

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **PSICOLOGÍA**

“RESILIENCIA Y PROCRASTINACIÓN
ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA
DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA
METROPOLITANA”

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciada en psicología

Autores:

Angie Stefani Paico Gordillo de Acosta

Sindy Karina Sanchez Sobrado

Asesor:

Mg. Claudia Karina Guevara Cordero

<https://orcid.org/0000-0003-4681-3077>

Lima - Perú

2025

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	Janeth Imelda Suarez Pasco	
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	Janeth Molina Alvarado	
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	Claudia Karina Guevara Cordero	
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

INFORME DE SIMILITUD




19% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado
- ▶ Texto mencionado
- ▶ Coincidencias menores (menos de 8 palabras)

Fuentes principales

- 19%  Fuentes de Internet
- 0%  Publicaciones
- 0%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

DEDICATORIA

Nuestra tesis, se lo
dedicamos a Dios, a nuestra
familia, hermanos y amigos, que
nos brindan el soporte para no
rendirnos y lograr nuestras metas.

AGRADECIMIENTO

A nuestros queridos padres
y en especial a nuestra asesora,
quien nos ha acompañado en todo
este proceso de forma activa, con
una empatía inigualable, siempre
motivándonos a poder ir mejorando
y lograr un trabajo satisfactorio.

Tabla de contenido

Jurado calificador	2
Informe de similitud	3
Dedicatoria.....	4
Agradecimiento	5
Tabla de contenido	6
Índice de tablas	7
Índice de figuras	8
Resumen	9
Capítulo I: Introducción	10
Capítulo II: Metodología	11
Capítulo III: Resultados	30
Capítulo IV: Discusión y Conclusiones	36
Referencias	43
Anexos	53

Índice de tablas

Tabla 1 <i>Correlación de la resiliencia y la procrastinación académica</i>	33
Tabla 2 <i>Niveles de resiliencia</i>	34
Tabla 3 <i>Niveles de procrastinación académica</i>	35

Índice de figuras

Figura 1 <i>Modelo de personalidad resistente de Kobasa</i>	18
---	----

RESUMEN

La finalidad de este trabajo de investigación es determinar la relación que existe entre la resiliencia y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana. En cuanto a la metodología, esta responde a un enfoque cuantitativo, diseño no experimental de corte transversal, y de alcance descriptivo y correlacional. La población se constituyó por los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, y la muestra fue de 457 estudiantes universitarios. Los instrumentos utilizados para recolectar los datos son las adaptaciones al contexto nacional de Bernaola et al. (2022) de la Escala Breve de Resiliencia Connor-Davidson (CD-RISC 10) y la de Alegre et al. (2022) de la Escala de Procrastinación Académica- versión reducida (APS-S). A partir del análisis, se evidenció que existe una relación estadísticamente significativa y negativa entre la resiliencia y la procrastinación académica; asimismo, se observó que el 43.3% de estudiantes presenta un nivel medio de resiliencia, y el, 37.4%, un nivel alto de procrastinación. Se concluye que existe relación inversa entre la resiliencia y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana.

PALABRAS CLAVES: procrastinación académica, psicología, resiliencia, universitarios

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

La salud mental es considerada como aquel estado de bienestar mediante el cual la persona puede desarrollar su potencial, permitiéndole así el afrontamiento de las vicisitudes de la vida y el desenvolvimiento productivo, aportando de esta manera a su comunidad (Organización Mundial de Salud [OMS], 2022).

Por su parte, el Ministerio de Salud (MINSA, 2020) refiere que la promoción de la salud mental es fundamental para la reducción del impacto a nivel psicológico de las vivencias; así como, para el restablecimiento de la salud mental y la promoción de la estabilidad frente al contexto de pandemia acontecido tanto a nivel nacional como internacional.

Es así como, se busca que esta sea inherente a las diversas etapas de desarrollo del ser humano, en donde la etapa universitaria cobra relevancia; ya que, se configura como la transición entre el final de la adolescencia y el comienzo de la adultez temprana, lo que podría llevar a que el estudiante este más vulnerable ante la presencia de riesgos (Alarcón, 2019).

A pesar de que se reconoce la importancia de la salud mental, a nivel internacional según la OMS (2022) se ha observado que la proporción de los trastornos de mayor prevalencia ha aumentado en un aproximado de 25% en el primer año de pandemia, es decir, en el 2020. Asimismo, se ha evidenciado la existencia de una disminución con respecto al bienestar mental del grupo etario entre los 18 y 24 años, observándose así que, el 44% de dicha población muestra preocupación en cuanto a su salud mental (Sapien Labs, 2021).

A nivel nacional, el MINSA (2020) refiere que aproximadamente una proporción menor a la cuarta parte de la población que pertenecen al grupo etario de la adultez y adultez mayor presentan un cuadro clínico de corte psicológico y psiquiátrico; a su vez, dicho organismo resalta que en promedio 295 mil personas presentaban dificultades para interrelacionarse debido a complicaciones a nivel de pensamientos, emocional y conductual. Asimismo, el Instituto Nacional de Salud Mental (2012, como se citó en Castillo-Martell y Cutipé-Cárdenas, 2019) señala que anualmente aproximadamente uno de cada cinco peruanos presenta síntomas relacionados a algún trastorno mental significativo.

Es así como, la Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2020) resalta la importancia de la resiliencia en el estudiante universitario; ya que, este enfrenta una multiplicidad de retos. Por ende, la resiliencia se configura como un recurso personal que facilita el afrontamiento ante las situaciones desafiantes que conlleva la etapa universitaria, influenciando así en su nivel de compromiso y rendimiento académico (Niño et al., 2024).

No obstante, a nivel mundial se ha evidenciado la existencia de niveles bajos en cuanto a la resiliencia específicamente en las personas menores de los 30 años, en donde las mujeres tienden lidiar con mayores circunstancias que limitan su nivel resiliencia en comparación con los hombres (Resilience Institute, 2023). A su vez, en el contexto peruano, tal como lo refiere la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria (SUNEDU, 2021), se ha evidenciado mediante la encuesta de estudiantes de educación universitaria (ENUSE REMOTA), que el 52,3% de ellos se ha sentido desanimado y sin motivación; un 41.4%, ha presentado dificultad para dormir; el 32.9%, manifestó frustración; y el 27.4%, tuvo problemas de atención y concentración. Es así como, esta realidad observada en la educación superior universitaria podría influenciar en el nivel de resiliencia de los universitarios; ya que, se configurarían como dificultades o

infortunios que implican una adaptación (Chorres, 2021), generando así la necesidad que el universitario adopte una mirada resiliente hacia una nueva perspectiva.

Es así como, tal como se mencionó anteriormente, existen factores de riesgo que pueden incidir en el bienestar del estudiante universitario. Entre los cuales se encuentra la procrastinación académica; ya que, tal como lo refieren García y Silva (2019), se ha evidenciado que a nivel mundial una gran proporción de estudiantes universitarios tienden a procrastinar.

En ese sentido, tal como lo refiere la American Psychological Association (APA, 2010), se ha observado a nivel mundial que entre el 80% y el 95% de los universitarios procrastinan, lo cual se ve principalmente ante las asignaciones académicas. Asimismo, a nivel latinoamericano el Instituto de Investigación Científica y Desarrollo de Tecnología (INCYT) por medio de la investigación realizada por Estrada et al. (2020), evidenció que el 38.4% de los universitarios presentan un nivel alto de procrastinación académica, el 32.4%, un nivel bajo de autorregulación, y el 29.8%, un nivel alto de postergación de actividades. Por su parte, a nivel nacional, el Ministerio de Educación (MINEDU, 2021) mediante la Encuesta Nacional de Estudiantes de Educación Superior evidenció que el 37.7% de los universitarios tenían pocas ganas o interés en hacer las cosas, asimismo, el 30.6% presentaban poca energía sin justificación, lo cual, tal como lo refiere Ruiz y Cuzcano (2017), se estaría relacionado con la procrastinación académica.

A partir de ello, se buscará conocer en mayor medida la relación entre la resiliencia y la procrastinación académica en universitarios de psicología.

Por tanto, en los siguientes párrafos se presentan aquellas investigaciones relacionadas al objetivo de estudio.

A nivel internacional, Ko & Chang (2019) efectuaron una investigación en 321 universitarios de Taiwan con la finalidad de conocer la relación entre la resiliencia, la ansiedad social y la procrastinación por medio del empleo del Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), el Social interaction Anxiety Scale (SIAS) y el General Procrastination Scale (GP-S). A partir de ello, se observó que la ansiedad social media parcialmente la relación entre la resiliencia y la procrastinación, es así como, se constató que aquellos estudiantes con mayor nivel de resiliencia presentaban menor predisposición hacia la procrastinación.

Por su parte, Amal & Jayalakshmi (2022) realizaron un estudio en 80 universitarios de India en búsqueda de analizar la relación entre la procrastinación académica y la resiliencia en dicha población mediante la aplicación del Academic Procrastination Scale Short Form (APS-SF) y el Brief Resilience Scale (BRS) para medir la procrastinación y la resiliencia, respectivamente. A partir de los resultados se dilucidó la existencia de una relación negativa ($r = .258, p < .05$), en ese sentido, se concluyó que aquellos estudiantes que presentan niveles mayores de resiliencia tienden a presentar menor predisposición a procrastinar.

