

**Universidad Católica de Santa María**  
**Facultad de Ciencias y Tecnologías Sociales y**  
**Humanidades**  
**Escuela Profesional de Psicología**



**“PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y HÁBITOS DE ESTUDIOS EN ESTUDIANTES  
DE 4TO Y 5TO DE SECUNDARIA EN EL MARCO DE LA PANDEMIA DE COVID-19”**

Tesis presentada por el Bachiller:

**Mestas Quispe, Eduardo Yoni**

Para optar el Título Profesional de  
**Licenciado en Psicología**

**Asesor:**

**Dr. Guzmán Gamero, Rufino Raúl  
Lizandro**

**Arequipa-Perú**

**2022**

UCSM-ERP

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA**

**PSICOLOGIA**

**TITULACIÓN CON TESIS**

**DICTAMEN APROBACIÓN DE BORRADOR**

Arequipa, 21 de Marzo del 2022

**Dictamen: 006024-C-EPSIC-2022**

Visto el borrador del expediente 006024, presentado por:

**2015601181 - MESTAS QUISPE EDUARDO YONI**

Titulado:

**PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y Hábitos de Estudios en Estudiantes de 4to y 5to de Secundaria en el Marco de la Pandemia de COVID-19.**

Nuestro dictamen es:

**APROBADO**

**1741 - MARTINEZ CARPIO HECTOR EMILIO  
DICTAMINADOR**



**3209 - RAMOS VARGAS LUIS FERNANDO  
DICTAMINADOR**



**3301 - CHIRINOS CASTILLO JOL MILTON  
DICTAMINADOR**



### **Dedicatoria**

*Dedico esta investigación a mi familia, en especial a mis  
padres, a mi hermana y mi sobrina, motores fundamentales  
para ser la persona que soy y que anhelo ser.*

*Eduardo Y. Mestas Quispe*

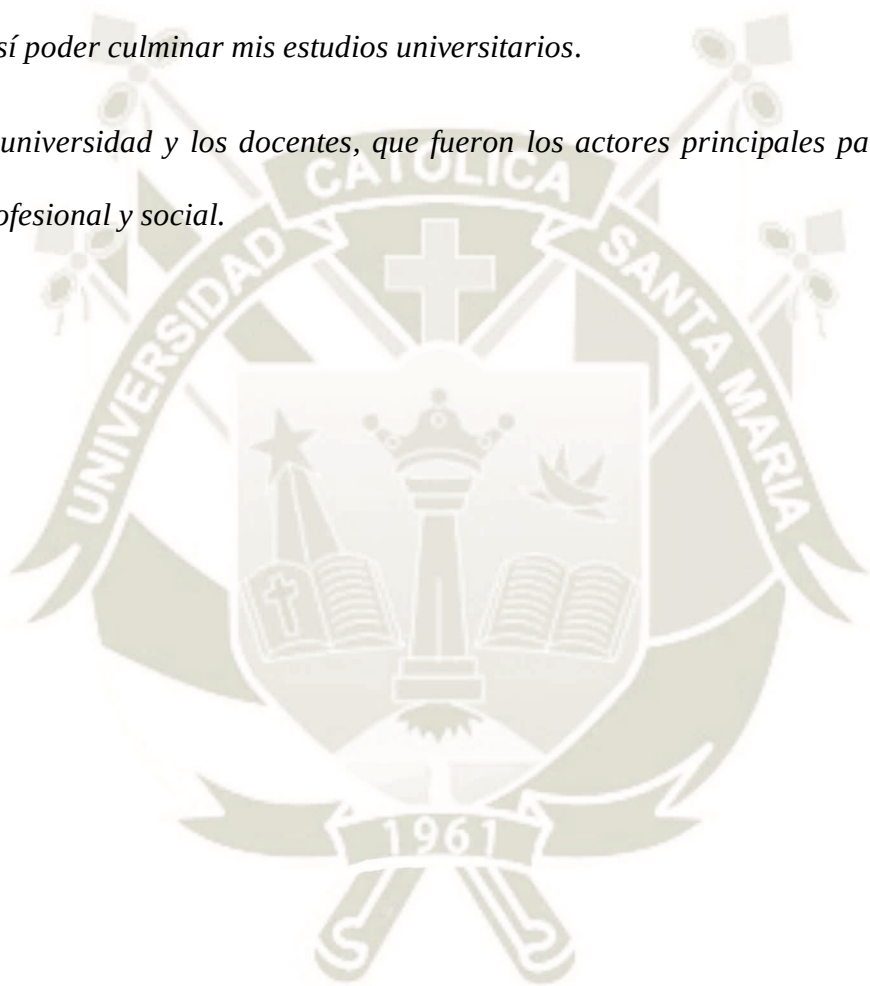


## Agradecimientos

*Agradezco a Dios, porque ha sido mi soporte en cada paso que doy, siendo mi guía en momentos felices y de desesperanza, resguardándome y dándome la fortaleza para continuar.*

*A mi familia, quienes fueron los principales impulsores y guías para mi desarrollo personal y así poder culminar mis estudios universitarios.*

*A la universidad y los docentes, que fueron los actores principales para mi formación personal, profesional y social.*





## Resumen

En la presente investigación se determinó la relación entre procrastinación académica y hábitos de estudio en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria en el marco de la pandemia de Covid-19 en Arequipa, este estudio contó con una muestra de 122 estudiantes, que se encontraban entre los 15 y 17 años, siendo 50.8% del género masculino y 49.2% de género femenino. Para la metodología de la investigación se utilizó un diseño cuantitativo, no experimental, transversal y correlacional. Los resultados de la investigación encontraron una correlación negativa estadísticamente significativa entre procrastinación y hábitos de estudio ( $\rho = -.585$ ), además se encontró relaciones entre dimensiones de procrastinación académica con cada una de las dimensiones de hábitos de estudio excepto con acompañamiento al estudiar, también se encontró asociaciones entre hábitos de estudio con edad y grado académico.

**Palabras claves:** procrastinación académica, hábitos de estudio, estudiantes de 4to y 5to de secundaria.

## Abstract

In the present investigation, the relationship between academic procrastination and study habits in 4th and 5th grade high school students was determined in the framework of the Covid-19 pandemic in Arequipa, this study had a sample of 122 students, who were between 15 and 17 years old, being 50.8% male and 49.2% female. For the research methodology, a quantitative, non-experimental, cross-sectional and correlational design was used. The results of the research found a statistically significant negative correlation between procrastination and study habits ( $\rho = -.585$ ), in addition, relationships were found between dimensions of academic procrastination with each of the dimensions of study habits except with accompaniment to study, associations were also found between study habits with age and academic degree.

**Keywords:** academic procrastination, study habits, 4th and 5th grade high school students.

## ÍNDICE

|                                                                     |     |
|---------------------------------------------------------------------|-----|
| Dedicatoria .....                                                   | i   |
| Agradecimientos .....                                               | ii  |
| Resumen .....                                                       | iii |
| Abstract .....                                                      | iv  |
| CAPÍTULO I: PROBLEMA .....                                          | 1   |
| Introducción .....                                                  | 1   |
| Problema e interrogante .....                                       | 2   |
| Variables y Definición operacional .....                            | 3   |
| Procrastinación académica .....                                     | 3   |
| Hábitos de estudio .....                                            | 3   |
| Objetivos .....                                                     | 4   |
| Objetivo General .....                                              | 4   |
| Objetivos Específicos .....                                         | 4   |
| Antecedentes Teóricos- Investigativos .....                         | 5   |
| Aprendizaje y educación en la adolescencia .....                    | 5   |
| Repercusiones de la pandemia en los estudiantes .....               | 7   |
| Procrastinación .....                                               | 8   |
| Teorías de la procrastinación .....                                 | 9   |
| Procrastinación académica .....                                     | 10  |
| Dimensiones de la procrastinación académica .....                   | 11  |
| Hábitos de estudio .....                                            | 11  |
| Modelos de hábitos de estudio .....                                 | 12  |
| Dimensiones de hábitos de estudio .....                             | 13  |
| Procrastinación académica en estudiantes de secundaria .....        | 14  |
| Hábitos de estudio en alumnos de Secundaria .....                   | 16  |
| Relación entre procrastinación académica y hábitos de estudio ..... | 18  |
| Hipótesis .....                                                     | 20  |
| CAPÍTULO II: MÉTODO .....                                           | 21  |
| Diseño de investigación .....                                       | 21  |
| Técnicas e instrumentos .....                                       | 21  |

|                                                 |    |
|-------------------------------------------------|----|
| Ficha Sociodemográfica .....                    | 21 |
| Escala de Procrastinación Académica (EPA):..... | 21 |
| Hábitos de Estudio CASM – 85 .....              | 24 |
| Participantes .....                             | 26 |
| Población .....                                 | 26 |
| Muestra .....                                   | 26 |
| Criterios de inclusión .....                    | 27 |
| Criterios de exclusión .....                    | 27 |
| Procedimiento .....                             | 27 |
| Consideraciones éticas.....                     | 28 |
| Análisis de datos .....                         | 28 |
| CAPITULO III: RESULTADOS .....                  | 30 |
| RESULTADOS.....                                 | 30 |
| DISCUSIÓN .....                                 | 52 |
| CONCLUSIONES .....                              | 58 |
| SUGERENCIAS .....                               | 60 |
| LIMITACIONES .....                              | 62 |
| REFERENCIAS.....                                | 63 |
| ANEXOS .....                                    | 72 |



## CAPÍTULO I: PROBLEMA

### Introducción

El proceso de formación del estudiante en la educación secundaria, así como en todos los ámbitos académicos supone muchas exigencias y estas necesitan ser afrontadas con éxito para poder lograr los objetivos y metas que se plantean cada uno de ellos, ya que estos se enfrentan a la presión e incertidumbre sobre su futuro académico, respecto a su educación superior; actualmente nos enfrentamos a la pandemia por el Covid-19 y los estudiantes realizan sus actividades educativas de una forma remota, desde sus hogares, generando un impacto en su salud mental como ansiedad, estrés, cansancio, frustración y desesperación. (Saldívar-Garduño y Ramírez-Gómez, 2020; Lovón y Cisneros, 2020; Ticona et al., 2021)

La procrastinación afecta en mayor o menor medida el desarrollo de los estudiantes en su etapa formativa, proyecto de vida y crecimiento personal, generando conductas como extender las tareas o actividades con excusas, retrasando así los planes y proyectos que se plantean, sin ningún motivo aparente a tal punto de llevarlos a acciones que postergan las actividades que deben de realizarse con responsabilidad poniendo excusas como la pereza y demás, son estas las que suelen inventar los estudiantes, para llegar a la procrastinación, haciendo de esta una rutina; afectando así, su preparación académica y sucesivamente su desenvolvimiento profesional del individuo. (Howell y Watson, 2007)

Para lograr llevar a cabo el proceso de aprendizaje debemos tener en cuenta que para aprender se necesita tener hábitos de estudio, conocer los diferentes estilos de aprendizaje y técnicas de estudio que debemos aplicar, para que así el aprendizaje sea significativo, funcional y relevante.

Los hábitos de estudio son aquellos implementados y relacionados con la manera en la que los estudiantes logran o no sus objetivos académicos; la mala formación académica es una de las causas que generan malos hábitos, afectando el buen desempeño ya sea en el colegio, estudios superiores y vida laboral, teniendo como causa principal la falta de hábitos de estudio; esta falta de hábito, genera un impacto negativo en su educación e incluso en el ámbito personal y profesional. (Mondragón et al., 2017)

Por lo que investigaciones como la presente, son relevantes en nuestro medio peruano, para analizar este proceso académico en los estudiantes y el nivel educativo, incorporando así los recursos necesarios como los hábitos de estudio para un adecuado aprendizaje, generando en el estudiante autonomía e independencia, en un mundo que se encuentra en constante cambio y se ve influenciado por distintos factores. (Martínez, 2015)

En esta investigación se presentan antecedentes teóricos-investigativos nacionales e internacionales, que nos brindan información importante referente a la dinámica de las variables estudiadas, a su vez se analizó de manera de estadística sus variaciones, con el fin de obtener nueva información que aporte al campo de la investigación y comparar los resultados obtenidos por otros autores, para finalmente brindar recomendaciones para mejorar el aprendizaje en los estudiantes de educación secundaria y este sea significativo en la coyuntura actual de la pandemia por Covid-19.

### **Problema e interrogante**

¿Cuál es la relación existente entre procrastinación académica y hábitos de estudio en estudiantes de 4to y 5to de Secundaria en el marco de la pandemia de Covid-19?

## Variables y Definición operacional

### Procrastinación académica

**Definición conceptual:** La procrastinación académica, es un comportamiento que sigue una pauta determinada, por posponer voluntariamente las actividades académicas y administrativas en el ámbito escolar, que debían ser realizadas en un momento concreto, relacionándose al diferimiento en otros sectores (Quant y Sánchez, 2012).

**Definición operacional:** La procrastinación académica, es medida por la Escala de Procrastinación Académica, que fue creada por Busko en Canadá en 1998, siendo adaptada en el Perú para adolescentes por Tapia en el año 2020; la presente escala cuenta con 2 dimensiones: Autorregulación Académica y Postergación de Actividades. (Tapia, 2020)

### Hábitos de estudio

**Definición conceptual:** Hernández (1988) como se citó en Ortega (2012, p. 12) define a los hábitos de estudio como: “Un conjunto de hábitos de trabajo intelectual que afectan a las funciones de motivación, condiciones físicas y destrezas instrumentales básicas para el estudio; cada una de éstas proporciona elementos que permiten un adecuado desenvolvimiento del estudiante en el que hacer educativo, así como en su contexto personal”.

**Definición operacional:** Los hábitos de estudio, son medidos por el Inventario de Hábitos de Estudio (CASM-85), que fue creado por Luis Alberto Vicuña Peri en Perú en 1985, siendo la última versión la actualizada en el año 2014, la presente escala cuenta con 5 áreas de evaluación: forma de estudio, resolución de tareas, preparación de exámenes, forma de escuchar la clase y acompañamiento al escuchar. (Vicuña, 2014; Rebaza, 2016)



## Objetivos

### Objetivo General

Determinar el nivel de relación que existe entre procrastinación académica y hábitos de estudio en estudiantes de 4to y 5to de secundaria en el marco de la pandemia de Covid-19.

### Objetivos Específicos

- Determinar la relación entre las dimensiones de procrastinación académica y las dimensiones de hábitos de estudio en estudiantes de 4to y 5to de secundaria en el marco de la pandemia de Covid-19.
- Describir los niveles de procrastinación académica en estudiantes de 4to y 5to de secundaria en el marco de la pandemia de Covid-19.
- Describir los niveles de las dimensiones de procrastinación académica en estudiantes de 4to y 5to de secundaria en el marco de la pandemia de Covid-19.
- Describir los niveles de hábitos de estudio en estudiantes de 4to y 5to de secundaria en el marco de la pandemia de Covid-19.
- Describir los niveles en las dimensiones de hábitos de estudio en estudiantes de 4to y 5to de secundaria en el marco de la pandemia de Covid-19.
- Describir las características sociodemográficas de estudiantes de 4to y 5to de secundaria en el marco de la pandemia de Covid-19.
- Determinar la asociación entre la procrastinación académica y las características sociodemográficas en estudiantes de 4to y 5to de secundaria en el marco de la pandemia de Covid-19.



