



FACULTAD DE CIENCIAS
DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA

**“PROCRASTINACIÓN Y ANSIEDAD EN
ESTUDIANTES DE SECUNDARIA EN UNA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA EN LA CIUDAD DE
CAJAMARCA 2024”**

Tesis para optar al título profesional de:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

Autores:

Sayra Lisbeth Cabanillas Barsallo

Luis Fernando Carrasco Urbina

Asesor:

Mg. Juan Pablo Sarmiento Longo

<https://orcid.org/0000-0002-9742-2992>

Cajamarca - Perú

2024

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	OSCAR IVAN ALFARO BUSTAMANTE
	Nombre y Apellidos

Jurado 2	KELLY MAGDALENA SANTA CRUZ CACERES
	Nombre y Apellidos

Jurado 3	JONATHAN ALEXANDER ORBEGOSO VILLALBA
	Nombre y Apellidos

INFORME DE SIMILITUD



Página 2 of 66 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trnoid::1:3025172091




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 10 palabras)

Fuentes principales

- 17%  Fuentes de Internet
- 1%  Publicaciones
- 11%  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.



Página 2 of 66 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trnoid::1:3025172091

DEDICATORIA

A nuestros padres que nos han brindado un apoyo incondicional, para poder educarnos y culminar exitosamente nuestra carrera, guiándonos y ayudándonos a superar y a lograr nuestras metas.

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, agradecer a nuestros padres por brindarnos la confianza y apoyo incondicional durante todo el camino recorrido, a nuestros compañeros por guiarnos y animarnos en el transcurso de la formación de la presente información. Asimismo, agradecemos a nuestros asesores por la orientación y esperanza brindada para poder culminar nuestra investigación.

Tabla de contenidos

JURADO EVALUADOR.....	2
INFORME DE SIMILITUD.....	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
RESUMEN	8
PALABRAS CLAVES: Procrastinación académica, ansiedad, adolescentes.....	8
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN.....	9
1.1 Realidad problemática	9
1.2 Formulación del problema.....	21
1.3 Objetivos.....	21
1.4 Hipótesis	22
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	24
CAPÍTULO III: RESULTADOS	31
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.....	37
REFERENCIAS	42
ANEXOS	50

Índice de tablas

Tabla 1. Pruebas de normalidad de procrastinación y ansiedad	31
Tabla 2. Correlación entre Procrastinación y ansiedad.....	32
Tabla 3. Diferencia del nivel de procrastinación entre estudiantes de 4to y 5to grado	33
Tabla 4. Diferencia del nivel de ansiedad entre estudiantes de 4to y 5to	34
Tabla 5. Diferencias del nivel de procrastinación entre estudiantes de ambos sexos	35
Tabla 6. Diferencia del nivel de ansiedad entre los estudiantes de ambos sexos	36

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo identificar si existe relación entre la procrastinación y ansiedad en estudiantes de secundaria en una institución educativa en la ciudad de Cajamarca 2024, debido que se evidenció que hay un incremento en los casos de procrastinación académica y ansiedad, llegando afectar considerablemente a la población adolescente, siendo esta una población vulnerable. Esta investigación es de tipo no experimental, teniendo un enfoque cuantitativo ,con corte transversal y correlacional, teniendo una población de 100 estudiantes, 37 alumnos de 4to grado de secundaria y 63 alumnos de 5to grado de secundaria, se tomaron como instrumentos la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI), obteniendo como resultado que existe una relación directa entre la procrastinación académica y la ansiedad, concluyendo que si existe un nivel alto de procrastinación académica, también se encontraría un nivel de ansiedad alto.

PALABRAS CLAVES: Procrastinación académica, ansiedad, adolescentes.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1 Realidad problemática

A lo largo de la vida una de las etapas más representativas y claves para el desarrollo socio emocional de las personas es la adolescencia, que abarca desde los 10 a 19 años. Esta época es de gran relevancia, debido a que, el adolescente establece patrones de comportamiento repetitivos, que marcan para la vida adulta (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2023). Esta etapa es transitoria e implica un camino lleno de descubrimientos, cambios y adaptaciones a diferentes entornos de interacción los cuales el adolescente tiene que experimentar, siendo su contexto el adecuado, puede contribuir positivamente en su confianza y seguridad (Palacios, 2019), estos procesos de cambio llevan siendo muy importantes, debido que, las experiencias de cambios físicos y emocionales, generalmente llega a una influencia sobre las creencias, actitudes, habilidades de resolución y capacidad para afrontar conflictos (López, 2020)

Al hablar de adolescencia se añade la característica de ser un periodo lleno de cambios y desarrollo personal, sin embargo, también se considera una etapa importante debido a que el adolescente está aprendiendo a consolidar sus propias capacidades y competencias académicas que lo ayudarán en un futuro en su vida adulta (Albujar & Castro, 2020), por lo cual, se llega a tener jornadas educativas extensas y llenas de estrés; generando así que haya estudiantes que posponen sus actividades académicas, contribuyendo a que síntomas de ansiedad se manifiesten, provocando malestar cuando realicen actividades académicas (Mauricci, 2023).

Por lo que, en la actualidad se ha convertido en un tema de relevancia hablar de procrastinación y ansiedad en los adolescentes ya que, en su mayoría, los estudiantes tienden a dejar actividades a última hora (Quant & Sánchez, 2012), priorizando cosas secundarias, por lo que, algunos autores definen la procrastinación como un conjunto de conductas, caracterizadas por no cumplir sus actividades académicas a tiempo (Busko, 1998) , así mismo, se considera que es fenómeno que se da con mucha frecuencia en la actualidad, causando que el desarrollo de las personas no llegue a un nivel adecuado de organización, disciplina y compromiso al realizar sus obligaciones académicas específicas, teniendo como consecuencia un declive en sus emociones y dependencia psicológica (Pazmiño & Benítez, 2022).

Asimismo, un estudio realizado en China determina que el 70% de los estudiantes de secundaria no realizan sus tareas académicas, llegando a no presentar sus exámenes e incluso faltar a sus clases. Además, un 74.1% ha postergado al menos una tarea académica, y el 48.6% aplaza los horarios de estudio para un examen (Zhang et al., 2018). Por otro lado, un estudio realizado en la India determinó que un poco más del 90% de los estudiantes manifiestan un nivel alto de procrastinación, considerando esto una cifra destacable (Kaur & Rani, 2019).

Por otro parte, investigaciones de Quispe et al. (2021) en Tacna, destacó que el 54.7% de los estudiantes de secundaria procrastina al realizar sus trabajos académicos con regularidad. En contexto nacional, se percibe un incremento en

una mayor posibilidad de procrastinación dando como resultado el alejamiento de los objetivos académicos de los estudiantes de secundaria (Navarro & Lizarbe, 2020). Como consecuencia de la procrastinación se genera posteriormente ansiedad debido a una desorganización en sus tiempos o en sus horarios, ocasionando malestar físico y psicológico en los estudiantes por no cumplir las actividades que tenían previamente por realizar (Altamirano & Rodríguez, 2021).

Por ende, es importante precisar que la ansiedad está definida como una respuesta anticipada ante algunos estímulos percibidos como amenazantes o peligrosos, caracterizado por presentar diferentes sensaciones (Abad et al., 2009), también se podría definir como un estado de amenaza profundo que incluye factores cognitivos, se percibe el miedo de manera descontrolada, se sienten vulnerables frente a algún estímulo o incapaz de obtener resultados positivos (Beck, 2013), así mismo, se ha observado que existen adolescentes que emiten pocas capacidades frente a exigencias académicas, entre ellas se encuentra la ansiedad, caracterizada por tener experiencias negativas, generando angustia y preocupaciones (López, 2020).

Por lo que es importante resaltar que, según una investigación realizada por la OMS (2022), se encontró como resultado el aumento de casos de ansiedad a nivel global en un 25%, a nivel mundial se presume que el 5% de adolescentes sufren síntomas relacionados a la ansiedad (Organización Mundial de la salud, 2021), así también, la misma entidad calculó la cantidad mundial de adolescente teniendo como resultado que el 3,6% de adolescentes de 10 a 14 años y el 4,6%

de adolescentes de entre 15 a 19 años, han experimentado síntomas de ansiedad (OMS, 2021), además, el Ministerio de Salud [MINSA], (2022), resaltó que los estudiantes presentan periodos de alteraciones de ansiedad y estrés intenso, afectando su salud mental, que al mismo tiempo repercuten en su desempeño de sus futuras actividades escolares, así mismo, señaló que el 54.32% pertenecen a la población adolescente que presenta problemas emocionales y ansiedad.

