse (Tau b = -0.304) and significant ($p < 0.008$) relationship was identified between the academic self-regulation dimension and the BP. Likewise, it was possible to identify a weak, inverse (Tau b = -0.233) and significant ($p < 0.001$) relationship between the dimension of postponement of activities and BP. in economics students from the National University of Huancavelica -2020

Keywords: Academic procrastination, psychological well-being, postponement of activities, academic self-regulation

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

El realizar estudios universitarios exige que los estudiantes cuenten con varias competencias que les van a permitir superar la fuente de estrés y ansiedad que las actividades académicas le van a generar, el cual puede influir en el bienestar físico y/o psicológico (Aranceli, Perea y Ormeño, 2006; Guarino, Gavidia, Antor y Caballero, 2000) que obligan a los estudiantes a emplear diversas estrategias cognitivas, conductuales y afectivas que le permitan afrontar exitosamente los retos de la educación superior (De Pablo, Baillés, Pérez y Valdés, 2002).

Actualmente la educación universitaria en el Perú refleja múltiples problemas, según el Ranking Académico de las Universidades del Mundo (ARWU), el año 2019 solo una universidad peruana se encuentra ubicada dentro de las 500 mejores universidades a nivel global (El Comercio, 2019). Ante la necesidad de encontrar una mejora en la calidad educativa, la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria (SUNEDU), inicio su proceso de licenciamiento institucional, sin embargo, se evidencia que el 54% de estudiantes presenta bajo rendimiento académico de (Pachao y Tasayco, 2018).

De acuerdo a la consultora Penta Analytics, citado por el diario Gestión (2017), señala que el 27% de los estudiantes de educación superior universitaria privada

desertan de sus estudios en el primer año de estudios, mientras que esta cifra alcanza al 48% de estudiantes que no logra culminar la carrera, asociando la deserción universitaria a problemas emocionales, hábitos inadecuados de estudio y las deudas que contrae el estudiante al obtener un bajo rendimiento académico.

Una de las principales causas de tener un bajo rendimiento académico, es la procrastinación académica (Garzón y Gil, 2016), la cual es definida como la “acción de retrasar voluntaria e innecesariamente la realización de tareas al punto de experimentar malestar subjetivo” (Solomon & Rothblum, 1984, citado por Dominguez S. 2017, p.82).

Domínguez, (2017) sostiene que la procrastinación no es un comportamiento nuevo, es un variable que está presente en las universidades peruanas, donde los estudiantes tienden a esperar a último momento para realizar sus trabajos académicos, estudiar, etc., es tan generalizada esta acción, que se ha normalizado la conducta en nuestros estudiantes, sin embargo es un problema, que no solo involucra al estudiante, puesto que experimenta malestar psicológico al realizar los trabajos a último minuto (Lara, 2018), sino que ve reflejado en su bajo rendimiento académico, deficiencias en la ejecución de procedimientos, fracaso al momento de rendir exámenes y el abandono de los estudios por las consecuencias que trae reprobar cursos de manera sistemática (Garzón A.& Gil J., 2016 y 2017; Naturil C. et al, 2018), además este problema trasciende las aulas universitarias, al momento de desempeñarse profesionalmente, en donde las deficiencias académicas, se ven reflejadas en los resultados de su labor (Garzón & Gil, 2016).

Por otro lado, el bienestar psicológico es definido por Ryff (1989, citado por Barrera L. et al, 2019 p.245) como el “desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, donde la persona evidencia valores de actividad positiva”, en vista de ello un estudiante que presenta altos niveles de bienestar psicológico presenta muchas bondades a nivel

educativo y para un estudiante es imprescindible, puesto que le permite afrontar con una actitud positiva las altas demandas sistema universitario, experimentando autonomía, seguridad y altas dosis de confianza (Ross G. et al, 2019; Quispe A., 2018). Al respecto Villaseñor (2016) sostiene que existe una relación significativa entre el bienestar subjetivo y el rendimiento académico, puesto que el rendimiento académico es resultado de un adecuado nivel de bienestar psicológico y viceversa, describiendo que los estudiantes se caracterizan por presentar relaciones positivas, autoaceptación y planes a futuro. En vista de ello, se muestran indicios de una posible relación entre la procrastinación y el bienestar subjetivo, siendo el punto de conjunción el rendimiento académico.

Brando et al (2019), menciona que el bienestar psicológico como cuenta con la capacidad de predecir la aparición de la procrastinación en un 21.5%. En la misma línea, otro estudio señala que la autonomía y autoaceptación son predictivos de la procrastinación académica (Chacaltana, 2018).

Por otro lado, Hernández (2016), señala que los motivos de procrastinación se asocian con el bienestar psicológico, indicando que las variables causantes de esta alteración, son los síntomas psicopatológicos de ansiedad, estrés crónico, obsesiones surgen como consecuencia de procrastinar (Córdova, 2018). Asimismo, Mestanza, (2019), señala que los pensamientos persistentes de culpabilidad, dificultad para tomar decisiones, sensación de incompetencia y fracasados que experimentan los estudiantes procrastinadores se asocian a bajos niveles de bienestar psicológico.

El contexto de pandemia que nos encontramos afrontando a consecuencia de la aparición del COVID-19, los docentes de la escuela profesional de Economía de la Universidad Nacional de Huancavelica, han observado que los estudiantes presentan dificultades para adaptarse a la nueva modalidad de dictado clases, lo cual ha alterado

su desempeño en las actividades académicas, mostrando dificultad para cumplir con los plazos de entrega de trabajos, poca participación en las clases e improvisación en sus exposiciones. Reconocen los docentes entrevistados, que esto se debe a que muchos estudiantes no están preparados para afrontar esa circunstancia, por carecer de hábitos de estudio, orden, autocontrol y planificación de sus actividades, aunado a la falta de espacios adecuados para estudiar en casa, los juegos online y el temor a enfermarse o que enfermen otros miembros de la familia, ocasionan que se pueda alterar la sensación de bienestar y el incremento de conductas procrastinadoras, en vista a ello, planteamos la realización del presente estudio, con la finalidad de incrementar el conocimiento de la conducta del estudiante frente a la educación virtual que se origina ante una situación extrema.

1.2. Delimitación del Problema

Delimitación temporal: El trabajo de investigación tuvo una duración de cuatro (04) meses, teniendo como inicio el mes de octubre hasta el mes de febrero del 2021

Delimitación espacial: El trabajo de investigación se realizó con estudiantes de educación superior de la escuela profesional de Economía de la Universidad Nacional de Huancavelica en el 2020, de la provincia, distrito, departamento y región de Huancavelica.

Delimitación teórica: Mediante la investigación se conoció como se relaciona la procrastinación académica y el bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica -2020.

1.3. Formulación del Problema

1.3.1. Problema General

¿Cuál es la relación entre la procrastinación académica y el bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica-2020?

1.3.2 Problemas Específicos

- ¿Cuál es la relación entre la dimensión autorregulación académica y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica-2020?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión postergación de actividades y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica-2020?

1.4. Justificación

El presente trabajo de investigación busca hallar la relación que existe entre procrastinación académica y el bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica - 2020.

1.4.1. Social.

La procrastinación académica conjuntamente con la sensación de bienestar psicológico contribuyen en la generación de alteraciones emocionales y de trastornos mentales, cuyos efectos a nivel social se evidencian en el rendimiento académico de los estudiantes, deserción universitaria y la alteración en el proyecto de vida de los estudiantes y sus familias, que genera pérdidas económicas al país, en vista ello, el resultado de la investigación, servirá como insumo para generar programas de intervención de tipo preventivo promocional en estudiantes de educación superior que permitan formar hábitos y estilos de vida saludables orientados a generar sensación de bienestar psicológico y menguar los efectos de procrastinación en los estudiantes universitarios.

1.4.2. Teórica

La importancia teórica del presente estudio yace en la evidencia empírica de la relación de ambas variables y su comportamiento con la población de estudio, el

cual permitirá explicar e incrementar el conocimiento científico de ambas variables, sirviendo éstas como fuente de nuevas investigaciones aplicadas y/o meta analítica, cuyos resultados podrán cubrir vacíos teóricos que presenta la presente teoría.

1.4.3. Metodológica

El estudio se desarrollará en cumpliendo los requerimientos que exige el método científico, el cual permitirá generar conocimientos científicos válidos de utilidad a la sociedad y a la comunidad científica. Asimismo, para hallar los resultados, se emplearán instrumentos psicométricos para ser aplicados a la población objetivo, previamente se obtendrán las propiedades psicométricas, los cuáles podrían ser empleados en futuras investigaciones y/o en la evaluación y diagnóstico que podría realizar el profesional psicólogo clínico, educativo, social y organizacional.

1.5. Objetivos

1.5.1. Objetivo General

Determinar la relación procrastinación académica y el bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica - 2020.

1.5.2. Objetivos Específicos

- Identificar la relación entre la dimensión autorregulación académica y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica -2020.
- Identificar la relación entre la dimensión postergación de actividades y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica -2020.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.2. Antecedente Internacionales

En Brasil, Silva, Lechuga, Costa y Texeira, (2020), en su investigación titulada: *“Avaliando o papel da procrastinação acadêmica e bem-estar subjetivo na predição da satisfação com o programa de pós-graduação”*, indica que tuvo como objetivo conocer en qué medida la procrastinación académica y el bienestar subjetivo están relacionados con la satisfacción con la posgraduación. El estudio fue de diseño descriptivo correlacional transeccional. Los participantes del estudio fueron 263 estudiantes de posgrado, con edad media de 29 años (DE = 6.48), siendo la mayoría del sexo masculino (67.3%), soltera (60.1%) y en el máster (58%), los cuales respondieron a la Escala de Procrastinación Académica, Escala de Satisfacción con el Programa de Postgrado, Escala de Satisfacción con la Vida, Escala de Afectos Positivos y Negativos y preguntas demográficas. Los resultados indicaron que la procrastinación académica (-) y el bienestar subjetivo (+) predijeron la satisfacción con el programa de postgrado.

En Mexico, Piña (2017), en su tesis titulada: *“Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes universitarios”*, realizada en Toluca México, señala que el estudio que el objetivo de esta investigación fue determinar el grado de relación entre

resiliencia y bienestar psicológico. El muestreo fue no probabilístico por cuotas, llegando a estar compuesta por un total de 350 participantes, entre los 17 y 20 años de edad de diferentes universidades públicas. Aplicó las escalas de bienestar psicológico de González (2013) y la escala de resiliencia, de González-Arratia (2011). Los resultados indican altos niveles de resiliencia y bienestar, encontrándose una asociación positiva significativa ($r = .555$, $p = .000$) de la prueba ANOVA

En Turkía, Balkins y Durú (2017), en su investigación titulada: “Gender Differences in the Relationship between Academic Procrastination, Satisfaction with Academic Life and Academic Performance”, *señala* que si estudio examinó las diferencias de género en relación con la procrastinación académica, el rendimiento académico y la satisfacción de la vida académica. Para ello, evaluó a 441 estudiantes de pregrado (49,4% de las mujeres y 50,6% de los hombres). Se utilizó el inventario Aitken de procrastinación, la escala de satisfacción académica y un formulario de información demográfica se utilizaron para recopilar datos. Hallando que la procrastinación académica se relacionó negativamente con el rendimiento académico y la satisfacción de la vida académica. Los estudiantes varones tuvieron una mayor procrastinación académica y menor nivel de rendimiento académico y satisfacción en la vida académica. Los análisis Manova y Regresión Jerárquica mostraron que el género moderaba la relación entre la procrastinación académica, el rendimiento académico y la satisfacción de la vida académica, sugiere que los estudiantes varones son más vulnerables al efecto destructivo de la procrastinación académica en términos de rendimiento académico y satisfacción de la vida académica.

En la India, Sundaramoorthy, (2018), en su investigación titulada: “Self-Regulated Learning Strategies of Active Procrastinating Pre-University Students”. Señala que el objetivo fue explorar la predisposición activa de los estudiantes

preuniversitarios (PUC) en relación con su aprendizaje autorregulado. Contó con 120 estudiantes de la PUC fueron seleccionados de cuatro escuelas diferentes de la ciudad de Gulbarga en el estado de Karnataka, India, a través de un muestreo aleatorio de múltiples etapas. Se aplicó una ficha sociodemográfica, la escala procrastinación activa y la medida de aprendizaje autorregulado. Halló que los estudiantes de padres con estudios superiores tienen mayor procrastinación activa. No halló diferencias significativas en los niveles de procrastinación activa entre estudiantes de zonas urbanas y rurales, sin embargo, los estudiantes urbanos tienen una mayor organización y para realizar ensayos y buscar estrategias soporte emocional. Del mismo modo, halló que los estudiantes que participan en actividades extracurriculares tienden a presentar mejor capacidad de planificación y organización.

En México, Cervantez, Valadez, Valdés, y Tanori, (2018), en su estudio titulado: *“Diferencias en autoeficacia académica, bienestar psicológico y motivación al logro en estudiantes universitarios con alto y bajo desempeño académico”*, señala que se propusieron determinar las diferencias en percepción de autoeficacia académica, bienestar psicológico y motivación al logro académico en estudiantes universitarios con alto y bajo desempeño académico. El diseño fue descriptivo comparativo transaccional. La muestra estaba compuesta por 495 estudiantes universitarios, identificando a 60 con alto desempeño ($M = 9.67$, $DE = .10$ promedio académico) y 60 con bajo desempeño ($M = 8.17$, $DE = .18$ promedio académico). Los resultados de la prueba de regresión logística sugirieron que la autoeficacia académica ($OR = 2.52$) y la motivación al logro relacionada con la maestría ($OR = 4.98$) se asocian de forma positiva con la pertenencia de estudiantes al grupo de alto desempeño, mientras el bienestar psicológico en las relaciones

sociales lo hace de forma negativa. Se concluyó que la autoeficacia y la orientación al logro favorecen el logro académico y que el bienestar no es una variable relacionada con este tipo de desempeño.

2.1.3. Antecedente Nacional

Fiestas, (2019), realizó su tesis titulada: *“La relación entre la autoeficacia, los tipos de motivación y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria”*, el cual tuvo como propósito de la presente investigación fue el de estudiar, tomando en cuenta los tipos de motivación (desde la Teoría de la Autodeterminación) y la autoeficacia, cuál es el mejor predictor de la procrastinación académica en un grupo de estudiantes de secundaria. El diseño de la investigación fue descriptivo correlacional causal, en donde participaron 301 estudiantes de secundaria de dos instituciones privadas de Lima Metropolitana, quienes en su mayoría fueron mujeres (57.5%). A su vez, se analizaron las propiedades psicométricas de los instrumentos utilizados, hallándose buenas evidencias de validez y confiabilidad en esta muestra. Se encontró que la motivación controlada predijo de manera significativa y positiva a la procrastinación académica ($\beta = .15^{**}$, $t = 2.78$), mientras que la motivación autónoma la predijo de manera significativa y negativa ($\beta = -.41^{***}$, $t = -7.59$). Contrario a lo que se esperaba, la autoeficacia no fue un predictor significativo de la procrastinación académica ($\beta = -.06$, $t = -1.10$, n.s.).

Hernandez, (2016), en su tesis titulada, *“Procrastinación académica, motivos de procrastinación y bienestar psicológico en alumnos de ingeniería industrial de una universidad de Trujillo”*. Esta investigación determinó la relación entre procrastinación académica y motivos de procrastinación con el bienestar psicológico en una muestra de 246 alumnos de ingeniería industrial de una universidad de

Trujillo. Se utilizaron los siguientes instrumentos, para procrastinación académica, la adaptación de Furlan, Heredia, Piemontesi, Illbele y Sánchez (2010) de la Escala de procrastinación de Tuckman; para motivos de procrastinación, el Test de diagnóstico motivacional (Steel, 2011); y para bienestar psicológico, la escala de bienestar psicológico de Ryff adaptado por Díaz et al. (2006). Los resultados muestran correlación negativa y una probabilidad altamente significativa entre procrastinación académica y motivos de procrastinación con el bienestar psicológico

Chacaltana, (2018), en su tesis titulada: *“Procrastinación académica, adaptación universitaria y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de psicología – Ica”*, La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación y causalidad entre la procrastinación académica, la adaptación universitaria y el bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad nacional de Ica, de II, IV, VI y VIII ciclos. La muestra estuvo conformada por 170 estudiantes (30 varones y 140 mujeres), con edades entre los 16 y 37 años. Este estudio es de nivel descriptivo, de tipo sustantivo y diseño correlacional – causal. Se utilizaron como instrumentos de recolección de datos: La Escala de procrastinación académica de Busko, el Cuestionario de Vivencias académicas (QVA-R) y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Los resultados evidenciaron que existe una relación estadísticamente significativa entre la procrastinación académica, la adaptación universitaria y el bienestar psicológico. Se concluye que la adaptación al estudio, la adaptación personal (factores de la adaptación universitaria), el crecimiento personal, la madurez personal y la autoaceptación (factores del bienestar psicológico), son factores predictivos de la procrastinación académica.

Carranza, Hernandez y alhuay, (2017), en su investigación titulada: *“Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de pregrado de*

psicología”, Tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre bienestar psicológico y rendimiento académico en los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Tarapoto, Perú. Se utiliza un diseño no experimental de tipo descriptivo correlacional. La población participante del estudio estuvo compuesta por 210 estudiantes de Psicología. Se emplea como instrumento la escala de bienestar psicológico de Ryff de 39 ítems distribuidos en 6 dimensiones: auto aceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal. Las propiedades psicométricas indicaron que es válido y confiable. Los resultados evidencian que existe una relación directa y altamente significativa entre bienestar psicológico y rendimiento académico ($r = 0.300, p < .01$), por tanto, cuan mayor sea el bienestar psicológico mejor será el rendimiento académico.