- Determinar la asociación entre hábitos de estudio y las características sociodemográficas en estudiantes de 4to y 5to de secundaria en el marco de la pandemia de Covid-19.

## Antecedentes Teóricos- Investigativos

### Aprendizaje y educación en la adolescencia

La adolescencia es definida como el cambio en el desarrollo de la persona que se da entre las etapas de la niñez y la adultez, en esta etapa se presentan cambios fisiológicos, psicosociales, emocionales y de carácter cognoscitivo; esta etapa comprende edades que van desde los 11 a 20 años aproximadamente. (Papalia et al., 2012)

El adolescente experimenta en su desarrollo cambios importantes de tipo físico como la pubertad y cambios en el cerebro que repercuten en sus comportamientos; de tipo psicosocial donde busca su identidad, reconoce su orientación sexual y se relaciona socialmente; y de tipo cognoscitivo como la ampliación en su lenguaje y un progreso en su procesamiento de la información, además de una preparación para su educación profesional, en la que sus metas en este ámbito se ven influenciadas por las experiencias vividas, la educación y los valores sociales. (Papalia et al., 2012)

La adolescencia se puede dividir en 3 etapas:

- **Adolescencia temprana:** Que va desde los 10 a 12 años, caracterizándose por la maduración en el aspecto psicológico y la presencia de cambios fisiológicos, se dan cambios en su contexto académico, se da la crisis de adaptación porque se relaciona con sus pares, pero no con adolescentes mayores, la familia es relevante en este

estadio. (Craig, 1997; Delval, 2000; Papalia et. al., 2001, como se citó en Luzuriaga, 2013)

- **Adolescencia intermedia:** Que va desde los 14 a 15 años, en esta etapa el adolescente empieza a adaptarse y auto aceptarse, se integra con su grupo, siendo sus amigos un factor importante en su vida, dejando de lado la relación con sus padres. (Craig, 1997; Delval, 2000; Papalia et. al., 2001, como se citó en Luzuriaga, 2013)
- **Adolescencia tardía:** Que va desde los 17 a 18 años, disminuyen los cambios físicos lo que le da seguridad e identidad, presentan un control emocional e independencia; el adolescente empieza a percibir las responsabilidades lo puede provocar en ellos síntomas ansiosos. (Craig, 1997; Delval, 2000; Papalia et. al., 2001, como se citó en Luzuriaga, 2013)

Por otro lado, el aprendizaje es un proceso en el que se da variaciones parcialmente permanentes respecto a los comportamientos o a los conocimientos a través de la experiencia, este constructo no se limita a un contexto académico sino se da en la vida diaria en la que las personas se desarrollan, además no siempre se da de forma intencional. (Woolfolk, 2010)

Así mismo, la educación es definida como: “Un proceso, o un conjunto de actos, en la que a partir de una concepción del Universo y del Hombre, un grupo social, una institución, o una persona, se constituyen en ambiente suscitador de experiencias; provocando de esta manera un proceso de emancipación, mediante el cual los sujetos (o el mismo sujeto) dejan de ser meros individuos, para convertirse en agentes de cambio tanto social como individual”. (Martínez, 2015, p. 37)

Los elementos que intervienen en el proceso de la educación son la sociedad que es el principio y el contexto donde la persona transmite lo aprendido, el educador que es el agente

mediador entre la sociedad y la persona que aprende, y por último el educando que es la persona que adquiere nuevos conocimientos y transmite este aprendizaje a experiencias que se le presenten; la institución en la que se da este proceso del aprendizaje es el colegio, sin embargo este aprendizaje se desarrolla en la sociedad, esta institución presenta diversos aspectos positivos y negativos para el educando, entre los aspectos positivos importantes se encuentra en que en las aulas del colegio las personas que estudian forman afectos y se desarrollan emociones.

(Martínez, 2015)

### **Repercusiones de la pandemia en los estudiantes**

Saldívar-Garduño y Ramírez-Gómez (2020) analizaron la salud mental, el género y la educación que se dio de forma remota en pleno confinamiento en México, describiendo las diversas afectaciones que provocó el coronavirus en el escenario escolar en la salud mental de los actores educativos, como el realizar las labores académicas por una vía remota, cambios en los hábitos como el adquirir nuevos conocimientos tecnológicos, exceso de las demandas y el adaptarse a la nueva realidad, esto trajo diversos efectos como cansancio, sentimientos de frustración y la experimentación de estrés; además advirtieron problemáticas como la desigualdad género hacia las mujeres por los roles que debían de ejecutar, específicamente para las madres, personas con alguna enfermedad y sus cuidadores además de estudiantes.

En un estudio en nuestro país, Lovón y Cisneros (2020) investigaron sobre las repercusiones asociadas a la salud mental que se dieron en universitarios por la educación virtual en la pandemia, su estudio contó con una muestra de 74 estudiantes universitarios de la facultad de Letras de la Pontificia Universidad Católica del Perú, entre los que se encontraban estudiantes que tenían adecuados instrumentos tecnológicos y estudiantes que no contaban con estos instrumentos, se encontró que los estudiantes que tenían mayor acceso a la tecnología



presentaban estrés como consecuencia del exceso de las labores académicas y los estudiantes con menor acceso a la tecnología presentaron estrés y sentimientos de frustración además de abandono de sus estudios universitarios.

Ticona et al. (2021) realizaron un estudio sobre la sintomatología ansiosa y el estrés que se dio en estudiantes como consecuencia de la educación remota en la coyuntura crisis de salud por el coronavirus, su estudio estuvo constituido por una muestra de 164 estudiantes universitarios de educación inicial, los resultados evidenciaron que la mayoría porcentual de estudiantes presentaron sintomatología ansiosa y estrés durante los estudios que realizaron en la modalidad virtual por la pandemia, generando que ellos presentaran diversos inconvenientes y adversidades para realizar adecuadamente sus actividades académicas.

### **Procrastinación**

La procrastinación es definida como un comportamiento desadaptativo, donde las acciones consideradas como irritantes o que generan una amenaza son diferidas por un periodo de tiempo no establecido y son sustituidas por otras más atractivas y no trascendentes (Burka y Yuen, 1983).

La procrastinación es la acción de retrasar voluntariamente las labores personales, pese a ser consciente de que este aplazamiento generará malestar, siendo un error en la autorregulación de la persona, la procrastinación se puede presentar en contextos personales, laborales y académicos. (Steel, 2007)

Respecto a la indagación histórica de la procrastinación, se encontró una primera investigación que relaciona a esta conducta a un contexto tecnológicos debido al número de actividades que se tienen por realizar, mientras que un estudio posterior refiere que esta conducta



se puede visualizar desde el inicio de la civilización de acuerdo a representaciones culturales.

(Milgram, 1992, Knaus, 2000, como se citó en Oyanguren, 2017)

### Teorías de la procrastinación

- **Teoría de la motivación temporal:** En esta teoría se interceptan las teóricas de economía y motivación, mediante una ecuación donde fluctúan directamente un valor elevado y las expectativas que se presenten e indirectamente proporcionales se presentan conductas impulsivas y una demora de las actividades, es decir dejar las actitudes inversas y promover las directas para poder estar motivados. (Steel y Konig, 2006, como se citó en Ayala et al., 2020)
- **Teoría de la psicodinámica:** Esta teoría plantea que la persona que tiene una conducta procrastinadora, lo hace porque sus actividades le generan una sensación de alerta y angustia, por ende, a través de mecanismos de defensa el individuo evita sus responsabilidades. (Ferrari et al, 2009, como se citó Ayala et al., 2020)
- **Teoría del conductismo:** Esta teoría refiere que las personas procrastinadoras, lo hacen porque cuando realizaron la actividad que retrasan, recuerdan que no presentaron ningún fracaso al ejecutarlas anteriormente, es decir no tuvieron consecuencias negativas (Burka y Yuen, 2008; Álvarez, 2010, como se citó en Ayala et al., 2020).
- **Teoría racional emotiva conductual:** Esta teoría plantea que la procrastinación tiene un origen en las creencias de tipo irracional frente a las metas planteadas que no llegaron a cumplirse, por lo que se presentan sensaciones incómodas, es decir la persona no tolera la frustración. (Álvarez, 2010, como se citó en Ayala et al., 2020)

## **Procrastinación académica**

Para Rothblum et al. (1986) la procrastinación académica es la propensión de retrasar las actividades del área académica, continuamente o totalmente, que está integrado por aspectos comportamentales, emocionales y que presentan cogniciones; además la procrastinación puede generar síntomas ansiosos.

Natividad (2014) define a la procrastinación académica como la rutina de diferir irracionalmente la ejecución de las actividades académicas, disponiendo de las habilidades necesarias para su procedimiento y que son de relevancia personal, pero realizando esta conducta sin argumento alguno y suscitando un destemple emocional de manera subjetiva.

Haycock et al. (1998) define a la procrastinación académica, como un constructo que contiene diversos componentes como los cognitivos, comportamentales y emotivos; así mismo refiere que la procrastinación está relacionada al retraso de las labores, los inconvenientes para cumplir una rutina, con la depresión, el neuroticismo, la ansiedad y el perfeccionismo.

Un modelo más moderno define a la procrastinación como un comportamiento cambiante, que varía en el tiempo y que está ligada a constructos académicos, como el aprendizaje, técnicas utilizadas por los educadores, así como todos los elementos utilizados en el contexto, donde se da la adquisición del conocimiento del individuo. (Ackerman y Cross, 2007)

La procrastinación académica actualmente ha sido considerada como un desperfecto en las funciones ejecutivas de la voluntad y de la autorregulación, que son consideradas procesos mentales necesarios para un idóneo desenvolviendo académico (Rabin et al., 2011, como se citó en Brando, 2020), esto se puede ver relacionado con la metacognición, ya que este constructo puede ser entendido como la conciencia acerca del propio aprendizaje (Lanz, 2006), e impulsa en

los estudiantes el desarrollo de sus competencias cognoscitivas volviéndolos actores sociales activos con un pensamiento práctico y adecuado de modo que puedan hacer frente a las adversidades que se puedan presentar (Jaramillo y Simbaña, 2014).

Los tipos de procrastinación son organizados de distintas maneras entre los que se pueden destacar: Por activación (postergación por experimentación de desafíos), evasión (postergación por miedo al fracaso) y decisión (postergación por cantidad tiempo en la elección); evasivos (postergación por no ejecutar una decisión) y pasivos (decisión voluntaria de postergar las actividades); y procrastinación general (posposición de labores que tienen un tiempo establecido) y procrastinación académica (postergación de labores académicas). (Ferrari y Díaz, 2007, Barrantes, 2018, Chun y Nam, 2005, Álvarez, 2010, como se citó en Fausto, 2021; Busko, 1998)

### **Dimensiones de la procrastinación académica**

Las dimensiones de la procrastinación académica generalmente se clasifican en: la autorregulación académica (relacionada al control de cogniciones, motivaciones y conductas de las personas que se encuentren en el ambiente académico, donde se ejecutan actividades para generar un aprendizaje) y la postergación de actividades (relacionada al aplazamiento de las labores relacionadas al estudio por otras más atractivas y que generen un disfrute), siendo estas dimensiones utilizadas en diferentes investigaciones. (Busko, 1998; Álvarez, 2010)

### **Hábitos de estudio**

Los hábitos son conductas automáticas modeladas, que se exteriorizan en circunstancias específicas y que son asimiladas por un aprendizaje como las rutinas, donde en el proceder de la persona no se realiza ninguna cognición; los hábitos son la interacción de tres componentes:



competencias conductuales, cogniciones teóricas y anhelos relativos a la motivación. (Hull, 1966, como se citó en Vicuña, 1998; Covey, 2003)

Los hábitos de estudio son el desarrollo persistente de las acciones a realizar en el día a día, convirtiéndose en un hábito afectivo, si es que, al momento de asumir estas acciones, se dan de una manera habitual, organizadamente, con responsabilidad y siguiendo una línea de tiempo. (Martínez et al, 1999)

Pozar (2002) refiere que los hábitos de estudio son actividades guiadas por un conglomerado de hábitos académicos, por lo que se pretende generar y modificar la cultura, por los cuales el aprendizaje se encuentra en constante evolución, siendo así un proceso oportuno o inoportuno.

Los hábitos de estudio se definen como las acciones frecuentes en las labores académicas en función de un beneficio, para lo cual se tiene que mantener una adecuada atención y memoria, distribución de nuestro tiempo, desarrollar actividades académicas, enriquecer la motivación educativa y las relaciones sociales, es decir los hábitos de estudio son un procedimiento de formación y deben tener una base en los primeros años de la vida académica. (Negrete, 2009)

Así mismo, Peñarreal (2008) indica que los hábitos de estudio son comportamientos que se adquieren como un aprendizaje, para luego ser reacciones espontáneas, convirtiéndose en una práctica natural que se crea por un conglomerado y repeticiones de acciones, en un mismo ambiente y en un tiempo específico.

### **Modelos de hábitos de estudio**

- **Modelo de aprendizaje estratégico:** Este modelo explica que los comportamientos y cogniciones que influyen en nuestro procesamiento de



información antes y después del aprendizaje, son las metodologías de aprendizaje (Norzagaray et al., 2012, como se citó en Dominguez, 2018).

- **Modelo de Pozar:** En este modelo los hábitos de estudio requieren de condiciones ambientales adecuadas, planificación del estudio, el uso de recursos y aprender nuevos contenidos, por lo que el autor elaboró un instrumento midiendo estos factores ya mencionados (Jiménez, 2017, como se citó en Dominguez, 2018).
- **Modelo de aprendizaje autorregulado de Pintrich:** Este modelo plantea que los hábitos de estudio, presentan estrategias cognoscitivas de aprendizaje, meta cognitivas y autorreguladoras, así como estrategias que brinden una administración de los recursos (Norzagaray et al., 2012, como se citó en Dominguez, 2018).

### **Dimensiones de hábitos de estudio**

Existen diferentes formas de describir las dimensiones de Hábitos de estudio, entre ellas, tenemos a Fernández (2002) clasificando esta variable de la siguiente manera: Las condiciones ambientales (relacionada a las condiciones físicas, condiciones personales, rendimiento y conducta académica), Planificación de estudio (relacionada a la programación y al horario que el estudiante puede llevar en el ámbito académico), Utilización de materiales (relacionada a la lectura y formas auxiliares que puedan favorecer el aprendizaje como la toma de apuntes, el subrayado y el resumen) y la Asimilación de contenido (relacionada a cómo el alumno memoriza y personaliza los conocimientos que va aprendiendo).

Otra forma de clasificar los hábitos de estudio es de acuerdo a las siguientes dimensiones (Vicuña, 2014; Rebaza, 2016): Forma de estudio (utilización del subrayado, realizar preguntas, memoria, uso del diccionario, relacionar los temas), Resolución de tareas (uso de resúmenes, busca apoyo, organización), Preparación de exámenes (uso de resúmenes, momento de estudio, recuerdo lo estudiado), Forma de escuchar la clase (participación en clase y registro de lo tratado en clase) y el Acompañamiento del estudio (como se da el estudio en casa y en clase, de acuerdo a las interrupciones y hábitos en general).