Por lo anterior mencionado se evidencia la importancia de estudiar la relación entre procrastinación y ansiedad porque se encontró autores como, Díaz (2019), que en su estudio determinó la relación directa que existe entre procrastinación académica y ansiedad en escolares del quinto grado de educación secundaria en una Institución educativa pública de un distrito de Cajamarca en el 2018, obteniendo como resultado que el 66% de su población presenta niveles medios de procrastinación académica y un 62% presenta niveles medios de ansiedad. Dicha población estuvo conformada por 50 alumnos de ambos sexos, teniendo la premisa de que en la adolescencia se evidencian diferentes cambios físicos, emocionales y psicológicos, de los cuales depende su salud mental, estabilidad y bienestar emocional en el futuro. Agregando a lo anterior, surgen dos principales problemas que actualmente se enfrenta en el ámbito académico: Procrastinación y ansiedad. Por lo que, una persona que presenta conductas procrastinadoras en ámbitos académicos se asemeja a características relacionadas con ansiedad, provocando estados de preocupación en los estudiantes.

Conociendo la problemática actual es importante conocer las investigaciones de algunos autores que han realizado estudios de suma relevancia como la investigación de Zabala (2021) en Colombia, quien buscó el grado de relación entre ansiedad y procrastinación en adolescentes de secundaria en un colegio público empleando una investigación cuantitativa, no experimental y de diseño descriptivo y correlacional, mediante la aplicación de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la escala DASS - 21 a 75 adolescentes, se obtuvo como resultado la comprobación de una asociación directa entre ambas variables mencionadas, dando a conocer que, al experimentar ansiedad, atribuye y desencadena que los estudiantes eviten y omitan el cumplimiento de sus obligaciones académicas en el lapso de tiempo establecido provocando un retraso con la presentación de sus tareas y responsabilidades académicas.

En Panamá, Gómez (2020) realizó un estudio que tuvo como objetivo general determinar la relación entre ambas variables. Como segmento del estudio, utilizó un diseño descriptivo y correlacional, no experimental, teniendo un enfoque cuantitativo, así mismo, es transversal, habiendo sido aplicado a 30 estudiantes y se utilizó como instrumentos a la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el cuestionario IDARE, obteniendo como resultado evidencias entre una relación directa y altamente significativa entre ambas variables (ansiedad y procrastinación). Es decir, los estudiantes presentan la tendencia a evitar cumplir sus responsabilidades en el tiempo determinado, esto está asociado a las vivencias de síntomas ansiosos, como la angustia, estrés, niveles bajos de confianza y creencias erróneas.

Así mismo, en Argentina Schmidt y Shoji (2018), tuvieron como objetivo descubrir la relación que existe entre la ansiedad estado y la ansiedad rasgo con la procrastinación, aplicada a 100 adolescentes cuyas edades se encontraban entre los 14 a 16 años. El diseño que se utilizó en el estudio fue descriptivo - correlacional y presenta un alcance transversal, además, como técnica de recolección de datos se utilizó el Cuestionario de Ansiedad Estado /Rasgo (STAI) de Spielberger. Como resultado obtuvieron que un 78% de estudiantes presentaban A. rasgo, mientras que el 22% de estudiantes presentaban una puntuación alta en A. estado, determinando que presenta correlación significativa y directa con el rendimiento académico y la procrastinación.

En la misma línea de investigación y llegando a un contexto nacional se encuentra la investigación de Liberato y Fuentes (2021) realizada en Ica, el cual tiene como objetivo conocer el nivel de compatibilidad entre procrastinación y ansiedad, por lo que, emplearon el diseño no experimental teniendo un tipo de investigación cuantitativo, nivel correlacional, transversal y teniendo como población a 140 estudiantes del nivel secundaria, aplicando la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la Escala de Ansiedad de Zung. Con dichas pruebas se logró obtener como resultado resaltante que procrastinación y ansiedad presentan una correlación moderada, concluyendo que, evitar el cumplimiento de las obligaciones académicas se vincula a una experiencia relacionada con ansiedad, desencadenando características relacionadas con la falta de interacción y bajos niveles de autoestima, provocando un bajo índice de productividad a nivel académico.

Así mismo, en la ciudad de Lima Querevalú y Echabaudes (2020), desarrollaron como objetivo relacionar la procrastinación académica y la ansiedad en alumnos del nivel secundaria, la metodología empleada tuvo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, con corte transversal y correlacional, se recopiló los datos a través de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Inventario de autoevaluación de la ansiedad ante exámenes (IDASE), además, la muestra de su población fue 280 estudiantes entre los grados 3º, 4º y 5º grado de secundaria, obteniendo como resultado que la procrastinación tenía un nivel moderado contando con un 58.8%, igualmente la postergación de actividades contó con un 45.7%, mientras que en la autorregulación se obtuvo un 76.4% dando como significado que presenta un nivel bajo. En cuanto a la ansiedad, presentó un nivel moderado obteniendo 51.8%. Todo esto concluyó con la existencia de correlaciones entre las variables ansiedad y procrastinación.

Así también, en Lambayeque, Albuja y Castro (2020), realizaron una investigación teniendo como objetivo determinar las dimensiones y el grado de congruencia que existe entre procrastinación académica y los niveles de ansiedad estado-rasgo en estudiantes del nivel secundario, por lo que, desarrolló una investigación de tipo cuantitativa no experimental, de corte transversal con un diseño descriptivo correlacional, utilizando la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Inventario de autoevaluación de la ansiedad ante Exámenes (IDASE), los cuales fueron aplicados a 700 estudiantes que cursan el 4º y 5º grado de secundaria, logrando demostrar que existe una prevalencia de correlación moderada altamente notoria y significativa entre procrastinación y ansiedad

estado; y a su vez una correlación moderada altamente significativa entre procrastinación y ansiedad rasgo en los estudiantes de secundaria.

Continuando a nivel nacional, en Huancayo se realizó un estudio en el cual Estrada (2019), trabajó una investigación teniendo el objetivo principal de mostrar la relación que existe entre la procrastinación académica y la ansiedad en estudiantes de 5° grado de secundaria. Para la realización de esta investigación se utilizó una metodología científica y descriptiva, así mismo, esta investigación es correlacional y con un diseño no experimental - transversal, además, se utilizó un muestreo probabilístico intencional. Esto obtuvo como muestra a 141 estudiantes y se utilizó la escala de procrastinación académica (EPA) y el Cuestionario de Ansiedad Estado - Rasgo (STAI). En dicha investigación se dio como resultado que un 78% de estudiantes presentó ansiedad, además se obtuvo en procrastinación académica un 67% considerándolo un nivel alto. Por lo cual, se presenta como conclusión que ambas variables tienen una relación significativa y directa.

En la ciudad de Cajamarca, Mauricci (2023) buscó determinar la relación entre ansiedad y procrastinación. El presente estudio no experimental y con un diseño correlacional, tuvo como instrumentos la Escala de Procrastinación (EPA) y Cuestionario de Ansiedad Estado Rasgo de Spielberger, teniendo como muestra un total de 80 estudiantes de ambos sexos los cuales fueron seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Concluyendo que, presenta concordancia entre las puntuaciones obtenidas de ansiedad estado- rasgo

y procrastinación, así mismo, la ansiedad en los adolescentes repercute consecutivamente en las capacidades que estos tienen para cumplir a tiempo sus deberes académicos.

Conociendo la problemática podemos decir que conocer las definiciones de las variables lleva siendo fundamental y de suma importancia para la comprensión total del tema con respecto a la procrastinación académica, según Quant y Sánchez (2012) la definieron como una conducta voluntaria, debido que, el individuo posterga conscientemente sus actividades por miedo a fracasar o a no obtener los resultados esperados. Por otro lado, se determina la procrastinación como un comportamiento negativo de los estudiantes que impide comenzar y concretar una tarea en un periodo de tiempo establecido, obteniendo como consecuencia resultados negativos de estrés, culpa, bajo rendimiento académico y baja autoestima (Iffath et al., 2023).

Así mismo, según Ferrari et al. (1995), detalló que es un fenómeno que empezó históricamente en la revolución industrial pero no se tomó mucha importancia, sin embargo, dicho autor detallo un enfoque motivacional, el cual plantea que las personas presentan diferentes actividades para poder alcanzar el éxito en cualquier contexto, por lo que las personas pueden elegir dos posiciones: el deseo de poder alcanzar sus metas y llegar al éxito o el miedo a fracasar; el primero tiene como referencia los logros motivacionales y el segundo la motivación para evitar situaciones negativas. Cuando el temor al fracaso es mayor que la probabilidad de éxito, las personas pueden elegir actividades en las cuales

se garantice el éxito, llegando a retrasar aquellas actividades que consideren complicadas y en las cuales consideren que hay riesgo de fracaso.

En cuanto a la ansiedad, Furlan y Ponzo (2006), reconocen que la ansiedad llega a ser un sistema de alerta que activa a la persona en situaciones que se perciben como amenazantes, presentando como finalidad la inmovilización ante diversas circunstancias y adversidades. Así mismo, Park y Sperling (2012), denominan a la ansiedad como uno de los factores importantes y determinantes que desencadena en los estudiantes un declive en su autoestima, en sus capacidades y aptitudes para desarrollar sus obligaciones y responsabilidades académicas.