Asimismo, Huang et al. (2023) llevaron a cabo una investigación descriptiva correlacional en 587 universitarios de enfermería en China con la finalidad de conocer la relación entre el perfeccionismo y la procrastinación académica, y el rol mediador de la autoeficacia. Es así como, se administraron el Chinese Frost multidimensional perfectionism scale (CFMPS), el General self-efficacy scale (GSEC), el Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC) y el Aitken procrastination inventory (API). Es de esta manera que, se evidenció la existencia de asociación entre el perfeccionismo adaptativo y la autoeficacia ($r = .250, p < .01$), con la resiliencia ($r = 0.353, p < 0.01$), y con la

procrastinación académica ($r = -.475$, $p < .01$). Asimismo, se observó que el perfeccionismo adaptativo y el maladaptativo predicen de manera negativa y positivamente, correspondientemente, la procrastinación.

A su vez, Toripa & Huwae (2023) efectuaron una investigación en búsqueda de determinar la relación entre la resiliencia y la procrastinación académica en 205 universitarios de Indonesia. Por tanto, emplearon un cuestionario de elaboración propia, mediante el cual obtuvieron que no existe correlación significativa entre la resiliencia y la procrastinación académica ($p > .05$); de manera que, se concluyó que se encontrarían otros factores que estarían mediando dicha relación.

Mientras que, por otro lado, a nivel nacional, Delgado et al. (2021) efectuaron una investigación en búsqueda de analizar el rol moderador de la procrastinación en la relación entre el estrés académico y el bienestar psicológico en 391 universitarios de diversas universidades de Lima Metropolitana. Por ende, se aplicaron las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff (SPWB), el Inventario Sistemático Cognoscitivista (SISCO SV-21) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA). A partir de ello, se evidenció que el estrés académico y el bienestar psicológico se encuentran relacionados de manera negativa; asimismo, se evidenció que el bienestar psicológico se relacionaba de manera negativa con la procrastinación ($r = -.43$), con los estresores académicos ($r = -.28$). A su vez, se encontró que la procrastinación se relaciona de manera positiva con los estresores académicos ($r = .05$) y con la sintomatología de estrés ($r = .19$). Por tanto, se concluyó que la procrastinación presenta un rol moderador en la relación entre la presencia de estresores y el desarrollo de síntomas asociados al estrés académico.

A su vez, Arenas et al. (2022) realizaron una investigación con el objetivo de analizar a las variables de motivación y su rol predictivo en la procrastinación en 139

estudiantes universitarios de Lima por medio de la utilización de la Escala de Procrastinación Académica y la Escala de Motivación Educativa. A partir de ello, se encontró que la procrastinación académica se relaciona de manera negativa con las dimensiones de motivación intrínseca al logro (-.47), motivación intrínseca al conocimiento (-.33), motivación intrínseca a las experiencias estimulantes (-.20), la regulación identificada (-.40), y la regulación introyectada (-.028). No obstante, se encontró que la procrastinación se relacionaba positivamente con la amotivación (.43). En ese sentido, se concluyó que la motivación intrínseca de logro y la amotivación predicen la procrastinación.

Huamaní y Llaguento (2022) efectuaron un estudio en aras de conocer el nivel de procrastinación de 181 estudiantes de una universidad de Lambayeque por medio de la aplicación de la Escala de Procrastinación académica de Busko. Se observó que el 53.6% presenta un nivel medio de procrastinación, y el 10.5%, un nivel alto; asimismo, se constató que el 42.5% cuenta con un nivel alto de autorregulación académica y el 43.5% un nivel medio de postergación académica. Se concluyó que en su mayoría presentan un nivel medio de procrastinación académica, y que la edad, procedencia, ciclo de estudios y las horas de estudio se asocian con la procrastinación.

Ramírez (2023) llevó a cabo un estudio con la finalidad de dilucidar el nivel de resiliencia de 103 universitarios del octavo, noveno y décimo ciclo de la carrera de Psicología de una universidad de Piura por medio de la aplicación de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Se evidenció que el 60% de los hombres y el 54% de las mujeres obtuvieron un nivel promedio de resiliencia. Por lo tanto, se concluyó que en su mayoría los universitarios de dicha población presentan niveles promedio de resiliencia.

A su vez, Malpica (2024) efectuó un estudio con la finalidad de estimar el nivel de procrastinación académica en 266 universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo; por lo tanto, aplicaron la Escala de Procrastinación Académica (EPA). En ese sentido, a partir de los resultados obtenidos se evidenció que el 61.3% de ellos presentan un nivel medio de procrastinación, y el 29.3% de ellos, un nivel alto. Por lo que, se concluyó que, si bien la mayoría de ellos presenta un nivel promedio de procrastinación, se deben de implementar estrategias que busquen abordar dicha problemática en búsqueda de promover el bienestar estudiantil.

La resiliencia proviene del vocablo latín *resilio*, el cual significa atrás o resurgir (Forés y Grané, 2008, como se citó en Gonzáles y Mijares, 2018).

Esta es caracterizada como aquella habilidad personal que la persona pone en práctica para afrontar a los diversos factores estresantes (Connor & Davidson, 2003). En ese sentido, la resiliencia al ser una habilidad va a implicar el aprendizaje de esta, tomando en consideración: la superación de la adversidad, la preparación para el afrontamiento, y el aprendizaje de las adversidades (Gonzáles y Mijares, 2018).

Es importante tomar en consideración que al encontrarse está relacionada a los factores externos de la persona, se caracterizaría por su dinamismo; puesto que, esta puede variar en el tiempo, estando así conformada por las habilidades y recursos de cada persona (García et al., 2019).

En lo que respecta al contexto histórico, es preciso referir que la teoría de Connor y Davidson surgió a partir de la perspectiva teórica de la personalidad resistente, la cual fue abordada por Kobasa (1979, como se citó en Becoña, 2006) como aquella en el cual se pone en práctica un afrontamiento adaptativo; de manera que, se encuentra mediada por factores biológicos, psicológicos y ambientales.

Asimismo, dichos autores refieren que esta se encuentra compuesta por tres componentes, siendo estos:

- a) El compromiso: nivel de implicancia en los diversos contextos de desarrollo.
- b) El control: nivel de influencia personal en los acontecimientos vivenciados.
- c) El desafío: percepción del cambio como un aspecto de la cotidianidad.

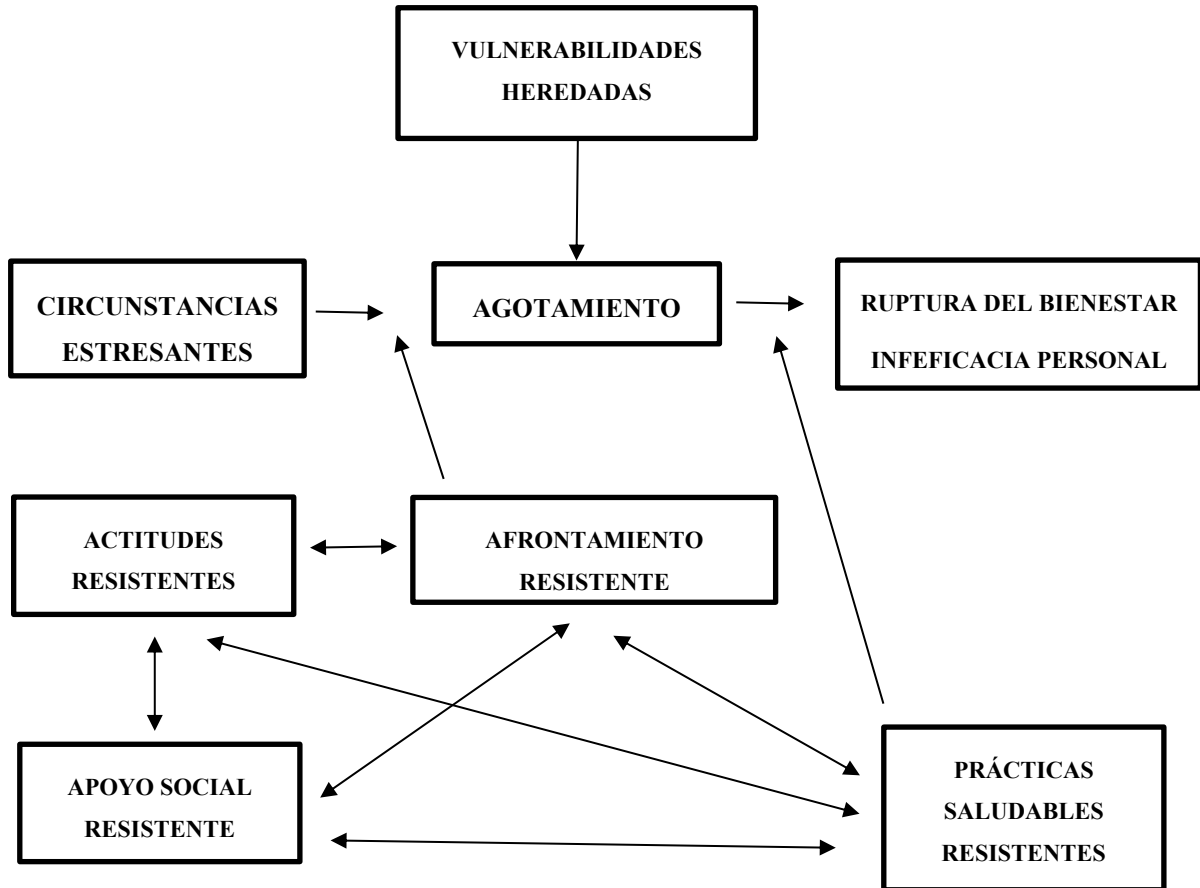
En ese sentido, una persona presentará una personalidad resistente o resiliente si cuenta con dichos componentes, es decir, tenga un nivel de compromiso, control y desafío adecuados.