### **Procrastinación académica en estudiantes de secundaria**

Núñez (2014) en su investigación desarrollada en el ámbito académica, analizó la procrastinación académica en estudiantes de dos instituciones educativas de un distrito de Lima, la muestra estuvo compuesta por 200 alumnos de ambos géneros, de 4to y 5to grado de secundaria, para este estudio se utilizó la Escala de Procrastinación Académica, los resultados de esta investigación refieren que la mayoría de la muestra presentó un nivel moderado referente al 51%, seguido de un nivel bajo referente al 25%, y un nivel alto referente al 23.5% de procrastinación académica.

Carhuapoma (2018) como parte descriptiva de su tesis realizada en una Institución Educativa en Cañete, investigó la procrastinación académica en adolescentes, la muestra estuvo conformada por 304 participantes de secundaria, que se encontraban entre los 11 y 17 años, de los cuales un 53.9% de alumnos presentó un nivel de procrastinación académica alto; así mismo se encontró que existen diferencias significativas en cuanto a los índices de acuerdo al grado de estudio, presentando un índice menor los alumnos de 5to de secundaria y un índice medio los alumnos de 4to de secundaria respecto a los demás grados académicos.

Rivas (2019) indaga acerca de la procrastinación académica en alumnos del 5to año de secundaria en una institución educativa de gestión pública, en un distrito de Lima Metropolitana, en el año 2018, el presente estudio fue descriptivo correlacional, su muestra estuvo compuesta por 100 adolescentes, los resultados de este estudio evidenciaron que la mayoría de los alumnos presentó un nivel bajo respecto a la procrastinación académica, siendo el 67% del porcentaje general; así mismo se analizó las dimensiones de la variable referida donde se encontró que los mayores porcentajes de la muestra presentan: baja autorregulación de conductas y alta postergación de actividades.

En un estudio correlacional, se analizó la procrastinación académica en estudiantes de una institución pública en Arequipa, en esta investigación la muestra estuvo conformada por 93 alumnos entre los 11 a 16 años de ambos géneros, siendo 25 alumnos de 4to año de secundaria y 16 alumnos de 5to de secundaria, para ello se utilizó la Escala de Procrastinación Académica; se encontró en esta investigación, que la mayoría de alumnos correspondiente al 78 % del total, presentaron procrastinación académica en un nivel medio. (A. Chávez y Valdivia, 2020)

Fausto (2021) realizó un estudio, sobre la Procrastinación Académica y creencias irracionales, en alumnos de secundaria, de tres instituciones educativas de gestión pública, en la ciudad de Lima Sur; la muestra constó de 259 estudiantes de ambos géneros, que se encontraban entre los 14 a 18 años, en la investigación mencionada anteriormente, se halló que la mayoría de estudiantes presentan niveles medios de procrastinación académica representando al 44.4% de la muestra, el 28.6% de los estudiantes presentan niveles altos de procrastinación académica y el 27% de los estudiantes tuvieron niveles bajos de procrastinación.



### **Hábitos de estudio en alumnos de Secundaria**

Huata y Huallani (2014) estudiaron los hábitos de estudio en estudiantes de primero a quinto año en secundaria, el estudio se realizó en una Institución Educativa de gestión privada, en el distrito de Uchumayo, en Arequipa con una población de 98 alumnos, siendo 14 alumnos de 4to de secundaria y 15 alumnos de 5to grado de secundaria; respecto a los niveles de hábitos de estudio en general se halló que la muestra presenta una tendencia negativa; así mismo respecto al género la mayoría de la muestra son mujeres y presenta hábitos de estudio con tendencia negativa; de acuerdo al grado académico en el 4to año de secundaria, los resultados por indicadores refieren que: en el indicador de Forma de estudio la mayoría presenta tendencia positiva, en los indicadores de Resolución de tareas y Preparación de exámenes la mayoría presenta tendencia negativa, respecto a la Forma de escuchar la clase la mayoría presenta valores negativos y valores de tendencia negativa, el Acompañamiento al estudiar presenta valores negativos; en 5to año de secundaria en el indicador de Forma de estudio, la mayoría presenta tendencia positiva, en los indicadores de Resolución de tareas, Preparación de exámenes y la Forma de escuchar la clase presenta tendencia negativa, y el Acompañamiento al estudiar presenta valores negativos.

Riveros (2018) realizó una investigación descriptiva sobre Hábitos de estudio, con una muestra de 93 alumnos, que se encontraban entre los 15 y 17 años, siendo 53 mujeres y 40 hombres, del 5to grado de secundaria de una institución de gestión pública, realizándose la investigación en un distrito de Lima, para el presente estudio se utilizó el Inventario de Hábitos de Estudio de Vicuña elaborado en 2005; los resultados respecto a la variable indicada fueron: que los hábitos de estudios en general de los alumnos fueron de tendencia positiva, respecto a las dimensiones los niveles predominantes fueron positivos en la categoría de Forma de estudio, de

tendencia positiva en la categorías de Resolución de tareas y Preparación de Exámenes, de tendencia negativa en la categoría de Forma de escuchar la clase, positiva y muy positiva en la categoría de Acompañamiento al estudiar.

Zavala (2019) investigó sobre los Hábitos de estudio en estudiantes del 5to año de secundaria, en una institución de gestión privada en el Distrito de San Juan de Lurigancho en Lima, en el año 2017; teniendo una muestra de 30 alumnos el total de alumnos del grado referido, respecto a los resultados se encontró que mayoría de alumnos representado por el 53.3% presenta niveles positivos de hábitos de estudio, así mismo respecto a sus dimensiones se encontró que la mayoría de estudiantes según las dimensiones presenta :un nivel positivo en la Forma de estudiar, Forma de hacer las tareas y la Forma de escuchar las clases, así mismo presentaron un nivel de tendencia positivo en la Forma de prepararse para los exámenes y la Forma de acompañar los momentos de estudio.

En Ayacucho, se analizó los Hábitos de estudio en alumnos de secundaria, de gestión privada, la investigación fue correlacional, la muestra del estudio fue por conveniencia y estuvo conformada por 91 estudiantes; los resultados mostraron que la mayor parte de los estudiantes, presentaron Hábitos de estudio con tendencia negativa siendo el 44% de la muestra, respecto a las dimensiones los alumnos presentaron en su mayoría, en las dimensiones de Forma de estudio y Forma de escuchar las clases un nivel de tendencia positiva, en las dimensiones de Forma de hacer las tareas, Preparación de exámenes y la Forma de acompañar los momentos de estudio para los exámenes un nivel de tendencia negativa. (Espino, 2018)

Por otro lado, Dalguerre (2017) analizó los Hábitos de estudio en estudiantes de 1 a 5 año de secundaria, donde la muestra estuvo conformada por 266 alumnos, siendo 56 alumnos de 4to de secundaria y 55 alumnos de 5to de Secundaria; en razón a las dimensiones de Hábitos de

estudio la mayoría presentó una forma de estudio con tendencia positiva correspondiente a un 34.2%, una forma de hacer las tareas con tendencia negativa y positiva correspondiente a un 30.5% en cada indicador, una preparación de exámenes con tendencia positiva correspondiente a un 48.9%, una forma de escuchar la clase con tendencia positiva correspondiente a un 28.9% y un acompañamiento al estudiar muy positivo correspondiente a un 35%.

### **Relación entre procrastinación académica y hábitos de estudio**

En México se analizó la relación entre procrastinación académica y hábitos de estudio, con una muestra de 52 estudiantes de una escuela de gestión pública de educación media superior, se aplicaron los instrumentos de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Inventario de Hábitos de Estudio (IHE), encontrando una asociación negativa entre las variables referidas, estos resultados indican que sí los estudiantes procrastinan tendrán complicaciones para planificar sus estudios y comprender los contenidos. (Gutiérrez et al., 2020)

Córdova-Torres y Alarcón-Arias (2019) en la investigación referida se tuvo como objetivo encontrar la relación entre hábitos de estudio y la procrastinación académica; el tipo de estudio fue correlacional de corte transversal y desde un enfoque cuantitativo; tuvo una muestra de 239 estudiantes de educación en una universidad privada de lima norte, los instrumentos utilizados fueron la escala de procrastinación académica (EPA) y el inventario de hábitos de estudio (CAMS-85); los resultados evidenciaron que no existe una relación significativa entre la variable de procrastinación académica y hábitos de estudio; así mismo se encontró relación entre las subdimensiones de las variables referidas, como la relación entre la forma de estudio y la resolución de tareas con el sexo, también una relación entre la preparación de exámenes y la postergación de actividades y por último una relación en la forma de escuchar la clase con autorregulación académica.



Coronado (2020) en su investigación analizó la relación entre las variables de Procrastinación académica y Hábitos de estudio, teniendo una muestra conformada por 91 alumnos entre los 16 y 17 años de ambos géneros que se encontraban en quinto de secundaria, del colegio de gestión particular Peruano Canadiense de Chiclayo, siendo un estudio descriptivo correlacional y utilizando los instrumentos: Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Inventario de Hábitos de Estudio (CASM-85); los resultados encontrados evidencian una asociación significativa entre las variables referidas, es decir que la procrastinación académica se relaciona a presentar hábitos inadecuados al desarrollar actividades académicas.

En Piura, Silva (2020) analizó la relación entre Procrastinación académica y hábitos de estudio, siendo su investigación no experimental, transversal, descriptiva y con enfoque correlacional, teniendo como muestra que fue de 132 estudiantes universitarios, de ambos géneros, para lo que utilizaron los instrumentos siguientes: Inventario de hábitos de estudio (CASM-85) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA); los resultados obtenidos evidenciaron una asociación significativamente positiva de nivel bajo, así mismo se evidencio la existencia de una asociación positiva muy baja entre procrastinación académica y las dimensiones de hábitos de estudio: forma de estudio, resolución de tareas y preparación de exámenes; una asociación positiva baja entre procrastinación académica y la forma de escuchar clases; una asociación positiva moderada entre hábitos de estudio y autorregulación académica y por último una asociación negativa moderada entre hábitos de estudio y postergación de actividades.

Moreno y Sebastiany (2020) ejecutaron una investigación, para conocer la asociación de la procrastinación académica y hábitos de estudio, con una muestra de 324 estudiantes de una universidad de gestión privada en Chiclayo, entre las siguientes edades 16 y 18 años de ambos

géneros, teniendo como resultados una asociación negativa, entre las variables indicadas anteriormente; de manera similar se encontró una asociación negativa entre hábitos de estudio y las dimensiones de autorregulación académica y postergación de actividades, infiriendo así que cuando existe una formación entre hábitos de estudio, los niveles de procrastinación académica serán reducidos.

### Hipótesis

- Existe una relación negativa estadísticamente significativa entre procrastinación académica y hábitos de estudio en estudiantes de 4to y 5to de secundaria en el marco de la pandemia de Covid-19, es decir que a un mayor nivel de procrastinación académica se dará un menor nivel de hábitos de estudio.

## CAPÍTULO II: MÉTODO

### **Diseño de investigación**

Esta investigación presenta un enfoque cuantitativo, ya que mide las variables; con un diseño no experimental, por lo que no hay una manipulación de las variables de manera intencional y se da una observación en un ambiente natural; así mismo presenta un corte transversal ya que se recogen los datos en un momento único y con un alcance correlacional, es decir asocia dos variables mediante un patrón predecible, con la finalidad de conocer un grado de relación en un contexto y una muestra en particular. (Hernández et al., 2014)

### **Técnicas e instrumentos**

Para esta investigación se utilizó técnicas e instrumentos que estén relacionadas a las variables de esta investigación, las que se detallaran a continuación:

#### **Ficha Sociodemográfica**

La ficha sociodemográfica valora datos sociodemográficos (edad, género, grado escolar, presencia de Covid-19 en los familiares cercanos) con información importante de la muestra, ya que brinda el marco referencial de los participantes del estudio.

#### **Escala de Procrastinación Académica (EPA):**

La “Escala de Procrastinación Académica (EPA)” fue creada en Canadá por Busko en 1998, la administración del instrumento puede ser individual o colectiva, con un tiempo de aplicación de 8 a 17 minutos aproximadamente y la edad promedio en la que fue desarrollada la escala fue de 22.36 años; esta escala evalúa la propensión de la procrastinación académica de los evaluados y constó de 16 ítems que son de tipo cerrado y se puntúan de acuerdo a una



calificación likert, que consta de cinco alternativas: siempre=5, casi siempre=4, a veces=3, casi nunca=2 y nunca=1. (Busko, 1998)

Esta escala se construyó con 2 dimensiones: Autorregulación académica compuesta por 12 ítems: 2, 3, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 14, 15 y 16 y Postergación de actividades compuesta por 4 ítems: 1, 4, 8 y 9 (Busko, 1998).

La interpretación del instrumento se da de la siguiente manera (Busko, 1998):

1. Se realiza una sumatoria en general, así como en las dos dimensiones del instrumento, para la sumatoria en la autorregulación académica se invierten los puntajes (Busko, 1998; Busko, 1998, como se citó en Tapia, 2020).
2. De acuerdo a la sumatoria de los puntajes se sitúan los resultados del puntaje general y de las dimensiones, en la Tabla de percentiles y luego se buscan las categorías correspondientes siendo estas: Bajo, moderado y alto (Busko, 1998).

Más adelante, Álvarez (2010) transcribió y adaptó la Escala de Procrastinación Académica en nuestro país, con 235 estudiantes de secundaria en Lima, donde se aceptaron todos los ítems de la escala, además presento una adecuada confiabilidad y validez. Otros investigadores crearon diferentes versiones de esta escala con diferentes poblaciones, la escala que se utilizó en esta investigación fue la desarrollada por Tapia (2020) que adaptó la escala en adolescentes con edades entre 15 y 17 años; consto de 12 ítems, en contraste a la versión original, dividiéndose sus dimensiones de la siguiente manera:

- Autorregulación Académica: Consta de 9 ítems: 2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 12 (Tapia, 2020).
- Postergación de actividades: Consta de 3 ítems: 1, 6, 7 (Tapia, 2020).

Para la Calificación de esta versión, se utilizarán los parámetros establecidos en la versión original, pero con los baremos de Tapia (Tapia, 2020).

### **Confiabilidad y Validez**

La escala de procrastinación académica de Busko (1998), fue validada y traducida al español en por primera vez nuestro país, por Álvarez (2010) con 235 alumnos de cuarto y quinto grado de secundaria, los resultados de esta adaptación evidencian que este instrumento presenta una validez de constructo por el análisis factorial exploratorio de 0.80 y una especificidad significativa y respecto a la confiabilidad el Alfa de Cronbach fue de 0.80, siendo estos valores adecuados estadísticamente.

Tapia (2020), estudió las propiedades psicométricas del instrumento de procrastinación académica, adaptado por Dominguez et al. (2014); Tapia utilizó una muestra de 300 adolescentes de ambos géneros de Lima, que se encontraban entre los 15 a 17 años de edad (Tapia, 2020; Dominguez et al., 2014, como se citó en Tapia, 2020).

Respecto a la Confiabilidad de este instrumento, se utilizó el coeficiente de Omega para la consistencia interna, donde se encontró un valor de 0.93, por lo que el instrumento se considera confiable (Tapia, 2020).

La validez de este instrumento, se estudió por medio de la V de Aiken que presentó valores menores 0.80, demostrando que este instrumento tiene una validez de contenido adecuada, así mismo se estudió la validez de la estructura interna que demostró un ajuste adecuado (Tapia, 2020).