Sotelo, (2019), realizó su tesis titulada: “*Relación entre calidad de vida y procrastinación académica en los estudiantes de psicología de la universidad continental de la ciudad de Huancayo - 2018*”. Tuvo como propósito determinar la relación entre calidad de vida y procrastinación en estudiantes de Psicología de la Universidad Continental de la ciudad de Huancayo – 2018. Las bases teóricas consideran conceptos fundamentales de la calidad de vida y procrastinación académica. El tipo de investigación fue descriptiva correlacional, de diseño no experimental con un enfoque cuantitativo. Los participantes fueron 280 estudiantes de ambos géneros, que cursaban del I al X ciclo, fueron escogidos de manera estratificada de acuerdo al ciclo. A través de la encuesta, se les aplicó la Escala de Calidad de Vida de Olson y Barnes y la Escala de Procrastinación Académica. Los resultados del estudio mostraron la existencia de relación significativa inversa entre ambas variables en los estudiantes de psicología de la Universidad Continental de la

ciudad de Huancayo, demostrado con el estadístico de correlación de Pearson: r de Pearson = -0,550.

Yarlequé, et al. (2016), en su investigación titulada “*Procrastinación, estrés y bienestar psicológico en estudiantes de educación superior de Lima y Junín*”. señalan que su investigación aborda la relación entre procrastinación, estrés y bienestar psicológico en los estudiantes de educación superior. Se utilizó el método descriptivo con diseños: causal comparativo y correlacional. Se evaluó a 1006 universitarios de Lima y Huancayo, en las variables procrastinación, afrontamiento del estrés y bienestar psicológico. Los resultados mostraron, entre otras cosas que no existe relación entre las variables. El afrontamiento del estrés no depende de la procrastinación, que el bienestar psicológico no depende del afrontamiento del estrés, pero si se halló relación de dependencia entre la procrastinación y el bienestar psicológico, es decir que a menor procrastinación mayor bienestar psicológico.

2.1.4. Antecedente Local

Lara, (2018), en su tesis titulada: “*Síntomas de salud mental, procrastinación académica y rendimiento académico en estudiantes de psicología de la Universidad Alas Peruanas – Filial Huancavelica*”, tuvo el objetivo de determinar la relación significativa entre la procrastinación académica, sintomatología de salud mental y el rendimiento académico en estudiantes de Psicología de la universidad Alas Peruanas, filial Huancavelica. La investigación es de tipo cuantitativa de nivel descriptivo correlacional, empleando para ello como método general el científico y como específico el correlacional. El diseño es no experimental de tipo transversal correlacional. La población estuvo constituida por 93 estudiantes que cursaban el IV, V, VI y VIII ciclo de la escuela profesional de psicología humana matriculados en el ciclo 2017-II, de los cuáles fueron seleccionados 75 estudiantes por medio de un

muestro probabilístico proporcional. Se empleó la escala de procrastinación académica (EPA) y el cuestionario de evaluación de síntomas (SA-45). Se halló que los síntomas más frecuentes e intensos fueron depresión, ansiedad, fobia, obsesión y paranoia y que presentan un nivel medio de procrastinación académica. Se estableció que existen diferencias significativas en los niveles de procrastinación según el sexo y al ciclo de estudios, señalando que los estudiantes varones y de últimos ciclos, tienden a ser más procrastinadores. Así mismo se determinó que existe una relación negativa significativa ($p < 0,001$) entre la procrastinación y el rendimiento académico, y que a su vez ésta se correlaciona negativa y significativamente con la sintomatología depresiva ($p < 0,01$), paranoica ($p < 0,001$) y obsesiva ($p < 0,001$) respectivamente. Por lo que se puede concluir que el rendimiento académico tiene una relación lineal e inversa con la procrastinación académica y los síntomas depresivos, obsesivos y de paranoia.

Ayala y Chocce, (2018), en su tesis titulada *“Bienestar psicológico y funcionalidad familiar en los estudiantes de la institución educativa N°36368 de Callqui Grande – Huancavelica, 2018”*, señala que su estudio tuvo como objetivo Determinar la relación entre bienestar psicológico y funcionalidad familiar en los estudiantes de 3° a 6° grado de la Institución Educativa N° 36368 de Callqui Grande, Huancavelica - 2018. La investigación fue de tipo básica, de un nivel descriptivo – correlacional y diseño no experimental, transaccional – correlacional. Se realizó el muestreo no probabilístico por conveniencia, aplicó la escala de Ryff y el test de APGAR. Los resultados señalan que; 43,3% de los estudiantes de 3° a 6° grado alcanzan un nivel medio de bienestar psicológico y una familia moderadamente disfuncional, 16,7%, bienestar psicológico y familia funcional alto, y, 6,7%, alcanzan un bienestar psicológico y moderadamente disfuncional. Se concluye que las

variables de estudio son independientes; vale decir, que existe evidencia estadística suficiente de dependencia entre el bienestar psicológico y funcionalidad familiar.

2.2. Bases teóricas o Científicas

2.2.1. Procrastinación académica

La procrastinación como tal, hace referencia al patrón de comportamientos (Ferrari y Emmons; 1995; Carranza et al, 2013) o la predisposición generalizada a aplazar el inicio y/o finalización de la ejecución de una tarea o actividad, lo cual se acompaña por un malestar subjetivo, siendo generalmente la ansiedad y la preocupación (Lay, 1986; citado por Díaz-Morales, 2019). Cabe señalar que no solo responde a la irresponsabilidad y la mínima gestión de tiempo, la procrastinación sugiere dificultades en la “autorregulación cognitiva, afectiva y conductual” (Díaz-Morales, 2019 p.44)

Como Díaz (2019) lo manifiesta la postergación y la procrastinación tienen características diferentes muy marcadas. El primero responde a aplazar la ejecución de una actividad, debido a darle prioridad o inmediatez a otro evento que este causando malestar; mientras que el segundo no existe una actividad prioritaria por el cual se pueda justificar la postergación (Ferrari, Johnson, & McCown, 1995).

La procrastinación es un problema muy alarmante, puesto que al no concretizar lo planeado en un tiempo específico, traerá consecuencias negativas para la persona y su desarrollo en cualquier contexto, teniendo efectos en la vida académica (Cao, 2012; Chun & Choi, 2005; Dominguez et al., 2014) y seguidamente en el bienestar subjetivo (Clariana et al, 2011; Steel, 2007; Steel & Klingsieck, 2016; citados en Dominguez S., 2017). Díaz-Morales (2019) recalca que tiene gran influencia en los ámbitos de la salud, laboral, económico, familiar, educativo y por tanto social (Sirois, 2015; Metin, Taris, & Peeters, 2016; Ericson, 2017 y Soysa &

Weiss, 2014) y a nivel académico le persigue efectos considerables como son entre los principales el estrés y el rendimiento académico (Moreta-Herrera y Durán-Rodríguez, 2018)

Schouwenburg et al. (2004) indica que la procrastinación puede inferirse, a nivel cognitivo como la baja o nula intención de realizar el trabajo, además de la serie sesgos cognitivos como son las excusas; también se observa las manifestaciones conductuales como no entregar los trabajos en el plazo indicado, el autosabotaje con el fin de no hacer el trabajo o la simple impuntualidad. En nuestro país se estima que el 76% de peruanos son incumplidos y no por mucho en un 71% son impuntuales (Informativo Capital, 2014) estas cifras se traducen en US\$ 1,5 millones que le cuesta al Perú (El tiempo, 2007), observando la amplitud de esta problemática. En tanto, la procrastinación debe tomarse como un impedimento para el logro de metas, de la eficiencia y la productividad (Busko, 1998; citado por Álvarez, 2010)

En el ámbito académico universitario se evidencian esta característica de manera muy frecuente e intensa, en esta población las características más notables son el uso del tiempo en la socialización y otras actividades que les son más agradables o simplemente no hacer nada, dejando de lado las actividades que demanda su centro de estudios (Busko, 1998; Caballo, 2007; citado por Álvarez, 2010; Díaz-Morales, 2019). Conjuntamente, Lara (2018) manifiesta que los universitarios se caracterizan por “personalidades irresponsables, que no asumen consecuencias de sus actos, sin un sentido de vida y aparente orientación de su futuro, inclinándose en su gran mayoría por actividades que le brinden una satisfacción a corto tiempo” (Lara, 2018 p. 28). Teniendo presente los graves efectos de la procrastinación, más en esta etapa, puesto que la vida académica implica tareas y

fechas límites, esta conducta puede ser muy significativa con un impacto completamente negativo.

Entre todas las áreas la procrastinación tiene mucha luz en el ámbito académico, por las propias características que implican, las demandas, horarios, ejecución de actividades y fechas límites. De este modo, se puede observar que una mayoría (70%) de estudiantes presentan procrastinación académica (Shouwenburg et al, 2004; citado por Chávez-Ferrer, 2015). Y en América latina, nos topamos con que el 61% presentan procrastinación situacional (académica) y en un 20% procrastinación crónica (Ferrari, Ocallaghan y Newbegin, 2005; citado por Carranza et al, 2013) y la prevalencia en el Perú es muy significativa (Dominguez, 2017) siendo el indicador sobresaliente el retraso en la entrega de trabajos (Digdon & Howell, 2008).

Las investigaciones nos indican que adultos jóvenes tienen mayores niveles de procrastinación con respecto a género y edad (Ferrari et al, 1995; Steel & Ferrari, 2013; Van Eerde, 2003; citado en Chávez-Ferrer, 2015), asimismo, Sirois coloca a los adolescentes en una alta tendencia (80 a 95%) a la conducta procrastinadora (citado por Carranza et al, 2013), cabe señalar que en un gran porcentaje los universitarios de los primeros años son adolescentes. También estos resultados son confirmados en la revista de Díaz-Morales (2019) quien alude que las personas mayores procrastinan menos que los jóvenes. Por otro lado, un porcentaje de estudiantes procrastinadores (95%), al ser un fracaso reducir la procrastinación producen angustia y auto culpa que finalmente derivaran en problemas que afectan el bienestar psicológico y a la salud mental (Carranza et al, 2013).

Características de la procrastinación

Son pocos los autores quienes desarrollan las características de la procrastinación, presentando en esta oportunidad los tres siguientes autores.

Knaus, (1997; Angarita, 2012; citado por Lara, 2018) nos ofrece características personales específicas que explican la procrastinación:

- Creencias irracionales, las cuales se centran en una baja autoestima (autoimagen y auto concepto) produciendo sentimientos de inutilidad, incompetencia, etc.
- Perfeccionismo y miedo al fracaso, tomar de excusa a la inversión extensa de tiempo para desarrollar bien el trabajo y no terminarlo por falta de tiempo se asocia con el temor al fracaso.
- Ansiedad y catastrofismo, se intensifica los niveles de ansiedad, generando sensación de incompetencias para culminar el trabajo, es muy común la presencia de pensamientos fatalistas o aprehensión.
- Rabia e impaciencia, es característico de las personas perfeccionistas sumados a la gran demanda de actividades, se resulta no solo en rabia e impaciencia, también se materializa por la agresividad hacia uno y a los demás.
- Necesidad de sentirse querida, se centra en el reforzador de afecto y sentido de pertenencia ante el quehacer.
- Sentirse saturado, la mala gestión u organización ante las demandas puede generar sentirse aturdido y abrumado, provocando sentimientos de incapacidad ante la tarea.

Otro autor, Schouwenburg et al. (2004, citado en Díaz-Morales, 2019) quienes asumen que la procrastinación se compone por:

- Bajo control de impulsos
- Falta de persistencia
- Falta de disciplina en el trabajo

- Falta de habilidad para manejar el tiempo
- Incapacidad para trabajar metódicamente

Finalmente, Díaz-Morales (2019 p.54) resume que la alta tendencia de la procrastinación se forma por:

- La tendencia a la pasividad entorno a metas motivacionales
- La preferencia por información simbólica que organizan a través de su afectividad
- La tendencia a la indecisión y a la discrepancia respecto a las normas y costumbres sociales.

Enfoques teóricos de la procrastinación académica

Enfoque psicodinámico

Baker, citado por Atalaya y García (2019), sostiene que las experiencias tempranas son fundamentales para la estructuración del aparato psíquico, es donde la persona aprende a regular sus pulsiones y controlar la angustia, por ello, señalan que la persona procrastinadora se va formando desde la niñez.

Del mismo modo, como la procrastinación académica es la tendencia a postergar y evitar cumplir las tareas y responsabilidades que no son necesariamente placenteras, el ser humano tiende a evitarlas por el principio del placer, en vista a ello se genera la angustia primaria al momento de que afrontarla, por ello la persona empieza a presentar síntomas de ansiedad de las cuáles la persona se va proteger, lo que trae como consecuencia el empleo de los mecanismos de defensa como son la sublimación, proyección, negación y formación reactiva (Baker, 1979, citado en Ferrari y Díaz-Morales, 2007).

Enfoque conductual

De acuerdo a Atalaya y García (2019), este enfoque hace referencia a que la conducta procrastinadora es aprendida por modelamiento o moldeamiento por efecto de los reforzadores contingenciales. De acuerdo al modelo Skinneriano, la presencia inmediata de una consecuencia externa al individuo genera el aprendizaje, por ello, se puede afirmar que el comportamiento procrastinador surge por consecuencias ambientales. Similar postura es planteada por Thorndike, quien sostiene que el aprendizaje de una conducta depende de la ley de efecto, es decir, es la consecuencia ambiental placentera o displacentera que genera el aprendizaje de la conducta (Carranza y Ramírez, 2013). En vista de lo planteado anteriormente, la procrastinación académica es un comportamiento aprendido, pudiendo moldearse y modelarse por el efecto de la contingencia.

Enfoque cognitivo

Este enfoque teórico sostiene que la procrastinación surge a raíz de un procesamiento de la información disfuncional, es decir la evaluación conciente de postergar las actividades es por la presencia de pensamientos desadaptativos que surgen de esquemas mentales destructivos de imposibilidad y temor al rechazo social al momento de culminar y presentar trabajos académicos (Wolters, 2003). Del mismo modo, Wolters (2003), sostiene que las personas que no han podido aprender a priorizar sus necesidades y experimentan dificultad para organizar su tiempo, experimenta pensamientos obsesivos vinculados a ineficacia que surge cuando no cumplen sus metas propuestas y fracasan constantemente.

Para Ellis y Knaus (2002), sostienen que el contenido y la forma de pensar predisponen a una persona a procrastinar; es decir, de acuerdo a la forma de interpretar

las circunstancias y las creencias sobre sí mismo, generan la percepción de autoeficacia y satisfacción al momento de realizar las tareas académicas. De acuerdo al planteamiento de Ellis (1999) sobre la terapia racional emotiva, se observan tres momentos: A) El profesor solicita al alumno que prepare una exposición, reaccionando el estudiante pensando “no sirvo para eso”; B) el estudiante al momento de organizar el trabajo piensa “me pondré nervioso, le preguntare a mi compañero, lo haré después”; y C) al llegar la fecha muy próxima de la exposición, piensa “soy un tonto, como me pude olvidar, tu no cambias, el profesor se va a dar cuenta que no estudie”.

Ellis y Knaus (2002), explican que éste estilo de pensar es una creencia irracional, la cual conlleva a que la persona experimente una disonancia emotiva, por creer que es imposible desarrollar la actividad encomendada y por presentar poca tolerancia a la frustración

Factores para la comprensión de la procrastinación académica

La procrastinación académica se integra por la autorregulación académica y la postergación de actividades (Domínguez, 2014; citado en Lara, 2018)

- ***Autorregulación académica.***

En principio los objetivos de universitarios se centran en el aprendizaje y conforme a ello el estudiante fija y regula sus procesos cognitivos, afectivos, motivacionales y comportamentales a pie de su objetivo.

De este proceso se desprende características del estudiante como, disposición o iniciativa para estudiar y desarrollar actividades dentro del espacio y tiempo planificado, manteniéndose funcional a lo establecido por la institución y sociedad (Álvarez, 2010). Por otro lado, también incide en la ansiedad específica, disminuyendo o eliminando las sensaciones de hechos futuros, los

estudiantes en búsqueda de este equilibrio realizan las actividades en su tiempo (Kelly, 2002).

- ***Postergación de actividades.***

Es un mecanismo adaptativo al entorno académico, que implica el aplazamiento en la ejecución de actividades para la última hora, situación que provoca sensaciones ansiosas y auto culpa, que para evitarlo es necesario preceder excusas (Domínguez, 2014; citado por Lara, 2018)

Caballo, (2007, citado por Lara, 2018) asocia a esta característica con los rasgos egocéntricos, puesto que, el estudiante no se acomoda a las normas y exigencias sociales con el incumplimiento, viendo únicamente su equilibrio.

Por otro lado, este factor es asociado al estrés por Busko (1998; Álvarez, 2010) quien manifiesta que el estudiante prefiere evitar estrés, postergando la actividad o simplemente anulándola de sus planes. Sin embargo, en el momento de la presentación del trabajo los índices de estrés y angustia se dan en niveles muy altos.

También la evitación se da por la creencia irracional de la incompetencia para la ejecución de una actividad (Ferrari, 1995; citado por Lara 2018). Busko (1998; citado por Álvarez, 2010) disgrega dos patrones recurrentes de la postergación de actividades:

- Los diligentes, la postergación sirve como medio para explotar el potencial, bajo la presión que sugiere la situación.
- Los evitativos, la postergación se sujeta en la prioridad de experiencias agradables, como la socialización, actividades recreativas, etc. generalmente se excusa con el olvido de la actividad.

Clasificación de la procrastinación

Takacs (2005, citado por Angarita, 2012), propone siete tipos de procrastinación

- Perfeccionista, como aquel que considera que la tarea que aplaza no cumple estándares personales.
- Soñador, aquel que divaga y es poco realista.
- Preocupado, aquel que le afecta notablemente que las cosas salgan mal o estén fuera de control.
- Generador de crisis, que disfruta de algún tipo de interacción social vinculada con el aplazamiento.
- Desafiante, quien bajo la excusa de posible control de parte de terceros aplaza agrediendo.
- Ocupado, quien por estar atendiendo varias tareas a la vez no termina cada cual en concreto.
- Relajado, como aquel que tiende a evitar situaciones que le generan estrés y compromiso.