Por lo cual es importante también conocer los enfoques con las cuales se estudian dicha variable, en los cuales se encuentra el enfoque conductual, el cual sostuvo que la ansiedad es la respuesta ante la presencia de algún estímulo aversivo (evaluaciones en un ámbito académico), por lo cual, los estudiantes adolescentes son partícipes de un estado de preocupación o tensión, generando en ellos temor por los resultados que podrían obtener, desencadenando pocas expectativas para realizar sus obligaciones y así no poder superar sus metas (Hull, 1943).

En las mismas líneas teóricas, Lang (1968) propone una teoría tridimensional, la cual nos menciona la existencia de tres tipos de reacciones: A nivel cognitivo, se emite mediante preocupaciones, temores, tensiones, hipervigilancia, pérdida de autocontrol, etc.; a nivel fisiológico, produce una

aceleración del corazón, dificultades respiratorias, migraña, náuseas, mareos, problemas gástricos, etc.; y a nivel motor, se hace notoria la hiperactividad, tartamudez, aumento de la ingesta de alimentos, etc.

Para culminar, es de suma importancia mencionar al enfoque conductual, contando como referencia las teorías propuestas por Skinner haciendo alusión a los reforzadores; en este enfoque menciona que al no tener relevancia una conducta positiva, la persona procrastinadora toma las situaciones como un medio de huida o escape, la cual se va condicionando, reforzando y a su vez prolongando su tiempo (Álvarez, 2010). Así mismo, el enfoque cognitivo-conductual plantea que el individuo que procrastina lo hace por temor, ya que tienen la creencia ilógica de no poder culminar una obligación de manera óptima; tiende a trazarse actividades con metas poco realistas, lo cual desarrolla principalmente un estado de frustración, convirtiéndose así en el principal motivo para procrastinar, poniendo en tela de juicio el potencial de sus habilidades y aptitudes (Mogg & Bradley, 2016).

Por todo lo expuesto anteriormente, la presente investigación se justificó a nivel de relevancia social, debido a que en la actualidad se está observando un incremento de la ansiedad y la procrastinación, que son dos fenómenos recurrentes en estudiantes de secundaria, llegando a experimentar dificultades en la regulación de sus actividades académicas, debido a la postergación sistemática de las actividades escolares importantes que ya están planeadas, esto llega a repercutir en actividades académicas que el estudiante realice, desarrollando ansiedad por

lograr realizar tareas que se han pospuesto debido a la procrastinación, así mismo, se podrían evidenciar algunos síntomas como desórdenes alimenticios, problemas del sueño, ausentismo escolar, etc. También se debe tener en cuenta que los adolescentes son una población que presentan muchos cambios, por lo cual pueden no saber cómo sobrellevar la presión académica (Alessio & Main, 2019).

Asimismo, a nivel metodológico, se sustentó en dos cuestionarios que están validados en la realidad problemática en la cual se trabajó, por lo que se logró recolectar y analizar los datos que se obtuvieron, asimismo, la presente investigación contribuye con la verificación de la relación de las variables, por esto, se está generando la recomendación del procedimiento que se tiene que hacer para estudiar de manera adecuada a esta población.

Desde el aspecto teórico, la investigación realizada se ve justificada, debido que, se mantendrá presente el conocimiento que ha dejado la investigación previa, con respecto a la correlación entre la procrastinación y ansiedad que presentan los adolescentes, por lo que, la información obtenida puede servir en el futuro para el desarrollo de nuevas investigaciones sobre las variables mencionadas. Así mismo, se espera que los datos obtenidos, sean de gran relevancia para ayudar a la formación de hipótesis en investigaciones futuras.

Con la justificación antes presentada, es conveniente señalar que se considera a los adolescentes como una población vulnerable que está siendo afectada por la procrastinación y ansiedad, teniendo poca capacidad e información para manejar asertivamente una posible ansiedad, así también, por no tener la

habilidad de distribuir equitativamente su tiempo y posponer las actividades académicas importantes; por ende, conociendo el tema desarrollado se considera de gran relevancia abarcar el tema, debido que, la salud mental de la población es una gran preocupación, ya que, en un futuro puede haber una posibilidad de desarrollar ansiedad. Por otro lado, conocer los niveles de procrastinación y ansiedad en estudiantes de secundaria en una institución educativa en la ciudad de Cajamarca 2024, contribuirá con el conocimiento de la situación que se está presentando en la actualidad llegando a tomar medidas ante tal situación.

1.2 Formulación del problema

Por expuesto, conociendo la importancia de la investigación presentada, se formula el siguiente problema por medio de una pregunta ¿Cuál es la relación entre procrastinación y ansiedad en estudiantes de secundaria en una institución educativa en la ciudad de Cajamarca 2024?

1.3 Objetivos

Por lo antes mencionado se cree conveniente plantear que el objetivo general es identificar la relación entre la procrastinación y ansiedad en estudiantes de secundaria en una institución educativa en la ciudad de Cajamarca 2024. Así mismo, se planteó como objetivos específicos determinar los niveles de procrastinación en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria en una institución educativa en la ciudad de Cajamarca 2024, determinar los niveles de ansiedad en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria en una institución educativa en la ciudad de Cajamarca 2024, identificar las diferencias en los niveles de

procrastinación según el sexo en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria en una institución educativa en la ciudad de Cajamarca 2024 e identificar la diferencia en los niveles de ansiedad según el sexo en estudiantes de 4to y 5to de secundaria en una institución educativa en la ciudad de Cajamarca 2024.

1.4 Hipótesis

También, en esta investigación es importante realizar un planteamiento hipotético, debido que, es importante para el enriquecimiento de la teoría para mejorar conocimientos particulares psicológicos y pedagógicos. (Díaz & Luna, 2014). Así mismo, se encuentra a Moreno (2013), con su hipótesis se puede definir como la investigación que proviene de la conexión entre la teoría, la realidad que es empírica entre el sistema formalizado la investigación y, que, en tal sentido, la hipótesis sirve como orientador y delimitador de una investigación, permitiendo tener una dirección objetiva a las búsquedas de las soluciones con respecto a algún problema.

Ya examinada la información teórica y empírica de la variable que se está presentando en el estudio, se llegó a plantear como hipótesis general de la investigación que existe una relación positiva y significativa entre procrastinación y ansiedad en estudiantes de secundaria en una institución educativa en la ciudad de Cajamarca 2024. Así mismo, tenemos como hipótesis específica existen diferencias significativas en los niveles de procrastinación entre 4to y 5to grado de secundaria en Cajamarca 2024, existen diferencias significativas en los niveles de ansiedad entre 4to y 5to grado de secundaria en Cajamarca 2024, existen

diferencias significativas en los niveles de procrastinación entre hombres y mujeres en una institución educativa de Cajamarca 2024 y existen diferencias significativas en los niveles de ansiedad entre hombres y mujeres en una institución educativa de Cajamarca 2024.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

La presente investigación adopta un enfoque cuantitativo, ya que busca medir un fenómeno de manera objetiva (Ato & Benavente, 2013). Dicho enfoque permite la recolección y análisis de datos a través de instrumentos de medición estandarizados. Se emplea un método básico, pues se enfoca en el desarrollo del conocimiento científico y abarca la medición objetiva de fenómenos haciendo uso de matemática y estadística (Ato & Benavente, 2013). La recolección de datos numéricos permitirá definir y descubrir respuestas a las preguntas de investigación sobre procrastinación y ansiedad en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Cajamarca (Ramírez et al., 2014).

Este estudio utiliza un diseño no experimental, definido como una investigación donde no es posible manipular variables o asignar aleatoriamente a los sujetos a condiciones (Ato & Benavente, 2013). En este contexto no se crearán situaciones, sino que se observarán situaciones ya existentes que no han sido provocadas intencionalmente por el investigador, sin control directo sobre la procrastinación y la ansiedad como variables (Agudelo & Aignerren, 2008).

Además, la investigación tiene un corte transversal, debido a que se centra en la descripción de las variables en un conjunto de casos en un momento temporal corto (Ato & Benavente, 2013). Cabe mencionar también que el diseño es correlacional dado que se enfoca en describir dos variables y establecer la relación o grado de asociación entre ellas dentro de un contexto específico, lo que permite predecir ciertos comportamientos (Hernández & Mendoza, 2020).

En tanto a la población, se define como el conjunto de personas que comparten determinadas características (Hernández et al., 2014). En este estudio, la población está constituida por 405 estudiantes de secundaria de una institución educativa en la ciudad de Cajamarca. Por otro lado, con respecto a la muestra, representa un subconjunto de esta población, está compuesta por 100 estudiantes de secundaria, seleccionados conforme a criterios específicos (Hernández & Mendoza, 2020). Así mismo, la unidad de análisis corresponde a cada estudiante individual de la institución educativa en la ciudad de Cajamarca en 2024.

Para la selección de la muestra, se utilizó un tipo de muestreo no probabilístico, específicamente el muestreo aleatorio simple, que consiste en elegir al azar o por conveniencia a los participantes de la investigación (Hernández et al., 2014). Por lo que, para llevar a cabo la presente investigación, se evaluó a 100 adolescentes de una institución educativa en la ciudad de Cajamarca con las edades entre 14 a 17 años de 4to y 5to de secundaria.