Tapia (2020) elaboró baremos con percentiles entre 30 y 70 de puntaje; además este instrumento presentó niveles de alto, promedio, bajo (Anexo 7).

## Hábitos de Estudio CASM – 85

El instrumento que se utilizó fue el “Inventario de Hábitos de Estudio CASM-85 - Revisión-2014”, que fue creado en el Perú, por Luis Alberto Vicuña Peri, en el año 1985, pasando por diversas revisiones siendo la última la desarrollada en el año 2014, de administración individual y colectiva, con un tiempo de aplicación de 15 a 20 minutos aproximadamente, donde se mide y se da un diagnóstico referente a los hábitos de estudio en alumnado de secundaria y los primeros años de educación superior, con una alternativa de respuesta cerrada y dicotómica, es decir dos opciones siendo estas SIEMPRE o NUNCA, donde el estudiante marca una X respecto la alternativa a elegir. (Vicuña, 2014)

El test está conformado por 55 ítems, Vicuña (2014) divide estos ítems en 5 áreas y de acuerdo a esta organización; Rebaza (2016) estructura las áreas en dimensiones dándoles una categorización de acuerdo a su descripción:

- **ÁREA 1: Forma de estudio:** Con la interrogante “¿Cómo estudia usted?” y está conformado por 12 ítems: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11 y 12 (Vicuña, 2014; Rebaza, 2016).
- **ÁREA 2: Resolución de tareas:** Con la interrogante “¿Cómo hace sus tareas?” y está conformado por 10 ítems: 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21 y 22 (Vicuña, 2014; Rebaza, 2016).
- **ÁREA 3: Preparación de exámenes:** Con la interrogante “¿Cómo prepara sus exámenes?” y está conformado por 11 ítems: 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32 y 33 (Vicuña, 2014; Rebaza, 2016).



- **ÁREA 4: Forma de escuchar la clase:** Con la interrogante “¿Cómo escucha las clases?” y está conformado por 13 ítems: 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45 y 46 (Vicuña, 2014; Rebaza, 2016).
- **ÁREA 5: Acompañamiento al estudiar:** Con la interrogante “¿Qué acompaña sus momentos de estudio?” y está conformado por 9 ítems: 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55 (Vicuña, 2014; Rebaza, 2016).

La interpretación del instrumento se da de la siguiente manera (Vicuña, 2014):

1. Primero se califica el instrumento, de acuerdo al cuadro de respuestas, donde se le asigna un valor a cada respuesta, siendo en ocasiones valores de “0” para hábitos de estudio adecuados o “1” para hábitos de estudio inadecuados (Vicuña, 2014). (Anexo 7)
2. Se realiza una sumatoria de acuerdo a los puntajes obtenidos en cada dimensión, así como una sumatoria final de todas las dimensiones (Vicuña, 2014).
3. De acuerdo a la sumatoria de puntajes se sitúan los resultados en categorías correspondientes de acuerdo a los baremos establecidos (Vicuña, 2014). (Anexo 8)

### **Confiabilidad y Validez**

Rebaza (2016) adaptó esta versión en alumnos de 4to y 5to grado de educación secundaria, su muestra estuvo conformada por 467 alumnos de ambos géneros, de 3 colegios de la provincia de Otuzco, para esta investigación se utilizó esta versión, ya que es la más actualizada.

Respecto a la confiabilidad se analizó la consistencia interna por la fórmula de Kr-20 Kuder y Richardson, utilizando la corrección de Horst, determinando una confiabilidad de 0.89

de los resultados Hábitos de estudio en general, demostrando así una consistencia adecuada del instrumento. (Rebaza, 2016)

Respecto a la validez, se analizó la validez del constructo mediante el análisis ítem-test corregido, donde se encontró homogeneidad, con niveles de bueno a elevado; el análisis factorial confirmatorio, con el método de máxima verosimilitud donde se encontró un adecuado ajuste en la teoría y el análisis factorial exploratorio, donde se evidencio que los ítems presentan una estructura adecuada respecto a los componentes. (Rebaza, 2016)

Así mismo, Rebaza (2016) elaboraron baremos de acuerdo a edades para esta versión del instrumento (Anexo 8).

## **Participantes**

### **Población**

La población está conformada por 700 estudiantes de educación secundaria, que se encuentran entre los 12 a 18 años, de género femenino y masculino, que estudian en la Institución Educativa San Martín de Socabaya, siendo mixta y de gestión estatal, ubicada en el distrito de Socabaya, en la ciudad de Arequipa.

### **Muestra**

El tamaño de la muestra estuvo conformado por 122 estudiantes de la Institución Educativa San Martín de Socabaya, con edades de 15 años (14.8%), 16 años (48.4%) y 17 años (36.9%); de ambos géneros, pertenecientes al 4to y 5to grado de secundaria.

Para determinar el tamaño de la muestra, se utilizó el muestreo no probabilístico o dirigido, de tipo por conveniencia, ya que no se utilizó ningún método probabilístico, para

calcular el tamaño de la muestra, sin embargo, esta se definió por las razones del investigador.

(Hernández et al., 2014)

### **Criterios de inclusión**

- Estudiantes de 4to y 5to de Secundaria.
- Estudiantes de ambos géneros.
- Estudiantes que sus padres aceptaron el consentimiento informado.
- Estudiantes que completaron los instrumentos adecuadamente.

### **Criterios de exclusión**

- Estudiantes de 1ro, 2do y 3er grado de secundaria.
- Estudiantes que sus padres no aceptaron el consentimiento informado.
- Estudiantes que no completaron los instrumentos.

### **Procedimiento**

El procedimiento para la recolección de datos, se dio de la siguiente manera:

- Primeramente, se pidió autorización a la Universidad Católica de Santa María, para solicitar permiso a la Institución educativa donde se realizó la investigación.
- Luego se solicitó los permisos a la Institución educativa para poder realizar las evaluaciones de las variables que se midieron.
- Posteriormente, con la aprobación de la Institución Educativa, se coordinó con los encargados y se programaron fechas para la toma de los instrumentos, así como las sesiones con los padres y estudiantes para informar sobre la descripción de las variables y el motivo de la investigación.



- Una vez coordinado lo referido se procedió a la ejecución de lo descrito y se tomaron los instrumentos, este procedimiento se dio mediante un enlace de Google forms: [https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdGOGNIHAPF6vZna6eyFFBj-g0WXZEtG2XqvXXucFu377Uzvg/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdGOGNIHAPF6vZna6eyFFBj-g0WXZEtG2XqvXXucFu377Uzvg/viewform?usp=sf_link), en esta plataforma donde los padres de los evaluados, aceptaron mediante un consentimiento informado que sus hijos participaran en esta investigación, donde se informó que la encuesta es anónima, confidencial, voluntaria, y luego los alumnos llenaron los demás instrumentos.
- Al terminar la recolección de los instrumentos, la información se sistematizó y se generaron resultados, para la presentación de la tesis.

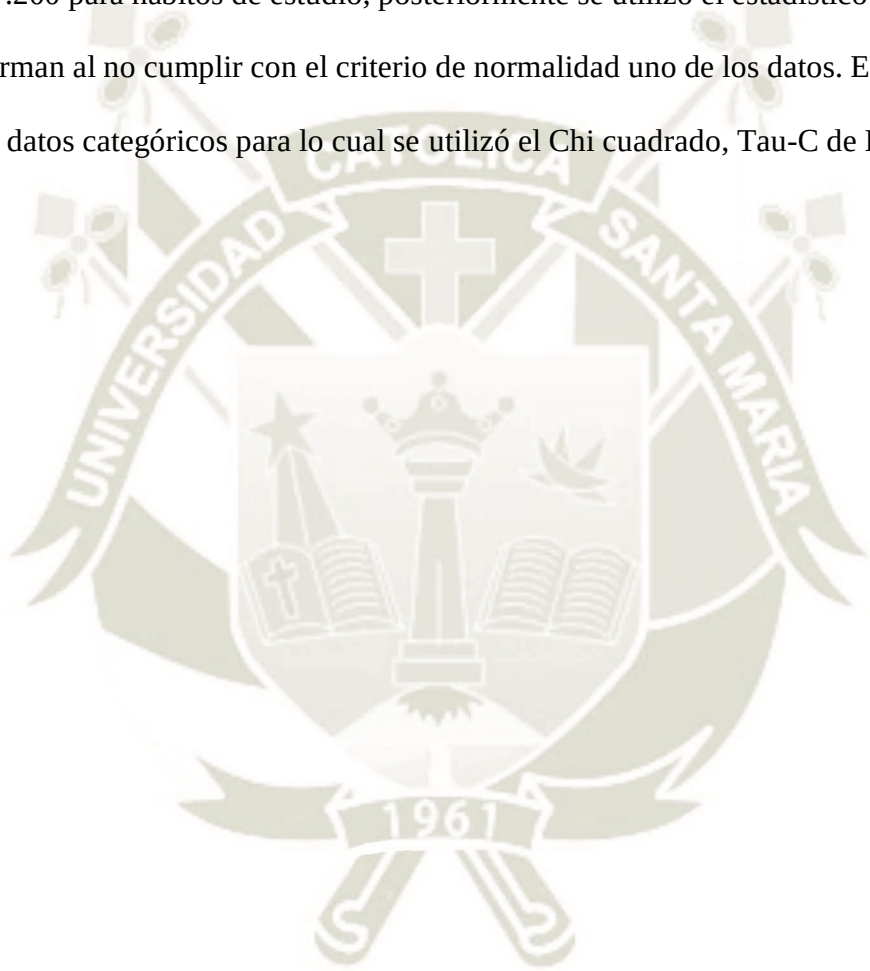
### **Consideraciones éticas**

Esta investigación toma en cuenta aspectos éticos adecuados como son la autonomía, beneficencia, no maleficencia y justicia (Beauchamp y Childress, 1999, como se citó en Martín, 2013), buscando así que la investigación este en función y proteja la dignidad de las personas, sea responsable y transparente (Zielinska, 2013, como se citó en Martín, 2013); así mismo cuenta con el Consentimiento Informado que es un documento legítimo, que cuida los derechos y el bienestar de los participantes, siendo voluntario y donde se incluye el propósito y justificación del estudio (Carreño-Dueñas, 2016), este consentimiento fue aceptado o rechazado por los padres de los alumnos que participaron en el estudio.

### **Análisis de datos**

El análisis de datos se dio a través de los programas Microsoft Excel 2019 y SPSS Statistics V. 23, donde los resultados se analizaron y se elaboró una matriz de datos, para que se midan y procesen estadísticamente, luego se utilizó la estadística descriptiva para especificar la

información de los datos (características de datos personales y descripción de variables de manera general y sus dimensiones) y la estadística inferencial para la correlación de las variables, utilizando primero la prueba de Kolmogorov-Smirnor para hallar la normalidad de los datos cuantitativos procesados, esta prueba presento un valor de .032 para procrastinación académica y .200 para hábitos de estudio, posteriormente se utilizó el estadístico no paramétrico Rho de Spearman al no cumplir con el criterio de normalidad uno de los datos. En segundo lugar, se asoció los datos categóricos para lo cual se utilizó el Chi cuadrado, Tau-C de Kendall y V de Cramer.



## CAPITULO III: RESULTADOS

### RESULTADOS

A continuación, se presentarán los resultados estadísticos obtenidos en la presente investigación: las correlaciones entre variables; descripción de las frecuencias, los niveles de las variables y las características sociodemográficas; por ultimo las correlaciones entre variables y características sociodemográficas.

**Tabla 1**

*Prueba de normalidad de procrastinación académica y hábitos de estudio*

| <b>Kolmogórov-Smirnov</b> |             |     |       |
|---------------------------|-------------|-----|-------|
|                           | Estadístico | gl  | Sig.  |
| Procrastinación Académica | .085        | 122 | .032* |
| Hábitos de estudio        | .062        | 122 | .200* |

\*Correlación de significación de Lilliefors

En la Tabla 1, se visualiza la prueba de normalidad de Kolmogórov- Smirnov para las variables procrastinación académica y hábitos de estudio, los resultados evidencian que la significancia en procrastinación académica es de .032, mientras que la significancia de hábitos de estudio es de .200, ya en este caso procrastinación académica es  $p < 0.05$  y no cumple el criterio de normalidad, por ende se utilizará el estadístico no paramétrico de Rho de Spearman para observar la relación de las variables de la presente investigación.



**Tabla 2**
*Relación entre procrastinación académica y hábitos de estudio*

| Rho de Spearman           |                             |                           |                    |
|---------------------------|-----------------------------|---------------------------|--------------------|
|                           |                             | Procrastinación académica | Hábitos de estudio |
| Procrastinación académica | Coefficiente de correlación | 1.000                     | -.585**            |
|                           | Sig. (bilateral)            |                           | .000               |
|                           | N                           | 122                       | 122                |
| Hábitos de estudio        | Coefficiente de correlación | -.585**                   | 1.000              |
|                           | Sig. (bilateral)            | .000                      |                    |
|                           | N                           | 122                       | 122                |

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

En la Tabla 2, se observa los resultados de la correlación estadística de Rho de Spearman entre las variables de procrastinación académica y hábitos de estudio, primero visualizamos que el valor de Sig. (bilateral) es de .000 que se encuentra por debajo del  $p < 0.05$  cumpliendo así el criterio requerido para una relación significativa y presenta una confianza del 95%, segundo la correlación es de -.585\*\*, por lo que se puede afirmar que existe una relación negativa moderada estadísticamente significativa entre ambas variables, es decir cuando una variable presenta niveles altos la otra presenta niveles bajos.

**Tabla 3**

*Prueba de normalidad de las dimensiones de Procrastinación académica y Hábitos de estudio*

| <b>Kolmogorov-Smirnov<sup>a</sup></b> |             |     |       |
|---------------------------------------|-------------|-----|-------|
|                                       | Estadístico | gl  | Sig.  |
| Autorregulación académica             | .080        | 122 | .052* |
| Postergación de actividades           | .111        | 122 | .001* |
| Forma de estudio                      | .142        | 122 | .000* |
| Resolución de tareas                  | .128        | 122 | .000* |
| Preparación de exámenes               | .110        | 122 | .001* |
| Forma de escuchar la clase            | .126        | 122 | .000* |
| Acompañamiento al estudiar            | .111        | 122 | .001* |

\*Correlación de significación de Lilliefors

En la Tabla 3, se visualiza la prueba de normalidad de Kolmogórov- Smirnov para las dimensiones de procrastinación académica y dimensiones de hábitos de estudio, los resultados evidencian que la significancia en postergación de actividades, la forma de estudio, la resolución de tareas, la preparación de exámenes, la forma de escuchar la clase y el acompañamiento al estudiar es de un  $p < 0.05$ , mientras que la significancia de la autorregulación académica es de un  $p > 0.05$ ; ya que por lo menos una de las dimensiones de las variables no cumple el criterio de normalidad, por ende se utilizará el estadístico no paramétrico de Rho de Spearman para observar la relación de las dimensiones de las variables de la presente investigación.