En ese sentido, la resiliencia al ser considerada como una habilidad para adaptarse y afrontar las situaciones cuando estas no se suscitan como uno lo espera, se configura a partir de cinco dimensiones, tomando como base los trabajos de Kobasa (Domínguez et al., 2019). En ese sentido, al ser caracterizada la resiliencia por Kobasa como una habilidad que se ve influenciada por las experiencias personales y el contexto social (Bartone et al., 2009); por lo que, para el desarrollo de dicha habilidad de dicha habilidad se hace imprescindible los factores personales del estudiante como el estado emocional, conductual y cognitivo.

En ese sentido, Kobasa para la estructuración de su modelo teórico, el cual se muestra en la Figura 1 (Villalobos, 2019), tomó como base el modelo teórico propuesto por Selye en cuanto a las diferencias individuales en las respuestas al estrés, el modelo teórico de Lazarus sobre los mecanismos de evaluación del estrés, y lo fundamentado por Allport sobre los beneficios de las disposiciones de personalidad en el proceso de estrés (Meda et al., 2021).

Figura 1

Modelo de personalidad resistente de Kobasa



Es así que, este modelo describe a los *factores de vulnerabilidad* como aquellos que influyen en el bienestar, a las *circunstancias estresantes* como aquellos aspectos tanto agudos (cambios disruptivos) y crónicos (conflictos), los cuales a su vez si se presentan de manera prolongada repercuten a nivel de *agotamiento* (actividad física y mental) y podrían generar *ruptura de la bienestar e ineficacia personal*. Asimismo, este modelo también considera a los factores de resistencia al estrés, en donde las *actitudes resistentes* orientan hacia el *afrontamiento resistente y el apoyo social*, generando así, *prácticas saludables resistentes*.

En esa misma línea, refiere que el concepto de personalidad resistente se encuentra definida por tres dimensiones, siendo estas (Meda et al., 2021):

- El compromiso: Relacionado al reconocimiento de las metas individuales, así como, la evaluación personal de las capacidades para el proceso de toma de decisiones y mantenerse constante en los valores. Ello a su vez, se ve reflejado en el involucramiento que se tiene en las actividades cotidianas.
- El control: Referido a las actividades realizadas con convicción en aras de lidiar con las situaciones, de manera que, lleva a la persona a pensar en que puede ser capaz de manejar estímulos estresantes de manera provechosa.
- El reto: Relacionado a la interpretación de las situaciones de cambio como oportunidades de aprendizaje, considerándolas, así como habituales, mas no amenazantes.

Es así como, a partir de esta perspectiva teórica se puede observar que, en el caso de un estudiante universitario, el cual, se ve enfrentado a experiencias académicas más demandantes que implican el afrontamiento de nuevas situaciones, la adopción de la flexibilidad y adaptabilidad (Dhody, 2020), se hace necesario que adopte a la resiliencia como una práctica constante para que así pueda lidiar con dichos retos. Es así que, mediante el compromiso que este pueda tener en cuanto a sus metas personales lo orientarán a involucrarse en actividades que le generan mayor perspectiva; asimismo, por medio del control que pueda ejercer para el manejo de las situaciones estresantes, le permitirá adoptar una mirada más positiva, lo que, a su vez, se relaciona con la perspectiva adoptada para el cambio, observándolo, así como un reto.

La resiliencia es abordada a partir de la perspectiva teórica de Connor y Davidson, quienes tomaron como fundamento teórico a la personalidad resistente, las características de la persona resiliente, y la capacidad para soportar el estrés (Valenzuela, 2017).

La personalidad resistente, también es conocida como dureza, la cual tiende a caracterizarse como aquella por medio de la cual ante la vivencia de una situación que genera alto estrés, la persona afronta esta de manera adaptativa sin generarle algún riesgo significativo (Becoña, 2006).

En cuanto a las características de la resiliencia, para Kumpfer et al. (1998, como se citó en Becoña, 2006) esta se caracteriza a partir de dos capacidades: la recuperación frente eventos traumáticos y la resistencia ante el estrés crónico. En esa misma línea, dichos autores refieren que existen siete factores o componentes de la resiliencia: optimismo, empatía, insight, competencia intelectual, autoestima, dirección, determinismo y perseverancia (Becoña, 2006).

En lo que respecta a la capacidad para soportar el estrés, este implica el afrontamiento al estrés, el cual se caracteriza como aquella agrupación de esfuerzos orientados al abordaje de una situación estresante, el cual puede ser exitoso o no; asimismo, en este proceso se configuran elementos tanto valorativos, cognitivos como comportamentales (Encinas, 2019).

La procrastinación a nivel etimológico proviene del verbo latín *procrastināre*, el cual se corresponde al verbo dilatar la presentación de algo voluntariamente; a su vez, también deriva del vocablo *akrasia*, el cual significa llevar a cabo acciones en control de uno mismo (Otero et al., 2023).

En ese sentido, la procrastinación se caracteriza como la poca capacidad para la autorregulación, en donde prevalece la elección no consciente e irracional; en la misma

línea, esta se corresponde a la postergación del inicio o finalización de las asignaciones planificadas en un periodo determinado (Magnín, 2021).

En cuanto al contexto histórico, la conceptualización de procrastinación fue referenciada por primera vez en el siglo XVII por el reverendo Walker; puesto que, hizo referencia a la evitación de las tareas como una decisión voluntaria de las personas, actuando así en contra de lo establecido a nivel religioso; asimismo, en el año 1992, Milgram elaboró el primer análisis histórico sobre esta, referenciando así que se da cuando las personas asumen una multiplicidad de compromisos que no son cumplidos a corto plazo (Carranza, 2013).

Por su parte, Ferrari y Emmons (1995) refieren que la procrastinación vendría a ser un patrón comportamental en el cual se dilata de manera voluntaria la puesta en práctica de responsabilidades que deben de ser cumplidas en un periodo preciso.

La procrastinación académica, tal como lo refiere Vergara et al. (2023), se caracteriza por:

- Preferencia de actividades satisfactorias.
- Rechazo a actividades que no son de su agrado.
- Elaboración de excusas.
- Miedo relacionado al fracaso y pensamientos irracionales.
- Bajo nivel de autorregulación.

La procrastinación académica es referida a aquella por medio de la cual el estudiante dilata la realización de las asignaciones académica de manera no justificada, ocasionándole así conflictos (Castro y Mahamud, 2017).

Por su parte Busko (1998, como se citó en Vergara, 2022) refiere que esta se asocia a aquella tendencia irracional hacia la evitación de trabajos por finalizar.

En este sentido, Choi y Moran (2009, como se citó en McCloskey & Amerilda, 2011) refieren que existen determinadas características de aquellos procrastinadores activos, es así que, resaltan cuatro características:

- Preferencia por la presión temporal.
- Procrastinación intencional
- Dispuestos a cumplir con el plazo.
- Satisfacción en cuanto a los resultados.

La procrastinación académica es abordada a partir de la perspectiva teórica de McCloskey (2011), en la cual se explica que la procrastinación académica hace referencia a la tendencia de innecesariamente posponer o retrasar la realización de actividades o conductas, lo cual no solamente se da en escolares, sino también en estudiantes universitarios (McCloskey & Amerilda, 2011). Asimismo, dichos autores refieren que la procrastinación no solamente repercute en el estado emocional del estudiante, sino también en sus relaciones interpersonales.

Es así como, se puede observar cómo estas características se corresponderían a las situaciones académicas universitarias, ya que, a nivel universitario se suele demandar un mayor esfuerzo para la realización de estas actividades, y al no contar con las habilidades necesarias, puede llevar al universitario a optar por procrastinar.

A partir de ello, McCloskey & Amerilda (2011) resaltan que la procrastinación académica presenta seis factores, siendo estos: las creencias personales, la distracción, los factores sociales, la gestión del tiempo, la iniciativa personal y la pereza.

En ese sentido, a continuación, se describen dichos factores.

- Creencias psicológicas sobre la propia competencia: Relacionado a tendencia hacia la racionalización de la acción de postergar las actividades y

trabajar bajo presión. Es así como ello se podría visualizar cuando un estudiante universitario tiende a pensar “sé que lo puedo hacer luego”.

- Distracción de la atención: Referido a la tendencia a optar por centrar la atención hacia actividades consideradas más interesantes y divertidas; de manera que, intencionalmente se orientan hacia actividades placenteras, tales como, dormir, mirar televisión o jugar con el objetivo de distanciarse de las responsabilidades. Asimismo, ello se ve observado cuando un estudiante que tiene un examen o proyecto de dificultad tiende a protegerse a sí mismo dedicando su tiempo en actividades de distracción, llevándolo así a otorgar la razón o excusarse mediante dicha actividad.
- Factores sociales: Relacionado la aversión y evitación de las tareas en el contexto social, asociándose así a la poca capacidad para autorregularse a nivel conductual ante eventos de gran estrés. En ese sentido, los factores sociales pueden generar en el estudiante aversividad o evitación, por lo que, se ha observado que los universitarios al presentar mayor independencia en ocasiones tienden a organizar actividades amicales, familiares o laborales, las cuales dificultan la realización de sus laborales académicos.
- Gestión del tiempo: Referido a la poca capacidad para manejar el tiempo, estableciéndose así un contraste entre lo que se espera realizar y lo realizado; de manera que, para triunfar en el ámbito académico se hace necesario el cumplir a tiempo con las laborales y considerar las fechas límites. Es así que, la dificultad para el manejo del tiempo puede llevar a olvidar de presentar la tarea, ya que, se priorizaron otras actividades.