2.2.2. Bienestar psicológico

El bienestar psicológico es definido como la percepción de bienestar subjetivo interno positivo que tiene la persona de acuerdo a su experiencia de vida, la cual es resultado de la interacción de elementos hedónicos como satisfacción con la vida y afectividad positiva; y elementos eudamónicos como búsqueda de crecimiento personal, desarrollo de potencialidades y sentido de la vida presente y futuro (Vielma, 2010).

De acuerdo a Díaz, et al (2006), este término surge a consecuencia de la fusión de la tradición hedonística y Eudamónica del estudio del bienestar subjetivo, la cual es definida como la experiencia subjetiva de sentirse bien. Este término de similitud semántica pero que difiere del concepto de bienestar psicológico, de cuya

definición se resalta más que la experiencia, la vivencia propiamente dicha que genera la sensación de bienestar (Vielma, 2010).

En función a lo planteado anteriormente, se hace evidente que existen diferentes modelos y enfoques que analizan desde diferentes perspectivas la percepción de bienestar, en donde se resaltan diferentes factores como:

- variables contextuales (sistema de creencias, entorno psico-socio-cultural, etc);
- variables psicoanalíticas (pulsiones, motivadores inconscientes)
- variables biológicas (predisposición genética, sexo)
- variables espirituales

En función a estas variables de estudio, se plantearon modelos teóricos, lo cuáles pasamos a revisar brevemente:

- *Los modelos de “Arriba-abajo” (Top-down)*, este modelo sostiene que las personas reaccionan ante las vivencias, eventos y circunstancias asumiendo actitudes positivas y negativas según los rasgos de personalidad que posean, es decir la experiencia es vivenciada de forma particular y propia, por ello las personas son felices porque les gusta sentirse felices y no porque se sienten satisfechos todo el tiempo. Se asocian a esta postura factores como dimensiones y/o características de la personalidad, extraversión, labilidad afectiva, locus de control interno y externo, autoestima y optimismo. (Vielma, 2010)
- *Los modelos de “Abajo-arriba” (Bottom-up)*, para los seguidores de éste modelo, la percepción de bienestar surge a consecuencia de los momentos y experiencias placenteras y displacenteras o por la suma de ambos factores, de tal modo que la persona puede experimentar satisfacción solo cuando ha experimentado muchos momentos placenteros y que le sean satisfactorios (Vielma, 2010). Este modelo surge a consecuencia de los postulados de Maslow

(1968) y Murray (1965), quienes sostienen la satisfacción de necesidades genera sensación de bienestar y satisfacción (Salotti, 2006).

- *Modelo multidimensional de bienestar psicológico*, éste modelo sostiene que no son solo factores personales ni factores contextuales los que generan la sensación de bienestar, por ello, de acuerdo a Díaz et al (2006), este modelo surge al tratar de analizar los factores de eudamónicos y tras los aportes teóricos de Maslow (1968), Allport (1955) y Roger (1955) con sus conceptos de auto-realización, madurez y funcionamiento pleno respectivamente. Estas definiciones impulsaron los estudios de Keyes (1985), quien logró identificar las dimensiones de auto-aceptación, crecimiento personal, dominio del entorno, autonomía, relaciones positivas con otras personas y propósito en la vida, que sirvieron de fundamento para Ryff a finales de los 90 postulara el modelo multidimensional del bienestar psicológico, modelo que será analizado detenidamente en el siguiente apartado.

Modelo multidimensional del bienestar psicológico de Ryff.

Ryff (2008) sostiene que el bienestar psicológico es el indicador de un funcionamiento positivo en el individuo, que posibilita el desarrollo de sus capacidades y por tanto su crecimiento personal. Para esta autor, la persona que goza el bienestar psicológico es consciente de sus cualidades y limitaciones, se siente bien respecto a si misma, mantiene relaciones interpersonales satisfactorias con mucha responsabilidad social, además tiene muy presente su individualidad, con un propósito o sentido de vida, buscando aprender y crecer de cualquier experiencia, expresándose a través de las cogniciones, afectividades y actitudes consigo mismo, a nivel social y con el contexto comunitario (Vivaldi y Barra, 2012).

El bienestar psicológico es sumamente variante en cada persona, esta variable está influida por múltiples factores, entre los principales se encuentran las características sociodemográficas como la edad, etapa de vida, etc.; en una investigación se encontraron diferencias significativas, en donde los adultos (30-55 años) tenían altos puntajes en relación a los jóvenes (18-29 año) específicamente en auto - aceptación, dominio de entorno, crecimiento personal y propósito de la vida (García-Alandete, 2013). Sin embargo, la edad no lo es todo, también un elemento de gran determinación es como la persona se percibe. Ryff y Keyes (1995) asocian al bienestar psicológico con las creencias de la persona sobre sus actividades y el sentido que les da a sus experiencias pasadas (Vivaldi & Barra, 2012).

Los estudiantes universitarios poseen algunas ventajas respecto al bienestar psicológico propias de la edad (17 - 28 años), Dávila (2004 p.92) considera a este “período de vida, en que se completa el desarrollo físico del individuo y ocurren una serie de transformaciones psicológicas y sociales, cuando éste abandona la infancia para procesar su entrada en el mundo adulto”, en tanto, existen algunos elementos que favorecen y otros que también limitan a un mayor bienestar psicológico en esta población.

Schulenberg, Bryant, & O'Malley (2004, citado por Chávez-Ferrer, 2015) demostraron que el éxito del trabajo y la filiación de pareja permiten mantener un mayor nivel de bienestar durante la transición a la adultez. También Barrera et al (2019) asocian el considerarse un estudiante exitoso, con puntajes y notas aprobatorias suma al bienestar psicológico en esta población. Y muchas más variantes que observaremos a detalle en cada componente de esta variable:

Componentes del bienestar psicológico

Ryff & Singer (2008, Vivaldi & Barra, 2012) quienes hacen un estudio más profundo de esta área, logran dimensionar al bienestar psicológico en seis factores:

A. *Auto aceptación.* Se da cuando la persona se evalúa positivamente lo largo de su vida, toma en cuenta el auto-reconocimiento a partir de las percepciones y creencias que tiene de sí misma, están presentes los sentimientos de valía personal incluyendo aspectos positivos y negativos. Todo ello proporciona la regulación de la conducta y el funcionamiento personal (Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, S.F.), para Ryff es la pieza fundamental, ya que influye en los demás componentes.

Teniendo en cuenta, según Torres (2002; Coopersmith, 1990) la autoestima tiene base, se fomenta y se establece en el autoconcepto. Los estudios evidencian que en un porcentaje mayor (67%) de universitarios peruanos presentan una autoestima media, solo el 24% tiene una alta autoestima (Pimentel, 2019), estos datos que nos dan una idea que la percepción consigo mismo no es tan positiva en esta población, además esto apunta en cuanto a la forma de ver el mundo, la autonomía y el sentido de vida, como hace referencia Ryff.

B. *Relaciones positivas con otros.* Es cuando se cultiva relaciones prosperas, de calidad y auténticas, mostrando preocupación por el bienestar social, con empatía, afecto e intimidad (García-Alandete, 2013). Jahoda, 1958 (Ryff, 1989; Vivaldi & Barra, 2012) da mucha importancia al amor e intimidad como parte principal de la salud mental.

En cuanto a los universitarios, se da la búsqueda frecuente de relaciones interpersonales o el sentido de pertenencia esto incluye sensaciones de satisfacción, agrado, gusto (Ubillos, 2003) por ello se observa que en esta etapa la socialización sobre todo con sus pares es un elemento primordial en el estudiante (Aguirre, 1994).

Sin embargo, los datos indican que casi la mitad (41.7%) de universitarios poseen un nivel deficitario de relaciones positivas con el entorno (Sandoval et al, 2017), esto puede responder a la lealtad y radicalismo en la amistad característico de los adolescentes, por otro lado, se va desarrollando la autonomía desde la adolescencia, con un pensamiento formal, que es una capacidad más abstracta y compleja según Jean Piaget, dando como resultado en las relaciones sobre todo verticales el desafío a las imposiciones familiares y sociales.

C. *Crecimiento personal.* Se da cuando el desarrollo es continuo a nivel personal en la búsqueda de la autorrealización o potencialización del yo. Implica la visión sobre la expansión personal, salir de la zona de confort, orientación hacia el autoconocimiento y eficacia (García-Alandete, 2013)

Según un estudio, los universitarios tienen como motivación estudiar el nivel superior por las siguientes razones, en primer lugar, obtener un título, segundo aprobar y último para aprender (Mas y Medinas, 2007), de estos resultados se infiere que prevalece la motivación con regulación externa y la motivación de introyección, donde por cultura y por demandas de la sociedad el universitario elige seguir sus estudios superiores, más que por una motivación intrínseca.

D. *Propósito de vida.* Se da cuando la persona tiene una meta vital o un sentido útil que direcciona su vida siendo consecuente con su accionar (García-Alandete, 2013).

No hay información concreta respecto al proyecto de vida de los universitarios, sin embargo, por encontrarse en este nivel nos hace sugerir que poseen un plan de vida, por otro lado, la motivación que tienen respecto a sus estudios indica lo contrario.

E. *Dominio ambiental.* García-Alandete (2013) indica que es la capacidad de gestionar con eficacia la propia vida y el mundo circundante; uso competente

de los recursos disponibles en el medio; capacidad de elegir o crear contextos que satisfagan las necesidades y valores personales” permitiendo que el individuo este seguro en su entorno.

Según Dávila (2004) los adultos poseen mayores niveles en dominio ambiental que los jóvenes, esto lo asocia con la experiencia que poseen los adultos.

F. Autonomía. Es el sentido de autodeterminación e independencia, donde la persona decide el destino que quiere tomar sin someterse a terceros o la presión social (Jung, 1954; citado por Vivaldi & Barra, 2012), permite autorregular mejor su comportamiento, alcanzando la seguridad y libertad para desenvolverse espontáneamente.

Un estudio de Sandoval et al (2017) demostró que el 26.6% de universitarios presentan un bajo nivel de autonomía, también en otro estudio se encontró resultados bajos en esta dimensión (Leal y Silva, 2009; citado por Tello, 2018). A nivel académico se busca que el estudiante construya su propia forma de ejercer prácticas que le lleven a conseguir sus metas, esto está asociado a la autorregulación académica o aprendizaje autorregulado, que trae beneficios tanto académicos como en la calidad de vida del estudiante (Garzón y Gil, 2016)

2.3. Marco Conceptual

- **Procrastinación académica**, es el patrón de comportamientos que predisponen a postergar el inicio de la ejecución de una tarea o actividad académica, lo cual se acompaña por un malestar emocional acompañado de excusas dirigidas a calmar la sensación de malestar (Lay, 1986; citado por Díaz-Morales, 2019)
- **Autorregulación**, es la disposición o iniciativa para estudiar y desarrollar actividades dentro del espacio y tiempo planificado, manteniéndose funcional a lo establecido por la institución y sociedad (Álvarez, 2010).

- **Postergación de actividades**, es un mecanismo adaptativo al entorno académico, que implica el aplazamiento en la ejecución de actividades para la última hora, situación que provoca sensaciones ansiosas y auto culpa, que para evitarlo es necesario preceder excusas (Domínguez, 2014)
- **Bienestar psicológico**, es el indicador de un funcionamiento positivo en el individuo que posibilita el desarrollo de sus capacidades y por tanto su crecimiento personal, está determinada por el conocimiento de sus cualidades y limitaciones, aceptarse a sí mismo con relaciones interpersonales satisfactorias y con mucha responsabilidad social (Ryff, 2008)
- **Autorrealización**, Se da cuando la persona se evalúa positivamente sus logros personales tomando en cuenta sus proyectos y creencias personales, generando un sentimiento de valía personal que incluyen aspectos positivos y negativos (Ryff, 2008)
- **Autonomía**, Es el sentido de autodeterminación e independencia, donde la persona decide el destino que quiere tomar sin someterse a terceros o la presión social (Jung, 1954; citado por Vivaldi & Barra, 2012)
- **Vínculos sociales**, Es cuando se cultivan relaciones prosperas, de calidad y auténticas, mostrando preocupación por el bienestar social, con empatía, afecto e intimidad (García-Alandete, 2013).

CAPITULO III

HIPÓTESIS

3.1. Hipótesis general

Ho: No existe relación significativa entre procrastinación académica y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica – 2020

Hi: Existe relación significativa entre procrastinación académica y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica – 2020.

3.2. Hipótesis específicas

Ho: No existe relación inversa y significativa entre la dimensión autorregulación académica y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica - 2020.

Hi: Existe relación inversa y significativa entre la dimensión autorregulación académica y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica - 2020

Ho: No existe relación inversa y significativa entre la dimensión postergación de actividades y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica – 2020.

Hi: Existe relación inversa y significativa entre la dimensión postergación de actividades y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica – 2020.

3.4. Variables

Procrastinación académica

Definición conceptual

Es la tendencia a postergar de forma deliberada las actividades académicas, teniendo conocimiento de los plazos y las consecuencias que podría conllevar su no cumplimiento por realizar actividades extracurriculares de tipo no académicas, a causa de la desmotivación, ausencia de auto control, miedo al fracaso y baja capacidad de autorregulación (Sánchez, 2010).

Definición operacional

La variable procrastinación académica será medida mediante el instrumento denominado: “Escala de procrastinación académica (EPA)”, la cual consta de 12 ítems, divididos en dos dimensiones 1) autorregulación y 2) postergación de actividades.

Bienestar psicológico

Definición conceptual

Es el indicador de un funcionamiento positivo en el individuo, que posibilita el desarrollo de sus capacidades y por tanto su crecimiento personal, siendo la persona

consciente de sus cualidades y limitaciones, se siente bien con respecto a si mismo, pudiendo mantener relaciones interpersonales satisfactorias con mucha responsabilidad social, además tiene muy presente su individualidad, con un propósito o sentido de vida. (Ryff, 2008)

Definición operacional

La variable bienestar psicológico, será medido mediante el instrumento denominado: “Escala de bienestar Psicológico para adultos (EBPA)”, la cual consta de 13 ítems, divididos en tres dimensiones 1) autorrealización, 2) autonomía y 3) vínculos sociales.

CAPITULO IV

METODOLOGÍA

4.1. Método de Investigación

Se empleó como método general, el método científico, el cual es un proceso de indagación que engloba un conjunto de pasos dirigidos a alcanzar un objetivo, para ello se sirve de reglas lógicas y de un pensamiento reflexivo (Sánchez y Reyes, 2015)

Como método específico, se empleó el método hipotético deductivo, el cual parte de una hipótesis plausible como consecuencia de las inferencias del conjunto de datos empíricos, leyes o principios generales, para luego por medio de procedimientos deductivos arribar a conclusiones. (Sánchez y Reyes, 2015)

4.2. Tipo de Investigación

La presente investigación es de tipo básica, la cual tuvo como objetivo generar nuevos conocimientos, nuevos campos de investigación y enriquece el conocimiento científico orientando sus resultados a descubrir principio y leyes (Sánchez y Reyes, 2015). En vista de ello, la presente investigación, cumple con esta condición, debido a su objetivo y finalidad, por ello los resultados que se obtengan, contribuirán a enriquecer el conocimiento teórico de la procrastinación académica y el bienestar psicológico en

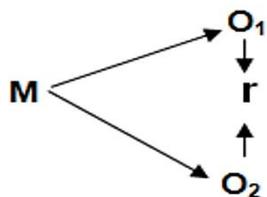
estudiantes de la escuela profesional de economía de la universidad nacional de Huancavelica

4.3. Nivel de Investigación

La presente investigación es relacional, porque establece relaciones entre dos variables bajo ciertas condiciones tiempo – espaciales, sin buscar causalidad entre ambas. (Sánchez y Reyes, 2015). Por ello, la presente investigación, cumple con este requisito para ser considerado de este nivel, debido a que solo se busca analizar la relación entre la procrastinación académica y bienestar psicológico, mas no determinar si una variable predice la aparición de la otra.

4.4. Diseño de Investigación

La presente investigación presenta un diseño no experimental, transaccional y correlacional, debido a que no se va a manipular deliberadamente alguna condición de las variables, el proceso de recogida de datos se dará en un solo momento y se buscará establecer relaciones entre las variables de estudio (Hernández, Fernández & Baptista, 2014). De acuerdo a Sánchez y Reyes (2015), el diagrama del diseño de investigación anteriormente descrito es el siguiente:



Donde:

M = Muestra

O₁ = Observación de la V.1.

O₂ = Observación de la V.2.

r = Correlación entre dichas variables.

4.5. Población y muestra

Población

Sánchez y Reyes (2015), señalan que la población es un conjunto de todos los miembros de una clase bien definida de personas, objetos u eventos. Para Hernández, et al. (2014), es un conglomerado de situaciones que tienen un atributo en común.

Para el estudio, la población estuvo constituida por todos los estudiantes de la escuela profesional de Economía de la Universidad Nacional de Huancavelica matriculados en el ciclo 2020-II, los cuales ascienden a 240 estudiantes distribuidos en ciclos impares de la siguiente manera:

Tabla 1:

Distribución de la población

Ciclo	Frecuencia	Porcentaje
I	44	18.2%
III	58	24.2%
V	58	24.2%
VII	40	16.7%
IX	40	16.7%
TOTAL	240	100 %

Fuente: Departamento académico de la escuela profesional de Economía

Muestra

Es un conjunto de casos representativo de la población, que se extrae mediante un método racional, el cual debe guardar una relación de semejanza a la población (Sánchez y Reyes, 2015).