**Tabla 4**

*Correlación entre las dimensiones de Procrastinación académica y las áreas de Hábitos de estudio*

|                             |      | <b>Rho de Spearman</b> |                      |                         |                            |                            |
|-----------------------------|------|------------------------|----------------------|-------------------------|----------------------------|----------------------------|
|                             |      | Forma de estudio       | Resolución de tareas | Preparación de exámenes | Forma de escuchar la clase | Acompañamiento al estudiar |
| Autorregulación académica   | Rho  | .437**                 | .358**               | .392**                  | .397**                     | .122                       |
|                             | Sig. | .000                   | .000                 | .000                    | .000                       | .181                       |
|                             | N    | 122                    | 122                  | 122                     | 122                        | 122                        |
| Postergación de actividades | Rho  | -.271**                | -.451**              | -.482**                 | -.368**                    | -.079                      |
|                             | Sig. | .003                   | .000                 | .000                    | .000                       | .388                       |
|                             | N    | 122                    | 122                  | 122                     | 122                        | 122                        |

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

En la Tabla 4, se observa los resultados de la correlación estadística de Rho de Spearman entre las dimensiones de las variables de procrastinación académica y hábitos de estudio,

Primero visualizamos que el valor de Sig. (bilateral) de las relaciones entre la dimensión de autorregulación académica con las dimensiones de hábitos de estudio: forma de estudio, resolución de tareas, preparación de exámenes, forma de escuchar la clase se encuentra por debajo del p valor ( $p < 0.05$ ) cumpliendo así el criterio requerido para una relación significativa en contraste de la relación con el acompañamiento al estudiar que presenta una Sig.(bilateral) por encima del p valor ( $p < 0.05$ ) no cumpliéndose así una relación significativa, en segundo lugar la Sig. (bilateral) de las relaciones entre la dimensión de postergación de actividades con las



dimensiones de hábitos de estudio: forma de estudio, resolución de tareas, preparación de exámenes, forma de escuchar la clase se encuentra por debajo del p valor ( $p < 0.05$ ) cumpliendo así el criterio requerido para una relación significativa en contraste de la relación con el acompañamiento al estudiar que presenta una Sig.(bilateral) por encima del p valor ( $p < 0.05$ ) no cumpliéndose así una relación significativa; estos resultados presentan una confianza del 95%.

La correlación entre autorregulación académica y la forma de estudio fue de .437\*\*, siendo una relación positiva moderada estadísticamente significativa entre ambas variables, es decir cuando una variable presenta niveles altos la otra también presentara estos niveles altos.

La correlación entre autorregulación académica y la resolución de tareas fue de .358\*\*, siendo una relación positiva baja estadísticamente significativa entre ambas variables, es decir cuando una variable presenta niveles altos la otra también presentara estos niveles altos.

La correlación entre autorregulación académica y la preparación de exámenes fue de .392\*\*, siendo una relación positiva baja estadísticamente significativa entre ambas variables, es decir cuando una variable presenta niveles altos la otra también presentara estos niveles altos.

La correlación entre autorregulación académica y la forma de estudiar la clase fue de .397\*\*, siendo una relación positiva baja estadísticamente significativa entre ambas variables, es decir cuando una variable presenta niveles altos la otra también presentara estos niveles altos.

No existe una correlación significativamente estadística entre autorregulación académica y acompañamiento al estudiar.

La correlación entre postergación de actividades y la forma de estudio fue de -.271\*\*, siendo una relación negativa baja estadísticamente significativa entre ambas variables, es decir cuando una variable presenta niveles altos la otra presenta niveles bajos.

La correlación entre postergación de actividades y la resolución de tareas fue de  $- .451^{**}$ , siendo una relación negativa moderada estadísticamente significativa entre ambas variables, es decir cuando una variable presenta niveles altos la otra presenta niveles bajos.

La correlación entre postergación de actividades y preparación de exámenes fue de  $- .482^{**}$ , siendo una relación negativa moderada estadísticamente significativa entre ambas variables, es decir cuando una variable presenta niveles altos la otra presenta niveles bajos.

La correlación entre postergación de actividades y forma de escuchar la clase fue de  $- .368^{**}$ , siendo una relación negativa baja estadísticamente significativa entre ambas variables, es decir cuando una variable presenta niveles altos la otra presenta niveles bajos.

No existe una correlación significativamente estadística entre postergación de actividades y acompañamiento al estudiar.

**Tabla 5**
*Niveles de procrastinación académica*

| <b>Procrastinación Académica</b> |                   |                   |
|----------------------------------|-------------------|-------------------|
| <b>Niveles</b>                   | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> |
| Bajo                             | 41                | 33.6%             |
| Promedio                         | 34                | 27.9%             |
| Alto                             | 47                | 38.5%             |
| Total                            | 122               | 100%              |

Como se puede observar en la Tabla 5, se halló que el 38.5% de los estudiantes presentan niveles altos de procrastinación académica, seguido del 33.6% con niveles bajos y por último el 27.9% presentan niveles promedios, lo que manifiesta que el mayor porcentaje de estudiantes presentan una tendencia alta a postergar sus actividades académicas.



**Tabla 6**
*Niveles de las dimensiones de procrastinación académica*

| <b>Dimensiones de procrastinación académica</b> |                   |                   |
|-------------------------------------------------|-------------------|-------------------|
| <b>Autorregulación académica</b>                |                   |                   |
| <b>Niveles</b>                                  | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> |
| Bajo                                            | 50                | 41%               |
| Promedio                                        | 36                | 29.5%             |
| Alto                                            | 36                | 29.5%             |
| Total                                           | 122               | 100%              |
| <b>Postergación de actividades</b>              |                   |                   |
| <b>Niveles</b>                                  | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> |
| Bajo                                            | 26                | 21.3%             |
| Promedio                                        | 40                | 32.8%             |
| Alto                                            | 56                | 45.9%             |
| Total                                           | 122               | 100%              |

En la Tabla 6, se muestran los niveles de las dimensiones de procrastinación académica:

Respecto a la dimensión de Autorregulación académica el 41% de los estudiantes presentaron niveles bajos de esta dimensión, seguido del 29.5% con niveles promedios y altos cada uno, en este constructo.

Con relación a la dimensión de postergación de actividades el 45.9% de los estudiantes presentan niveles altos, seguido del 32.8% con niveles promedios y por último el 21.3% de estudiantes con niveles bajos.

**Tabla 7**
*Categorías de los hábitos de estudio*

| <b>Hábitos de estudio</b> |                   |                   |
|---------------------------|-------------------|-------------------|
| <b>Categorías</b>         | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> |
| Muy Positivo              | 28                | 23%               |
| Positivo                  | 24                | 19.7%             |
| Tendencia Positiva        | 22                | 18%               |
| Tendencia Negativa        | 16                | 13.1%             |
| Negativo                  | 15                | 12.3%             |
| Muy Negativo              | 17                | 13.9%             |
| Total                     | 122               | 100%              |

En la Tabla 7, se muestra que el 23% de los estudiantes se encuentran en la categoría de muy positivo sobre sus hábitos de estudio, 19.7% tiene una categoría de positivo, el 18% tienen tendencia positiva, el 13.9% se encuentra en la categoría muy negativa, el 13.1% tienen tendencia negativa y por último el 12.3% se encuentra en la categoría negativa.

**Tabla 8**
*Categorías de las dimensiones de hábitos de estudio*

| <b>Dimensiones de hábitos de estudio</b> |                   |                   |
|------------------------------------------|-------------------|-------------------|
| <b>I. Forma de estudio</b>               |                   |                   |
| <b>Categorías</b>                        | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> |
| Muy Positivo                             | 26                | 21.3%             |
| Positivo                                 | 30                | 24.6%             |
| Tendencia Positiva                       | 16                | 13.1%             |
| Tendencia Negativa                       | 17                | 13.9%             |
| Negativo                                 | 22                | 18%               |
| Muy Negativo                             | 11                | 9%                |
| Total                                    | 122               | 100%              |
| <b>II. Resolución de tareas</b>          |                   |                   |
| <b>Categorías</b>                        | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> |
| Muy Positivo                             | 14                | 11.5%             |
| Positivo                                 | 25                | 20.5%             |
| Tendencia Positiva                       | 17                | 13.9%             |
| Tendencia Negativa                       | 16                | 13.1%             |
| Negativo                                 | 12                | 9.8%              |
| Muy Negativo                             | 38                | 31.1%             |
| Total                                    | 122               | 100%              |
| <b>III. Preparación de exámenes</b>      |                   |                   |
| <b>Categorías</b>                        | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> |
| Muy Positivo                             | 24                | 19.7%             |
| Positivo                                 | 21                | 17.2%             |
| Tendencia Positiva                       | 16                | 13.1%             |
| Tendencia Negativa                       | 21                | 17.2%             |
| Negativo                                 | 15                | 12.3%             |
| Muy Negativo                             | 25                | 20.5%             |
| Total                                    | 122               | 100%              |
| <b>IV. Forma de escuchar la clase</b>    |                   |                   |
| <b>Categorías</b>                        | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> |
| Muy Positivo                             | 11                | 9%                |
| Positivo                                 | 29                | 23.8%             |
| Tendencia Positiva                       | 14                | 11.5%             |
| Tendencia Negativa                       | 17                | 13.9%             |
| Negativo                                 | 21                | 17.2%             |
| Muy Negativo                             | 30                | 24.6%             |
| Total                                    | 122               | 100%              |



**Dimensiones de hábitos de estudio**

**V. Acompañamiento al estudiar**

| <b>Categorías</b>  | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> |
|--------------------|-------------------|-------------------|
| Muy Positivo       | 23                | 18.9%             |
| Positivo           | 31                | 25.4%             |
| Tendencia Positiva | 23                | 18.9%             |
| Tendencia Negativa | 20                | 16.4%             |
| Negativo           | 15                | 12.3%             |
| Muy Negativo       | 10                | 8.2%              |
| Total              | 122               | 100%              |

En la Tabla 8, se puede observar las categorías de las dimensiones de los hábitos de estudio:

En la dimensión de forma de estudio, el 24.6% de los estudiantes se encuentran en la categoría de positivo, el 21.3% se encuentra en la categoría muy positivo, el 18% se encuentra en la categoría negativa, el 13.9% tiene tendencia negativa, el 13.1% tiene tendencia positiva y por último el 9% se encuentra en la categoría muy negativo.

En la dimensión de resolución de tareas, el 31.1% de los estudiantes se encuentran en la categoría muy negativo, el 20.5% se encuentran en la categoría de positivo, el 13.9% se encuentran en la categoría de tendencia positiva, el 13.1% se encuentran en la categoría de tendencia negativa, el 11.5% se encuentran en la categoría muy positivo y por último el 9.8% se encuentran en la categoría de negativo.

En la dimensión de preparación de exámenes, el 20.5% de estudiantes se encuentran en la categoría muy negativo, el 19.7% se encuentran en la categoría muy positivo, también se encontró dos porcentajes equivalentes de 17.2% donde la primera se encuentra en la categoría de positivo y la segunda en la categoría de tendencia negativa, 13.1% se encuentran en la categoría de tendencia negativa y por último el 12.3% se encuentran en la categoría de negativo.

En la dimensión de forma de escuchar la clase, se muestra que el 24.6% de los estudiantes se encuentra en la categoría muy negativo, el 23.8% se encuentran en la categoría de positivo, el 17.2% se encuentran en la categoría de negativo, el 13.9% se encuentran en la categoría de tendencia negativa, el 11.5% se encuentran en la categoría de tendencia positiva y por último el 9% se encuentran en la categoría de muy positivo.

En la dimensión de acompañamiento al estudiar, se muestra que el 25.4% de estudiantes se encuentra en la categoría de positivo, también se encontró dos porcentajes equivalentes de 18.9% donde la primera se encuentra en la categoría de muy positivo y la segunda en la categoría de tendencia positiva, el 16.4% se encuentran en la categoría de tendencia negativa, el 12.3% se encuentran en la categoría de negativo y por último el 8.2% se encuentran en la categoría de muy negativo.

**Tabla 9**
*Características sociodemográficas*

| <b>Características Sociodemográficas</b> |                   |                   |
|------------------------------------------|-------------------|-------------------|
| <b>Edad</b>                              |                   |                   |
|                                          | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> |
| 15 años                                  | 18                | 14.8%             |
| 16 años                                  | 59                | 48.4%             |
| 17 años                                  | 45                | 36.9%             |
| Total                                    | 122               | 100.0%            |
| <b>Género</b>                            |                   |                   |
|                                          | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> |
| Masculino                                | 62                | 50.8%             |
| Femenino                                 | 60                | 49.2%             |
| Total                                    | 122               | 100.0%            |
| <b>Grado escolar</b>                     |                   |                   |
|                                          | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> |
| 4to de secundaria                        | 38                | 31.1%             |
| 5to de secundaria                        | 84                | 68.9%             |
| Total                                    | 122               | 100.0%            |
| <b>Familiares con Covid-19</b>           |                   |                   |
|                                          | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> |
| Sí                                       | 34                | 27.9%             |
| No                                       | 88                | 72.1%             |
| Total                                    | 122               | 100.0%            |

En la Tabla 9, se observan las características sociodemográficas de los estudiantes:

Respecto a la edad la mayor cantidad porcentual de estudiantes presenta 16 años con un 48.4%, seguido de los estudiantes de 17 años con un 36.9% y por ultimo los estudiantes de 15 años con 14.8%.



En relación al género, el 50.8% de los estudiantes son de género masculino y el 49.2% son estudiantes de género femenino.

Acerca del grado escolar el 68.9% de los estudiantes pertenecen a 5to grado de secundaria y el 31.1% pertenecen a 4to grado de secundaria.

Referente a sí los estudiantes presentaron familiares con Covid-19, el 72.1% de los estudiantes refiere que sus parientes no se contagiaron con el virus de Covid-19 y el 27.9% refiere que sus familiares atravesaron con esta enfermedad.