- **Iniciativa personal:** Relacionada a la poca capacidad de culminar con las actividades académicas de manera intrínseca; por lo que, cuando un estudiante carece de iniciativa, lo podría llevar a no terminar o completar la asignatura a tiempo, dificultando así su éxito académico.
- **Pereza:** Relacionada a la tendencia a evitar el trabajo incluso si se es apto a nivel físico. Es así que, si el estudiante se encuentra físicamente evitando las labores académicas, está posponiendo el trabajo hasta el final del semestre.

En síntesis, a partir de estos factores establecidos por la perspectiva teórica de McCloskey & Amerilda (2011) se observa que, en el caso del estudiante universitario, al enfrentarse a un mayor número de actividades académicas, y al ser estas en su mayoría nuevas experiencias, presentaría mayor dificultad para lidiar con estas. Ello a la vez, sumado a las creencias personales que pueda tener, sus grupos sociales, el que se encuentra en desarrollo su habilidad tanto para la organización como la proactividad, y la dificultad para lidiar con la distracción y la pereza, puede llevarlo a optar por la práctica de la procrastinación académica.

1.2. Justificación

En cuanto a la justificación de la investigación a nivel teórico, esta permitirá complementar los conocimientos en cuanto a la relación entre la resiliencia y la procrastinación académica, ampliando así la literatura en el ámbito psicológico en la población de estudiantes pertenecientes a la carrera de Psicología a partir de lo propuesto por Connor y Davidson en lo que respecta a la resiliencia como una habilidad multidimensional; así como, lo planteado por McClosky en cuanto a la procrastinación académica como multifactorial..

A nivel práctico, este estudio contribuirá en el conocimiento sobre la realidad peruana en estudiantes universitarios, favorecerá en la implementación de acciones específicas dirigidas a promover la resiliencia como factor protector en la problemática de la procrastinación académica por medio de programas psicológicos, permitiendo así desarrollar profesional más competentes y capaces.

Finalmente, a nivel metodológico, esta investigación permitirá recabar mayores evidencias en cuanto a los aspectos psicométricos de la Escala de Breve de Resiliencia Connor-Davidson (CD-RISC) y la Escala de Procrastinación Académica-versión reducida (APS-S), brindando así una adaptación actualizada sobre estos en este grupo poblacional por medio de las evidencias de validez y confiabilidad.

1.3. Formulación del problema

¿Qué relación existe entre la resiliencia y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025?

1.4. Objetivos

Objetivo general

- Determinar la relación que existe entre la resiliencia y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana.

Objetivos específicos

- Describir los niveles de resiliencia en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025.
- Describir los niveles de procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025.

1.5. Hipótesis

- Existe una relación negativa entre la resiliencia y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

La presente investigación se corresponde a un enfoque cuantitativo, esto quiere decir que la recolección de los datos se realizó en búsqueda de contrastar las hipótesis a partir de la medición numérica y el análisis estadístico (Hernández y Mendoza, 2018). Así también fue de diseño no experimental de corte transversal porque no se manipula directamente las variables de estudio y se recolectan los datos en un periodo determinado (Arias y Covinos, 2021). En cuanto al alcance del estudio, este fue descriptivo y correlacional debido a que este se orienta a describir y medir el nivel de resiliencia y procrastinación académica; así como, conocer cómo se comportan y asocian dichas variables (Osada y Salvador, 2021).

Por otro lado, la población hace referencia a aquel conjunto infinito o finito de participantes que comparten características (Vizcaíno et al., 2023). La población se correspondió a 537 universitarios de Lima Metropolitana, tanto varones y mujeres, todos mayores de edad que oscilaban entre 18 a 30 años. En cuanto a la muestra, esta quedó conformada por 457 estudiantes, quienes fueron seleccionados bajo el muestreo no probabilístico, en el cual las unidades no presentan la misma probabilidad de selección; de manera que, son elegidas tomando en consideración determinadas características (Otzen y Manterola, 2017).

Asimismo, esta se corresponde al tipo por conveniencia, al considerar determinados criterios personales para su selección; es así como, se consideró los criterios de inclusión tales como universitarios que se encuentren matriculados en el periodo académico 2024-II y 2025-I, de nacionalidad peruana, modalidad de estudio Pre-Grado UG, y estudiantes que brinden su consentimiento informado; mientras que, como criterios de exclusión se

consideraron a universitarios que no pertenecían a la carrera de psicología, menores de 18 años y mayores de 30, modalidad de estudio Working Adult WA y que presenten algún diagnóstico psiquiátrico.

En cuanto a los instrumentos de medición, se recurrió a la técnica de encuesta, la cual permite la recolección de los datos por medio de un cuestionario conformado por preguntas que proporcionan información sobre las opiniones o comportamientos (Arias y Covinos, 2021).

Para este caso, se hizo uso del instrumento denominado “Escala Breve de Resiliencia Connor-Davidson (CD-RISC-10)”, el cual fue creado en su versión original por Connor y Davidson en el año 2003, y abreviada por Campbell y Stein en el año 2007 con la finalidad de evaluar a la resiliencia, teniendo así procedencia estadounidense. Esta escala se caracteriza por corresponderse al autoinforme, y se puede aplicar de manera individual o colectiva. Asimismo, presenta una escala tipo Likert de 5 puntos (0 “nunca”-4 “siempre”). En cuanto al tiempo de ejecución se considera entre 5 a 10 minutos. La adaptación peruana fue llevada a cabo por Bernaola et al. (2022) en 345 universitarios de Lima Metropolitana, correspondiéndole así una estructura de un solo factor.

Para los propósitos del presente estudio se recurrirá al instrumento validado por Bernaola et al. (2022), quienes estudiaron las propiedades psicométricas de dicha escala. En cuanto a la validez de estructura interna, se consideró contar con 10 ítems, tomando en cuenta la correlación ítem-test corregida $\geq .30$.

En cuanto a las evidencias de validez de constructo, se realizó el Análisis Factorial Exploratorio (AFE), observándose así valores aceptables: $KMO = 0.89$ y $Bartlett = 1344.8$; $p < .000$; asimismo, mediante el porcentaje de varianza explicada y los autovalores

se confirmó la estructura unidimensional, representando así el 47% de la varianza total acumulada. A su vez, en el Análisis Factorial Confirmatorio (AFC) se obtuvieron índices de ajustes aceptables: índices de ajuste absoluto a través del chi-cuadrado (χ^2/df) con valor 2.438, RMSEA = .070 y SRMR = .047, CFI = .915, y TLI = .934.

En lo que respecta a las evidencias de validez de criterio, se observó a nivel de convergencia que esta escala se correlacionaba de manera positiva y moderada con el constructo autoeficacia ($r = .664$; $p = .000$), y a nivel de divergencia, que presentaba un correlación negativa y moderada con el estrés percibido ($r = -.402$; $p = .00$).

Finalmente, en cuanto a las evidencias de confiabilidad, la magnitud del coeficiente de Alfa de Cronbach y de Omega de Mc Donald evidencian niveles adecuados de fiabilidad, obteniéndose así un $\alpha = .827$ y un $\omega = .827$.

Por otro lado, el segundo instrumento fue la “Escala de Procrastinación Académica reducida (APS-S)”, el cual fue elaborado en su versión original por McCloskey en el año 2011, y abreviada por Yockey en el año 2016, teniendo así procedencia estadounidense. Esta se corresponde al autoinforme, presenta aplicación individual o colectiva, con una escala tipo Likert de 5 puntos (1 “muy en desacuerdo”- 5 “muy de acuerdo”). En cuanto al tiempo de ejecución se considera entre 5 a 10 minutos. La adaptación peruana fue llevada a cabo por Alegre et al. (2022) en 4534 universitarios de Lima Metropolitana, correspondiéndole así una estructura de un solo factor.

Es así como dichos autores, evaluaron las propiedades psicométricas de dicha escala. En cuanto a la validez de estructura interna, se consideró contar con 5 ítems, tomando en cuenta la correlación ítem-test corregida $\geq .30$. Asimismo, se contrastaron las evidencias de validez de contenido por medio del método de criterio de jueces, obteniendo

así un coeficiente V de Aiken de .70. En lo que respecta a las evidencias de validez de constructo, esta se realizó por medio del Análisis Factorial Confirmatorio (AFC), obteniéndose así índices de ajustes aceptables: RMSEA = $<.06$ y SRMR = $.08$, CFI = $>.95$, y TLI = $>.95$.

En referencia a las evidencias de validez de criterio, se observó a nivel de convergencia que esta escala se correlacionaba con la Escala de Autoeficacia Percibida para situaciones académicas ($-.319$).

Finalmente, en cuanto a las evidencias de confiabilidad, la magnitud del coeficiente de Alfa de Cronbach y de Omega de Mc Donald evidencian niveles adecuados de fiabilidad, obteniéndose así un alfa= $.867$ y un omega= $.849$.

En cuanto al procedimiento de recolección de datos, previa recogida de datos se transcribió por medio de la utilización de Google Forms, los instrumentos a utilizar, en el cual también se tomó en consideración el consentimiento informado. Durante la recogida de datos, en un inicio se dio a conocer a la población los objetivos de la investigación y luego de ello, se les compartió el link de acceso al formulario a aquellos que brindaban su consentimiento para participar. Después de la recogida de datos, se sistematizó lo recolectado mediante una base de datos realizada a través del software Microsoft Excel para finalmente realizar los análisis estadísticos.

Por otro lado, el análisis de los datos cuantitativos se efectuó considerando lo planteado por Hernández y Mendoza (2018); por tanto, se procedió a la selección del software apropiado para la realización del análisis de datos, siendo este el Jamovi. Acto seguido, se hizo la exploración de los datos, la cual estuvo orientada por los objetivos de la investigación; por lo tanto, dicho análisis se realizó a nivel descriptivo e inferencial. En lo

que respecta al nivel descriptivo, tomando en consideración lo propuesto por dichos autores, se llevó a cabo la distribución de frecuencias, siendo estas: las medidas de tendencia central priorizando a la media, y las medidas de variabilidad, resaltando más el uso de la desviación estándar. Asimismo, en búsqueda de conocer las características de la distribución de los datos; se llevó a cabo el análisis de los estadísticos de asimetría y curtosis; por otro lado, se recabaron las evidencias de validez y la confiabilidad de los instrumentos de la investigación.