De acuerdo a Vara (2014), para calcular el tamaño de la muestra, se requiere el empleo de fórmulas estadísticas que permitan estimar con precisión el número representativo de casos a seleccionar. Asimismo, señala que, para estudios similares al que se propone, se debe emplear la fórmula de cálculo de tamaño muestra para poblaciones finitas.

$$n = \frac{Z^2 \times p \times N}{E^2(N - 1)Z^2 \times p \times q}$$

n = Tamaño de la muestra

N = Tamaño de la población

Z= Valor correspondiente a la distribución de gauss, en este caso tomaremos el valor de 1.96.

P = Probabilidad de acierto, en este caso será 0,5

Q = Probabilidad de no acierto que será de 0,5

E = Error máximo permitido, que será el del 5% e igual a 0,05

Después de remplazar la formula, se obtiene que la muestra estuvo constituida por 148 estudiantes de la Escuela Profesional de Economía de la Universidad Nacional de Huancavelica.

Muestreo

Sánchez y Reyes (2015), señalan que es el procedimiento de escoger o elegir a los participantes, señalando que se debe de tener en cuenta tres aspectos: 1) identificar la población objetivo; 2) identificar la población accesible; y 3) extraer al caso o persona de tal manera que sea significativa.

Al respecto, se empleó la técnica del muestreo probabilístico estratificado, debido a que todos los miembros de la población cuentan con la misma probabilidad de integrar la muestra y se conservará la proporción de integrantes por grupos que presenta la población. (Sánchez y Reyes, 2015)

Criterios de inclusión.

Estudiantes que se encuentren matriculados en el ciclo académico 2020-II de la facultad de economía.

Que brinden su consentimiento informado y respondan íntegramente todo el cuestionario

Criterios de exclusión.

Estudiantes ausentes en el día de la administración de los cuestionarios

Estudiantes que no brinden su consentimiento informado.

Estudiantes que presenten alguna discapacidad física y/o mental.

Descripción de la muestra

En la tabla 2, se muestra la distribución de la muestra de acuerdo al sexo, en donde se evidencia que se mantiene la proporción en relación a la población, siendo los estudiantes de III y V ciclo el grupo que más contribuye con participantes al estudio ambos con 24,2%. El grupo con menos participantes, son los estudiantes de VII y IX ciclo, ambos con un 16,7%.

Tabla 2:

Distribución de la muestra de acuerdo al ciclo

Ciclo	N	n	Porcentaje
I	44	28	18.2%
III	58	35	24.2%
V	58	35	24.2%
VII	40	25	16.7%
IX	40	25	16.7%
TOTAL	240	148	100 %

Fuente: elaboración propia

En la tabla 3, se muestra la distribución de la muestra de acuerdo al sexo, en donde las mujeres representan el 54,1%, mientras el 45,9% es de sexo masculino.

Tabla 3:

Distribución de la muestra de acuerdo al sexo

Sexo	N	%
Femenino	80	54.1%
Masculino	68	45.9%
TOTAL	148	100%

Fuente: elaboración propia

En la tabla 4, se muestra la distribución de la muestra de acuerdo a la edad, en donde el grupo atareo que más contribuye al estudio, es de 18 años, que representa el 27,7%. Del mismo modo el grupo con menos participantes en el estudio, es grupo que tiene 25 y 26 años, ambos con una representación de 0,7%.

Tabla 4:

Distribución de la muestra de acuerdo al edad

Edad	N	%
17	5	3,4%
18	41	27,7%
19	32	21,6%
20	24	16,2%
21	21	14,2%
22	9	6,1%
23	10	6,8%
24	4	2,7%
25	1	0,7%
26	1	0,7%
TOTAL	148	100%

Fuente: elaboración propia

4.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas

De acuerdo a Sánchez y Reyes (2015), las técnicas son los medios por los cuales se van a recolectar la información de la realidad en función de los objetivos. Para el

presente estudio y de acuerdo a los mismos autores, se emplearán una técnica indirecta como es la encuesta, el cual constituye un formato escrito de preguntas relacionadas al objetivo del estudio. Para Hernández, et al. (2014), la técnica que se empleó fue la encuesta, la cual es un formato con preguntas orientadas a recoger datos para alcanzar el objetivo del estudio.

Instrumentos

Sánchez y Reyes (2015), sostienen que un instrumento es una herramienta específica que se emplea en el proceso de recogida de datos. Para el presente estudio se empleará el cuestionario como instrumento de recojo de datos, el cual es un formato escrito con preguntas relacionadas al objetivo del estudio y cuenta con propiedades como validez, confiabilidad y un baremo.

Del mismo modo, mediante el Decreto Supremo N° 044-2020-PCM de fecha 16 de marzo de 2020, se estableció el inicio del confinamiento social obligatorio a causa del virus SARS COV2, prohibiéndose desde ese momento las aglomeraciones, suspendiéndose las clases presenciales en todos los niveles educativos. En vista de ello, para el presente estudio, las investigadoras, en cumplimiento de la normativa nacional, emplearon el software Google form para digitalizar los instrumentos y previa autorización de las autoridades universitarias, quienes reenviaron a los estudiantes a sus respectivos correos electrónicos institucionales para que los resuelvan. También se colocó dentro del formulario el asentimiento informado de acuerdo al código ética del investigador y la normativa interna de la universidad. Para el presente estudio se empleó la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la Escala de Bienestar psicológico para adultos (BIEPS-A).

Escala de Procrastinación Académica (EPA)

Ficha técnica:

- Nombre del instrumento: Escala de procrastinación académica (EPA)
- Autor: Sergio Domingez Lara (2014)
- Procedencia: Perú
- Finalidad: Evaluar la procrastinación académica en estudiantes universitarios.
- Dimensiones a evaluar: Cuenta con dos factores:
 - 1) **Factor 1: Autorregulación académica**, evalúa las conductas que limitan la capacidad de regular su comportamiento en relación a sus actividades académicas. Está compuesta por los siguientes ítems: 2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, y 12.
 - 2) **Factor 2: Postergación de Actividades**, valora los hábitos al momento de planificar, organizar y ejecutar las actividades académicas. Está integrada por los siguientes ítems: 1, 6 y el 7
- Descripción: Este instrumento puede administrarse de manera colectiva y/o individual. Está diseñado para evaluar la procrastinación académica en estudiantes universitarios entre los 16 a 40 años de edad
- Escalamiento: Esta diseñado con un escalamiento tipo Likert de cinco alternativas: Nunca, Casi Nunca, A veces, Casi siempre, y Siempre
- **Validez:** Domínguez, Villegas y Centeno, (2014), obtuvieron la validez mediante el análisis factorial confirmatorio, evidenciando una estructura bifactorial que explican el 68% de la varianza total.

Para el presente estudio se realizó la validez por medio de criterio de jueces, para ello se convocó a tres psicólogos que contaban con el grado de maestro y contaban con la especialidad de psicología educativa o se dedicaban a la docencia universitaria. En la tabla 5, se muestran los resultados de sus opiniones sobre el instrumento que se

plasmaron en la constancia de validación, la cual consta de una escala de tres valores: inadecuado (0), medianamente adecuado (1), y adecuado (2), cuyo resultado se presenta a continuación

Tabla 5:

Opinión de los jurados de la EPA

JURADO	OPINIÓN
Mg. Christian Miguel Lara Torres	1
Mg. Evelyn Juliana Quispe Poma	2
Mg. Jakeline Elizabeth Vilchez Tapia	2

Fuente: elaboración propia

Para obtener el coeficiente de validez de contenido, se empleará el coeficiente de concordancia de V de Aiken, el cual tiene la siguiente formula:

$$V = \frac{S}{(n(c-1))}$$

siendo:

- S** = la sumatoria de si
- s_i** = Valor asignado por el juez i,
- n** = Número de jueces
- c** = Número de valores de la escala de valoración

Reemplazando, la formula se obtuvo un coeficiente de V de Aiken de 0.833, el cual, de acuerdo a la tabla de interpretación del coeficiente en mención, indica que los jurados presentaban un nivel de concordancia aceptable.

- **Confiabilidad:** Domínguez, Villegas y Centeno, (2014) calcularon mediante la técnica la consistencia interna, para ello se empleó el coeficiente de alfa de Cronbach, obteniendo un puntaje de .82, 821 y .752 para la escala general y los factores 1 y 2 respectivamente.

Para el presente estudio se realizó un estudio piloto con 20 participantes, todos ellos estudiantes universitarios. La tabla 6, presenta los resultados del coeficiente alfa de crombach. De acuerdo a los resultados, se evidenció que los indicadores se encuentran en un nivel aceptable.

Tabla 6:

Confiabilidad de la EPA

	Alfa de cronbach	N de elementos
Autorregulación	,760	9
Postergación de actividades	,636	3
Escala general	,765	12

Fuente: elaboración propia

Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A)

Ficha técnica:

- Nombre del instrumento: Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A)
- Autor: María Casullo (2002)
- Procedencia: Argentina
- Adaptación en Perú: Sergio Dominguez Lara (2014)
- Finalidad: Evaluar los niveles de bienestar psicológico en estudiantes universitarios.
- Dimensiones a evaluar: Cuenta con tres factores:

1. **Factor 1: Autorrealización**, valora aspectos vinculados a reconocer y aceptar virtudes y defectos. Está compuesta por los siguientes ítems: 2,3,11,1,10,6.
 2. **Factor 2: Autonomía**, evalúa las conductas orientadas a generar la sensación de control y auto competencia. Está integrada por los siguientes ítems: 4,13,12,9
 3. **Factor 3: Vínculos sociales**, valora al nivel de confianza hacia los demás y la capacidad de generar buenos vínculos afectivos. Está integrada por los siguientes ítems: 5,8,7
- **Descripción:** Este instrumento puede administrarse de manera colectiva y/o individual. Está diseñado para evaluar la procrastinación académica en estudiantes universitarios entre los 16 a 40 años de edad
 - **Escalamiento:** Esta diseñado con un escalamiento tipo Likert de tres alternativas: de acuerdo (1), ni de acuerdo ni desacuerdo (2), desacuerdo (3).
 - **Validez:** Casullo (2002), obtuvo la validez mediante el análisis factorial confirmatorio al modelo tetrafactorial propuesta por Ryff (1988), sin embargo, la distribución de los ítems no correspondía a los propuestos y los pesos factoriales, indicaban la existencia de tres factores, descartándose la dimensión proyectos propuesta por Casullo (2002). Domínguez (2014), señala que los tres factores hallados explicaban el 33.9% de la varianza total.

Para el presente estudio se realizó la validez por medio de criterio de jueces, para ello se convocó a tres psicólogos que contaban con el grado de maestro y contaban con la especialidad de psicología educativa o se dedicaban a la docencia universitaria. En la tabla 7, se muestran los resultados de sus opiniones sobre el instrumento que se plasmaron en la constancia de validación, la cual consta de una escala de tres valores:

inadecuado (0), medianamente adecuado (1), y adecuado (2), cuyo resultado se presenta a continuación

Tabla 7:

Opinión de los jurados de la BIEPS-A

JURADO	OPINIÓN
Mg. Christian Miguel Lara Torres	2
Mg. Evelyn Juliana Quispe Poma	2
Mg. Jakeline Elizabeth Vilchez Tapia	2

Fuente: elaboración propia

Para obtener el coeficiente de validez de contenido, se empleará el coeficiente de concordancia de V de Aiken, el cual tiene la siguiente formula:

$$V = \frac{S}{(n(c-1))}$$

siendo:

- S** = la sumatoria de si
- s_i** = Valor asignado por el juez i,
- n** = Número de jueces
- c** = Número de valores de la escala de valoración

Reemplazando, la formula se obtuvo un coeficiente de V de Aiken de 1.0 el cual, de acuerdo a la tabla de interpretación del coeficiente en mención, indica que los jurados presentaban un nivel de concordancia fuerte.

- **Confiabilidad:** Domínguez, (2014), realizó la confiabilidad mediante el cálculo del coeficiente de alfa de Cronbach, obteniendo un puntaje de .69, .65, .59 para el factor 1,2 y 3. La escala general obtuvo un alfa de Cronbach de .96.

Para el presente estudio se realizó un estudio piloto con 20 participantes, todos ellos estudiantes universitarios. La tabla 8, presenta los resultados del coeficiente alfa de Cronbach de acuerdo a los resultados, se evidenció que los indicadores se encuentran en un nivel aceptable.

Tabla 8:

Confiabilidad de la BIEPS-A

	Alfa de cronbach	N de elementos
Autorrealización	,699	6
Autonomía	,555	4
Vinculo social	,545	3
Escala general	,792	13

Fuente: elaboración propia

4.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Para procesar los datos, se empleará el software google form, de donde se extraerán las respuestas de los participantes, para luego introducirlos en el Software estadístico SPSS (Statistical Packgefor Social Science) versión 24.0, donde se elaborará la base de datos y se procedió a realizar en análisis estadístico, para lo cual se proponen las siguientes etapas.

- **Etapa 1: Análisis a nivel de estadística descriptiva**

De acuerdo a los objetivos y las variables de estudio se obtuvieron frecuencias y porcentajes y medidas de tendencia central y variabilidad

- **Etapa 2: Análisis a nivel de estadística inferencial**

Para alcanzar los objetivos, se realizó la prueba de ajuste de bondad de Kolmogorof Smirnof (K-S), en donde se determinó que los datos no cuentan con distribución normal. Lo cual permitió tomar la decisión de emplear la prueba de Tau de b Kendall para determinar la correlación entre ambas variables. Del mismo modo, para obtener las propiedades psicométricas del instrumento, se empleó la V de Aiken para realizar la validez de contenido por criterio de jueces y el alfa de Crombach para obtener la confiabilidad por consistencia interna.

4.8. Aspectos éticos de la Investigación

La investigación se realizó respetando los principios y normas que se encuentran plasmados en el reglamento general de investigación de la Universidad Peruana Los Andes, los cuáles detallamos a continuación:

- **Art. 27. Principios que rigen la actividad investigativa**, sostiene que la actividad investigativa se rige bajo los siguientes principios:

Protección de la persona y de diferentes grupos étnicos y socio culturales, en vista a ello se protegió la identidad de los participantes de la investigación, manteniendo en confidencialidad sus datos y los resultados de sus evaluaciones.

Consentimiento informado, se les solicitó a los participantes su participación voluntaria al estudio, para ello, previamente se les informo sobre los objetivos y fines de la investigación.

Beneficencia y no maleficencia, se actuó de modo ético y se evitó dañar física y psicológicamente a los participantes.

Protección del medio ambiente y el respeto a la biodiversidad, en la presente investigación, no se desarrollaron actividades y/o acciones en perjuicio de la naturaleza.

Responsabilidad, los investigadores actuaron con la responsabilidad que conlleva realizar una investigación en relación a la pertinencia y alcances de la investigación.

Veracidad, los investigadores garantizan la veracidad de los datos obtenidos en la investigación, para ello se respetó los procedimientos y el diseño de la investigación, lo cual permite afirmar que el análisis e interpretación de los datos hallados es veraz.

- **Art. 28. Normas de comportamiento ético de quienes investigan**, sostiene que la actividad investigativa se rige bajo normas, las cuáles se han cumplido, las cuales pasamos a detallar:
 - a) Se ejecutó una investigación original coherente a la línea de investigación de la universidad.
 - b) Se garantizó la validez, fiabilidad y credibilidad de los métodos, puesto que han sido sometidos al juicio y análisis de los miembros de la comunidad científica y técnicas estadísticas.
 - c) Los investigadores han asumido y asumen las consecuencias de la investigación a nivel individual, social y académico.
 - d) Se mantuvo la identidad de los participantes en confidencialidad.
 - e) Los hallazgos obtenidos se comunicarán de forma transparente y sin restricciones a la comunidad científica y se informó a los participantes de los resultados obtenidos.

- f) Los datos obtenidos en la investigación, fueron tratados éticamente, por lo que no fueron comercializados ni interpretados distorsionadamente para obtener preventas ni ganancias secundarias.
- g) Se cumplió con respetar las normas éticas y legales que regulan la protección de la identidad y la salud de los participantes.
- h) No se presentan conflictos de intereses en el presente estudio.
- i) No se ha incurrido en plagio ni invención de datos en el desarrollo de la investigación.
- j) No se ha aceptado financiamiento de instituciones que tengan principios contrarios al desarrollo de la ciencia.

CAPITULO V

RESULTADOS

5.1. Descripción de los resultados

De acuerdo al marco teórico de procrastinación académica de Busko (1988) y la Escala de procrastinación académica –EPA (Dominguez, 2014) fundamentada en esta teoría, la procrastinación académica es producto de dos componentes que deben cumplir determinadas condiciones para poder afirmar que una persona tiene procrastinación. La condición es la siguiente:

- Altos niveles de la dimensión postergación de actividades
- Altos niveles de la dimensión autorregulación académica

En vista de ello, primero analizaremos las dimensiones de la escala de procrastinación académica, para luego describir los resultados de la escala general.

En la tabla 9 y figura 1, se muestra que, del total de los participantes, el 34,2% (64) presenta niveles bajos de postergación, mientras que el 23,0% (34), presenta niveles altos. Asimismo, el 33,8% (50), presenta niveles medios de postergación de actividades.