**Tabla 10**
*Asociación entre procrastinación académica y características sociodemográficos*

|                                                                            |                   | <b>Asociaciones</b> |             |                 |             |              |
|----------------------------------------------------------------------------|-------------------|---------------------|-------------|-----------------|-------------|--------------|
| <b>Procrastinación Académica</b>                                           |                   |                     | <b>Bajo</b> | <b>Promedio</b> | <b>Alto</b> | <b>Total</b> |
| <b>Edad</b>                                                                | 15 años           | N                   | 8           | 5               | 5           | 18           |
|                                                                            |                   | %                   | 44.4%       | 27.8%           | 27.8%       | 100.0%       |
|                                                                            | 16 años           | N                   | 17          | 16              | 26          | 59           |
|                                                                            |                   | %                   | 28.8%       | 27.1%           | 44.1%       | 100.0%       |
|                                                                            | 17 años           | N                   | 16          | 13              | 16          | 45           |
|                                                                            |                   | %                   | 35.6%       | 28.9%           | 35.6%       | 100.0%       |
| Total                                                                      |                   | N                   | 41          | 34              | 47          | 122          |
|                                                                            |                   | %                   | 33.6%       | 27.9%           | 38.5%       | 100.0%       |
| <i>Sig.: .694, Chi cuadrada: 2.225** (0% casillas con recuento &lt; 5)</i> |                   |                     |             |                 |             |              |
| <b>Procrastinación Académica</b>                                           |                   |                     | <b>Bajo</b> | <b>Promedio</b> | <b>Alto</b> | <b>Total</b> |
| <b>Género</b>                                                              | Masculino         | N                   | 21          | 13              | 28          | 62           |
|                                                                            |                   | %                   | 33.9%       | 21.0%           | 45.2%       | 100.0%       |
|                                                                            | Femenino          | N                   | 20          | 21              | 19          | 60           |
|                                                                            |                   | %                   | 33.3%       | 35.0%           | 31.7%       | 100.0%       |
| Total                                                                      |                   | N                   | 41          | 34              | 47          | 122          |
|                                                                            |                   | %                   | 33.6%       | 27.9%           | 38.5%       | 100.0%       |
| <i>Sig.: .165, Chi cuadrada: 3.598** (0% casillas con recuento &lt; 5)</i> |                   |                     |             |                 |             |              |
| <b>Procrastinación Académica</b>                                           |                   |                     | <b>Bajo</b> | <b>Promedio</b> | <b>Alto</b> | <b>Total</b> |
| <b>Grado escolar</b>                                                       | 4to de secundaria | N                   | 17          | 12              | 9           | 38           |
|                                                                            |                   | %                   | 44.7%       | 31.6%           | 23.7%       | 100.0%       |
|                                                                            | 5to de secundaria | N                   | 24          | 22              | 38          | 84           |
|                                                                            |                   | %                   | 28.6%       | 26.2%           | 45.2%       | 100.0%       |
| Total                                                                      |                   | N                   | 41          | 34              | 47          | 122          |
|                                                                            |                   | %                   | 33.6%       | 27.9%           | 38.5%       | 100.0%       |
| <i>Sig.: .065, Chi cuadrada: 5.462** (0% casillas con recuento &lt; 5)</i> |                   |                     |             |                 |             |              |
| <b>Procrastinación Académica</b>                                           |                   |                     | <b>Bajo</b> | <b>Promedio</b> | <b>Alto</b> | <b>Total</b> |
| <b>Familiares con Covid-19</b>                                             | Si                | N                   | 9           | 10              | 15          | 34           |
|                                                                            |                   | %                   | 26.5%       | 29.4%           | 44.1%       | 100.0%       |
|                                                                            | No                | N                   | 32          | 24              | 32          | 88           |
|                                                                            |                   | %                   | 36.4%       | 27.3%           | 36.4%       | 100.0%       |
| Total                                                                      |                   | N                   | 41          | 34              | 47          | 122          |
|                                                                            |                   | %                   | 33.6%       | 27.9%           | 38.5%       | 100.0%       |
| <i>Sig.: .566, Chi cuadrada: 1.137** (0% casillas con recuento &lt; 5)</i> |                   |                     |             |                 |             |              |

En la siguiente Tabla 10, se puede observar la asociación entre procrastinación académica y las características sociodemográficas, para lo cual se utilizó el chi cuadrado.

Respecto a la asociación entre procrastinación académica y edad, no se encontró una asociación estadísticamente significativa, ya que la significancia fue de .694 ( $p > 0.05$ ); pero se encontraron variaciones referente a la edad de los estudiantes, ya que el mayor porcentaje del 44.4% de estudiantes de 15 años presente un nivel bajo de procrastinación académica, los estudiantes de 16 años en su mayoría porcentual del 44.1% presentaron niveles altos de procrastinación académica y los estudiantes de 17 años presentaron niveles predominantes bajos y altos con el 35.6%.

Respecto a la asociación entre procrastinación académica y género, no se encontró una asociación estadísticamente significativa, ya que la significancia fue de .165 ( $p > 0.05$ ); pero se encontraron variaciones respecto al género en los estudiantes, ya que el mayor porcentaje de estudiantes del género masculino del 45.2% presento niveles altos de procrastinación académica y la mayoría porcentual de estudiantes del género femenino del 35 % presento niveles promedios, pero no siendo en gran porcentaje la diferencia en los otros niveles.

Acerca de la asociación entre procrastinación académica y grado escolar, no se encontró una asociación estadísticamente significativa, ya que la significancia fue de .065 ( $p > 0.05$ ); pero se encontraron variaciones respecto al grado escolar de los estudiantes, ya que el mayor porcentaje de estudiantes del 4to grado de secundaria con un 44.7% presento niveles bajos de procrastinación académica y la mayoría porcentual de estudiantes del 5to grado de secundaria con un 45.2 % presento niveles altos.



Y por último, en la asociación entre procrastinación académica y familiares cercanos con Covid-19, no se encontró una asociación estadísticamente significativa, ya que la significancia fue de .566 ( $p > 0.05$ ); pero se encontraron variaciones respecto a sí los estudiantes presentaron familiares cercanos con Covid-19, ya que el mayor porcentaje de estudiantes con familiares cercanos con Covid-19 presentó niveles altos de procrastinación académica con un 44.1% pero no siendo en gran porcentaje la diferencia en los otros niveles y la mayoría porcentual de estudiantes que sus familiares cercanos no atravesaron por la enfermedad del Covid-19 presentaron niveles altos y bajos con un 36.4%.

**Tabla 11**
*Asociación entre hábitos de estudio y características sociodemográficos*

| Asociaciones |                    |              |          |                    |                    |          |              |        |
|--------------|--------------------|--------------|----------|--------------------|--------------------|----------|--------------|--------|
| Edad         | Hábitos de estudio | Muy negativo | Negativo | Tendencia Negativa | Tendencia positiva | Positivo | Muy positivo | Total  |
|              | 15 años            | N 0          | 0        | 1                  | 6                  | 4        | 7            | 18     |
|              |                    | % 0.0%       | 0.0%     | 5.6%               | 33.3%              | 22.2%    | 38.9%        | 100.0% |
|              | 16 años            | N 8          | 10       | 9                  | 8                  | 11       | 13           | 59     |
|              |                    | % 13.6%      | 16.9%    | 15.3%              | 13.6%              | 18.6%    | 22.0%        | 100.0% |
|              | 17 años            | N 9          | 5        | 6                  | 8                  | 9        | 8            | 45     |
|              |                    | % 20.0%      | 11.1%    | 13.3%              | 17.8%              | 20.0%    | 17.8%        | 100.0% |
|              | Total              | N 17         | 15       | 16                 | 22                 | 24       | 28           | 122    |
|              |                    | % 13.9%      | 12.3%    | 13.1%              | 18.0%              | 19.7%    | 23.0%        | 100.0% |

*Sig.: .191, Chi cuadrada: 13.623\*\* (33.3% casillas con recuento < 5)*

*Ta-c de Kendall: Sig.: .019; Valor de correlación: - .177\*\**

| Hábitos de estudio |           | Muy negativo |       | Negativo | Tendencia Negativa | Tendencia positiva | Positivo | Muy positivo | Total  |
|--------------------|-----------|--------------|-------|----------|--------------------|--------------------|----------|--------------|--------|
| Género             | Masculino | N            | 8     | 11       | 11                 | 10                 | 13       | 9            | 62     |
|                    |           | %            | 12.9% | 17.7%    | 17.7%              | 16.1%              | 21.0%    | 14.5%        | 100.0% |
|                    | Femenino  | N            | 9     | 4        | 5                  | 12                 | 11       | 19           | 60     |
|                    |           | %            | 15.0% | 6.7%     | 8.3%               | 20.0%              | 18.3%    | 31.7%        | 100.0% |
| Total              |           | N            | 17    | 15       | 16                 | 22                 | 24       | 28           | 122    |
|                    |           | %            | 13.9% | 12.3%    | 13.1%              | 18.0%              | 19.7%    | 23.0%        | 100.0% |

*Sig.: .092, Chi cuadrada: 9.465\*\* (0% casillas con recuento < 5)*

| Asociaciones       |             |              |          |                    |                    |          |              |        |
|--------------------|-------------|--------------|----------|--------------------|--------------------|----------|--------------|--------|
| Hábitos de estudio |             | Muy negativo | Negativo | Tendencia Negativa | Tendencia positiva | Positivo | Muy positivo | Total  |
| Grado escolar      | 4to de Sec. | N            | 2        | 0                  | 3                  | 7        | 13           | 38     |
|                    |             | %            | 5.3%     | 0.0%               | 7.9%               | 18.4%    | 34.2%        | 100.0% |
|                    | 5to de Sec. | N            | 15       | 15                 | 13                 | 15       | 11           | 84     |
|                    |             | %            | 17.9%    | 17.9%              | 15.5%              | 17.9%    | 13.1%        | 100.0% |
| Total              | N           | 17           | 15       | 16                 | 22                 | 24       | 28           | 122    |
|                    | %           | 13.9%        | 12.3%    | 13.1%              | 18.0%              | 19.7%    | 23.0%        | 100.0% |

*Sig.: .001, Chi cuadrada: 19.894\*\* (16.7% casillas con recuento < 5)*

| Hábitos de estudio   |    | Muy negativo | Negativo | Tendencia Negativa | Tendencia positiva | Positivo | Muy positivo | Total  |
|----------------------|----|--------------|----------|--------------------|--------------------|----------|--------------|--------|
| Familia con Covid-19 | Si | N            | 5        | 2                  | 6                  | 9        | 7            | 34     |
|                      |    | %            | 14.7%    | 5.9%               | 17.6%              | 26.5%    | 20.6%        | 100.0% |
|                      | No | N            | 12       | 13                 | 10                 | 13       | 17           | 88     |
|                      |    | %            | 13.6%    | 14.8%              | 11.4%              | 14.8%    | 19.3%        | 100.0% |
| Total                | N  | 17           | 15       | 16                 | 22                 | 24       | 28           | 122    |
|                      | %  | 13.9%        | 12.3%    | 13.1%              | 18.0%              | 19.7%    | 23.0%        | 100.0% |

*Sig.: .346, Chi cuadrada: 5.612\*\* (25% casillas con recuento < 5)*

*V de Cramer: Sig.: .346; Valor de correlación: .214\*\**



En la siguiente Tabla 11, se presenta la asociación entre hábitos de estudio y las características sociodemográficas, para lo cual se utilizó el chi cuadrado, Tau-c de Kendall y V de Cramer (estos dos últimos se utilizaron para las asociaciones que no cumplieron con el criterio del Chi cuadrado ya que el porcentaje de las casillas era mayor al 20% requerido).

Respecto a la asociación entre hábitos de estudio y edad, se encontró una asociación estadísticamente significativa, ya que la significancia fue de .019 ( $p < 0.05$ ), es decir se dan fluctuaciones o variaciones en los hábitos de estudio de acuerdo a la edad, esto lo podemos evidenciar de acuerdo a los resultados, ya que el mayor porcentaje del 38.9% de estudiantes de 15 años presentan hábitos de estudio muy positivos, los estudiantes de 16 años en su mayoría porcentual del 22% presentaron hábitos de estudio muy positivos y los estudiantes de 17 años presentaron hábitos de estudio positivos y muy negativos pero solo con un 20% para ambas categorías.

Respecto a la asociación entre hábitos de estudio y género, no se encontró una asociación estadísticamente significativa, ya que la significancia fue de .092 ( $p > 0.05$ ); pero se encontraron variaciones respecto al género en los estudiantes, ya que el mayor porcentaje de estudiantes del género masculino del 21% presento hábitos de estudio positivos y la mayoría porcentual de estudiantes del género femenino del 31.7 % presento hábitos de estudio muy positivos.

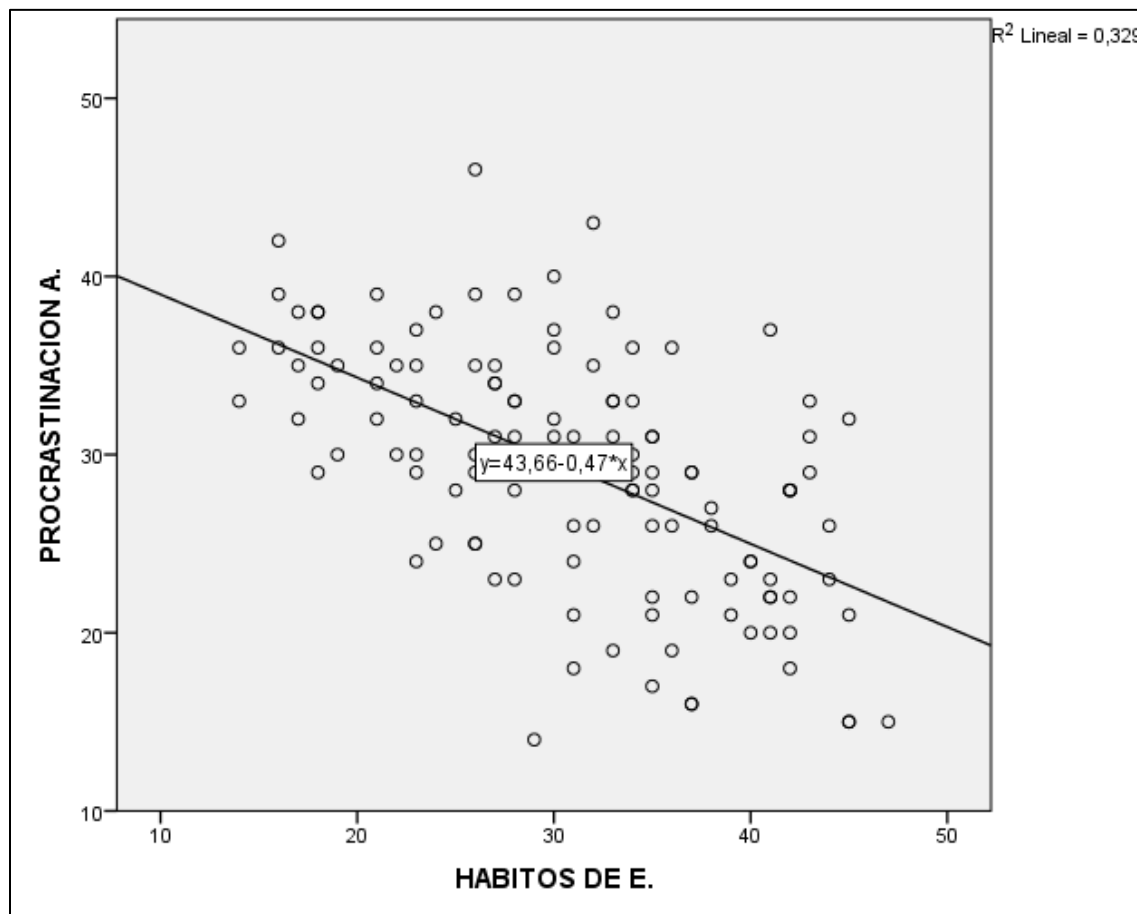
Acerca de la asociación entre hábitos de estudio y grado escolar, se encontró una asociación estadísticamente significativa, ya que la significancia fue de .001 ( $p < 0.05$ ); es decir se dan fluctuaciones o variaciones en los hábitos de estudio de acuerdo a la edad, esto lo podemos evidenciar de acuerdo a los resultados, ya que el mayor porcentaje de estudiantes del 4to grado de secundaria con un 34.2% presento hábitos de estudio positivos y muy positivos para ambas categorías y la mayoría porcentual de estudiantes del 5to grado de secundaria con un

17.9 % presento hábitos de estudio muy positivos, con tendencia positiva, negativos y muy negativos en cada categoría.

Y por último, en la asociación entre hábitos de estudio y familiares cercanos con Covid-19, no se encontró una asociación estadísticamente significativa, ya que la significancia fue de .346 ( $p > 0.05$ ); pero se encontraron variaciones respecto a sí los estudiantes presentaron familiares cercanos con Covid-19, ya que el mayor porcentaje de estudiantes con familiares cercanos con Covid-19 presentó hábitos de estudio con tendencia positiva con un 26.5% y la mayoría porcentual de estudiantes que sus familiares cercanos no atravesaron por la enfermedad del Covid-19 presentaron hábitos de estudio muy positivos con un 26.1%.