Habiendo establecido la muestra, se emplearon encuestas como técnicas de recolección de datos, utilizando escalas psicométricas tipo Likert, el cual consiste en un conjunto de ítems presentados en forma de juicios o afirmaciones, en donde se solicita al participante elegir uno de los cinco puntos o categorías de la escala (Hernández & Mendoza, 2020); así mismo, también se aplicó un inventario el cual mide variables específicas, en este caso la ansiedad, determinando su estado en variable diversa, con elementos que pueden ser cuantitativos o cualitativos (Hernández & Mendoza, 2020). Los instrumentos

utilizados fueron la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI).

En tanto a los criterios de inclusión para la muestra, se abarcó una cifra de estudiantes que cursan el nivel secundario en una institución de la ciudad de Cajamarca, entre 15 y 17 años, en 4° o 5° grado, cuyos padres otorgaron consentimiento informado. Por otro lado, los criterios de exclusión abordaron estudiantes con discapacidades visuales, auditivas o de lenguaje, además de no considerar las pruebas de los estudiantes que no culminaron los instrumentos en el tiempo establecido y las pruebas que tenían preguntas en blanco.

A continuación, se detallarán los instrumentos empleados: se empleó la "Escala de Procrastinación Académica", formulada por Busko en el año 1998. Esta consta de 16 ítems que cuentan con 5 alternativas de respuesta (1=nunca, 2=pocas veces, 3= a veces, 4=casi siempre y 5=siempre) la cual se puntúa mediante una escala tipo Likert de 5 puntos. Este instrumento emite una fiabilidad a través del coeficiente Alfa de Cronbach 0.86. Esta fue adaptada por Álvarez en 2010 con la fiabilidad del coeficiente Alfa de Cronbach de 0.80. Esta prueba puede ser aplicada de forma individual y colectiva. Por lo general el lapso de tiempo que se da para su desarrollo es de 8 a 12 minutos, prolongándose hasta máximo 17 minutos (Álvarez, 2010), aplicada y validada en la ciudad de Cajamarca por Mónica Cristina Mauricci Benel en el 2023, en su investigación de la ansiedad y la procrastinación en adolescentes de una institución educativa, Cajamarca – 2023, obteniendo una validez mediante el AFC que presentan resultados

satisfactorios: CFI = .96, TLI= .95, teniendo una carga factorial mayor al .40, así mismo, alcanzó un nivel de confiabilidad de .86 y .90 (Mauricci, 2023).

En su versión original presenta una validez de constructo, mostrando un resultado favorable en la Escala de Procrastinación Académica, su validez se realizó por el análisis factorial exploratorio que es el varimax, dejando al descubierto las dos dimensiones: Autorregulación académica, que se define como un procedimiento en el que los alumnos proponen sus objetivos o metas de aprendizaje y en el desarrollo que estas intentan conocer, fiscalizar y medir sus saberes para alcanzar esos fines; y la Postergación de actividades, que hace referencia al proceso de organización en la conducta académica de los estudiantes (Domínguez et al., 2014).

En su adaptación al español por Álvarez en el 2010, y posteriormente por Domínguez en el año 2014, la validez se obtuvo a través de constructo mostrando en el alfa de Cronbach .806, en el cual se eliminó 2 ítems ajustándose entonces en su versión de 12 ítems utilizando el Análisis Factorial Exploratorio y Confirmatorio. Para su fiabilidad se realizó por consistencia interna a través del Coeficiente Alfa de Cronbach = .78. Apoyando así su uso como instrumento de evaluación de la procrastinación académica (Polo, 2022).

Como segunda prueba se consideró el Inventario de ansiedad de Beck (BAI), fue creada por Aaron T. Beck y Robert A. Steer, se realizó una adaptación a español en el 2011 por Jesús Sanz, Frédérique Vallar, Elena de la Guía y Ana Hernández; es un instrumento de auto aplicación que consta de 21 ítems,

diseñados para evaluar los síntomas de la ansiedad y el nivel de afectación. Cada ítem recoge un síntoma de ansiedad. Así mismo, se utiliza en una escala de Likert que va desde (0= "en absoluto") hasta (3= "Gravemente"), sumando cada puntuación de los ítems se obtiene como cifras que varían entre 0 a 63. Cabe mencionar que esta prueba está validada en la ciudad de Cajamarca, la última tesis en la cual se ha aplicado es en la investigación de Owen Portilla y Torres Cárdenas en el 2022, con su tesis Ansiedad y depresión en adolescentes según el sexo de una institución educativa en Cajamarca 2022, presentando una validez mayor a .50, así mismo, según el alfa de Cronbach el inventario muestra una confiabilidad de alta consistencia de .90 (Owen & Torres, 2022).

El inventario ha sido creado con doble objetivo: por un lado, proporcionar una medida válida y confiable para medir la sintomatología ansiosa y, por el otro, diferenciar la ansiedad de la depresión, el segundo se consideró de gran importancia debido a la relación existente entre la ansiedad y la depresión, así mismo, son dos trastornos con una elevada comorbilidad. Además, el inventario presenta adecuadas propiedades psicométricas para la población, con evidencias de validez de constructo a través de algunos análisis factoriales confirmatorios y una consistencia interna de alfa ordinal = .93 y un omega ordinal = 0.95 (Vizioli & Pagano, 2022).

Ahora bien, el procedimiento de esta investigación comenzó con la obtención de las cartas de consentimiento de la Universidad Privada del Norte, necesarias para presentarse en la institución educativa. Posteriormente, se

estableció un diálogo con el director de la institución para obtener el permiso respectivo para aplicar las pruebas en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria. Una vez obtenido el permiso, se coordinó la presentación de autorizaciones individuales a los estudiantes y se procedió con la aplicación de los instrumentos.

Para el análisis de datos se inició con la búsqueda y recolección de información pertinente al tema de estudio. Con la introducción ya planteada, se seleccionaron los instrumentos de investigación. Una vez aplicados estos, se procedió a crear una matriz de datos en Microsoft Excel 2011, en la cual se registraron las puntuaciones obtenidas de cada ítem de ambos instrumentos. Los datos fueron analizados con el programa SPSS Statistics, aplicando estadísticos diferenciales y realizando pruebas de confiabilidad, como Kolmogorov-Smirnov, dada la población mayor a 50 participantes, así mismo, se utilizó el análisis Rho de Spearman que permitió obtener la correlación de ambas variables, también se ha utilizado el estadístico U de Mann-Whitney que permitió tener la comparación entre los grados 4to – 5to de secundaria y entre sexos.

Es importante recalcar que la presente investigación fue realizada en conformidad con el código de ética de la Universidad Privada del Norte, con especial atención al bienestar de los participantes y su entorno, particularmente en lo que respecta a la salud mental. Se garantizó la confidencialidad de los datos de los participantes, siendo los datos obtenidos utilizados únicamente con fines de índole académica y de investigación.

Por otro lado, hace mención que el código de ética del Colegio de Psicólogos del Perú hace mención, en el artículo IV.- que la autonomía de la persona obliga moralmente al psicólogo a solicitar su consentimiento informado y respetar su decisión, en consonancia con sus valores personales y culturales. Además, en el capítulo VIII-de los instrumentos de investigación, en el artículo 45, el psicólogo está obligado a seguir los procedimientos científicos para el desarrollo, validez y estandarización de los instrumentos, también hacemos referencia al artículo 46, que menciona que el psicólogo debe utilizar los instrumentos de evaluación psicológica conforme a sus manuales siendo riguroso en la metodología para su aplicación e interpretación (Colegio de Psicólogos del Perú, 2017).

CAPÍTULO III: RESULTADOS

Tabla 1

Prueba de normalidad de procrastinación académica y ansiedad

Pruebas de normalidad			
Kolmogórov-Smirnov			
	Estadístico	gl	Sig.
Procrastinación	.368	100	<.001
Ansiedad	.269	100	.200*

*. Esto es un límite de la significación verdadera

a. Corrección de significación de Lilliefors

Nota. Obtenido de los análisis estadísticos de datos exportados al programa SPSS.

Con respecto a la prueba de normalidad aplicada a cada variable (procrastinación y ansiedad), en el cual se debe cumplir una significancia de $p > 0$ o igual a 0.05 para que se pueda comprobar la normalidad en las presentes variables, de tal manera que la variable de procrastinación no cumple con la normalidad. La significancia es mayor a 0.05, lo que sugiere que no hay evidencia suficiente para rechazar la hipótesis nula de normalidad. Esto significa que los datos de ansiedad sí siguen una distribución normal. Así mismo, se ha elegido la prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov debido a que la población es de 100 participantes.