Acto seguido, se procedió a realizar el análisis de la normalidad en búsqueda de establecer si la distribución presentaba normalidad en cuanto a ambas pruebas, en ese sentido, se observó se contó con el uso del estadístico R de Pearson para la correlación ante una distribución normal; y el uso del estadístico Rho de Spearman ante datos no normales (Hernández y Mendoza, 2018).

En lo que respecta a los aspectos éticos, el presente estudio se ha formulado a partir de los principios y normas éticas establecidos internacionalmente por la American Psychological Association (APA, 2010); de manera que, se consideró el principio de “Beneficencia y no maleficencia”, el de “Fidelidad y responsabilidad”, el de “Integridad”, el de “Justicia” y el de “Respeto por los derechos y la dignidad de las personas” en búsqueda de velar por el bienestar y los derechos de la población, y proteger la veracidad, la imparcialidad, la privacidad, la confidencialidad y la dignidad humana (Salomone y Michel, 2010). A su vez, se siguieron los principios propuestos por el Código de Ética del Colegio de Psicólogos del Perú (CPP, 2018), priorizando así la responsabilidad profesional y científica, el respeto de la normatividad internacional, el consentimiento informado, la ponderación de la investigación, el respeto de las normas,

principios y estándares de investigación, y la presentación idónea de los resultados; por otro lado, se evitó la utilización de procedimientos rechazados y el plagio. Finalmente, en la misma línea, a partir de lo establecido en el “Código de Ética para la Investigación científica en UPN” por la Universidad Privada del Norte (2024) se ha velado por la protección de la autonomía y la propiedad intelectual, el bienestar de los participantes; así como, el respeto de los derechos y la confidencialidad de la información.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

El objetivo general de este estudio fue determinar la relación que existe entre la resiliencia y la procrastinación.

Tabla 1

Correlación de la resiliencia y la procrastinación académica

		Resiliencia
Procrastinación académica	Coefficiente de correlación Rho de Spearman	-0.177
	<i>p</i> – valor	<.001

A partir de la tabla 1, se observa que el valor *p* se corresponde a <.001; por lo que, al ser este valor inferior al de .05, se evidencia que existe una relación estadísticamente significativa entre la resiliencia y la procrastinación académica, siendo esta baja y negativa. Por ende, la hipótesis se contrasta. En otras palabras, se observa que, a mayor nivel de resiliencia que presente el estudiante de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, menor será el nivel de procrastinación académica.

Por otro lado, el primer objetivo específico fue describir los niveles de resiliencia.

Tabla 2

Niveles de resiliencia

Nivel	Frecuencia	%
Alto	107	23.4%
Medio	198	43.3%
Bajo	152	33.3%

En la tabla 2 se evidencia que el 23.4% presenta un nivel alto; el 43.3%, un nivel medio; y el 33.3%, un nivel bajo. Es así que, un mayor porcentaje presenta un nivel promedio.

Finalmente, el último objetivo específico fue describir los niveles de procrastinación académica.

Tabla 3

Niveles de procrastinación académica

Nivel	Frecuencia	%
Alto	171	37.4%
Medio	133	29.1%
Bajo	153	33.5%

En la tabla 3 se evidencia que el 37.4% presenta un nivel alto; el 29.1%, un nivel medio; y el 33.5%, un nivel bajo. Es así que, un mayor porcentaje de los estudiantes presentan un nivel alto.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El objetivo general del presente estudio fue determinar la relación que existe entre la resiliencia y la procrastinación académica. Fue así, que los resultados hallados mostraron que al ser el p-valor menor de .050, se evidencia que existe una relación estadísticamente significativa, siendo esta baja y negativa, es decir que a mayor nivel de resiliencia que presente el estudiante de psicología, menor será el nivel de procrastinación académica. Estos resultados coinciden con la investigación de Ko & Chang (2019) quienes encontraron que aquellos estudiantes con mayor nivel de resiliencia presentaban menor predisposición hacia la procrastinación académica, es decir una correlación inversa. Así también, Amal & Jayalakshmi (2022) encontraron, igualmente, una relación negativa entre la procrastinación académica y la resiliencia ($r = .258, p < .05$). No obstante, se evidencia que los resultados encontrados se contraponen a la investigación realizada por Toripa & Huwae (2023); ya que, evidenciaron que no existía una relación estadísticamente significativa entre la resiliencia y la procrastinación académica en universitarios.

Lo encontrado en esta investigación, se explica por la teoría de Kobasa (1979, como se citó en Becoña. 2006) quien menciona que toda persona resiliente se compromete con los múltiples contextos, es capaz de influenciar en sus vivencias personales, percibe al cambio como cotidiano y pone en práctica un afrontamiento adaptativo. Es así que estas conductas se contraponen a la procrastinación académica, la cual según McKlosky (2011) se caracteriza por ser aquella tendencia en la que la persona pospone y retrasa la realización de actividades, orienta su atención a actividades de mayor interés personal, evita eventos que implican una gran demanda y presenta poco manejo del tiempo. Es así que, aquel estudiante que presente mayor tendencia hacia la adaptación y afrontamiento de

situaciones, a su vez, se orientará en menor medida a postergar y evitar actividades injustificadamente.

Por otro lado, el primer objetivo específico de esta investigación fue describir los niveles de resiliencia. Se evidenció que el 43.3% de los universitarios presentan un nivel de medio de resiliencia, el 33.3%, un nivel bajo, y el 23.4%, un nivel alto. Estos resultados coinciden con la investigación realizada por Ramírez (2023), quien encontró que tanto el 60% varones como el 40% de mujeres que estudiaban psicología presentaban un nivel resiliencia promedio.

Lo evidenciado en este resultado guarda relación con lo referido por Roe (2003); ya que, considera que todo profesional del área de salud mental tiene que presentar múltiples actitudes, entre las cuales resalta: la integridad, la flexibilidad, la autocrítica, la responsabilidad, la realización de las obligaciones, el respeto y la tolerancia. Asimismo, Herrera et al. (2009, como se citó en Amador et al., 2018) refieren que el profesional de psicología tiene que ser capaz de lidiar con circunstancias de exigencia y gestionar sus reacciones. En ese sentido, se observa que aquel universitario que se encuentra estudiando la carrera profesional de psicología tiene que ser capaz de desarrollar la flexibilidad, la autocrítica, el afronte de situaciones demandantes y la gestión personal, lo cual guarda relación con la resiliencia; puesto que, esta permite que el estudiante afronte los diversos factores estresantes (Connor & Davidson, 2003). En otras palabras, ello predispone a que el estudiante de psicología presente un nivel promedio de resiliencia como parte de su caracterización preprofesional como futuro psicólogo; por lo que, esta se encuentra en proceso de desarrollo.

Finalmente, el segundo objetivo específico de esta investigación fue describir los niveles de procrastinación académica. A partir de la investigación, se evidenció que el 37.4% de los universitarios presentan un nivel de alto de procrastinación académica, el 33.5%, un nivel bajo, y el 29.1%, un nivel medio. Estos resultados se contraponen con la investigación realizada por Huamaní y Llaguento (2022), quienes evidenciaron que el 53.6% presentaban un nivel medio de procrastinación académica, y el 10.5%, un nivel alto. A su vez, Malpica (2024) encontró que el 61.3% de estudiantes de psicología de una universidad privada contaban un nivel medio de procrastinación académica, y el 29.3% de ellos, un nivel alto.

Estos resultados evidenciados pueden ser explicados debido a que la procrastinación académica al implicar, tal como lo refiere McCloskey (2011), una tendencia innecesaria de posponer o retrasar la realización de actividades va a estar mediada por factores tanto intrínsecos como extrínsecos (Gil et al., 2020). Es así que, a nivel personal, el estudiante universitario puede llegar a posponer sus actividades académicas con mayor frecuencia en búsqueda de lograr un mejor rendimiento o evitar consecuencias desagradables, así como, por la poca confianza en sus habilidades personales (Gil et al., 2020). Por otro lado, la presencia de factores contextuales también puede encontrarse mediando a la procrastinación académica; ya que, el nivel de exigencia del docente o la influencia del grupo de pares puede estar relacionado a ello.

En otras palabras, el estudiante de la carrera de psicología estaría presentando un mayor nivel de procrastinación académica, debido a la presencia de factores a nivel individual como contextual, es así que, se puede observar a partir de los datos sociodemográficos que el mayor porcentaje de estudiantes se encuentran con edades que

fluctúan entre los 18 y 21 años, lo cual podría estar relacionado a la poca confianza para afrontar situaciones académicas, llevándolos así a procrastinar al contar con menor experiencia (McCloskey & Amerilda, 2011). Asimismo, dicho resultado puede ser explicado debido al proceso de desarrollo; ya que, se ha observado que conforme la persona va atravesando las etapas de vida, sus lóbulos frontales cerebrales se van desarrollando, teniendo así mayor capacidad de toma de decisiones e inhibición de estímulos distractores (Rodríguez y Clariana, 2017). Es así que, se estaría observando que los estudiantes más jóvenes se encontrarían en proceso de desarrollo de dichas habilidades, orientándose en mayor medida hacia actividades que resultan placenteras.