Tabla 9:

Niveles de postergación de actividades

	f	%
Bajo	64	43,2 %
Medio	50	33,8%
Alto	34	23,0%
Total	148	100,0%

Fuente: elaboración propia

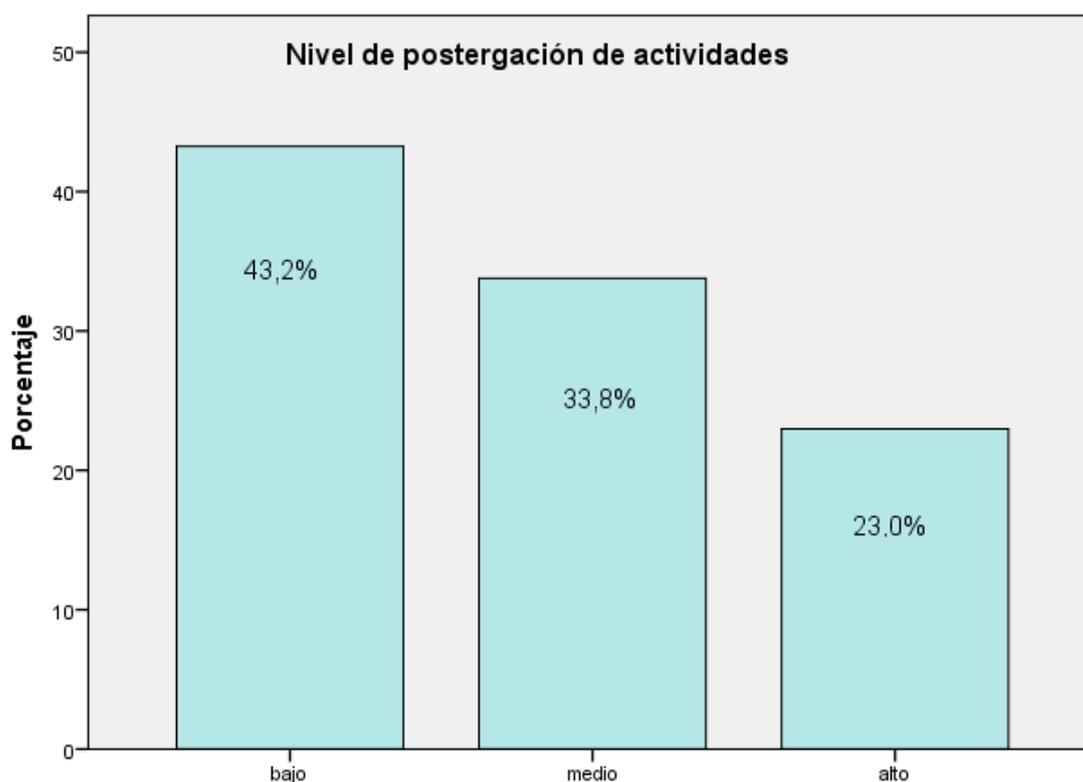


Figura 1: Niveles de postergación de actividades

En la tabla 10 y figura 2, se muestra que, del total de los participantes, el 59,5% (88) presenta niveles bajos de autorregulación, mientras que el 4,7% (7), presenta niveles altos. Asimismo, el 35,8% (53), presenta niveles medios de autorregulación académica.

Tabla 10:

Niveles de Autorregulación académica

	f	%
Bajo	88	59,5%
Medio	53	35,8%
Alto	7	4,7%
Total	148	100,0%

Fuente: elaboración propia

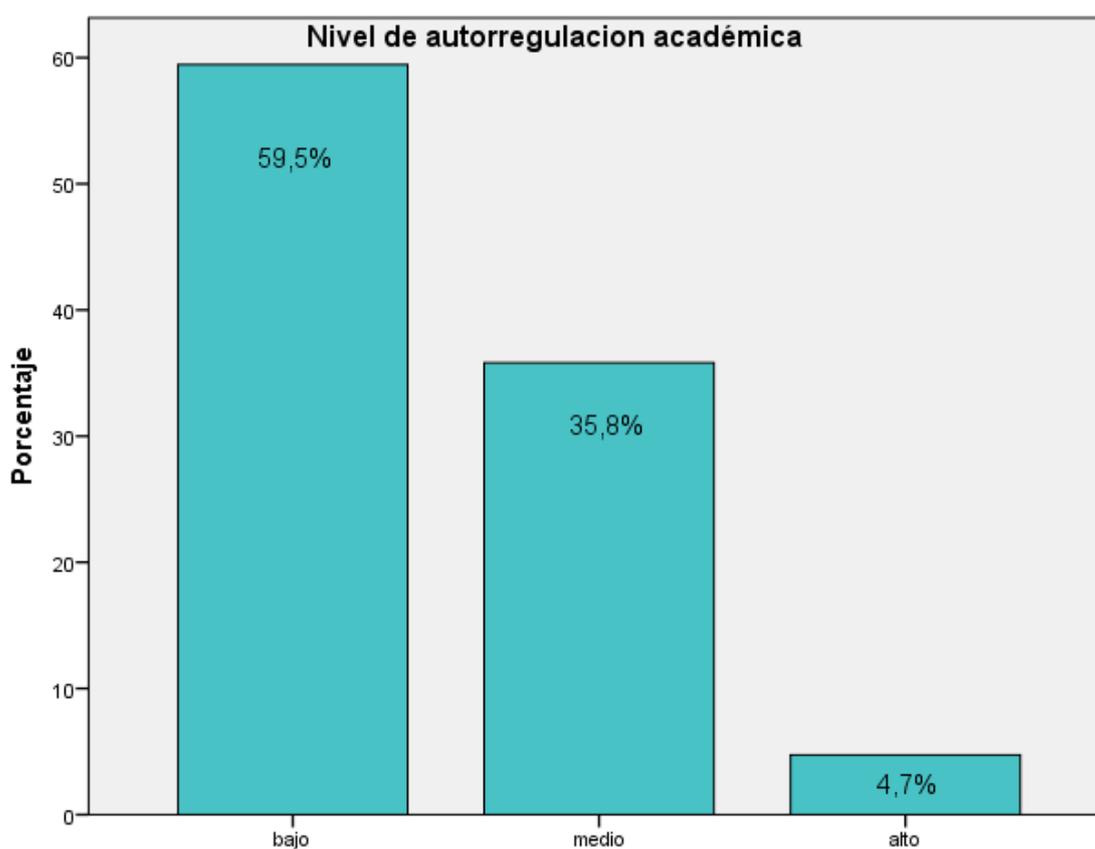


Figura 2: Niveles de autorregulación académica

En la tabla 11 y figura 3, se muestra la presencia o ausencia de procrastinación académica en la muestra estudiada, tomando en cuenta que para poder afirmar que presenta este cuadro clínico, debe tener altos niveles en la dimensión postergación y autorregulación académica. Del total de participantes, se evidencia que solo el 2,7% (4) ha desarrollado esta

dificultad académica, mientras que el resto 97,3% no ha llegado a configurar todo el cuadro clínico.

Tabla 11:

Presencia de procrastinación académica

	f	%
No	144	97,3%
Si	4	2,7%
Total	148	100,0%

Fuente: elaboración propia

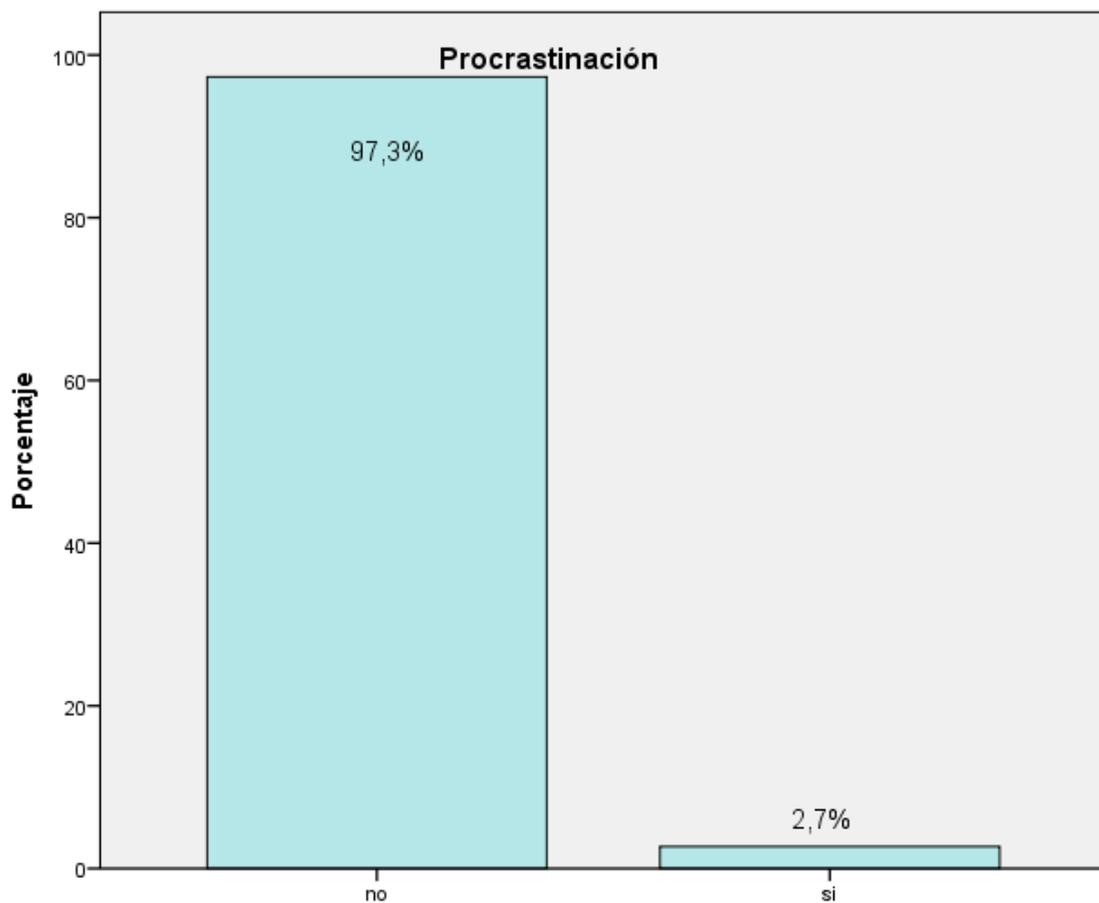


Figura 3: Presencia de procrastinación académica en la muestra

En relación a la variable bienestar psicológico, en la tabla 12 y figura 4, se muestran que el 17,6% (26), presenta niveles bajos. El 28,4% (42), presenta niveles medios, mientras que el 54,1%, presenta niveles altos.

Tabla 12:

Nivel de Bienestar psicológico

	f	%
Bajo	26	17,6
Medio	42	28,4
Alto	80	54,1
Total	148	100,0

Fuente: elaboración propia

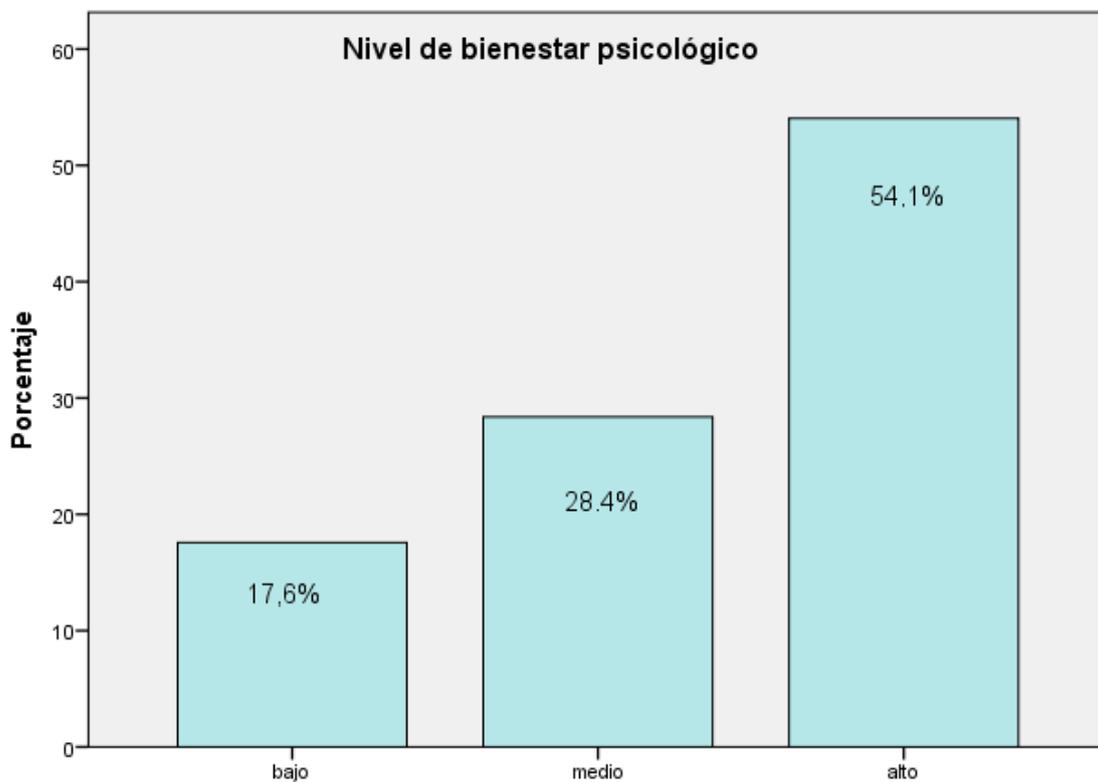


Figura 4: Nivel de bienestar psicológico

En la tabla 13, se presentan los resultados de la prueba de normalidad, para ello se empleó la prueba de Komogorov-Smirnov (K-S) para una muestra debido a que solo hay una muestra analizada y ésta es considerada grande, es decir está integrada por más de 50 participantes (Toma & Rubio, 2008). De acuerdo a Castañeda (2007), para probar que los datos ordenados aleatoriamente se ajustan a una distribución normal, se requiere que éstos no sean significativos ($p > ,05$). Los resultados muestran que todas las variables presentan niveles de significación menores a 0,05, por lo tanto, se puede afirmar que las variables estudiadas no cuenta con distribución normal.

Tabla 13:

Prueba de normalidad

	n	K-S	Sig
Bienestar psicológico	148	,337	,000
Procrastinación académica	148	,539	,000
Autorregulación académica	148	,276	,000
Postergación académica	148	,374	,000

Fuente: elaboración propia

5.2. Contrastación de hipótesis

De la hipótesis general

Hipótesis alterna Ha:

Existe relación significativa entre procrastinación académica y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica – 2020.

Hipótesis nula Ho:

No existe relación significativa entre procrastinación académica y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica – 2020

a) Nivel de significancia.

$\alpha = 0,05$ es decir, el 5%

b) Estadística de prueba

Debido a que no cuentan con distribución normal y una variable es de nivel ordinal y la otra nominal, el estadístico a emplear es la prueba de independencia de Chi cuadrado (X^2).

c) Criterios de decisión

Si $p > 0,05$, se acepta la hipótesis nula (Ho) y se rechaza la hipótesis alterna (Ha).

Si $p < 0,05$, se acepta la hipótesis alterna (Ha) y se rechaza la hipótesis nula (Ho).

En la tabla 14, se muestran los resultados de la aplicación de la prueba de independencia Chi cuadrado (X^2). De acuerdo a la interpretación de la X^2 , se evidencia que la X^2 observado es mayor al X^2 teórico, cumpliendo con los criterios de la prueba de hipótesis para esta prueba, para afirmar que existe asociación entre las dos variables. Así mismo, de acuerdo a Toma y Rubio (2008) y Castañeda (2007), señalan que esta prueba se fundamenta en las observaciones de las frecuencias aleatorias y las compara con la distribución teórica, por lo que no cuenta con la propiedad de indicar direccionalidad (directa/inversa) ni intensidad (alta/media/baja) de la correlación entre dos variables categóricas.

Tabla 14

Relación entre procrastinación académica y bienestar psicológico

	Bienestar psicológico	
Procrastinación académica	X^2 observado	13,800
	X^2 teórico	10,597
	gl	2
	p	,005
	n	148

Nota: Elaboración propia

d) Decisión estadística

Siendo p valor = 0,000 entonces se tiene que nivel de significancia ($0,008 < 0,05$) se rechaza la hipótesis nula y acepta la hipótesis alterna.

e) Conclusión estadística

Se concluye afirmando que existe una relación entre la procrastinación académica y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la Universidad Nacional de Huancavelica – 2020.

De la hipótesis específica 1

Hipótesis alterna Ha1

Existe relación inversa y significativa entre la dimensión autorregulación académica y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica – 2020.

Hipótesis nula. Ho1

No existe relación inversa y significativa entre la dimensión autorregulación académica y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica – 2020

a) Nivel de significancia.

$\alpha = 0,05$ es decir, el 5%

b) Estadística de prueba

Debido a que no cuentan con distribución normal y ambas variables pertenecen a un nivel ordinal, el estadístico a emplear es la prueba Tau B de Kendall, con el cual permite medir el grado de relación entre dos variables ordinal (Toma &Rubio, 2008).

c) Criterios de decisión

Si $p > 0,05$, se acepta la hipótesis nula (Ho) y se rechaza la hipótesis alterna (Ha).

Si $p < 0,05$, se acepta la hipótesis alterna (Ha) y se rechaza la hipótesis nula (Ho).

Tabla 15

Relación entre autorregulación académica y bienestar psicológico

		Bienestar psicológico
Autorregulación académica	<i>Tau b</i>	-,304
	<i>p</i>	,008
	<i>n</i>	148

Nota: Elaboración propia

En la tabla 15, se muestra el valor $Tb = - 0.304$, el cual se contrasta con los indicadores de nivel de correlación de ésta prueba (ver tabla 16) señalados por Castañeda (2007). Por lo tanto, se puede afirmar que existe una correlación inversa y débil. |

Tabla 16

Grado de relación según coeficiente de correlación

Rango	Relación
Positiva perfecta	+1
Positiva muy fuerte	+0,90 a +0,99
Positiva fuerte	+0,75 a +0,89
Positiva media	+0,50 a +0,74
Positiva débil	+0,25 a +0,49
Positiva muy débil	+0,10 a +0,24
No existe correlación alguna	-0,09 a +0,09
Negativa muy débil	-0,10 a -0,24
Negativa débil	-0,25 a -0,49
Negativa media	-0,50 a -0,74
Negativa fuerte	-0,75 a -0,89
Negativa muy fuerte	-0,90 a -0,99
Negativa perfecta	-1

Nota: Elaboración propia

d) Decisión estadística

Siendo p valor = 0,000 entonces se tiene que nivel de significancia ($0,008 < 0,05$) se rechaza la hipótesis nula y acepta la hipótesis alterna.

e) Conclusión estadística

Se concluye afirmando que existe una relación inversa y significativa entre la autorregulación académica y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la Universidad Nacional de Huancavelica – 2020.