Tabla 2

Correlación entre Procrastinación y ansiedad

		PROCRASTINACIÓN	ANSIEDAD
Rho de Spearman	Procrastinación	Coefficiente de correlación	1.000
		Sig. (bilateral)	.478**
		N	<.001
de	Ansiedad	Coefficiente de correlación	100
		Sig. (bilateral)	100
		N	.478
			<.001
		N	100

** . La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral)

Nota. Relación entre procrastinación y ansiedad.

Según las pruebas obtenidas se reconoce la relación entre procrastinación y ansiedad en estudiantes de secundaria en una institución educativa en la ciudad de Cajamarca 2024, en el presente cuadro observamos que ambas variables presentan una relación positiva, por lo cual, las dos variables tienen una relación directa, quiere decir que al aumentar el nivel de una variable la otra presenta el mismo aumento, así también, sucede lo mismo cuando las dos variables disminuyen.

Tabla 3

Diferencia del nivel de procrastinación entre estudiantes de 4to y 5to grado

GRADO	4TO		5TO	
	Nº	%	Nº	%
Bajo	5	13.5%	2	3.2%
Moderado	15	40.5%	19	30.2%
Alto	17	46%	42	66.6%
Total	37	100%	63	100%
Rango Promedio	43.09		54.85	
Suma de Rangos	1594.50		3455.50	
U de Mann-Whitney	891.500			
Sig. Asin. (Bilateral)	.024			

Nota. Esta tabla presenta la diferencia de los niveles de procrastinación utilizando la U de Mann-Whitney

Se logró reconocer el nivel de procrastinación en adolescentes según el grado en una institución educativa en Cajamarca 2024, se obtuvo un .024 en la sig. Asintótica, siendo menor $p < 0.05$, por lo que, se rechaza la H_0 y se acepta la H_1 , determinando que existen diferencias significativas en los niveles de procrastinación entre 4to y 5to grado de secundaria. Además, se pudo encontrar los siguientes resultados, que en 4to grado el 46% y en 5to grado el 66.6% presentan un nivel de procrastinación alto, con ello se puede decir que 5to grado ha tenido mayor afectación en cuanto a procrastinación. Así mismo, en el nivel moderado de procrastinación podemos encontrar un 40.5% en 4to grado y un 30.2% en 5to grado, por lo que, los alumnos de 4to grado de secundaria han sido afectados moderadamente por la procrastinación, en esta misma línea, se observó un nivel bajo en 4to grado, con un 13.5% y, en 5to grado un 3.2%.

Tabla 4

Diferencia del nivel de ansiedad entre los estudiantes de 4to y 5to grado

GRADO	4TO		5TO	
	Nº	%	Nº	%
Bajo	9	24%	5	7.9%
Moderado	18	48%	26	41.3%
Alto	10	27%	32	50.8%
Total	37	100%	63	100%
Rango Promedio	41.07		56.04	
Suma de Rangos	1519.50		3430.50	
U de Mann-Whitney	816.500			
Sig. Asin. (Bilateral)	.006			

Nota. Esta tabla presenta la diferencia de los niveles de ansiedad utilizando la U de Mann-Whitney

En los presentes resultados, se reconoce el nivel de ansiedad en adolescentes de una institución educativa en Cajamarca 2024, presenta una Sig. Asintótica de .006 siendo menor $p < 0.05$, concluyendo que se rechazó la H_0 y se aceptó la H_1 , el cual, determina que existe diferencias significativas en los niveles de ansiedad entre 4to y 5to grado de secundaria. Se ha podido observar que en 4to grado un 27% y en 5to grado el 50.8% de estudiantes presentan un nivel alto de ansiedad, dando a comprender qué 5to grado de secundaria ha sido afectado mayormente en ansiedad. Con respecto al nivel moderado existe un 48% de estudiantes de 4to grado y el 41.3% de los estudiantes de 5to grado, por lo que, se considera que 4to grado de secundaria ha sido más afectado en el nivel moderado de ansiedad. En el nivel bajo de ansiedad, 4to grado presenta un 24% y 5to grado un 7.9% de estudiantes.

Tabla 5

Diferencia del nivel de procrastinación entre los estudiantes de ambos sexos

GRADO	4TO		5TO	
	Nº	%	Nº	%
Bajo	7	11%	1	2.4%
Moderado	19	32%	14	34.2%
Alto	34	57%	26	63.4%
Total	59	100%	41	100%
Rango Promedio	53.99		48.08	
Suma de Rangos	2213.50		1836.50	
U de Mann-Whitney	1066.500			
Sig. Asin. (Bilateral)	.249			

Nota. Esta tabla presenta la diferencia de los niveles de procrastinación según el sexo utilizando la U de Mann-Whitney

Con respecto a los resultados se reconoce los niveles de procrastinación según el sexo en los adolescentes de una institución educativa en Cajamarca 2024, se ha podido observar un .249 en la sig. Asintótica, concluyendo que se rechaza la H1 y se acepta la H0 de que no existen diferencias significativas en los niveles de procrastinación entre hombres y mujeres, así mismo, se obtuvo que el 57% de mujeres y un 63.4% de hombres presentan niveles altos de procrastinación, por lo que, se puede decir que la procrastinación afecta mayormente a hombres, así mismo, un 32% de mujeres y 34.2% de hombres presentan niveles moderados de procrastinación, por lo que, prevalece moderadamente más en las mujeres. Finalmente, se tiene un 11% de mujeres y 2.4% de hombres que presentan niveles bajos de procrastinación.

Tabla 6

Diferencia del nivel de ansiedad entre los estudiantes de ambos sexos

GRADO	4TO		5TO	
	Nº	%	Nº	%
Bajo	8	13.5%	6	14.6%
Moderado	26	44.1%	18	43.9%
Alto	25	42.4%	17	41.5%
Total	59	100%	41	100%
Rango Promedio	50.09		50.79	
Suma de Rangos	2053.50		2996.50	
U de Mann-Whitney	1192.500			
Sig. Asin. (Bilateral)	.896			

Nota. Esta tabla presenta la diferencia de los niveles de ansiedad según el sexo utilizando la U de Mann-Whitney

Por último, se reconoce los resultados de los niveles de ansiedad según el sexo en los estudiantes de una institución educativa en Cajamarca 2024, se ha obtenido un .896 en la sig. Asintótica, concluyendo que se rechaza la H1 y se acepta la H0 de que no existen diferencias significativas en los niveles de ansiedad entre hombres y mujeres. Así también, se encontró como resultados que el 42.2% de mujeres y el 41.5% de los hombres presentan un nivel alto de ansiedad, por lo cual decimos que, las mujeres presentan un nivel de ansiedad ligeramente superior que los hombres. Por otro lado, el 44.1% de mujeres y el 43.9% de hombres presentan un nivel de ansiedad moderado, siendo las mujeres afectadas mayormente por un nivel moderado de ansiedad. Finalmente, observamos un 13.5% de mujeres y un 14.6% de hombres afectados por un nivel de ansiedad bajo.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Tener vivencias de emociones negativas y sensaciones en las cuales se experimentan cambios de gran importancia suele ser difícil para el estudiante, por lo que, se puede evidenciar la poca capacidad para afrontar algunas responsabilidades académicas, en donde puede surgir la procrastinación académica y la ansiedad. teniendo en cuenta que la procrastinación académica puede llevar a los estudiantes a no cumplir con sus actividades académicas a tiempo, generando emociones negativas y la mala regulación de creencia (Busko, 1998); en el cual, puede aparecer la ansiedad que genera en los adolescentes una respuesta que se considera poco adaptativa ante algunos estímulos externos, por lo cual, lleva a los estudiantes a vivir episodios desagradables, que refuercen sus pensamientos o creencias erróneas, angustias o temores (López et al., 2020).

El objetivo del estudio fue identificar la relación entre la procrastinación y ansiedad en estudiantes de secundaria en una institución educativa en la ciudad de Cajamarca 2024, es por esto que se logró evidenciar que existe una relación positiva y directa, obteniendo así un .001 en ambas variables, estos resultados son similares en la investigación de Mauricci (2023) llevada a cabo en la ciudad de Cajamarca; este demostró que entre la ansiedad y la procrastinación en los adolescentes hay presencia de una correlación directa de dimensiones moderadas ($.30 \leq r_s < .50$). Se pudo coincidir también con Querevalú y Echabaudes (2020), quienes determinaron según su análisis correlacional, que existe una relación significativa ($\rho=0.118$, $p=0.05$) entre las variables de procrastinación académica y ansiedad, es decir que, a mayor procrastinación académica mayor será el nivel de ansiedad. Así mismo, también presenta una discrepancia con Barahona (2018), el cual menciona que no existe una relación significativa entre la

ansiedad que se experimenta frente a los exámenes y la procrastinación académica.