Limitaciones

Las limitaciones observadas de la presente investigación se corresponden a un nivel de acceso a la muestra; puesto que, el periodo de administración se dilató debido a la cantidad de estudiantes y a que no todos contaban con disponibilidad de tiempo para completar ambas pruebas. Es así que, ello influyó en el tiempo asignado al procesamiento e interpretación de los datos.

A su vez, una limitación encontrada es que si bien existen estudios previos que han analizado la resiliencia y la procrastinación académica de manera general, hay pocos de ellos que se orientan a estudiar la relación de estas en la población estudiantil universitaria perteneciente a la carrera de Psicología.

Finalmente, otra limitación evidenciada es en cuanto a la metodología; ya que, esta investigación hace utilización de un muestreo no probabilístico, por tanto, los datos no pueden llegar a ser generalizados a otros contextos.

Implicancias

En cuanto a las implicancias teóricas, tomando en consideración los resultados se observa que los estudiantes de psicología en su mayoría tienden a presentar un nivel promedio de resiliencia, lo cual acorde a la teoría de Connor & Davidson (2003), implica que los estudiantes de psicología sean capaces de afrontar adaptativamente las demandas del contexto.

Es así que, al ser la resiliencia caracterizada por ser una habilidad de adaptación y afrontamiento, va a relacionarse negativamente con aquella tendencia hacia la dilatación de la realización de las actividades académicas; ya que, la procrastinación académica va a encontrarse relacionada a las creencias personales, la distracción, los factores sociales, la gestión del tiempo, la iniciativa personal y la pereza (McCloskey & Amerilda, 2011).

Es de esta manera que se corrobora lo propuesto por Connor & Davidson en su teoría de la resiliencia y lo propuesto por McCloskey sobre la procrastinación académica; puesto que, se evidenció la relación entre la resiliencia y la procrastinación académica, así como, la presencia de un nivel promedio de resiliencia, y un nivel alto de procrastinación académica en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana.

En cuanto a las implicancias prácticas, a partir de los resultados obtenidos en la investigación se puede evidenciar que la resiliencia se caracteriza por ser una variable que se relaciona negativamente con la procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana. Por lo tanto, al tener conocimiento de ello se puede implementar estrategias orientadas al desarrollo de la resiliencia, lo cual

podría a su vez llevar a que el estudiante tenga una mejor gestión y afronte en cuanto a sus actividades académicas, disminuyendo así la presencia de la procrastinación académica.

Finalmente, a nivel metodológico, se ha observado que los instrumentos utilizados en la presente investigación, la Escala Breve de Resiliencia Connor-Davidson (CD-RISC-10) y la Escala de Procrastinación Académica reducida (APS-S), han permitido recabar los datos adecuadamente. Es así que, se ha contrastado que dichos instrumentos se encuentran adaptados al contexto nacional en la actualidad, y se caracterizan por ser de libre acceso. En ese sentido, permiten la realización de investigaciones estadísticamente significativas.

Conclusiones

En la presente investigación en primer lugar se corroboró que existe una relación estadísticamente significativa y negativa entre la resiliencia y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana; por lo que, se confirma la hipótesis general de la investigación. Asimismo, en cuanto a los niveles de resiliencia, se evidenció que el 43.3% de los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana presentan un nivel medio de resiliencia; el 33.3%, un nivel bajo; y el 23.4%, un nivel alto. Finalmente, en lo que respecta a los niveles de procrastinación académica, se concluyó que el 37.4% de los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana presentan un nivel de alto; el 33.5%, un nivel bajo; y el 29.1%, un nivel medio.

Referencias

- Alarcón, R. (2019). La Salud Mental de los estudiantes universitarios. *Rev. Med. Her*, 30, 219-221. <http://www.scielo.org.pe/pdf/rmh/v30n4/a01v30n4.pdf>
- Alegre, A., Benavente, D. y Guevara, D. (2022). Adaptación lingüística y validación de la Escala de Procrastinación Académica - versión reducida (APS-S). *Propósitos y Representaciones*, 10(3), e1708. <https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n3.1708>
- Amador, K., Velásquez, M. y Alarcón, L. (2018). Las competencias profesionales del psicólogo desde una perspectiva integral. *Revista de Educación y Desarrollo*, 45, 5-14. https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/45/45_Amador.pdf
- Amal, A. & Jayalakshmi, R. (2022). Academic Procrastination and Resilience Among College Students. *International Journal of Engineering Technology and Management Sciences*, 6(6), 514-516. <https://ijetms.in/Vol-6-issue-6/Vol-6-Issue-6-88.pdf>
- American Psychological Association (2010). *Procrastination or "intentional delay"?*. American Psychological Association. <https://www.apa.org/gradpsych/2010/01/procrastination>
- Arenas, M., Rivero, C. y Navarro, R. (2022). Procrastinación académica y tipos de motivación en estudiantes de una universidad de Lima Metropolitana. *Revista peruana de investigación educativa*, 14(16), 35-61. <https://revistas.siep.org.pe/index.php/RPIE/article/view/286>

- Arias, J. y Covinos, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. Enfoques.
https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias_S2.pdf
- Bartone, P., Barry, C. & Armstrong, R. (2009). To build resilience: leader influence on
mental hardiness. *Defense Horizons*, (69), 1-8.
<https://www.files.ethz.ch/isn/135062/DH69.pdf>
- Becoña, E. (2006). Resiliencia: Definición, características y utilidad del concepto. *Revista
de Psicopatología y Psicología clínica*, 11(3), 125-146. <https://www.aepp.net/wp-content/uploads/2020/05/01.20063.Becona.pdf>
- Bernaola, A., Garcia, M., Martinez, N., Ocampos, M. y Livia, J. (2022). Validez y
confiabilidad de la Escala Breve de Resiliencia Connor-Davidson (CD-RISC 10) en
estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Ciencias Psicológicas*, 16(1),
e2545. <https://doi.org/10.22235/cp.v16i1.2545>
- Carranza, R. y Ramírez, A. (2013). Procrastinación y características demográficas
asociados en estudiantes universitarios. *Apuntes universitarios*, 3(2), 95-108.
<https://www.redalyc.org/pdf/4676/467646127006.pdf>
- Castillo-Martell, H. y Cutipé-Cárdenas, Y. (2019). Implementación, resultados iniciales y
sostenibilidad de la reforma de servicios de salud mental en el Perú, 2013-
2018. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 36(2), 326-
333. <https://doi.org/10.17843/rpmesp.2019.362.4624>
- Castro, S. y Mahamud, K. (2017). Procrastinación académica y adicción a internet en
estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, *Av. Psicol*, 25(2), 189-197.

https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2017_2/PROCRASTINACI%C3%93N.pdf

Chorres, C. (2021). *Resiliencia en el Perú 2015-2020*. [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán].

<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/9642/Carmen%20Chorres%20Magda%20Juana.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Colegio de Psicólogos del Perú (2018). *Código de Ética*.

<https://cpsplimaycallao.org.pe/wp-content/uploads/2025/04/CODIGO-DE-ETICA-2025.pdf>

Connor, K. & Davidson, J. (2003). Development of a new resilience scale: the Connor Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76-82.

<https://doi.org/10.1037/t06346-000>

Delgado, A., Oyanguren, N., Reyes, A., Zegarra, A. y Cueva, M. (2021). El rol moderador de la procrastinación sobre la relación entre el estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de pregrado. *Propósitos y representaciones*, 9(3), e1372.

<http://www.scielo.org.pe/pdf/pyr/v9n3/2310-4635-pyr-9-03-e1372.pdf>

Dhody, P. (16 de mayo de 2020). *How to build resilience during college- When it matters most*. Harvard Business School. <https://hbr.org/2020/05/how-to-build-resilience-during-college-when-it-matters-most>

Domínguez, S., Gravini, M. y Torres, G. (2019). Análisis psicométrico de dos versiones de la Connor- Davidson Resilience Scale en estudiantes universitarios peruanos:

- propuesta del CD-RISC-7. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 11(2), 36-51. <https://www.redalyc.org/journal/3334/333466557004/html/>
- Encinas, M. (2019). *Afrontamiento al estrés, una revisión teórica*. [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán].
<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6097/Encinas%20Orbegoso%20Margarita%20Janet.pdf?sequence=1>
- Estrada, E., Gallegos, N. y Huaypar, K. (2020). Procrastinación académica en estudiantes peruanos de educación superior pedagógica. *Revista Ciencias Pedagógicas E Innovación*, 8(2), 57-65. <https://doi.org/10.26423/rcpi.v8i2.382>
- Ferrari, J., y Emmons, W. (1995). *La dilación y la tarea avance*. Nueva York: PlenumPress.
- García, M., González, A., Robles, H., Padilla, L. y Peralta, M. (2019). Propiedades psicométricas de la Escala de Resiliencia de Connor y Davidson (CD-RISC) en población española. *Anales de Psicología*, 35(1), 33-40.
https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-97282019000100005&script=sci_arttext&tlng=es
- García, V. y Silva, M. (2019). Procrastinación Académica Entre Estudiantes De Cursos En Línea. Validación De Un Cuestionario. *Apertura*, 11(2), 122-137.
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-61802019000200122
- Gil, J., De Besa, M. y Garzón, A. (2020). ¿Por qué procrastina el alumnado universitario? Análisis de motivos y caracterización del alumnado con