De la hipótesis específica 2

Hipótesis alterna Ha1

Existe relación inversa y significativa entre la dimensión postergación de actividades y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica – 2020.

Hipótesis nula. Ho1

No existe relación inversa y significativa entre la dimensión postergación de actividades y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica – 2020.

a) Nivel de significancia.

$\alpha = 0,05$ es decir, el 5%

b) Estadística de prueba

Debido a que no cuentan con distribución normal y ambas variables pertenecen a un nivel ordinal, el estadístico a emplear es la prueba Tau B de Kendall, con el cual permite medir el grado de relación entre dos variables ordinal (Toma &Rubio, 2008).

c) Criterios de decisión

Si $p > 0,05$, se acepta la hipótesis nula (H_0) y se rechaza la hipótesis alterna (H_a).

Si $p < 0,05$, se acepta la hipótesis alterna (H_a) y se rechaza la hipótesis nula (H_0).

Tabla 17

Relación entre postergación de actividades y bienestar psicológico

	Bienestar psicológico	
Planificación académica	<i>Tau b</i>	-,233
	<i>p</i>	,001
	<i>n</i>	148

Nota: Elaboración propia

En la tabla 17, se muestra el valor $Tb = - 0.233$, el cual se contrasta con los indicadores de nivel de correlación de ésta prueba (ver tabla 16) señalados por Castañeda (2007).

Por lo tanto, se puede afirmar que existe una correlación inversa y débil entre ambas variables.

d) Decisión estadística

Siendo p valor = 0,000 entonces se tiene que nivel de significancia ($0,001 < 0,05$) se rechaza la hipótesis nula y acepta la hipótesis alterna.

e) Conclusión estadística

Se concluye afirmando que existe una relación inversa y significativa entre la postergación de actividades y el bienestar psicológico en estudiantes de economía de la Universidad Nacional de Huancavelica – 2020.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

El presente estudio es de enfoque cuantitativo, tipo básico, con un diseño descriptivo correlacional, que tuvo el objetivo principal de determinar la relación significativa entre la procrastinación académica y el bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica, 2020, cuya hipótesis fue: Existe relación significativa entre la procrastinación académica y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica. Para poder determinar ello, se tomó en cuenta el marco teórico de ambas variables y se empleó la prueba de independencia Chi cuadrado (X^2), en donde el X^2 observado es menor al X^2 teórico con una significancia del ($p < ,008$), por lo que se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la nula. Este resultado señala que la variable procrastinación académica está asociada a la variable bienestar psicológico, lo cual indica que la presencia o ausencia de síntomas marcados de procrastinación académica se asocia significativamente a los niveles de bienestar psicológico. No se puede determinar la direccionalidad de la correlación, debido a que una variable, procrastinación académica, es de nivel ordinal y la prueba de independencia de Chi cuadrado, realiza una comparación de las frecuencias observadas con las esperadas (Toma y Rubio, 2007). En relación a la correlación, los resultados indican que lo hallado en la muestra, no es una asociación producto de azar, sino que existe una probabilidad menor al 5% de que este fenómeno se repita en toda la población (Castañeda, 2007). Este resultado es similar a lo hallado por Chacaltana, (2018), que en su tesis titulada: *“Procrastinación académica, adaptación universitaria y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de psicología – Ica”*, halló que existe correlación entre la procrastinación académica y el bienestar psicológico, no hallando direccionalidad de la correlación. Este resultado indica que ante la presencia de una de las variables existe la probabilidad de que la otra variable este presente. Al respecto

Ryff (2008), sostiene que el bienestar psicológico posibilita el desarrollo de las capacidades personales, por lo tanto, si una persona percibe que está postergando sus actividades académicas para el último momento, generará una sensación de displacer que afectara su nivel de bienestar psicológico. Al respecto Yarlequé, et al. (2016), en su investigación titulada *“Procrastinación, estrés y bienestar psicológico en estudiantes de educación superior de Lima y Junín”*, sostiene que existen una relación de dependencia entre ambas variables, indicando que a menor procrastinación académica mayor es la sensación de bienestar psicológico. Similar hallazgo, realizó Hernández (2016), quien en su tesis titulada, *“Procrastinación académica, motivos de procrastinación y bienestar psicológico en alumnos de ingeniería industrial de una universidad de Trujillo”*, sostiene que existe una relación significativa e inversa entre ambas variables.

En el presente estudio, no se pudo determinar direccionalidad de la relación, debido al marco teórico con el cual fue construida la Escala de Procrastinación Académica –EPA (Domínguez, 2014) quien indica que para poder determinar la procrastinación académica, la persona evaluada debe cumplir con dos criterios: a) altos niveles de la dimensión postergación de actividades y b) altos niveles de la dimensión autorregulación académica, por lo que no existe un puntaje global de la escala general de procrastinación ni niveles de procrastinación académica, mas solo el cumplimiento o no de estos criterios, la que la convierte en una variable nominal. En la muestra estudiada, se halló que sólo cuatro (2,7%) estudiantes, cumplían con estas dos condiciones, por lo que se les podría diagnosticar con este cuadro psicológico. Este hallazgo es similar al hallado por Domínguez (2017), quien en su estudio *“prevalencia de procrastinación académica en estudiantes universitarios de lima metropolitana y su relación con variables demográficas”*, sostiene que el 10,5% de su muestra estudiada, presenta procrastinación académica y de similar modo, Alvarez (2010), en su estudio *“Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de*

secundaria de Lima metropolitana”, sostiene que el 20% de su muestra de estudio eran procrastinadores. Este resultado evidencia que es un porcentaje bajo de las personas que se evalúan, las que van a contar con estas dos características que permitan afirmar que son procrastinadores.

En relación al primer objetivo específico, el cual fue determinar la relación significativa entre la dimensión autorregulación académica y bienestar psicológico en estudiantes de economía de universidad nacional de Huancavelica, le correspondía la hipótesis de existe una relación inversa y significativa entre la dimensión autorregulación académica y bienestar psicológico en estudiantes de economía de universidad nacional de Huancavelica. Para poder determinar ello, se empleó la prueba estadística Tau b de Kendall (Tb), por ser ambas variables de tipo ordinal. Los resultados indican que $Tb = - 0.304$ con un nivel de significancia de $p < ,008$, lo cual indica que ambas variables se encuentran relacionadas de forma negativa o inversa y débil, por lo que se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula. Cabe resaltar que esta dimensión al momento de la calificación, se califica de forma inversa, por lo que puntajes bajos hacen referencia a alta dificultad para autorregular sus actividades académicas (Domínguez, 2014). Es decir, a mayores niveles de la dimensión autorregulación académica menor será la sensación de bienestar psicológico. Este resultado es similar al hallado por Hernandez (2016), quien señala que los estudiantes que presenten mejores niveles de bienestar psicológico presentan un adecuado desarrollo de la capacidad de autorregulación y autocontrol. La autorregulación académica es definida por los hábitos y estilos de aprendizaje que le permiten cumplir sus actividades académicas (Domínguez, 2014), al respecto Duda (2018), en su tesis titulada: *“Procrastinación académica en estudiantes de ingeniería de una universidad privada en lima”*, señala que la dificultad para que los estudiantes universitarios se autorregulen en sus hábitos de estudio, es la tendencia a recurrir como primera fuente de búsqueda de información a videos

tutoriales, el cual conlleva a que se distraigan, avance el tiempo y tengan que mermar las horas de sueño, lo cual alterará su percepción sobre su eficacia, aunado a la sensación de pérdida de control (Visdómine-Lozano & Luciano, 2005), generarán síntomas ansiosos (Rothblum, Solomon & Murakami, 1986) que a la postre alterará en su sensación de bienestar psicológico.

De los datos descriptivos, se desprende que el 35,8% de los participantes señalan que tienen una dificultad media, mientras que el 4,7%, sostiene que tiene una dificultad alta. Al respecto se evidencia que más de la tercera parte de la muestra tiene dificultad para autorregular sus actividades académicas, lo cual podría deberse por la carencia de autodisciplina y la tendencia a preferir las actividades placenteras a las obligaciones (Atalaya & García, 2019), del mismo modo Duda (2018), sostiene el problema de la autorregulación académica, es el abuso del criterio del cronológico para seleccionar la tarea a realizar, priorizando las lecturas agradables y de vencimiento largo, a las prioritarias, lo cual conlleva a experimentar dificultades para regular los tiempos de trabajo, ocio y sueño.

En relación al segundo objetivo específico, el cual fue determinar la relación significativa entre la dimensión postergación de actividades y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica, le correspondía la hipótesis de existe una relación inversa y significativa entre la dimensión postergación de actividades y bienestar psicológico en estudiantes de economía de universidad nacional de Huancavelica. Para poder determinar ello, se empleó la prueba estadística Tau b de Kendall (T_b), por ser ambas variables de tipo ordinal. Los resultados indican que $T_b = - 0.233$ con un nivel de significancia de $p < ,001$, lo cual indica que ambas variables se encuentran relacionadas de forma negativa o inversa y débil, por lo que se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula. Es decir, a mayores niveles de la dimensión postergación de actividades menor será la sensación de bienestar psicológico. Este resultado es similar al

hallado por Chacaltana, (2018), quien señala que a mayores niveles de bienestar psicológico, menor es la tendencia a postergar actividades. La autorregulación académica es definida como un mecanismo adaptativo al entorno académico, que implica el aplazamiento en la ejecución de actividades para el último minuto (Domínguez, 2014). Al respecto Duda (2018), señala que el problema de postergar las actividades está asociado al avance de la tecnología, puesto que el estudiante se distrae con los celulares y los videos de internet, confiando falsamente en su capacidad de que después podrá realizar la actividad en un corto plazo, es una falsa confianza (Bandura, 1999).

De los resultados a nivel descriptivo, se señala que un 33,8% de la muestra indica que presenta problemas medios de postergación de actividades, mientras que el 23,0% reconoce tener una alta dificultad en esta dimensión. Este dato evidencia que más de la mitad de los estudiantes evaluados tiende a postergar sus actividades. Al respecto Atalaya y García, (2019), señalan que, en las diferentes instituciones educativas, se evidencian altas tasas de postergación, lo que está vinculado a la carencia de motivación intrínseca, lo que podría deberse a la enseñanza virtual que es nueva para los estudiantes y mientras se adaptan a este nuevo sistema, presentarán problemas en postergar sus actividades académicas.

CONCLUSIONES

- Se logró determinar la relación significativa entre la procrastinación académica y el bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica - 2020.
- Se logró identificar relación inversa y significativa entre la dimensión autorregulación académica y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica -2020.
- Se logró identificar relación inversa y significativa entre la dimensión postergación de actividades y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica -2020

RECOMENDACIONES

- Se sugiere que el área de psicopedagogía de la escuela profesional de economía, realice talleres para prevenir la procrastinación, haciendo énfasis en la planificación de las actividades y la planificación de actividades.
- Se sugiere a las autoridades universitarias diseñar programas de intervención de tipo preventivo promocional a nivel de todas las carreras universitarias.
- Se sugiere a los estudiantes, que cuando realicen sus trabajos universitarios y tengan que buscar información en las páginas de internet no busquen distractores como las redes sociales puesto que esto los distrae y aplaza la ejecución de sus actividades académicas

REFERENCIAS BIBLIOGRAFIA

- Ayala, M., y Chocce, D. (2018). Bienestar psicológico y funcionalidad familiar en los estudiantes de la Institución Educativa N°36368 Callqui Grande – Huancavelica, 2018. Tesis para optar el título profesional de licenciado de Enfermería. Universidad Nacional de Huancavelica.
- Álvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Revista persona*, 13, 159-177. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/1471/147118212009.pdf>
- Atalaya, C. & García, L. (2019). Procrastinación: Revisión teórica. *Revista de Investigación en Psicología* 22 (2) pp. 363 – 378. DOI: <http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17435>
- Aguirre Á. (1994) *Psicología de la adolescencia*. Universidad de Barcelona. ISBN: 978-84-267-0971-4. Barcelona. España.
- Álvarez Blas, Óscar Ricardo (2010) Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana *Persona*, núm. 13, enero-diciembre, 2010, pp. 159-177 Universidad de Lima Lima, Perú Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147118212009>
- Balkins, M., y Durú, E. (2017). Gender Differences in the Relationship between Academic Procrastination, Satisfaction with Academic Life and Academic Performance. *Electronic Journal of reserach in educational Psychology*. 15(1), 105-125. ISSN: 1696-2095. 2017
- Barrera L., Sotelo M., Barrera R. y Aceves J. (2019) Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios *Enseñanza e Investigación en Psicología*. Vol. 1 | N° 2 | <https://www.revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/42>
- Brando C., Javier Montes-Hidalgo, Joaquín T. Limonero, María José Gómez-Romero, Joaquín Tomás-Sábado (2019) Relación de la procrastinación académica con la competencia percibida, el afrontamiento, la autoestima y la autoeficacia en estudiantes de enfermería. *Enfermería Clínica (English Edition)*, Available online 25 February 2020, Pages <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.07.012> [Get rights and content](#)

- Carranza R. et. al. (2017) Bienestar psicológico y rendimiento académico. Rev. Int. Investig. Cienc. Soc. ISSN (Impresa) 2225-5117. ISSN (En Línea) 2226-4000. Vol. 13 n°2. pág. 133-146
- Castro V. (2020) Cansancio emocional y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana. USIL Lima – Perú http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/10148/3/2020_Castro%20Chambi.pdf
- Chacaltana Hernández Katia Marilyn (2018) Procrastinación académica, adaptación universitaria y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de psicología – Ica. Universidad Femenina del Sagrado Corazón http://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.11955/494/Chacaltana%20%20Hernandez_2018.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Castañeda, B. (2008). *Bioestadística*. Lima: Ed.EDUNI.
- Córdova C. (2018) Procrastinación y estrés académico en estudiantes de la Universidad Nacional de Ingeniería, 2016. Universidad Peruana Unión. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/1298/Carlos_Tesis_Titulo_2_018.pdf?sequence=5&isAllowed=y
- Correa RAS, Cuevas MMR, Villaseñor PM. (2016) Bienestar psicológico, metas y rendimiento académico. Rev Esp Cienc Salud. 2016;19(1):29-34.
- Cova F., Alvial W., Aro M., Bonifetti A., Hernández M., Rodríguez C. (2007) Problemas de Salud Mental en Estudiantes de la Universidad de Concepción* Ter Psicol v.25 n.2 Santiago. Universidad de Concepción, Chile
- Campos D. (2018) Bienestar psicológico en estudiantes (según semestre de estudios y genero) de una universidad privada de Lima <http://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/1624/tesis%20DANIEL%20CAMPOS%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Capital (2014) Actualidad El 76% de los peruanos son incumplidos y el 71% impuntuales. <https://capital.pe/actualidad/el-76-de-los-peruanos-son-incumplidos-y-el-71-impuntuales-noticia-736845>
- Carranza, Renzo; Ramírez, Arlith (2013) procrastinación y características demográficas asociados en estudiantes universitarios Apuntes Universitarios. Revista de Investigación, vol. III, núm. 2, julio-noviembre, 2013, pp. 95-108 Universidad Peruana Unión San Martín, Perú <https://www.redalyc.org/pdf/4676/467646127006.pdf>

- Chávez-Ferrer E. (2015) Procrastinación crónica y ansiedad estado-rasgo en una muestra de estudiantes universitarios. UPCP Lima. [http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/6022/GIANNON I CHAVEZ FERRER ELISA PROCRASTINACION CRONICA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/6022/GIANNON_I_CHAVEZ_FERRER_ELISA_PROCRASTINACION_CRONICA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Diario El Búho (2019) Nota de prensa: Deserción universitaria alcanza el 30% en Perú y 42% en Latinoamérica. <https://elbuho.pe/2019/05/desercion-universitaria-alcanza-el-30-en-peru-y-42-en-latinoamerica/#:~:text=Una%20investigaci%C3%B3n%20realizada%20por%20el,porcentaje%20promedio%20es%20de%2042%25>.
- Dávila (2004) Adolescencia y juventud: de las nociones a los abordajes última década N°21, Cidpa Valparaíso, Diciembre 2004, PP. 83-104. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/udecada/v12n21/art04.pdf>
- Díaz-Morales J. (2019) Procrastinación: Una Revisión de su Medida y sus Correlatos Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica. RIDEP · N°51 · Vol.2 · 43-60 · ISSN: 1135-3848 print /2183-6051online. <https://doi.org10.21865/RIDEP51.2.04>
- Dominguez S. (2017) Prevalencia de procrastinación académica en estudiantes universitarios de lima metropolitana y su relación con variables demográfica. Rev. Psicol. (Arequipa. Univ. Catól. San Pablo) / Año 2017 / Vol 7 / N° 1 / pp. 81-95.
- Dominguez, S. (2016). Datos normativos de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de psicología de Lima. *Revista Evaluar*. 16 (1). ISSN 1667-4545
- Dominguez, S. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit* (20)2 issn: 2233-7666
- Dominguez S. (2018) Procrastinación en Universitarios: Evidencia Preliminar del Efecto de Contextualización en Asignaturas Específicas Universidad de San Martín de Porres, Lima, Perú Avaliação Psicológica, 2018, 17(1), pp. 12-19 ARTIGO – DOI: <http://dx.doi.org/10.15689/ap.2017.1701.02.13028>
- Duda, M. (2018). *Procrastinación académica en estudiantes de ingeniería de una universidad privada en Lima*. Tesis para optar al grado de Maestro en docencia e investigación superior. Universidad Cayetano Heredia.
- El Peruano - Diario Oficial (2014) LEY N° 30220. Normas Legales. Año XXXI – N°12914. 527211. Disponible en la URL: <https://www.sunedu.gob.pe/wp-content/uploads/2017/04/Ley-universitaria-30220.pdf>