Igualmente, con respecto a la procrastinación, se pudo encontrar que 5to grado de secundaria presenta más estudiantes que han sido afectados con un nivel alto de procrastinación, obteniendo un 66.6% en comparación a 4to de secundaria quienes cuentan con un 46% de alumnos que son afectados en un nivel de procrastinación alta; estos resultados son similares a la investigación de Estrada (2019), hecha en el departamento de Junín, concluyendo en su investigación que existe un gran número de estudiantes del 5to grado de secundaria de una Institución Educativa del distrito de Mazamari, 2019. Así también, Ibáñez (2018), en un estudio realizado en estudiantes 4to y 5to grado, comprendiendo edades de 16 a 18 años, menciona que el 81% de los estudiantes de su investigación presentan un nivel medio entre ambos grados, sin embargo, menciona que no existen diferencias significativas entre ambos niveles.

Con respecto a la ansiedad, en los resultados en la presente información se pudo encontrar que 5to grado de secundaria ha obtenido un porcentaje mayor en ansiedad alta, contando con un 50.8% en comparación a los estudiantes de 4to de secundaria quienes obtuvieron un 27%, por lo que, se podría decir que la ansiedad está afectando con mayor significancia a estudiantes de 5to grado de secundaria. En esta misma línea, Rivas (2024), también ha realizado una investigación en la cual buscó comparar ambos grados, en el cual encontró que existe una relación significativa entre el grado escolar con la ansiedad, debido esto puedo obtener como resultado que en 5to grado de secundaria se concentran la mayor carga porcentuales de ansiedad.

Así mismo, según a los sexos, se ha obtenido como resultados que los estudiantes hombres procrastinan más que las estudiantes mujeres, coincidiendo con los estudios de Albújar y Castro (2020) en el nivel secundario de la I.E.P. de Lambayeque, demostraron que existe una predominancia en niveles altos de procrastinación en los hombres en comparación con las mujeres. Por otro lado, según Ibáñez (2018), menciona que, no encontró diferencias significativas en cuanto al sexo de los participantes, ya que, tanto hombres como mujeres presentaron un nivel moderado de procrastinación académica.

Según los objetivos planteados con la identificación de los niveles de ansiedad, se pudo encontrar que las mujeres sufren de mayor ansiedad en comparación con los hombres, estos resultados coincidieron con Altamirano y Rodríguez (2021), quienes determinaron que la ansiedad y el sexo presentan relación significativa, donde las mujeres presentaron un mayor nivel de ansiedad, en comparación con los hombres, las mujeres presentan una mayor presencia de niveles de ansiedad severo, teniendo una prevalencia de 4.6% en comparación con los hombres quienes presentan una prevalencia de 2.6%.

Por las razones antes mencionadas, con respecto a la implicancia metodológica se utilizó y brindó a los participantes de la investigación un cuestionario y un inventario que permitieron validar y conocer la realidad en la cual se trabajó, con la cual, se logró recolectar información y posteriormente analizar los datos obtenidos. Así mismo, en tanto a las limitaciones que se presentaron durante el desarrollo de la investigación, las principales dificultades fueron la falta de tiempo y disponibilidad que tenía el director, debido que, no se encontraba permanentemente en la institución por diversas responsabilidades relacionadas con su cargo y algunos docentes de la institución educativa, dado que, ya tenían programadas el desarrollo de sus clases y se les complicaba

alterar estas sesiones académicas, adicionalmente se tuvo complicaciones con el manejo del programa SPSS Statistics, en especial con el estadístico U de Mann-Whitney, debido al poco conocimiento de este, sin embargo, esta dificultad se pudo superar gracias a la búsqueda de información y a la guía de un profesional que tenía conocimiento de este programa.

Finalmente se llega a las siguientes conclusiones, se pudo identificar un relación positiva y directa entre procrastinación académica y ansiedad, debido que, se evidencio que, al presentar un aumento en procrastinación académica, la ansiedad también presenta un aumento; igualmente cuando, hay una disminución en procrastinación, se presenta una disminución en la variable de ansiedad, dando a entender que ambas variables presentan relación entre sí.

Asimismo, se pudo determinar que en los niveles de procrastinación en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria en una institución de Cajamarca 2024; se encontró que los estudiantes de 5to grado de secundaria presentan un nivel más elevado de procrastinación en comparación a los estudiantes de 4to grado de secundaria.

También, se pudo determinar los niveles de ansiedad de 4to y 5to grado de secundaria en una institución educativa en la ciudad de Cajamarca 2024, en el cual, se pudo observar que los niveles de ansiedad afectan en un nivel grave en su mayoría a estudiantes de 5to grado de secundaria en comparación a 4to de secundaria.

Con respecto a identificación de las diferencias en los niveles de procrastinación según el sexo en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria en una institución educativa

en la ciudad de Cajamarca 2024, se pudo observar que los hombres presentan un nivel de procrastinación más alto en comparación con las mujeres, así mismo, es importante mencionar que en los niveles de procrastinación moderado ambos sexos no presentan mucha diferencia.

Por último, se pudo identificar la diferencia en los niveles de ansiedad según el sexo en estudiantes de 4to y 5to de secundaria en una institución educativa en la ciudad de Cajamarca 2024, en el cual, se determinó que las mujeres presentan un nivel más alto en comparación con los hombres, sin embargo, se ve una diferencia mínima.

REFERENCIAS

- Abad, S., Brusasca, M. C., & Labiano, L. M. (2009). *Neuropsicología infantil y educación especial*. Redalyc.org.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80212412011>
- Albujar, W. A., & Castro, L. E. (2019). *Procrastinación académica y niveles de ansiedad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lambayeque, 2019* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo]. Repositorio Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo.
<https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/8977>
- Altamirano Chérrez, C. E., & Rodríguez Pérez, M. L. (2021). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. *Scielo*, 13(3).
http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?pid=S2661-67422021000300016&script=sci_arttext
- Alvarez, M. A. (2018). "Niveles De Procrastinación En Estudiantes De 4to. Y 5to. Bachillerato De Un Colegio Privado De La Ciudad De Guatemala." [UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR].
<https://www.scribbr.es/citar/generador/folders/6vLtOo1YsRuzVcG0M7brYd/lists/dXaS7OTixfONI2OoPK41j/citar/tesis/>
- Álvarez-Blas, Ó. R. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona*, 0(013), 159.
<https://doi.org/10.26439/persona2010.n013.270>
- APA PsycNet. (s. f.). <https://psycnet.apa.org/record/1944-00022-000>

Ato, M. A., López, J. L., & Benavente, A. B. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Scielo*, 29(3).

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282013000300043

Chérrez, C. E. A., & Pérez, M. L. R. (2021). *Procrastinación académica y su relación con la ansiedad*. Redalyc.org.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=572868251010>

Código de Ética y Deontología (Vol. 1). (2018). Colegio de Psicólogos del Perú.

https://www.cpsp.pe/documentos/marco_legal/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf

Díaz, A. D., & Miranda, A. M. (2014). METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN EDUCATIVA Aproximaciones para comprender sus estrategias. *Díaz de Santos, I.*

<https://www.editdiazdesantos.com/wwwdat/pdf/9788499696980.pdf>

Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). Procrastination and Task Avoidance. En *Springer eBooks*. <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0227-6>

Furlan, L., & Ponzo, A. (2006). *Relaciones entre ansiedad de evaluación y rendimiento académico*. <https://www.aacademica.org/000-039/289>

Gabriel, A. V. L., & Miguel, A. A. J. (2008b). *Diseños de investigación experimental y no-experimental*. <https://bibliotecadigital.udea.edu.co/handle/10495/2622>

Grace, B. R. K. (2018). *Ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica en estudiantes adolescentes tardíos de una universidad privada de Lima*.

https://www.lareferencia.info/vufind/Record/PE_f051f039b609628f9f4e1fd9573780e4

Jesús, G. G. E. (2020, 15 marzo). *Relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo, en estudiantes de 6to semestre de la Licenciatura de Psicología en UDELAS, sede Panamá.*

<http://repositorio2.udelas.ac.pa/handle/123456789/343>

Liliana, P. R., Main, C., & Sione, C. (2019). *Ansiedad ante exámenes y procrastinación general y académica en estudiantes universitarios de primer y último año de la carrera.* DSpace-CRIS @ UCA.

<https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/10603>

Roberto, H. S., Carlos, F. C., & Pilar, B. L. (2010). *Metodología de la investigación.*

<http://repositorio.uasb.edu.bo:8080/handle/54000/1210>

Hull, C. L. (1943). *Principles of behavior: an introduction to behavior theory.*

<https://psycnet.apa.org/record/1944-00022-000>

Ibáñez, M. J. A. (2018). *Niveles de procrastinación en estudiantes de 4to. y 5to. bachillerato de un colegio privado de la ciudad de Guatemala.*

<https://recursosbiblio2.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/05/42/Alvarez-Maria.pdf>

Kaur, K., & Rani, M. (2019). Demographic study on academic procrastination among secondary school students. *International Journal of Education*, 11(1), 73-81.