- diferentes tipos de motivaciones. *Revista de Investigación Educativa*, 38(1), 183-200. <https://revistas.um.es/rie/article/view/344781/277071>
- González, Z. y Mijares, B. (2018). Concepto de resiliencia: desde la diferenciación de otros constructos, escuelas y enfoques. *Revista Científica Electrónica de Ciencias Humanas*, 39(13), 30-43. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7149438.pdf>
- Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mc Graw Hill Education.
- Huamaní, R. y Llaguento, K. (2022). *Procrastinación académica en estudiantes de medicina de una Universidad Privada de Lambayeque, ciclo académico 2021-II* [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/9611/Huamani%20Espinoza%20Ruben%20%26%20Llaguento%20Gupioc%20Kimberly_.pdf?sequence=10&isAllowed=y
- Huang, H., Ding, Y., Lianf, Y., Wan, X., Peng, Q., Zhang, Y., Kong, D. & Che, C. (2023). The association between perfectionism and academic procrastination among undergraduate nursing students: The role of self-efficacy and resilience. *Empirical Research Quantitative*, 10, 6758-6768. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1002/nop2.1922>
- Ko, C. & Chang, Y. (2018). Investigating the Relationships among Resilience, Social Anxiety and procrastination in a Sample of college students. *Psychological Reports*, 122(1), 231-245. <https://doi.org/10.1177/0033294118755111>

- Magnín, L. (2021). *Relación entre procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de psicología de Paraná* [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica Argentina].
<https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/13817/1/relaci%C3%B3n-entre-procastinaci%C3%B3n-acad%C3%A9mica.pdf>
- Malpica, V. (2024). Procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo. *Revista de Climatología*, 24, 1569-1574.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/140206/AC_Malpica_RVO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Meda, R., Yeo, C., Juárez, P., Palomera, A. y Moreno, B. (2021). Adaptación del cuestionario de personalidad resistente en población mexicana. *Pensando Psicología*, 17(2), 1-24. <https://revistas.ucc.edu.co/index.php/pe/article/view/3577>
- McCloskey, J. (2011). Finally, my thesis on academic procrastination [Master's thesis, University of Texas at Arlington].
- McCloskey, J. y Amerilda, S. (2011). Finally: The development and validation of the Academic Procrastination Scale. 1-43.
https://www.researchgate.net/profile/Shannon-Scielzo/publication/273259879_Finally_The_Development_and_Validation_of_the_Academic_Procrastination_Scale/links/54fcfb3d0cf20700c5e9c735/Finally-The-Development-and-Validation-of-the-Academic-Procrastination-Scale.pdf?origin=publication_detail&_tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIiwicGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uRG93bmxvYWQlLCJ

wcmV2aW91c1BhZ2UiOiJwdWJsaWNhdGlvbiJ9fQ&__cf_chl_tk=sm34yFLl6AA
KJ53CLFDWJeL6YjFyLGKeG0TKjkRlXnk-1734274394-1.0.1.1-
KvMMZLuEUiuvlBco0ruVk6amv8PeOMQCvIUca085.D4

Ministerio de Educación (2021). *Encuesta Nacional de Estudiantes de Educación Superior Universitaria 2019*. <https://repositorio.minedu.gob.pe/handle/20.500.12799/7745>

Ministerio de Salud (2020). *Guía técnica para el cuidado de la salud mental de la población afectada, familias y comunidad, en el contexto del Covid-19*. MINSa. <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/5001.pdf>

Niño, A., Ramírez, J., Chávez, J. y Santos, P. (2024). Resiliencia y rendimiento académico en estudiantes universitarios de psicología de Perú. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 27(2), 173-18. <https://revistas.um.es/reifop/article/view/583691/362221>

Organización de las Naciones Unidas. (10 de octubre de 2020). *2020: Un año desafiante para la salud mental*. Noticias ONU. <https://news.un.org/es/story/2020/10/1482212>

Organización Mundial de la Salud (3 de junio de 2022). *Por qué la salud mental debe ser una prioridad al adoptar medidas relacionadas con el cambio climático*. <https://www.who.int/es/news/item/03-06-2022-why-mental-health-is-a-priority-for-action-on-climate-change>

Osada, J. y Salvador, J. (2021). Estudios “descriptivos correlacionales”: ¿término correcto?. *Revista médica de Chile*, 149(9), 1383-

1384. https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872021000901383
- Otero, S., Casanova, L., Freire, K., Fuertes, M. y Arichábala, D. (2023). La Procrastinación: Una Exploración Teórica. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(3), 76-93. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i3.6065
- Otzen, Tamara, & Manterola, Carlos. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232. https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95022017000100037
- Ramírez, K. (2024). *Resiliencia en estudiantes de psicología de una universidad privada de Piura, según género* [Tesis de pregrado, Universidad privada Antenor Orrego]. https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12759/17651/REP_KAREN.RAMIREZ_RESILIENCIA.EN.ESTUDIANTES.DE.PSICOLOGIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Resilience Institute (2023). *2023 Global Resilience Report*. <https://resiliencei.com/blog/introducing-the-2023-global-resilience-report>
- Roe, R. (2003). ¿Qué hace competente a un psicólogo?. *Papeles del Psicólogo*, 24(86), 1-12. <https://www.redalyc.org/pdf/778/77808601.pdf>
- Rodríguez, A. y Clariana, M. (2017). Procrastinación en Estudiantes Universitarios: su Relación con la Edad y el Curso Académico. *Revista Colombiana de Psicología*, 26(1), 45-60. <https://www.redalyc.org/pdf/804/80454273004.pdf>
- Ruiz, C. y Cuzcano, A. (2017). El estudiante procrastinador. *Educa UMCH*, 9, 23-33.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7145921>

Salomone, G. y Michel, J. (2010). *Práctica de Investigación: La Psicología en el ámbito jurídico. Reflexiones ético-clínicas a través de un estudio cualitativo de casos.*

Facultad de Psicología. Universidad de Buenos Aires.

https://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/comite_etica/Codigo_APA.pdf

Sapien Labs (2021). *Un informe sobre el proyecto: La salud mental del millón..*

<https://mentalstateoftheworld.report/wp-content/uploads/2022/04/Estado-mental-del-mundo-2021.pdf>

Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria (2021). *III Informe Bienal sobre la realidad universitaria en el Perú.*

<https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/3018068/III%20Informe%20Bienal.pdf>

Toripa, G. & Huwae, A. (2023). Academic Resilience and Procrastination in Students Who study while working. *Bisma: The Journal of Counseling*, 7(1), 17-24.

<https://doi.org/10.23887/bisma.v7i1.59584>

Universidad Privada del Norte (2024). *Código de Ética para la investigación científica en*

UPN. <https://www.upn.edu.pe/sites/default/files/documentos/codigo-de-etica-para-la-investigacion-cientifica-en-upn.pdf>

Valenzuela, Y. (2017). *Adaptación de la Escala de Resiliencia de Connor-Davidson en pacientes diabéticos en un hospital del distrito del Cercado de Lima, 2017.* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo].

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/3401/Valenzuela_AYV.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Villalobos, C. (2019). La personalidad resistente de Kobasa [Tesis de pregrado, Universidad Pontificia Comillas].

<https://repositorio.comillas.edu/rest/bitstreams/238992/retrieve>

Vizcaíno, P., Cedeño, R. y Maldonado, I. (2023). Metodología de la investigación científica: guía práctica. *Ciencia Latina Internacional*, 7(4), 9723-9762.

<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/7658/11619>

Vergara, L., Bernett, M., Serpa, A., Navarro, J. y Martínez, I. (2023). Procrastinación académica en estudiantes de educación secundaria y media. *Revista Innova*

Educación, 5(1), 88-99. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8632824.pdf>

Anexos

Anexo 1

Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	METODOLOGÍA
¿Qué relación existe entre la resiliencia y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025	Determinar la relación que existe entre la resiliencia y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025	Existe una relación directa entre la resiliencia y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025	Resiliencia	Unidimensional	<p>Enfoque: Cuantitativo</p> <p>Alcance: Descriptivo Correlacional</p> <p>Diseño: No Experimental transversal</p> <p>Población: 537 estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana</p>
¿Cuál es el nivel de resiliencia en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025	Describir los niveles de resiliencia en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025	Existen altos niveles de resiliencia en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025			

<p>¿Cuál es el nivel de procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025</p>	<p>Describir los niveles de procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025</p>	<p>Existen altos niveles de procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana 2025</p>	<p>Procrastinación académica</p>	<p>Unidimensional</p>	<p>Muestra: 457 estudiantes</p> <p>Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumentos: <i>Resiliencia</i> Adaptación de la Escala Breve de Resiliencia Connor-Davidson (CD-RISC 10) de Bernal et al. (2022)</p> <p><i>Procrastinación académica</i> Adaptación de la Escala de Procrastinación Académica- versión reducida (APS-S) de Alegre et al. (2022)</p>
--	--	--	----------------------------------	-----------------------	--

Anexo 2

Matriz de operacionalización de las variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADOR	ÍTEMS
Resiliencia	Habilidad para adaptarse y afrontar las situaciones cuando estas no se suscitan como uno lo espera	Percepción de la resiliencia que se evalúa aplicando la Escala Breve de Resiliencia Connor-Davidson (CD-RISC 10)	Unidimensional	Puntajes obtenidos en los ítems 1 al 10.	<ol style="list-style-type: none"> 1.Soy capaz de adaptarme cuando ocurren cambios 2.Puedo enfrentarme a cualquier cosa 3.Intentó ver el lado divertido de las cosas cuando me enfrento con problemas 4.Enfrentarme a las dificultades puede hacerme más fuerte 5.Tengo tendencia a recuperarme pronto tras enfermedades, heridas u otras privaciones 6.Creo que puedo lograr mis objetivos, incluso si hay obstáculos 7.Bajo presión me centro y pienso claramente 8.No me desanimo fácilmente con el fracaso 9.Creo que soy una persona fuerte cuando me enfrento a los retos y dificultades de la vida

					10. Soy capaz de manejar sentimientos desagradables y dolorosos como tristeza, temor y enfado.
Procrastinación académica	Habilidad para adaptarse y afrontar las situaciones cuando estas no se suscitan como uno lo espera	Percepción de la resiliencia que se evalúa aplicando la Escala Breve de Resiliencia Connor-Davidson (CD-RISC 10)	Unidimensional	Puntajes obtenidos en los ítems 1 al 5.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Demoro innecesariamente en terminar trabajos, incluso cuando son importantes 2. Pospongo comenzar con cosas que no me gusta hacer. 3. Cuando tengo una fecha límite, espero hasta el último minuto 4. Sigo posponiendo el mejorar mis hábitos de trabajo 5. Empiezo a trabajar de inmediato, incluso en actividades que me resultan displacenteras.