- El tiempo (2007) Impuntualidad le cuesta a Perú US\$ 1,5 millones
<https://www.eltiempo.com/archivo/documento/MAM-2405484>
- García-Alandete (2013) Bienestar psicológico, edad y género en universitarios españoles (UNIVERSIDAD CATÓLICA DE VALENCIA SAN VICENTE MARTIR, Valencia, España.
<https://revistas.ucn.cl/index.php/saludysociedad/article/view/862/698>
- Garzón Umerenkova, A., & Gil Flores, J. (2016). El papel de la procrastinación académica como factor de la deserción universitaria. *Revista Complutense De Educación*, 28(1), 307-324. ISSN: 1130-2496 https://doi.org/10.5209/rev_RCED.2017.v28.n1.49682
- Garzón Umerenkova, A., & Gil Flores, J. (2017). Gestión del tiempo y procrastinación en la educación superior. *Universitas Psychologica*, vol. 16, núm. 3, 2017 <http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.upsy16-3.gtpe>
- Hernández G. (2016) Procrastinación académica, motivos de procrastinación y bienestar psicológico en alumnos de ingeniería industrial de una universidad de Trujillo. Universidad Privada Del Norte <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/10716/Hernandez%20Malca%20Gabriel%20Fernando.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Huarcaya-Victoria J. Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Rev Peru Med Exp Salud Publica*. 2020;37(2):327-34. ISSN 2306-0565 versión impresa / ISSN 2311-7397 versión on line Universidad de San Martín de Porres, Lima, Perú. <https://doi.org/10.17843/rpmesp.2020.372.5419>
- Lara C. M. (2018) Relación entre síntomas de salud mental, procrastinación académica y rendimiento académico en estudiantes de psicología de la Universidad Alas Peruanas Filial Huancavelica. Universidad Nacional de Huancavelica <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/2380>
- Mas y Medinas (2007) Motivaciones para el estudio en universitarios *Anales de Psicología*, vol. 23, núm. 1, junio, 2007, pp. 17-24 Universidad de Murcia Murcia, España Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16723103>
- Medina Talavera, M. D. C., & Tejada Zea, M. A. (2015). La Autoestima y procrastinación académica en jóvenes universitarios
- Mestanza E. (2019) Procrastinación Académica Y Ansiedad En Estudiantes De Una Univerisdad Privada De La Ciudad De Trujillo. Tesis. Universidad Privada del Norte <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/23187/Mestanza%20Narvaez%20Ena%20Flor%20de%20Mar%20ada.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

- Moreta, Rodrigo; Gabor, Ismael; Barrera, Lía (2017) El Bienestar psicológico y la satisfacción con la vida como predictores del bienestar social en una muestra de universitarios ecuatorianos. *Salud & Sociedad*, vol. 8, núm. 2, mayo-agosto, 2017, pp. 172-184 Universidad Católica del Norte Antofagasta, Chile <https://www.redalyc.org/pdf/4397/439752880005.pdf>
- Naturil C., Peñaranda D., Vicente J. & Marco F. (2018) Mala gestión del tiempo en los estudiantes universitarios: efectos de la procrastinación. Congreso In-Red 2018 UPV, 19 y 20 de julio de 2018 Doi: <http://dx.doi.org/10.4995/INRED2018.2018.8874>
- Pachao S. y Tasayco M. (2018) Rendimiento académico y factores de abandono universitario en estudiantes de enfermería de una universidad privada 2018. Tesis. Universidad Privada Norbert Wiener. <http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/2574/TESIS%20Pachao%20Sandra%2020Tasayco%20Elizabeth.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Paolucci M. (2017). Síntomas psicopatológicos y nivel de severidad general en estudiantes de psicología. IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIV. Jornadas de Investigación XIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. <https://www.academica.org/000-067/523>
- Pimentel Retuerto, D. (2019) Plagio implicancia de la autoestima en el rendimiento académico universitario. *Revista científica* <http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/UNJFSC/2158/ART%c3%8dCULO%20CIENT%c3%8dFICO%20DALILA%20PIMENTEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Quispe A. (2018) Optimismo y procrastinación académica en estudiantes universitarios de una universidad privada de lima metropolitana. Universidad Privada Del Norte <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/13639/TESIS%20%20AMBER%20DARCY%20QUISPE%20CASTILLO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ross Arguelles, G. P., Salgado Ortiz, K. I., Fernández Nistal, M. T. y López Valenzuela, M. I. (2019). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Revista Educación y Ciencia*, 8(51), 58-63.
- Rengifo (2017) autoestima y ansiedad en estudiantes ingresantes a ciencias de la salud en una universidad privada. Universidad Científica Del Perú Facultad De Ciencias De La Salud Carrera Profesional Psicología Iquitos – Perú 2017

- <http://repositorio.ucp.edu.pe/bitstream/handle/UCP/304/RENGIFO-1-Trabajo-Autoestima.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ryff, C., & Singer, B. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9, 13-39.
- Rothblum, E., Solomon, J. & Murakami, J. (1986). Affective, cognitive, and Behavioral differences between high and low procrastinators. *Journal of counseling psychology*, 33, 387-394.
- Sanchez A. (2018) Síntomas psicopatológicos en estudiantes de una Facultad de Psicología de Lima. Tesis. <http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2144/SANCHEZ%20TAFUR%20AYRTON%20MANUEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sandoval S., Dorner A. y Véliz A. (2017) Bienestar psicológico en estudiantes de carreras de la salud. *Inv Ed Med*. 2017; 6(24):260-266 Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Medicina. <http://www.scielo.org.mx/pdf/iem/v6n24/2007-5057-iem-6-24-00260.pdf>
- Silva, A; Lechuga, J.; Costa, M.; & Texeira, A. (2020). Avaliando o papel da procrastinação acadêmica e bem-estar subjetivo na predição da satisfação com o programa de pós-graduação. *Ciencias Psicológicas Janeiro*. 14(1). pp 1-15. doi: <https://doi.org/10.22235/cp.v14i1.2078>
- SUNEDU (2015) El modelo de licenciamiento en su implementación en el Sistema Universitario Peruano. <https://www.sunedu.gob.pe/condiciones-basicas-de-calidad-2/>
- SUNEDU (2018) Informe Bienal sobre la Realidad Universitaria Peruana. <https://www.sunedu.gob.pe/informe-bienal-sobre-realidad-universitaria/>
- Sundaramoorthy, J. (2018). Self-Regulated Learning Strategies of Active Procrastinating Pre-University Students. *Electronic Journal of research in educational Psychology*. 16(2), 325-343. ISSN: 1696-2095
- Toma, J., Rubio, J. (2007). *Estadística aplicada segunda parte*. Lima: Ed. Universidad del Pacífico.
- Tello J. (2018) Calidad de vida y bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad nacional de Lima Metropolitana. Lima-Perú <http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2260/TELLO%20SULLCA%20JESUS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ubillos S., Mayordomo S. y Páez D. (2003). *Capítulo X. Actitudes: Definición y Medición. Componentes de la Actitud*. Modelo de la Acción Razonada y Acción Planificada.

Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (S.F.) Guía: La autoaceptación
<https://www.upc.edu.pe/servicios/orientacion-psicopedagogica/documentos/guia-la-autoaceptacion.pdf>

Vivaldi & Barra (2012) Bienestar Psicológico, Apoyo Social Percibido y Percepción de Salud en Adultos Mayores terapia psicológica 2012, Vol. 30, N° 2, 23-29 Universidad de Concepción, Chile <https://scielo.conicyt.cl/pdf/terpsicol/v30n2/art02.pdf>

Visdómine-Lozano, J. & Luciano, C. (2005). Locus de control y autorregulación conductual: revisiones conceptual y experimental. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 6 (3). pp. 729-751

ANEXOS

ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE ECONOMÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE HUANCVELICA

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	METODOLOGÍA
<p>General</p> <p>¿Cómo se relacionan la procrastinación académica y el bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica - 2020?</p>	<p>General</p> <p>Determinar cómo se relaciona procrastinación académica y el bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica - 2020</p>	<p>General</p> <p>Existe relación inversa y significativa entre la procrastinación académica y el bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica -2020</p>	<p>Tipo: Básico Nivel: Correlacional Método: Científico Diseño: No experimental</p> <div style="text-align: center;"> <pre> graph TD M --> X M --> Y X --> Y </pre> </div> <p>Dónde: M: Representa la muestra de estudiantes de la UNH. X: Bienestar Psicológico Y: Procrastinación académica R: Es la relación que tiene la variable X y Y</p>
<p>Problema específico</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cuál será la relación entre la dimensión autorregulación académica y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica -2020? - ¿Cual se relaciona la dimensión postergación de actividades y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica -2020? 	<p>Objetivo específico</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificar cual es la relación entre la dimensión autorregulación académica y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica- 2020. - Identificar cual es la relación entre la dimensión postergación de actividades y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica -2020 	<p>específica</p> <ul style="list-style-type: none"> • Existe relación directa y significativa entre la dimensión autorregulación académica y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica - 2020. • Existe relación directa y significativa entre la dimensión postergación de actividades y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la universidad nacional de Huancavelica -2020 	<p>Población: Estará integrada por estudiantes de la facultad de economía, que asciende a 240 estudiantes Muestra: estará integrada 148 estudiantes Técnicas e instrumentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Escala de procrastinación académica (EPA) - Escala de Bienestar psicológico para adultos (BIPS-A)

ANEXO 2: MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variable	Definición conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Ítems	Escala de medición
Procrastinación académica	Es la tendencia a postergar de forma deliberada las actividades académicas, teniendo conocimiento de los plazos y las consecuencias que podría conllevar su no cumplimiento por realizar actividades extracurriculares de tipo no académicas, a causa de la desmotivación, ausencia de auto control, miedo al fracaso y baja capacidad de autorregulación (Sanchez, 2010)	La variable procrastinación académica será medida mediante el instrumento denominado: “Escala de procrastinación académica (EPA)”	Autorregulación	2,4,5,9,8,10,11,12,13	ordinal
			Postergación de actividades	1,6,7	
Bienestar Psicológico	Es el indicador de un funcionamiento positivo en el individuo, que posibilita el desarrollo de sus capacidades y por tanto su crecimiento personal, siendo la persona consciente de sus cualidades y limitaciones, se siente bien con respecto a si mismo, pudiendo mantener relaciones interpersonales satisfactorias con mucha responsabilidad social, además tiene muy presente su individualidad, con un propósito o sentido de vida. (Ryff, 2008)	La variable bienestar psicológico, será medido mediante el instrumento denominado: “Escala de bienestar Psicológico para adultos (EBPS-A)”	Autorrealización	2,3,11,1,10,6	ordinal
			Autonomía	4,13,12,9	
			Vínculos sociales	5,8,7,	

Anexo 03: MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE INSTRUMENTOS

Variable	Dimensiones	Items	Escala de valoración	Escala de medición
Procrastinación académica	1. autorregulación	1.1. Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes	Siempre	Ordinal
		1.2. Trato de terminar mis trabajos importantes con el tiempo de sobra		
		1.3. Asisto regularmente a clases		
		1.4. Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible		
		1.5. Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido		
		1.6. Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda		
		1.7. Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio		
		1.8. Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio		
		1.9. Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas		
2. Postergación de actividades	2.1. Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto	Nunca		
	2.2. postergo los trabajos de los cursos que no me gustan			
	2.3. postergo las lecturas de los cursos que no me gustan			
Bienestar Psicológico	1. autorrealización	1.1. Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo	De acuerdo	Ordinal
		1.2. Me importa pensar que haré en el futuro.		
		1.3. Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar		
		1.4. Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.		
		1.5. Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.		
		1.6. Siento que podré lograr las metas que me proponga		
	2. Autonomía	2.1. Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas	Ni de acuerdo ni en Desacuerdo	
		2.2. Encaro sin mayores problemas mis obligaciones diarias		
		2.3. Puedo tomar decisiones sin dudar mucho		
		2.4. En general hago lo que quiero, soy poco influenciado		
	3. Vínculos sociales	3.1. Generalmente le caigo bien a la gente	Desacuerdo	
		3.2. Creo que en general me llevo bien con la gente		
3.3. Cuento con personas que me ayudan si lo necesito				

ANEXO 4

ESCALA DE PROCRASTINACION ACADEMICA

Nombres y apellidos: Sexo:
 edad: Estado Civil: Ocupación:

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 tu 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 aun cuando el tema sea aburrido					
10.	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio					
11.	Trato determinar mis trabajos importantes con tiempo de sobra					
12.	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas					

ANEXO 6:

SOLICITO: Autorización para aplicación de instrumento a estudiante de la +E.A.P. de Economía.

DR. LUIS JULIO PALACIOS AGULAR

Decano de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Nacional de Huancavelica

PATRICIA HUAMANI CASTRO identificado con **DNI N° 43588181**, domiciliado en **JR. VIRREY TOLEDO N° 103** y **LILIA FLORES GALINDO** identificado con **DNI N° 44043096**, domiciliado en: Av. Sebastián Barranca N° 391; bachilleres en Psicología, egresadas de la Universidad Peruana Los Andes, ante Ud. Nos presentamos y exponemos:

Qué, teniendo interés de realizar el proyecto de investigación conducente al Título de Licenciado en Psicología, denominado: **PROCRASTINACION ACADÉMICA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE ECONOMÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE HUANCAVELICA**, asimismo le solicito que el instrumento de evaluación sea aplicado en los estudiantes E.A.P. de Economía que Ud. Dignamente representa, guardando absoluto rigor científico y confidencialidad, el mismo que servirá de base para adquirir conocimientos sobre el tema de procrastinación académica y bienestar psicológico e indicar los niveles que presentan los estudiantes de dicha E.A.P. para que sirva de antecedente que permita lograr la formación de buenos profesionales.

Por tanto:

Sírvase acceder a nuestra petición, gracia que espero alcanzar.



LILIA FLORES GALINDO
DNI N° 44043096



PATRICIA HUAMANI CASTRO
DNI N° 43588181

solicitud - pathy031386@gmail.c x +

mail.google.com/mail/u/0/?tab=rm&ogbl#sent/QgrcJHrttkJTWQgncDZbvDHiffbGPGRTqV

Gmail in:sent

Redactar

- Recibidos 459
- Destacados
- Pospuestos
- Enviados
- Borradores 9
- Más

Meet

- Nueva reunión
- Unirse a una reunión

Hangouts

- Pathy +

Destinatarios

----- Forwarded message -----
De: Pathy Huamani <pathy031386@gmail.com>
Date: lun., 2 nov. 2020 a las 17:10
Subject: solicitud
To: <fce@unh.edu.pe>

PDF solicitud para la te...

ANEXO 7:



UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

ASENTIMIENTO INFORMADO

I. DATOS GENERALES

Título del proyecto: Procrastinarian Académica y Bienestar Psicológico en Estudiantes de Economía de la Universidad Nacional de Huancavelica.

Escuela profesional: PSICOLOGÍA.

Asesor(a)(es): _____

Duración del estudio: Del05.../...10...../.....20..... al15...../.....02.../.....21.....

Institución: UNIVERSIDAD NACIONAL DE HUANCAVELICA

Departamento: HUANCAVELICA **Provincia:** HVCA: **Distrito:** HUANCAVELICA

- Estimado menor, en estricto respeto a su opinión y de sus derechos de libre elección, usted tiene derecho a negarse a participar de esta investigación o a retirarse del estudio en cualquier momento. De todas maneras, agradecemos el tiempo dedicado a conocer este estudio.
- Si crees conveniente recibir información durante el proceso de la investigación o sobre los resultados del estudio, no dudes en consultar y solicitar a los investigadores, cuyos datos se encuentran al final del documento, asimismo, se consigna los datos del(a) asesor(a).

MANIFIESTA

Yo, _____, identificado(a) con D.N.I. N° _____, de _____, años de edad, doy mi consentimiento para la participación en el proyecto de investigación titulado “en el estudio de investigación: “**Procrastinarian Académica y Bienestar Psicológico en Estudiantes de Economía de la Universidad Nacional de Huancavelica**”, llevado a cabo por el investigador(a)(es) “**LILIA FLORES GALINDO identificado con DNI N° 44043096 Y PATRICIA HUAMANI CASTRO identificado con DNI N° 43588181**”

Pongo mi nombre y/o huella digital en señal de aceptación, dos ejemplares; uno de los cuales queda en mi poder y otro en del investigador(a)(es) responsables del estudio.

..... de De 2020.



Huella y/o nombre

	Apellidos y nombres	Huella Digital	Huella y/o nombre
Investigador(a)(es)	D.N.I. N°	<i>44043096</i>	<i>Huamani Castro Patricia</i>
	Teléfono/celular	<i>967655200</i>	<i>43588181</i>
	Email	<i>lilianfloresgalindo@gmail.com</i>	<i>patricia3803070</i>
Asesor(a)	Apellidos y nombres		<i>patricia3803070@gmail.com</i>
	D.N.I. N°		
	Teléfono/celular		
	Email		

ANEXO 8



UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Luego de haber sido debidamente informada/o de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi persona como parte de la investigación denominada **“PROCRASTINACION ACADÉMICA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE ECONOMÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE HUANCAVELICA,”**, mediante la firma de este documento acepto participar voluntariamente en el trabajo que se está llevando a cabo conducido por los investigadores responsables: **LILIA FLORES GALINDO** y **PATRICIA HUAMANI CASTRO**

Se me ha notificado que nuestra participación es totalmente libre y voluntaria y que aún después de iniciada puedo rehusarme a responder cualquiera de las preguntas o decidir suspender mi participación en cualquier momento, sin que me ocasione ningún perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que mis respuestas a las preguntas y aportes serán absolutamente confidenciales y que las conocerá sólo el equipo de profesionales involucradas/os en la investigación; y se me ha informado que se resguardará mi identidad en la obtención, elaboración y divulgación del material producido.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que todas las preguntas acerca del estudio o sobre los derechos a participar en el mismo me serán respondidas.

Huancayo, de 2020.