<https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/1549d059-666d-47f5-9514-103f4cb65abc/content>

Lang, P. J. (1968). Reducción del miedo y conducta de miedo: problemas en el tratamiento de un constructo. En *Conferencia sobre investigación en psicoterapia,*

3 de mayo-junio de 1966, Chicago, IL, EE. UU. Asociación Americana de
Psicología. <https://psycnet.apa.org/record/2004-15393-004>

Liberato, E., & Fuentes, J. (2021). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes
de secundaria de la institución educativa n°045 San Antonio - UGEL 05, 2021.*
<http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/handle/autonmadeica/1850>

López Portillo, J. E. (2018). *Salud, adaptación y estrés académico en estudiantes
universitarios* [Tesis de Licenciatura, Universidad Cooperativa de Colombia].
Repositorio de la Universidad Cooperativa de Colombia.
[https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/a3b3a861-7c3e-4a67-
be79-1280ba4a863f/content](https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/a3b3a861-7c3e-4a67-be79-1280ba4a863f/content)

Ministerio de Salud. (2022). Minsa destaca la importancia de cuidar la salud mental desde
las primeras etapas de vida promoviendo la educación emocional.
[https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/658633-minsa-destaca-la-
importancia-de-cuidar-la-salud-mental-desde-las-primeras-etapas-de-vida-
promoviendo-la-educacion-emocional](https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/658633-minsa-destaca-la-importancia-de-cuidar-la-salud-mental-desde-las-primeras-etapas-de-vida-promoviendo-la-educacion-emocional)

Mogg, K., & Bradley, B. P. (2016). Ansiedad y atención a la amenaza: mecanismos
cognitivos y tratamiento con modificación del sesgo de atención. *Investigación y
Terapia del Comportamiento*, 87, 76-108.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0005796716301310>

Moreno Galindo, E. (2013). *Importancia de hipótesis en una investigación*. <https://tesis-investigacion-cientifica.blogspot.com/2013/08/importancia-de-hipotesis-en-una.html>

Nabarro, F. Q., & Ilizarbe, R. E. (2020). Procrastinación académica y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de 3 a 5 del nivel secundario en colegios de Lima. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 13(1), 79-87. https://www.researchgate.net/profile/Robert-Echabaudes-Illizarbe/publication/346041838_Procrastinacion_academica_y_ansiedad_frente_a_los_examenes_en_estudiantes_de_3_a_5_del_nivel_secundario_en_colegios_de_Lima/links/5fcf9a06a6fdcc697bef4386/Procrastinacion-academica-y-ansiedad-frente-a-los-examenes-en-estudiantes-de-3-a-5-del-nivel-secundario-en-colegios-de-Lima.pdf

Organización Mundial de la Salud. (2021). Salud mental del adolescente. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Organización Mundial de la Salud. (2023). Salud adolescente. https://www.who.int/health-topics/adolescent-health/#tab=tab_1

Palacios, X., (2019). Adolescencia: ¿una etapa problemática del desarrollo humano? *Revista Ciencias de la Salud*, 17 (1), 5-8. <https://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=56258058001>

Park, S. W., & Sperling, R. A. (2012). Academic procrastinators and their self-regulation. *Psychology*, 3(01), 12. <https://www.scirp.org/html/17051.html>

Pazmiño, J. L., & Benites, J. C. (2022). Procrastinación, el problema del nuevo mundo.

Juventud Y Ciencia Solidaria: En el Camino de la Investigación, 2.

<http://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/22422>

Polo, Y. S. (2022). “Procrastinación y estrés académico en estudiantes universitarios, Cajamarca, 2022”. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada del Norte].

Repositorio de la Universidad Privada del Norte de Cajamarca.

<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/31493/Polo%20Gormas%2C%20Yojhan%20Samuel.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Quant, D. M., & Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y Práctica*, 3(1), 45-59. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815146>

Querevalú Nabarro, F., & Echabaudes Ilizarbe, R. (2020). Procrastinación académica y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de 3° a 5° del nivel secundario en colegios de Lima. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 13(1), 79-87.

https://www.researchgate.net/profile/Robert-Echabaudes-Ilizarbe/publication/346041838_Procrastinacion_academica_y_ansiedad_frente_a_los_exámenes_en_estudiantes_de_3_a_5_del_nivel_secundario_en_colegios_de_Lima/links/5fcf9a06a6fdcc697bef4386/Procrastinacion-academica-y-ansiedad-frente-a-los-exámenes-en-estudiantes-de-3-a-5-del-nivel-secundario-en-colegios-de-Lima.pdf

Quispe, G. C., Carazas, S. M. C., Marrón, M. S. C., & Quintanilla, A. V. (2021). Procrastinación académica: un estudio descriptivo con estudiantes de secundaria.

Apuntes Universitarios, 11(4), 40-59.

<https://apuntesuniversitarios.upeu.edu.pe/index.php/revapuntes/article/view/759/795>

Ramírez, M. C., Reyes, M. E., & Lazo, L. T. (2014). Calidad y cantidad en las investigaciones educacionales. Algunas reflexiones sobre su integración. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6581791>

Rivas, Y. R. (2022). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de educación secundaria del Colegio Galileo, Cusco – 2023* [Tesis de Licenciatura, Universidad Andina del Cusco]. Repositorio de la Universidad Andina del Cusco. <https://repositorio.uandina.edu.pe/item/484ab13a-a4ac-43b3-955b-af8c1ee49446>

Mauricci, M. C. (2017). *Ansiedad y procrastinación en adolescentes de una institución educativa, Cajamarca – 2023* [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/132826/Mauricci_BMC-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Schmidt, V. P., & Shoji Muñoz, A. D. (2018). *La ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico en adolescentes de 14 a 16 años* [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica Argentina]. Repositorio de la Universidad Católica Argentina. <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/558/1/doc.pdf>

Vizioli, N. A., & Pagano, A. E. (2022). Inventario de Ansiedad de Beck: validez estructural y fiabilidad a través de distintos métodos de estimación en población

argentina. *Acta Colombiana de Psicología*, 25(1), 28-41.

http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S172948272021000100002&script=sci_arttext&tlng=en

Zabala, S. S. (2021). *Ansiedad, síntomas de adicción a las redes sociales y procrastinación en adolescentes de colegios públicos de Villavicencio* [Tesis de Licenciatura, Universidad Santo Tomás]. Repositorio de la Universidad Santo Tomás.

<https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/33756/2021sarazabala.pdf?sequence=6&isAllowed=y>

Zhang, Y., Dong, S., Fang, W., Chai, X., Mei, J., & Fan, X. (2018). Autoeficacia para la autorregulación y miedo al fracaso como mediadores entre la autoestima y la procrastinación académica entre estudiantes universitarios de profesiones de la salud. *Avances en la Educación en Ciencias de la Salud*, 23, 817-830.

<https://link.springer.com/article/10.1007/s10459-018-9832-3>

ANEXOS

- **Anexo 1:** Matriz de consistencia

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones/factores	Instrumento de recolección de datos	Metodología
¿Cuál es la relación entre procrastinación y ansiedad en un estudiante de secundaria en la ciudad de Cajamarca de 2014?	Objetivo general: Identificar la relación entre la procrastinación y ansiedad en estudiantes de secundaria en una institución educativa en la ciudad de Cajamarca de 2014	Hipótesis general: Relación entre el nivel de procrastinación y ansiedad en estudiantes de secundaria en una institución educativa en la ciudad de Cajamarca 2024.	Definición conceptual: Procrastinación Definida por Álvarez, O (2010) como “la tendencia de siempre o casi siempre posponer las tareas	Procrastinación y ansiedad	Escala de procrastinación académica (EPA)	Tipo de investigación: Básica Enfoque: Cuantitativo Alcance: Correlacional

secundaria			académicas que se le		Corte:
en una			asigna al alumno.”		Transversal
institución					Diseño: No
educativa	Objetivo específico:	Hipótesis específicas:	Definición		experimental
en la	Determinar la	Existen diferencias significativas	conceptual:		Población:
ciudad de	diferencia entre el nivel	en los niveles de procrastinación	Ansiedad		Estudiantes de
Cajamarca	de procrastinación	entre 4to y 5to grado de secundaria	Según Furlan & Ponzo	Inventario de	secundaria de
2024?	según el sexo en	en Cajamarca 2024, existen	(2006), reconocen que	ansiedad de	entre 13 a 17
	estudiantes de	diferencias significativas en los	la ansiedad llega a ser	Beck (BAI)	años en una
	secundaria en una	niveles de ansiedad entre 4to y 5to	un sistema que alerta		institución
	institución educativa en	grado de secundaria en Cajamarca	que activa a la persona		educativa en la
	la ciudad de Cajamarca	2024, existen diferencias	en situaciones que se		ciudad de
	2024	significativas en los niveles de	perciben como		Cajamarca.

Determinar la procrastinación entre hombres y mujeres en una institución de secundaria en una institución educativa en la ciudad de Cajamarca 2024. presentando la ansiedad según sexo en Cajamarca 2024 y existen diferencias significativas en los niveles de ansiedad entre hombres y mujeres en una institución de Cajamarca 2024. El nivel de ansiedad en estudiantes de secundaria en una institución educativa en la ciudad de Cajamarca 2024.