**FIGURA 1**

*Relación entre procrastinación académica y hábitos de estudio*



En la Figura 1, podemos visualizar la relación moderada negativa entre procrastinación académica y hábitos de estudio, en el gráfico se observa que la nube de puntos que representan a la muestra, se aglomera moderadamente en la línea de regresión, en dirección hacia la parte inferior, es decir ambas variables fluctúan inversamente entre sí, explicándose que a mayor procrastinación académica se presentaran menores hábitos de estudio o de manera inversa.



## DISCUSIÓN

La siguiente investigación, tuvo como finalidad determinar la correlación entre la procrastinación académica y hábitos de estudio, en estudiantes de 4to y 5to año de secundaria, en el marco de la pandemia de Covid-19, la hipótesis fue comprobada.

Estos resultados obtenidos tienen relación o concuerdan, con el estudio realizado por Gutiérrez et al. (2020) en México, también concuerdan con estudios realizados en nuestro país como el de Moreno y Sebastiany (2020) y con un estudio que encontró una asociación significativa entre las variables principales como el desarrollado en Chiclayo por Coronado (2020). Así mismo, los resultados obtenidos en la presente investigación, no concuerdan con los resultados hallados por Silva (2020) en Piura, donde sus resultados hallados mostraron una asociación significativamente positiva de nivel bajo, entre las variables estudiadas, aun utilizando los mismos instrumentos; y con la investigación de Córdova-Torres y Alarcón-Arias (2019) desarrollada en Lima, que no encontró una relación significativa entre procrastinación académica y hábitos de estudio.

La relación negativa moderada estadísticamente significativa entre las variables, se puede deducir de acuerdo a un análisis en el proceso del aprendizaje, es decir las personas con niveles altos de procrastinación académica tienen una baja autorregulación en sus conductas (Rabin et al., 2011, como se citó en Brando, 2020), porque puede que no presenten una adecuada metacognición, es decir no son consciente de la forma en cómo se lleva su aprendizaje (Lanz, 2006) y por podrían ser proclives a no desarrollar un adecuado aprendizaje, porque no saben cómo ejecutarlo y si una persona tiene conductas de autorregulación podrá hacer frente a las adversidades que se le presentan (Jaramillo y Simbaña, 2014); como en el caso de los hábitos de

estudio que son conductas modeladas pero al ser automáticas se convierten en un proceso activo (Hull, 1966, como se citó en Vicuña, 1998).

En cuanto a la relación entre las dimensiones de procrastinación académica y hábitos de estudio: se encontró relaciones positivas entre autorregulación académica con las dimensiones de hábitos de estudio: forma de estudio, resolución de tareas, preparación de exámenes, forma de escuchar la clase, contrariamente a la dimensión de Acompañamiento al estudiar que no presentó una relación significativa. Esto se podría interpretar desde modelo de aprendizaje regulado que refiere que una persona con adecuados hábitos de estudio presenta estrategias cognitivas autorreguladoras (Norzagaray et al., 2012, como se citó en Domínguez, 2018); sin embargo la teoría motivacional temporal de la procrastinación académica, refiere que las personas que presenten expectativas estarán motivados y los individuos que desarrollen estos hábitos, presentaran expectativas frente a sus notas (Steel y König, 2006, como se citó en Ayala et al., 2020); en contraste con el acompañamiento al estudiar que se está influenciado por aspectos psicosociales, como estar con familia, amigos o interrupciones que se puedan presentar (Vicuña, 2014).

Por el contrario, se halló relaciones negativas entre la dimensión de postergación de actividades con las dimensiones de hábitos de estudio: forma de estudio, resolución de tareas, preparación de exámenes, forma de escuchar la clase, encontrando diferencias con la dimensión de Acompañamiento al estudiar, que no presentó una relación significativa. Esto podría entender con lo referido por Martínez et al. (1999) que menciona que para tener buenos hábitos de estudio se requiere de organización, responsabilidad y constancia; en contraste con la postergación de actividades, en la que se da un retraso en las labores, lo que caracteriza a la procrastinación (Haycock et al., 1998).

Entre las investigaciones que coinciden con algunas de las relaciones entre las dimensiones de procrastinación académica y hábitos de estudio de la presente investigación, se encuentran los resultados obtenidos por Córdova-Torres y Alarcón-Arias (2019) que encontró una relación entre la preparación de exámenes y la postergación de actividades, además de una relación entre la forma de escuchar la clase con autorregulación académica.

En cuanto a los niveles de procrastinación académica, se encontró que predominó el nivel alto en los estudiantes con un porcentaje de 38.5%, estos resultados concuerdan con los estudios realizados por Carhuapoma (2018); son similares a Nuñez (2014), A. Chávez y Valdivia (2020), y a Fausto (2021) que encontraron que la mayoría porcentual de su muestras presentaron niveles moderados de procrastinación académica; pero contrastan con Rivas (2019) que encontró que el 67% de su muestra presentó niveles bajos de procrastinación académica.

Lo referido se puede explicar desde la teoría psicodinámica, que plantea que las personas procrastinan porque sus labores le generan angustia (Ferrari et al, 2009, como se citó Ayala et al., 2020); relacionándose lo mencionado al actual contexto, con investigaciones que indican que en la pandemia los estudiantes presentaron problemáticas como el estrés o la ansiedad por el confinamiento. (Saldívar-Garduño y Ramírez-Gómez, 2020; Lovón y Cisneros, 2020; Ticona et al., 2021)

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos en las dimensiones de procrastinación académica, se evidenció que la mayoría porcentual de la muestra de esta investigación, presentó una autorregulación académica baja con un 41% y una postergación de actividades alta con un 45.9%, estos resultados son equivalentes a los encontrados por Rivas (2019). Lo mencionado concuerda con la teoría, que menciona que la procrastinación académica, se da con el retraso las actividades académicas (Rothblum et al., 1986) y por un desperfecto en la autorregulación



(Rabin et al., 2011, como se citó en Brando, 2020), es decir presentándose la procrastinación académica de manera directa con la postergación de actividades y de manera inversa con la autorregulación académica, como lo obtenido en los resultados presentados.

Respecto a los hábitos de estudio, el mayor porcentaje de la muestra, presenta hábitos de estudio muy positivos, seguido de hábitos de estudio positivos y de tendencia positiva. Estos resultados son similares a Zavala (2019) que encontró que alumnos de 5to de secundaria en Lima, en un 53.3% presentaron hábitos de estudio positivos y a Riveros (2018) que encontró estudiantes con una muestra similar al estudio anterior, que en su mayoría porcentual presentaron hábitos de estudio con una tendencia positiva; y contrastan con Huanta y Huallani (2014) que encontraron que estudiantes de 1ro a 5to de secundaria presentaron hábitos de estudio con una tendencia negativa y con Espino (2018) que realizó una investigación en Ayacucho con estudiantes de secundaria donde el 44% de su muestra presentó hábitos de estudio con tendencia negativa. Explicándose estos resultados ya que la muestra estudiada se encuentra en la etapa de la adolescencia y en una edad donde están próximos a egresar del colegio, por lo que existiría una propensión a su preparación para su próxima educación profesional (Papalia et al., 2012) reforzando así estos hábitos, y/o en otros casos se podrían presentar el aumento de estos hábitos sin la necesidad de una cognición, es decir siendo una rutina (Hull, 1966, como se citó en Vicuña), debido al contexto de la pandemia y del confinamiento en el que se encuentran los adolescentes a diferencia de los adultos, que suelen salir más activamente por sus responsabilidades, por lo que los estudiantes no presentarían una distracción de nivel social al no estar con amigos o por el control que puedan ejercer sus padres.

Sobre los resultados en las dimensiones de hábitos de estudio, se encontró que los estudiantes en su mayoría porcentual en las categorías de forma de estudiar y en

acompañamiento al estudiar, presentaron hábitos de estudio positivos y en las categorías de resolución de tareas, preparación de exámenes y la forma de escuchar la clase presentaron hábitos de estudio muy negativos; aunque estos resultados suenan un tanto inconsecuentes con los resultados generales de hábitos de estudio, es importante mencionar que en las dimensiones en la que los hábitos de estudio presentaron puntuaciones bajas, las demás categorías de cada una de estas dimensiones presentaron puntajes equivalentes en categorías positivas, lo que expresa que los estudiantes presentan hábitos de estudio positivos.

Así mismo, explicando los resultados en base a la mayoría porcentual de los puntajes, el que los estudiantes obtuvieran categorías positivas en forma de estudio y acompañamiento al estudiar, es decir que los estudiantes utilicen técnicas como el subrayado o relacionen temas y presenten un acompañamiento por parte de sus padres sin que se den interrupciones; y que presentaran resultados negativos en resolución de tareas, preparación de exámenes y forma de escuchar la clase, que denotaría a la búsqueda de apoyo, momento de estudio y lo relacionado a los registros con la participación en clase (Vicuña, 2014; Rebaza, 2016), estaría relacionado a que en estas categorías con altos puntajes requeriría un aprendizaje con mayor concentración y con involucramiento de los padres y las otras categorías presentan un involucramiento más social, en el que es imprescindible un aprendizaje en el aula, ya que aquí también se desarrollan emociones y afectos (Martínez, 2015), es decir que se verían influenciados por la relación con sus compañeros y profesores.

Estos resultados concuerdan con la investigación de Riveros (2018), no obstante son distintos en las dimensiones de resolución de tareas y de preparación de exámenes, donde se obtuvo una tendencia positiva; de manera similar con Zavala (2019) pero difieren en las categorías de resolución de tareas, preparación de exámenes y la forma de escuchar la clase

donde el autor encontró categorías positivas y de tendencia positiva; así mismo con Espino (2018) que presentó resultados similares pero discrepa con las dimensiones de acompañamiento al estudiar y forma de escuchar la clase presentando resultados inversos; y por ultimo con Dalguerre (2017) que discrepa con los valores hallados en las dimensiones de preparación de exámenes y en la forma de escuchar la clase.

En esta investigación también se asoció la procrastinación académica con las características sociodemográficas, donde no se encontró ninguna relación, pero se evidenciaron diversas variaciones en las características; estos resultados discrepan con Carhuapoma (2018) que encontró asociaciones respecto al grado de estudio en una muestra de estudiantes de 11 a 17 años, estas diferencias se podrían justificar debido a que su muestra se encontraba en diferentes grados académicos y por ende presentaba diferentes edades, es decir se encontraban en diferentes etapas de la adolescencia, algunos de acuerdo a su edad podrían estar en la adolescencia temprana, intermedia o tardía, que cada etapa difiere en cuanto a sus características. (Craig, 1997; Delval, 2000; Papalia et. al., 2001, como se citó en Luzuriaga, 2013)

Por último, se asoció los hábitos de estudio con las características sociodemográficas, donde se encontró asociaciones con edad y grado escolar; resultados similares fueron encontrados por Huata y Huallani (2014) que encontraron diferencias significativas con estas mismas características sociodemográficas; explicándose esto de acuerdo a que los adolescentes por su edad y su grado académico podrían tener preocupación por su próxima etapa profesional, lo que les llevaría a presentar mayor ansiedad por las nuevas responsabilidades (Craig, 1997; Delval, 2000; Papalia et. al., 2001, como se citó en Luzuriaga, 2013; Papalia et al., 2012).



## CONCLUSIONES

**PRIMERA:** En esta investigación se halló una correlación negativa moderada estadísticamente significativa, entre procrastinación académica y hábitos de estudio, en estudiantes de 4to y 5to de secundaria en el marco de la pandemia de Covid-19.

**SEGUNDA:** Se evidenció correlaciones positivas estadísticamente significativas, entre autorregulación académica y postergación de actividades, con las dimensiones de hábitos de estudio: forma de estudio, resolución de tareas, preparación de exámenes, y forma de escuchar la clase.

**TERCERA:** Los niveles de procrastinación académica en estudiantes de 4to y 5to de secundaria en el marco de la pandemia de Covid-19, fueron altos en su mayoría porcentual, en un 38.5%.

**CUARTA:** En referencia a los niveles de las dimensiones de procrastinación académica, los resultados presentados en autorregulación académica (41%) fueron bajos y en postergación de actividades (45.9%) fueron altos.

**QUINTA:** Los niveles de los hábitos de estudio en los estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria en el marco de la pandemia de Covid-19, fueron muy positivos en su mayoría porcentual, en un 23%.

**SEXTA:** En cuanto los niveles en las dimensiones de hábitos de estudio, los resultados presentados en la forma de estudio (24.6%) y el acompañamiento al estudiar (25.4%) fueron positivos y en la resolución de tareas (31.1%), la preparación de exámenes (20.5%) y la forma de escuchar la clase (24.65) fueron muy negativos.

**SÉPTIMA:** En cuanto a las características sociodemográficas, la muestra de esta investigación en su mayoría porcentual, tienen 16 años (48.4%), son de género masculino (50.8%), se

encuentran en 5to de secundaria (68.9%) y no presentaron familiares cercanos con Covid-19 (72.1%).

**OCTAVA:** La procrastinación académica no presenta ninguna asociación significativamente estadística, con alguna de las características sociodemográficas.

**NOVENA:** Los hábitos de estudio presentan asociaciones significativamente estadísticas con edad y grado académico.



## SUGERENCIAS

**PRIMERA:** Es recomendable realizar mayores estudios, que relacionen la procrastinación académica y los hábitos de estudio en muestras de estudiantes de secundaria, ya que es importante conocer cómo se dan las fluctuaciones de estas variables en este grupo, para generar diversas estrategias de intervención en estudiantes que se encuentran en una etapa como la adolescencia, que se puede ver influencia por diversos factores, esto en beneficio de prevenir problemas de aprendizaje.

**SEGUNDA:** Es importante que se den más trabajos de investigación comparativos, sobre procrastinación académica y hábitos de estudio, que analicen como se dio la dinámica de las variables, en estudiantes que desarrollaron su aprendizaje remotamente, para poder intervenir adecuadamente en las afectaciones tanto psicológicas y de aprendizaje que se pudieron presentar.

**TERCERA:** Se deben brindar talleres psicológicos en los colegios, en los que se desarrollen programas preventivo-promocionales para concientizar a los estudiantes acerca de los problemas que la pandemia pudo generar en su aprendizaje, ya es que importante que los estudiantes sean conscientes de ello, para que se comprometan a trabajar individualmente en lo referido.

**CUARTA:** Se deben desarrollar talleres en las escuelas de padres, en las que los padres conozcan la importancia de realizar acciones para prevenir comportamientos procrastinadores en sus hijos desde el hogar, siendo importante lo expuesto ya que los adolescentes al ver esas conductas en el hogar lo reflejaran en su área académica.

**QUINTA:** Se debe implementar y desarrollar talleres para los estudiantes que se encuentran en los últimos grados de educación secundaria, donde se incluyan la promoción de adecuados hábitos de estudio en los programas de orientación vocacional, para que así los estudiantes al



egresar del colegio y empezar una nueva etapa universitaria, no presenten conductas procrastinadoras en el área académica.

**SEXTA:** Se deben fomentar alternativas de intervención en los colegios desde los primeros años de secundaria, para que los estudiantes puedan mejorar sus hábitos de estudio, de acuerdo al tipo de modalidad de educación que llevan, siendo la presencial o la remota, para que así los estudiantes no se vean perjudicados en su aprendizaje en la coyuntura actual.