(PARTICIPANTE)

Apellidos y nombres:

N° DNI:

1. Responsable de investigación
Apellidos y nombres: *Flores Galindo, Lilia*
D.N.I. N°: *44043096*
N° de teléfono/celular: *967 65 52 00*
Email: *Lilia.FloresGalindo@gmail.com*
Firma: *[Firma]*

2. Responsable de investigación
Apellidos y nombres: *Huamani Castro Patricia*
D.N.I. N°: *43588181*
N° de teléfono/celular: *973 80 30 70*
Email: *Patricia3386@gmail.com*
Firma: *[Firma]*

3. Asesor(a) de investigación
Apellidos y nombres:
D.N.I. N°
N° de teléfono/celular:
Email:
Firma:

ANEXO 9



UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

DECLARACIÓN DE CONFIDENCIALIDAD

Yo Lilia Flores Galindo identificado (a) con DNI
N° 44043096 estudiante/docente/egresado la escuela profesional
de Psicología (vengo/habiendo) implementando/implementado
el proyecto de investigación titulado
“ Procrastinación Académica y Bienestar Psicológico en Estudiantes de Economía de la Universidad Nacional de Huca ”, en ese contexto
declaro bajo juramento que los datos que se generen como producto de la investigación,
así como la identidad de los participantes serán preservados y serán usados únicamente
con fines de investigación de acuerdo a lo especificado en los artículos 27 y 28 del
Reglamento General de Investigación y en los artículos 4 y 5 del Código de Ética para la
investigación Científica de la Universidad Peruana Los Andes , salvo con autorización
expresa y documentada de alguno de ellos.

Huancayo, 01 de 11 2020.



Lilia Flores Galindo
Flores Galindo, Lilia
Apellidos y nombres: 44043096
Responsable de investigación



DECLARACIÓN DE CONFIDENCIALIDAD

Yo Patricia, Huamani Castro..... identificado (a) con DNI
N° 43588181..... estudiante/docente/egresado la escuela profesional
de Psicología....., (vengo/habiendo) implementando/implementado
el proyecto de investigación titulado
" Procrastinación Académica y Bienestar Psicológico en estudiantes de
Economía de la Universidad Nacional de Huancayo ", en ese contexto
declaro bajo juramento que los datos que se generen como producto de la investigación,
así como la identidad de los participantes serán preservados y serán usados únicamente
con fines de investigación de acuerdo a lo especificado en los artículos 27 y 28 del
Reglamento General de Investigación y en los artículos 4 y 5 del Código de Ética para la
investigación Científica de la Universidad Peruana Los Andes , salvo con autorización
expresa y documentada de alguno de ellos.

Huancayo, 01 de 11 2020.



Apellidos y nombres: Huamani Castro Patricia
Responsable de investigación

ANEXO 10

CRITERIO DE JUECES

NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO : Evelin Juliana Quispe Poma
TÍTULO PROFESIONAL : Psicología Humana
ESPECIALIDAD : Psicología Educativa
AÑOS DE EXPERIENCIA : 4 años
INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA : I.E. "Isolina Clotet De Ferandini"
POST GRADO : Maestría en Psicología Educativa
OTROS MERITOS :

EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO

ADECUADO 1 MEDIANAMENTE ADECUADO 2 INADECUADO 3

OBSERVACIONES:.....
.....
.....
.....
.....
.....



Quispe Poma Evelin Juliana
PSICÓLOGA
C.Ps.P 25258

Mg. EVELIN, QUISPE POMA.

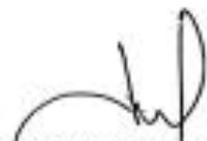
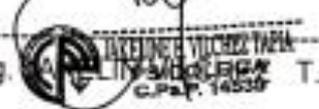
CRITERIO DE JUECES

NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO : Juliane Elizabeth Velazquez Tania
TÍTULO PROFESIONAL : Bióloga
ESPECIALIDAD :
AÑOS DE EXPERIENCIA : 12 años
INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA : C.S. Acaecios
POST GRADO : Mg. Gestión de Recursos de Salud
OTROS MERITOS :

EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO

ADECUADO 1 MEDIANAMENTE ADECUADO 2 INADECUADO 3

OBSERVACIONES:.....
.....
.....
.....
.....
.....


Mg.  T.
C.P.R. 14539

CRITERIO DE JUECES

NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO : Cristian Miguel Lara Torres
TÍTULO PROFESIONAL : Psicología Humana
ESPECIALIDAD : Psicología forense
AÑOS DE EXPERIENCIA : 13 años
INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA : Seguro Social de Salud
POST GRADO : Docencia Unversitaria
OTROS MERITOS : Coordinador de Salud Mental

EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO

ADECUADO 1 : MEDIANAMENTE ADECUADO 2 INADECUADO 3

OBSERVACIONES:.....
.....
.....
.....
.....
.....


DR. CRISTIAN MIGUEL LARA TORRES.
No. CRISTIAN MIGUEL LARA TORRES
PSICOLOGO FORENSE
C.Ps. B-13073

sevo	edad	ciclo	asiste	reg	cept	p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	p11	p12	b1	b2	b3	b4	b5	b6	b7	b8	b9	b10	b11	b12	b13	postel	autor	procr	bpsic	
1	18	1	Si	3	4	4	5	3	3	4	4	5	5	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	0	3	
2	17	1	Si	4	3	3	5	4	4	4	4	4	4	3	4	4	5	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	0	1	
1	22	7	Si	3	3	3	4	5	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	1	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	0	1	
2	18	1	Si	3	3	5	5	5	1	1	4	3	5	4	3	5	4	5	2	2	3	1	2	2	1	1	2	2	3	1	1	1	3	0	1
1	18	1	Si	1	5	5	2	5	1	1	5	2	5	4	5	4	5	4	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	1	3	0	3	
1	19	1	Si	4	4	4	5	3	2	2	4	3	5	4	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	0	3	
2	24	9	Si	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	0	3	
2	18	1	Si	2	4	3	5	5	2	1	4	3	5	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	1	3	0	3		
1	19	1	Si	3	4	5	5	5	3	2	5	3	4	4	5	4	5	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	0	2	
1	17	1	Si	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	0	3	
2	17	1	Si	3	3	4	5	3	4	4	5	3	3	4	5	3	4	3	3	3	2	2	3	3	2	1	3	2	2	2	3	2	0	1	
1	18	1	Si	1	5	5	5	5	1	1	4	5	5	5	5	5	5	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	1	3	1	3	0	2	
2	19	1	Si	1	4	4	5	4	3	2	5	5	5	5	5	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	0	3	
1	19	1	Si	2	5	5	5	5	1	1	5	5	5	5	5	5	5	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	0	3	
1	18	1	Si	3	4	4	5	4	3	2	4	4	4	4	4	4	5	3	3	3	1	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	0	2	
2	18	1	Si	4	2	2	5	3	4	4	5	1	3	2	4	3	2	4	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	1	2	3	1	1	1
2	19	1	Si	2	2	3	5	5	1	1	4	3	4	4	3	4	5	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	2	1	2	0	2	
1	18	1	Si	1	5	2	5	3	2	2	5	4	4	5	4	4	5	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	1	3	0	3	
1	19	1	Si	3	5	3	5	5	2	2	5	5	5	5	5	5	4	4	1	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	1	3	0	2	
2	18	1	Si	3	3	4	3	4	2	2	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	1	2	0	1
2	20	5	Si	3	4	2	5	4	3	4	2	2	5	4	2	5	4	5	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	0	3	
2	19	3	Si	2	3	3	5	4	2	2	3	3	4	4	3	4	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	2	0	3	
2	18	1	Si	4	4	5	5	5	1	1	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	1	3	0	3
2	19	3	Si	3	3	4	5	5	3	3	5	3	3	5	3	4	5	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	0	1
2	23	7	Si	1	5	4	5	5	1	1	5	5	5	5	5	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	0	3

2	19	5\$!	\$!	5	3	2	5	5	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	1	3	2	2	2	2	2	3	2	0	1			
1	20	3\$!	\$!	2	5	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	0	3	
1	18	1\$!	\$!	3	3	3	5	4	3	3	4	4	4	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	0	3	
2	18	1\$!	\$!	3	5	4	4	3	2	2	5	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	0	3	
2	20	5\$!	\$!	3	4	4	5	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	2	2	2	3	3	2	1	3	3	2	2	2	0	1		
2	20	5\$!	\$!	2	4	5	5	5	1	1	5	5	5	4	5	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	1	3	0	3		
2	18	1\$!	\$!	2	3	3	4	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	1	1	0	2	
2	20	5\$!	\$!	3	3	3	5	5	4	5	4	3	5	5	5	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	0	2		
2	20	5\$!	\$!	3	4	5	5	5	2	2	4	3	4	5	5	3	3	1	2	2	3	3	2	3	3	2	3	1	3	0	2		
2	18	3\$!	\$!	3	3	3	5	4	4	3	5	4	3	3	5	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	0	1		
2	20	5\$!	\$!	2	4	3	5	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	0	3		
2	18	3\$!	\$!	3	4	4	5	5	2	2	4	4	4	4	5	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1	3	0	2	
1	18	1\$!	\$!	3	3	4	5	4	3	3	5	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	0	3		
2	18	1\$!	\$!	3	4	5	5	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	0	1		
2	21	7\$!	\$!	2	3	4	2	4	3	2	4	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	1	2	0	2		
2	19	3\$!	\$!	2	4	4	5	4	3	2	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	0	3	
1	20	5\$!	\$!	3	5	3	5	5	1	1	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	0	3	
2	17	1\$!	\$!	2	3	4	4	4	3	2	4	4	4	4	5	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	0	3	
2	23	7\$!	\$!	1	5	5	2	4	2	4	4	3	4	4	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	0	3	
2	18	1\$!	\$!	3	4	5	5	4	3	2	4	4	4	4	5	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	0	1	
2	18	1\$!	\$!	1	4	3	4	4	1	2	4	4	4	5	3	3	3	3	2	2	2	2	1	3	3	3	3	1	3	0	2		
2	21	5\$!	\$!	4	4	5	5	4	2	2	5	4	4	4	5	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	0	3		
2	19	3\$!	\$!	3	4	5	5	5	3	2	4	4	5	4	5	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	0	3		
2	21	7\$!	\$!	4	4	5	5	4	2	2	5	4	4	4	5	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	0	3		
2	20	5\$!	\$!	1	5	4	5	5	1	1	5	5	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	0	3	
2	21	7\$!	\$!	4	4	5	5	4	2	2	5	4	4	4	5	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	0	3		

1	24	9Si	Si	3	3	4	5	4	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	2	3	3	2	1	2	0	2			
2	21	7Si	Si	3	3	1	5	5	3	5	3	5	5	5	5	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	0	3	
2	18	1Si	Si	4	4	3	5	3	4	3	4	3	3	3	5	2	3	3	1	2	3	3	3	3	1	3	2	0	1	
2	18	3Si	Si	2	4	3	5	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	0	3		
2	20	5Si	Si	3	3	4	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	1	2	0	3	
1	20	5Si	Si	1	5	5	5	5	1	5	5	5	5	4	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	1	3	0	3	
1	20	5Si	Si	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	0	2		
2	18	3Si	Si	1	5	5	5	5	3	5	5	5	1	5	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	0	3	
2	19	5Si	Si	1	5	5	5	4	1	4	4	5	4	5	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	0	3	
1	22	9Si	Si	4	2	5	5	4	3	5	3	5	4	4	3	3	2	3	1	3	1	1	3	3	2	3	3	0	1	
2	18	3Si	Si	2	4	5	5	4	2	5	4	5	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	0	3	
2	19	5Si	Si	5	5	4	5	4	1	5	5	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	0	3	
2	18	3Si	Si	2	3	3	4	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	1	0	2	
2	18	3Si	Si	3	3	3	4	4	1	5	4	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	1	2	0	2
2	19	5Si	Si	2	4	3	5	4	2	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	0	3	
1	18	3Si	Si	5	4	3	5	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	1	3	3	2	0	2		
2	19	5Si	Si	3	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	1	2	0	3	
2	18	3Si	Si	3	4	4	5	5	2	4	4	4	4	5	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	1	3	0	2
2	21	5Si	Si	3	3	4	5	4	3	2	5	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	0	3		
2	18	3Si	Si	3	3	4	5	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	0	3	
2	19	5Si	Si	2	3	3	5	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	0	3		
2	18	3Si	Si	5	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	2	3	3	2	2	3	2	1	3	3	2	2	2	0	1	
2	19	5Si	Si	3	5	4	5	5	2	5	5	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	1	3	0	3	
1	18	3Si	Si	4	4	3	5	5	3	5	4	4	5	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	0	3	
2	19	3Si	Si	2	4	4	5	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	0	3
1	20	5Si	Si	1	4	5	5	5	2	4	4	5	5	5	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	0	3	

2	19	3\$!	\$!	2	3	5	1	5	4	4	5	3	5	5	4	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	0	2	
1	19	5\$!	\$!	4	5	5	4	4	4	3	5	3	4	4	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	0	2	
2	18	3\$!	\$!	4	4	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	0	2	
2	23	7\$!	\$!	1	5	5	5	5	1	1	5	5	5	5	5	1	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	0	3	
2	18	3\$!	\$!	2	3	3	5	5	4	2	4	4	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	0	2	
2	21	7\$!	\$!	2	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	0	2	
2	18	3\$!	\$!	4	3	4	5	4	3	3	2	4	3	3	5	2	3	1	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	0	1		
2	20	5\$!	\$!	3	4	4	5	2	2	4	4	4	4	4	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	1	3	0	2		
1	20	5\$!	\$!	4	4	5	5	5	1	1	5	5	5	5	5	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3	0	3	
2	21	5\$!	\$!	3	5	3	5	5	3	3	5	5	5	5	5	3	3	3	3	1	3	1	1	3	3	3	3	2	3	0	2	
2	20	5\$!	\$!	3	3	4	5	5	3	3	5	3	5	5	5	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	0	3	
2	21	5\$!	\$!	3	5	5	5	5	3	3	5	5	5	5	5	3	3	3	3	1	3	1	1	3	3	3	3	2	3	0	2	
1	18	3\$!	\$!	3	3	4	5	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	0	2	
1	18	3\$!	\$!	2	4	5	5	4	3	3	5	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	0	3		
1	22	7\$!	\$!	4	4	3	5	3	3	3	3	2	4	3	5	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	0	2	
1	20	5\$!	\$!	2	4	3	5	4	3	3	4	4	4	4	4	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	0	2		
1	22	5\$!	\$!	2	4	4	5	5	1	2	3	3	5	3	4	3	3	3	1	3	1	2	2	3	3	3	3	1	3	0	2	
1	20	5\$!	\$!	2	4	3	5	4	3	3	4	4	4	4	4	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	0	2		
1	20	5\$!	\$!	2	4	5	5	4	2	2	4	4	4	4	4	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	0	2		
1	20	5\$!	\$!	2	4	5	5	4	2	2	4	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	1	3	0	2		
2	21	7\$!	\$!	3	4	4	5	4	3	3	5	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	0	3	
2	21	7\$!	\$!	1	5	3	5	4	2	2	5	4	5	3	5	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	1	3	0	2
3	1	19	3\$!	\$!	3	4	4	5	4	2	2	4	3	4	5	3	3	3	2	2	3	2	3	1	2	2	2	3	1	3	0	1
4	1	18	3\$!	\$!	2	4	5	5	4	3	3	5	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	0	3	
5	1	20	7\$!	\$!	2	3	4	5	4	2	1	4	3	5	5	3	2	3	3	1	2	2	3	3	3	3	3	1	3	0	2	
5	1	19	3\$!	\$!	2	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	0	3
7	1	19	3\$!	\$!	3	4	3	5	5	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	0	1

1	26	9SI	SI	3	4	3	5	5	3	5	5	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	0	3	
1	19	5SI	SI	2	4	3	4	4	2	5	5	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	0	3
1	19	5SI	SI	3	4	2	5	4	3	3	3	4	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0	1
1	21	7SI	SI	3	3	2	4	3	3	3	3	4	3	3	2	2	2	1	2	2	1	3	2	3	2	2	2	0	1	
1	24	9SI	SI	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	0	3	
1	18	3SI	SI	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	0	3	
2	18	3SI	SI	2	4	4	5	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	0	3	
1	25	9SI	SI	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	0	3	
1	18	3SI	SI	3	3	3	5	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	0	3	
2	21	9SI	SI	4	3	2	5	3	4	3	4	5	3	4	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	0	1	
1	18	3SI	SI	1	5	4	5	5	1	1	5	5	4	5	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	0	3	
1	23	9SI	SI	3	3	3	3	3	3	3	5	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	0	3	
1	21	7SI	SI	2	4	4	5	5	2	3	4	2	5	5	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	0	3	
1	23	9SI	SI	1	4	5	5	5	2	4	4	5	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	0	3	
1	18	3SI	SI	3	3	3	5	4	3	2	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	0	2	
1	20	7SI	SI	4	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	1	3	1	1	1	
1	17	3SI	SI	3	4	4	5	4	3	4	4	4	3	5	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	0	3	
1	21	9SI	SI	3	4	3	5	4	3	3	4	3	4	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	0	2	
1	21	7SI	SI	2	4	4	5	4	2	4	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	0	3	
2	21	7SI	SI	3	4	4	5	4	4	1	5	3	4	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	0	2	
1	19	3SI	SI	2	3	4	5	4	3	2	5	4	5	5	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	0	3	
1	22	9SI	SI	4	4	5	5	5	4	4	5	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	0	3	
2	19	7SI	SI	5	2	3	3	3	3	5	2	3	2	3	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	1	1	1	
1	23	9SI	SI	3	4	3	5	5	2	3	5	5	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	0	3	
2	19	7SI	SI	1	4	3	5	5	1	2	4	3	5	4	5	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	1	3	0	1	
1	19	7SI	SI	3	3	4	5	4	1	2	4	4	4	5	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	1	3	0	2