El nivel de ansiedad en estudiantes de secundaria en una institución educativa en la ciudad de Cajamarca 2024.

amenazantes, presentando la finalidad de inmovilización ante diversas circunstancias y adversidades, de tal manera, obstaculizan el desarrollo que permite hacer lo necesario para evitar, neutralizar, asumir o afrontar el riesgo al que se enfrenta.

Muestra: 100 estudiantes de secundaria de entre 13 a 17 años en una institución educativa en la ciudad de Cajamarca.

- **Anexo 2:** Matriz de instrumento

Variable	Dimensión	Indicadore	Ítems	Opción de respuesta
Procrastinación	Autorregulación académica		2,3,5,6,7,10,11, 12,13,14,15	Escala de tipo Likert de cinco opciones, mediante la cual los alumnos evaluados responden a cada ítem con las siguientes opciones de respuesta: (“siempre”, “casi siempre”, “a veces”, “pocas veces”, “nunca”)
	Postergación de actividades		1,4,8,9,16	
Ansiedad	Componente fisiológico	Síntomas: dolor corporal, vértigo, palpitaciones, desmayos,	1,2,5,6,11,14,17 ,1,8,19,20,21	Se evalúa con las siguientes frases: (“en absoluto”, “levemente”, “moderadamente” y

temblores, disneas, insomnio,
sudoración, pesadillas, inquietud,
ruborización y vómitos.

“severamente”) según la intensidad que el
evaluado considere en cada ítem.

Componente afectivo- cognitivo	Síntomas: Aprehensión, miedo, desintegración mental y angustia.	3,7,8,9,4,10,12, 13,15,16
-----------------------------------	--	------------------------------

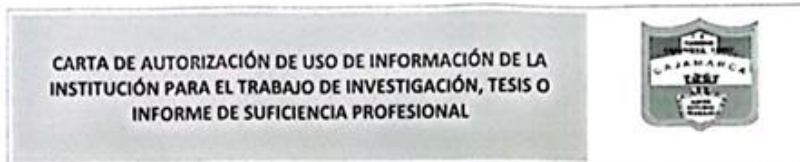
- **Anexo 3:** Matriz de operacionalización de la variable

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de Medición
Procrastinación	Definida por Álvarez, O (2010) como “la tendencia de siempre o casi siempre posponer las tareas académicas que se le asigna al alumno.”	Tendencia a retrasar las tareas académicas y responsabilidades intencionalmente, áreas que se evalúan a través de la “Escala de procrastinación académica (EPA) conformada por 16 ítems, mediante el cual se obtiene los niveles de procrastinación académica.	Autorregulación académica	Postergación de actividades.	Ordinal

Ansiedad	Según Furlan & Ponzo (2006), reconocen que la ansiedad llega a ser un sistema que alerta que activa a la persona en situaciones que se perciben como amenazantes, presentando la finalidad de inmovilización ante diversas circunstancias y adversidades, de tal manera, obstaculizan el	La ansiedad es una reacción inmediata que tiene como síntomas la tensión, preocupación excesiva y activación; generando malestar e incomodidad en las personas.	Componente fisiológico	Síntomas: dolor corporal, vértigo, palpitaciones, desmayos, temblores, disneas, insomnio, sudoración, pesadillas, inquietud, ruborización y vómitos.	Ordinal
			Componente afectivo-cognitivo	Síntomas: Aprehensión, miedo, desintegración mental y angustia.	

desarrollo que permite
hacer lo necesario para
evitar, neutralizar, asumir
o afrontar el riesgo al que
se enfrenta.

- **Anexo 4:** Consentimiento informado a la institución educativa.



Yo, Grimaldo Martín Correa Álvarez, identificado con DNI 26690253, como representante legal de la Institución Educativa “Toribio Casanova López”, con el código modular N°1356294, ubicada en la ciudad de Cajamarca, otorgo la **AUTORIZACIÓN** de uso de información a:

- 1) Sayra Lisbeth Cabanillas Barsallo, con DNI 71114917;
- 2) Luis Fernando Carrasco Urbina, con DNI 72286914;

Egresados de la Carrera profesional de Psicología de la Universidad Privada del Norte, para que se utilice la siguiente información de la institución: a través de la aplicación y ejecución de pruebas psicológicas, podamos recolectar información que se maneja de forma académica por nuestras personas para una investigación preprofesional que estamos desarrollando, con la finalidad de organizar, elaborar y posteriormente sustentar nuestra tesis y así poder gestionar un título profesional.

Autorizo expresamente el uso de la información con fines académicos, incluyendo su publicación en el repositorio de la Universidad Privada del Norte, contribuyendo con la comunidad educativa y sociedad en su conjunto.

Respecto al uso del nombre y/o cualquier distintivo de la institución, se determina:

- () Mantener en reserva el nombre y/o cualquier distintivo de la empresa.
(X) Autorizo mencionar el nombre y/o cualquier distintivo de la empresa.




Grimaldo Martín Correa Álvarez

Cajamarca 26 de junio del 2024.

DIRECTOR
Firma del Representante Legal o Autoridad:

DNI: 26690253
N° de celular de contacto: 916925005

El Egresado/Bachiller declara que los datos emitidos en esta carta y en el Trabajo de Investigación, en la Tesis son auténticos. En caso de comprobarse la falsedad de datos, el Egresado será sometido al procedimiento disciplinario correspondiente, asimismo, asumirá toda la responsabilidad ante posibles acciones legales que la empresa, otorgante de información, pueda ejecutar.

Nota: se solicita mantener todos los campos de información requeridos en el presente formato.


Firma del egresado (1)
Sayra Lisbeth Cabanillas Barsallo
DNI: 71114917


Firma del egresado (2)
Luis Fernando Carrasco Urbina
DNI: 72286914

- **Anexo 5:** Asentimiento informado a estudiantes

ASENTIMIENTO INFORMADO

Yo,..... con DNI,
como padre/madre/familiar/tutor del menor.....
autorizo la participación del adolescente en el procedimiento de evaluación aplicada
mediante un formulario o instrumento que recolecta información de importancia para
poder realizar una investigación referente a la “PROCRASTINACION Y ANSIEDAD
EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EN
LA CIUDAD DE CAJAMARCA 2024”, realizada por Sayra Lisbeth Cabanillas Barsallo
y Luis Fernando Carrasco Urbina, egresados, bachilleres de la carrera de Psicología.

Se declara que los datos que se puedan recolectar en la aplicación del instrumento serán
utilizados con fines neta y estrictamente profesionales, no divulgativos y que la
información recabada será confidencial. También se declara que la aplicación del
instrumento tiene como finalidad la sustentación de tesis que van desarrollando los
bachilleres mencionados anteriormente, esto con el objetivo de poder sustentar su
investigación y así poder obtener un título profesional.

Una vez mencionado lo anterior, si el padre/madre/familiar/tutor esta de acuerdo con lo
anterior mencionado, proceda a firmar el siguiente consentimiento aceptando la
participación del menor en este procedimiento.

Cajamarca, junio del 2024.

Firma del Familiar/Tutor

- **Anexo 6:** Instrumentos finales

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)

Grado y sección: _____ Edad: _____

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

S =	Siempre (me ocurre siempre)
CS =	Casi siempre (me ocurre mucho)
A =	A veces (me ocurre alguna vez)
CN =	Casi nunca (me ocurre pocas veces o casi nunca)
N =	Nunca (No me ocurre nunca)

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

INVENTARIO DE ANSIEDAD DE BECK (BAI)

Grado y sección: _____ Edad: _____

A continuación, se presenta una serie de anuncios sobre su forma de estudiar, lea atentamente cada uno de ellos y responda con total sinceridad en la columna a la que pertenece su respuesta.

Nº	ITEMS	En absoluto	Levemente	Moderado	Bastante
1	Torpe o entumecido				
2	Acalorado				
3	Con temblor en las piernas				
4	Incapaz de relajarse				
5	Con temor a que ocurra lo peor				
6	Mareado, o que se le va la cabeza				
7	Con latidos del corazón fuertes y acelerados				
8	Inestable				
9	Atemorizado o asustado				
10	Nervioso				
11	Con sensación de bloqueo				
12	Con temblores en las manos				
13	Inquieto, inseguro				
14	Con miedo a perder el control				
15	Con sensación de ahogo				
16	Con temor a morir				
17	Con miedo				
18	Con problemas digestivos				
19	Con desvanecimiento				
20	Con rubor facial				
21	Con sudor, fríos o calientes				

- **Anexo 7:** Cantidad de porcentajes de 4to y 5to de secundaria

Se presentan las cantidades de alumnos por cada grado, además el porcentaje total, donde hubo la participación de 37 estudiantes del 4to grado que representan el 37% y 63 estudiantes del 5to grado lo cuales representan el 63% de la población evaluada, obteniendo un total de 100 estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria, representando así un 100%.

	Cantidad	Porcentaje Total	Porcentaje acumulado
4to Grado	37	37%	100%
5to Grado	63	63%	
Total	100	100%	

Nota: Obtenido del análisis de datos estadísticos exportados a Excel