Anexo 3

Formulario de la investigación

Resiliencia y procrastinación académica en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana

Estimado estudiante
Nosotras somos Angie Stefani Paico Gordillo y Sindy Karina Sánchez Sobrado, bachilleres de la Facultad de Psicología de la Universidad Privada del Norte (UPN) sede Breña. Nos encontramos realizando una investigación acerca de la relación entre la resiliencia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana.

🔥 Procedimiento:
Si decide participar de la presente investigación se realizarán las siguientes acciones:
1. Se procederá a llenar anónimamente una ficha demográfica con datos generales.
2. Se administrará dos instrumentos de auto llenado para la recolección de datos, por medio de un formulario en línea a través de un mensaje vía WhatsApp y/o correo electrónico.
3. Con respecto, a la modalidad presencial, se acudirá al campus universitario de la Universidad Privada del Norte, para obtener un mayor alcance y contacto con el público objetivo.

🔥 Participantes:
Estudiantes desde el 1er hasta el 10mo ciclo de pregrado de la carrera de Psicología de la Universidad Privada del Norte, sede Breña.

🔥 Riesgos:
La participación en la presente investigación no conlleva algún tipo de riesgo en los participantes.

🔥 Beneficios:
La presente investigación servirá de gran aporte para esta investigación científica.

🔥 Costos y compensación:
La participación en este estudio es de manera voluntaria; por lo que, no implica algún costo ni incentivo económico.

🔥 Confidencialidad:
Los datos relacionados a los nombres y apellidos de los participantes serán confidenciales, por tanto, estos serán modificados con el objetivo de salvaguardar su identidad. Por otro lado, los datos demográficos serán considerados en la investigación sin realizar modificaciones.

🔥 Uso futuro de la información dada:
En caso usted requiera que se le brinde los resultados obtenidos en la presente investigación puede dejar su correo electrónico al final de la investigación, y los investigadores se comunicaran posteriormente con usted haciendo envío de lo solicitado.

🔥 Derechos del participante:
Al decidir participar en esta investigación, se le recuerda que puede retirarse de esta cuando usted lo considere. Si presenta alguna duda adicional, puede realizarla a Angie Stefani Paico Gordillo correo N00230691@upn.pe y Sindy Karina Sánchez Sobrado correo N00234046@upn.pe.

sindykarisanchez@gmail.com [Cambiar cuenta](#)

No compartido

* Indica que la pregunta es obligatoria

DECLARACIÓN Y/O CONSENTIMIENTO

He leído la información anterior. He tenido la oportunidad de hacer preguntas sobre ella y las preguntas que he hecho han sido respondidas a mi satisfacción. En consecuencia, brindo mi consentimiento voluntario para participar en esta investigación.

Sí

No

[Siguiente](#) [Borrar formulario](#)

DATOS PERSONALES

Genero *

- Masculino
- Femenino

Edad *

- Menor a 18 años
- 18
- 19
- 20
- 21
- 22
- 23
- 24
- 25
- 26
- 27
- 28
- 29
- 30
- 31 a 35 años
- 36 a más

Nacionalidad *

- Peruano/a
- Extranjero/a

Carrera *

- Psicología
- Otros

Modalidad *

- (UG) Pregrado
- (WA) Working Adult

Ciclo *

- 1er ciclo
- 2do ciclo
- 3er ciclo
- 4to ciclo
- 5to ciclo
- 6to ciclo
- 7mo ciclo
- 8vo ciclo
- 9no ciclo
- 10mo ciclo

ESCALA DE RESILIENCIA

A continuación se presenta una serie de opiniones vinculadas al trabajo ya nuestra actividad en la misma. Le agradeceremos que nos responda su opinión marcando la que considera expresa mejor su punto de vista.
No hay respuesta buena ni mala ya que todas son opiniones.

- SIEMPRE
- CASI SIEMPRE
- A VECES
- RARAS VECES
- NUNCA

1. Soy capaz de adaptarme cuando ocurren cambios. *

SIEMPRE

CASI SIEMPRE

A VECES

RARAS VECES

NUNCA

2. Puedo enfrentarme a cualquier cosa. *

SIEMPRE

CASI SIEMPRE

A VECES

RARAS VECES

NUNCA

3. Intento ver el lado divertido de las cosas cuando me enfrento con problemas. *

SIEMPRE

CASI SIEMPRE

A VECES

RARAS VECES

NUNCA

4. Enfrentarme a las dificultades puede hacerme más fuerte. *

SIEMPRE

CASI SIEMPRE

A VECES

RARAS VECES

NUNCA

5. Tengo tendencia a recuperarme pronto tras enfermedades, heridas u otras privaciones. *

SIEMPRE

CASI SIEMPRE

A VECES

RARAS VECES

NUNCA

6. Creo que puedo lograr mis objetivos, incluso si hay obstáculos. *

SIEMPRE

CASI SIEMPRE

A VECES

RARAS VECES

NUNCA

7. Bajo presión me centro y pienso claramente. *

SIEMPRE

CASI SIEMPRE

A VECES

RARAS VECES

NUNCA

8. No me desanimo fácilmente con el fracaso. *

SIEMPRE

CASI SIEMPRE

A VECES

RARAS VECES

NUNCA

9. Creo que soy una persona fuerte cuando me enfrento a los retos y dificultades * de la vida.

SIEMPRE

CASI SIEMPRE

A VECES

RARAS VECES

NUNCA

10. Soy capaz de manejar sentimientos desagradables y dolorosos como tristeza, temor y enfado. *

SIEMPRE

CASI SIEMPRE

A VECES

RARAS VECES

NUNCA

Antes Próximo Formulario claro

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN

A continuación, se presenta una serie de enunciados a los cuales usted deberá responder marcando la opción de acuerdo a lo que considere conveniente.

- MUY DE ACUERDO
- DE ACUERDO
- NI EN ACUERDO NI EN DESACUERDO
- EN DESACUERDO
- MUY EN DESACUERDO

1. Demoro innecesariamente en terminar trabajos, incluso cuando son importantes. *

Muy de acuerdo

De acuerdo

Ni en acuerdo ni en desacuerdo

En desacuerdo

Muy en desacuerdo

2. Pospongo comenzar con cosas que no me gusta hacer. *

Muy de acuerdo

De acuerdo

Ni en acuerdo ni en desacuerdo

En desacuerdo

Muy en desacuerdo

3. Cuando tengo una fecha límite, espero hasta el último minuto. *

Muy de acuerdo

De acuerdo

Ni en acuerdo ni en desacuerdo

En desacuerdo

Muy en desacuerdo

4. Sigo posponiendo el mejorar mis hábitos de trabajo. *

Muy de acuerdo

De acuerdo

Ni en acuerdo ni en desacuerdo

En desacuerdo

Muy en desacuerdo

5. Empiezo a trabajar de inmediato, incluso en actividades que me resultan displacenteras. *

Muy de acuerdo

De acuerdo

Ni en acuerdo ni en desacuerdo

En desacuerdo

Muy en desacuerdo

[Back](#) [Next](#) [Clear form](#)

Anexo 4

Análisis descriptivo

En la siguiente tabla se aprecia que la mayoría fueron mujeres, representando el 74.40%. En cuanto a la variable ciclo, la mayoría fueron del grupo de 6to a 10mo ciclo, representando el 59.74%. Finalmente, con respecto a la edad, la mayoría estuvo representado por la edad de 20 años, siendo un total de 23.19%.

Tabla

Datos sociodemográficos de la muestra

Variable	Grupos	Frecuencia	Porcentaje
Género	Femenino	340	74.40%
	Masculino	117	25.60%
Ciclo	1er a 5to	184	40.26%
	6to a 10mo	273	59.74%
Edad	18 años	48	10.50%
	19 años	69	15.09%
	20 años	106	23.19%
	21 años	78	17.07%
	22 años	49	10.72%
	23 años	38	8.32%
	24 años	26	5.69%
	25 años	16	3.50%
	26 años	10	2.19%
	27 años	9	1.97%
	28 años	3	0.66%
29 años	2	0.44%	
30 años	3	0.66%	

Anexo 5

Análisis de normalidad

En cuanto al análisis de la normalidad, la cual se usa para conocer en qué medida se utilizan los estadísticos paramétricos o no paramétricos. En ese sentido, se prosiguió a analizar la normalidad mediante la prueba de Shapiro-Wilk.

Como se aprecia en la siguiente tabla, el valor de la significancia de la prueba de normalidad no fue significativo (menor a .050), lo que indica una distribución no normal. Por ello, para analizar la correlación, se recurrirá al uso de estadísticos no paramétricos, siendo así que se usará el Rho de Spearman para las correlaciones.

Tabla

Análisis de la normalidad

	Resiliencia	Procrastinación Académica
Desviación Estándar	0.747	0.842
Shapiro-Wilk – W	0.806	0.781
Shapiro-Wilk (significancia)	<.001	<.001