**SÉPTIMA:** Es necesario realizar estudios que nos muestren como se da el aprendizaje en los estudiantes en diversas etapas de la adolescencia, para poder implementar talleres promocionando constructos como los hábitos de estudio, de acuerdo a cada etapa del desarrollo de los estudiantes, con el objetivo de generar un aprendizaje más significativo.

## LIMITACIONES

**PRIMERA:** Debido a la pandemia que estamos viviendo, se tomó las pruebas de manera virtual, ya que por disposiciones de la institución y del gobierno, los alumnos no podían asistir a clases presenciales.

**SEGUNDA:** Por problemas respecto a la accesibilidad de las instituciones educativas, no se pudo presentar una población en la que participaran estudiantes de otros colegios.

**TERCERA:** Se dieron inconvenientes en las coordinaciones con los tutores de los estudiantes, ya que no todos accedieron de manera inmediata para facilitar la aplicación de los instrumentos, lo que generó un retraso en la aplicación de los mismos.

**CUARTA:** Existió dificultades en lo referente, a que los estudiantes realizaran las pruebas, ya que los papas no podían aceptar el consentimiento informado, porque algunos se encontraban trabajando, además los estudiantes no tenían mucho tiempo, puesto que algunos estaban en academias preuniversitarias.

## REFERENCIAS

Ackerman, D. S., & Gross, B. L. (2007). I Can Start That JME Manuscript Next Week, Can't I?

The Task Characteristics Behind Why Faculty Procrastinate. *Journal of Marketing*

*Education*, 29(2), 97–110. <https://doi.org/10.1177/0273475307302012>

Álvarez, O. R. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona*, 13, 159–177.

<https://doi.org/10.26439/persona2010.n013.270>

Ayala, A. S., Rodríguez, R. Y., Villanueva, W., Hernández, M., & Campos, M. (2020). La

procrastinación académica: teorías, elementos y modelos. *Revista Muro de la*

*Investigación*, 5(2), 40–52. <https://doi.org/10.17162/rmi.v5i2.1324>

Brando, C. (2020). *Nuevas perspectivas en procrastinación. Desarrollo conceptual y empírico en estudiantes de enfermería*. [Tesis de Doctorado, Universidad Autónoma de Barcelona].

<https://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/670412/cbg1de1.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Burka, J. B., & Yuen, L. M. (1983). *Procrastination: Why you do it and what to do about it*. Addison-Wesley.

Busko, D. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model*. [Tesis de Maestría, The University of Guelph].

<https://atrium.lib.uoguelph.ca/xmlui/handle/10214/20169>



Carhuapoma, Y. C. (2018). *Motivación académica y Procrastinación en adolescentes de educación secundaria de la institución educativa pública José Buenaventura Sepúlveda, Cañete-2017*. [Tesis de Doctorado, Universidad San Martín de Porres].

[https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/4130/carhuapoma\\_ayc.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/4130/carhuapoma_ayc.pdf?sequence=3&isAllowed=y)

Carreño-Dueñas, J. (2016). Consentimiento informado en investigación clínica: un proceso dinámico. *Persona y Bioética*, 20(2), 232–243. <https://doi.org/10.5294/pebi.2016.20.2.8>

Chávez, A. F., & Valdivia, F. P. (2020). *Procrastinación y Rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica de Santa María].  
<http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/9941/76.0418.PS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Coronado, C. A. (2020). *Procrastinación académica y hábitos de estudio en alumnos de quinto grado de secundaria en una institución educativa de Chiclayo 2018*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Señor de Sipán].  
<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6653/Coronado%20Hurtado%20Cristian%20Adrian.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Córdova-Torres, P., & Alarcón-Arias, A. (2019). Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes universitarios en Lima Norte. *CASUS. Revista de Investigación y Casos en Salud*, 4(1), 22–29. <https://doi.org/10.35626/casus.1.2019.161>

Covey, S. R. (2003). *Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva*. Paidós.

Dalguerre, C. A. (2017). *Rendimiento escolar, clima social familiar y hábitos de estudio en estudiantes de educación secundaria*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica de Santa María].

<http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/6171/76.0309.PS.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

Dominguez, C. (2018). *Hábitos de estudio en estudiantes de tercer ciclo de la facultad de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana, 2018*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de la Vega].

[http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/3288/TRAB.SUF.PROF\\_Camila%20Dominguez%20Celadita.pdf?sequence=2&isAllowed=y](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/3288/TRAB.SUF.PROF_Camila%20Dominguez%20Celadita.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

Espino, N. H. (2019). *La relación entre la motivación y los Hábitos de estudio de los estudiantes del nivel secundario de la Investigación Educativa Particular “Apóstol Pablo” Ayacucho 2018*. [Tesis de Licenciatura, Universidad de Ayacucho Federico Froebel].

<http://repositorio.udaff.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11936/150/TESIS%20FINAL%20Orotular.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Fernández, F. (2002). *Inventario de hábitos de estudio*. Editorial TEA.

Fausto, M. I. (2021). *Procrastinación académica y creencias irracionales en estudiantes de secundaria de tres instituciones educativas nacionales en Lima Sur*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del Perú].

<http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/1321/1/Fausto%20Casafranca%20Mary%20Ines.pdf>

Gutiérrez, A., Huerta, M., & Landeros, M. (2020). Relación entre funciones ejecutivas y hábitos de estudio con la procrastinación académica de estudiantes de bachillerato. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 23(4), 1741–1767.

<https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2020/epi204s.pdf>

Haycock, L. A., McCarthy, P., & Skay, C. L. (1998). Procrastination in College Students: The Role of Self-Efficacy and Anxiety. *Journal of Counseling & Development*, 76(3), 317–324. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1998.tb02548.x>

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6.a ed.). Mc Graw Hill.

Howell, A., & Watson, D. (2007). Procrastination: Associations with achievement goal orientation and learning strategies. *Personality and Individual Differences*, 43(1), 167–178. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.11.017>

Huayta, R. S., & Huayllani, Y. (2014). *Influencia de los hábitos de estudio en el rendimiento escolar de los estudiantes de primero a quinto grado de educación secundaria en el área de historia, geografía y economía de la institución educativa privada Santiago Ramón y Cajal del Distrito de Uchumayo*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa].

<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/1968/Edhuqurs.pdf?sequence=1&isAllowed=y>



Jaramillo, L. M., & Simbaña, V. P. (2014). La metacognición y su aplicación en herramientas virtuales desde la práctica docente. *Sophía, Colección de Filosofía de la Educación*, 16, 299–313. <https://doi.org/10.17163/soph.n16.2014.13>

Lanz, M. Z. (2006). *El Aprendizaje Autorregulado*. Novedades Educativas.

Lovón, M., & Cisneros, S. (2020). Repercusiones de las clases virtuales en los estudiantes universitarios en el contexto de la cuarentena por COVID-19: El caso de la PUCP. *Propósitos y Representaciones*, 8(SPE3), e588. <https://doi.org/10.20511/pyr2020.v8nspe3.588>

Luzuriaga, J. C. (2013). *Diseño de un Protocolo de Intervención Psicoterapéutica focalizado en la Personalidad en adolescentes víctimas de violencia sexual*. [Tesis de Maestría, Universidad Central del Ecuador]. <https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/3307/1/10081.PDF>

Martín, S. (2013). Aplicación de los principios éticos a la metodología de la investigación. *Enfermería en Cardiología*, 58-59, 27–30. [https://www.enfermeriaencardiologia.com/wp-content/uploads/58\\_59\\_02.pdf](https://www.enfermeriaencardiologia.com/wp-content/uploads/58_59_02.pdf)

Martínez, V., Pérez, O., & Torres, I. (1999). *Análisis de los hábitos de estudio*. Editorial Don Vasco.

Martínez, H. (2015). *Psicología educativa: el psicólogo en la práctica educativa*. UCSM

Mondragón, C., Cardoso, D., & Bobadilla, S. (2017). Hábitos de estudio y rendimiento académico. Caso estudiantes de la licenciatura en Administración de la Unidad

Académica Profesional Tejupilco, 2016. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 8(15), 661–685.

<https://doi.org/10.23913/ride.v8i15.315>

Moreno, C., & Sebastiany A. A. (2020). *Procrastinación académica y hábitos de estudio en alumnos de una universidad privada de la ciudad de Chiclayo*, 2019. [Tesis de Licenciatura, Universidad Señor de Sipán].

<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/7893/Chanam%c3%a9%20Moreno%2c%20Alexis%20Alejandro%20Sebastiany.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Natividad, L. A. (2014). *Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios*. [Tesis de Doctorado, Universidad de Valencia].

<https://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/37168/Tesis%20Luis%20a.%20Natividad.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Negrete, J. (2009). *Estrategias para el aprendizaje*. Editorial Limusa.

Núñez, A. P. (2014). *Uso de redes sociales virtuales y procrastinación académica en estudiantes de educación secundaria de las instituciones educativas de Comas*. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo].

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/18011/Nu%c3%b1ez\\_VAP.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/18011/Nu%c3%b1ez_VAP.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Ortega, V. (2014). *Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes de segundo de secundaria de una institución educativa del Callao*. [Tesis de Maestría, Universidad San

Ignacio De Loyola]. <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/4a05f3d4-746e-4250-97b2-289fbe7bca06/content>

Oyanguren, J. Y. (2017). *Procrastinación y ansiedad rasgo en estudiantes universitarios de una universidad privada*. [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo].

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/16027/Oyanguren\\_GJY.pdf?sequence=1](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/16027/Oyanguren_GJY.pdf?sequence=1)

Papalia, D. E., Feldman, R. D., & Martorell, G. (2012). *Desarrollo Humano* (12.ª ed.). MCGRAW HILL EDDUCATION.

Peñarreal, R. (2008). *Hábitos de Estudio y Tarea en la Casa*. Ediciones de la Universidad de Illinois.

Pozar, F. (2002). *Inventario de hábitos de estudio*. Tea Ediciones S.A.

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

Rebaza, K. F. (2016). *Propiedades psicométricas del inventario de hábitos de estudio en estudiantes del nivel secundario de la provincia de Otuzco*. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo].  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/605/rebaza\\_ck.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/605/rebaza_ck.pdf?sequence=1&isAllowed=y)



- Rivas, S. (2019). *Tipología de violencia y procrastinación académica en estudiantes de quinto de secundaria de una institución educativa, Santa Anita, 2018*. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo].  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/39477/Rivas\\_DS.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/39477/Rivas_DS.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Riveros, M. C. (2018). *Hábitos de estudio en estudiantes del 5to. Año de secundaria de una Institución Pública del distrito de Comas*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de la Vega].  
[http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/3542/TRAB.SUF.PROF\\_Mar%C3%Ada%20Cynthia%20Riveros%20P%C3%A9rez.pdf?sequence=2&isAllowed=y](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/3542/TRAB.SUF.PROF_Mar%C3%Ada%20Cynthia%20Riveros%20P%C3%A9rez.pdf?sequence=2&isAllowed=y)
- Rothblum, E. D., Solomon, L. J., & Murakami, J. (1986). Affective, cognitive, and behavioral differences between high and low procrastinators. *Journal of Counseling Psychology*, 33(4), 387–394. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.33.4.387>
- Saldívar-Garduño, A., & Ramírez-Gómez, K. (2020). Salud mental, Género y enseñanza remota durante el confinamiento por el covid-19 en México. *Persona*, 23(2), 11–40.  
[https://doi.org/10.26439/persona2020.n023\(2\).5011](https://doi.org/10.26439/persona2020.n023(2).5011)
- Silva, A. M. (2020). *Procrastinación académica y hábitos de estudio en estudiantes de una universidad de Piura*, 2020. [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo].  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/52033/Silva\\_CAM%20-%20SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/52033/Silva_CAM%20-%20SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94.

<https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>

Tapia, M. A. (2020). *Evidencias psicométricas de una versión de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) en adolescentes de 15 a 17 años de Lima, 2020*. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo].

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/47624/Tapia\\_RMA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/47624/Tapia_RMA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Ticona, M., Zela, N., & Vásquez, L. (2021). Ansiedad y estrés en la educación virtual en el periodo de emergencia sanitaria por el COVID-19. *Revista Científica De Sistemas E Informática*, 1(2), 27–37. <https://doi.org/10.51252/rcsi.v1i2.161>

Vicuña, L. (1998). *Inventario de hábitos de estudio*. CEDEIS.

Vicuña, L. (2014). *Inventario de hábitos de estudio* (4° ed.). LAVP.

Woolfolk, A. (2010). *Psicología Educativa* (11.ª ed.). Pearson Educación.

Zavala, M. I. (2021). *Hábitos de estudio y rendimiento académico de los estudiantes de quinto de secundaria en la Institución Educativa Privada Niño Belén*. [Tesis de Maestría, Universidad Privada del Norte].

<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/23133/Zavala%20Soto%20Monica%20Ivonne.pdf?sequence=7&isAllowed=y>

## ANEXOS

### Anexo 1:

#### CATEGORIZACIÓN DE VARIABLES

| Variable                         | Instrumento                               | Dimensiones                 | Indicadores                                                                                                                                                             | Ítems                        | Tipo de Variable    |
|----------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|---------------------|
| <b>Procrastinación académica</b> | Escala de Procrastinación Académica (EPA) | Postergación de actividades | Aplazamiento de las labores relacionadas al estudio por otras más atractivas y que generen un disfrute.                                                                 | 1, 6, 7                      | Cualitativa ordinal |
|                                  |                                           | Autorregulación académica   | Control de cogniciones, motivaciones y conductas de las personas que se encuentren en el ambiente académico, donde se ejecutan actividades para generar un aprendizaje. | 2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 12 | Cualitativa ordinal |



|                           |                                          |                                    |                                                                                                    |                                              |                      |
|---------------------------|------------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|----------------------|
| <b>Hábitos de Estudio</b> | Inventario de Hábitos de Estudio CASM-85 | ÁREA 1: Forma estudio              | Utilización del subrayado, realizar preguntas, memoria, uso del diccionario, relacionar los temas. | 1,2,3,4, 5,6,7,8, 9,10,11 y 12               | Cuantitativa ordinal |
|                           |                                          | ÁREA 2: Resolución de tarea        | Uso de resúmenes, busca apoyo, organización.                                                       | 13,14,15, 16,17,18, 19,20,21 y 22            | Cuantitativa ordinal |
|                           |                                          | ÁREA 3: Preparación exámenes       | Uso de resúmenes, momento de estudio, recuerdo lo estudiado.                                       | 23,24,25, 26,27,28, 29,30,31, 32 y 33        | Cuantitativa ordinal |
|                           |                                          | ÁREA 4: Forma de escuchar la clase | Participación en clase y registro de lo tratado en clase.                                          | 34,35,36, 37,38,39, 40,41,42, 43,44 ,45 y 46 | Cuantitativa ordinal |
|                           |                                          | ÁREA 5: Acompañamiento al estudiar | Como se da el estudio en casa y en clase, de acuerdo a las interrupciones y hábitos en general.    | 47, 48,49,50 ,51,52,53 ,54,55                | Cuantitativa ordinal |

Anexo 2:

OFICIO

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                |                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Universidad Católica<br/>de Santa María</b> | <small>(51 54) 382038    <a href="http://www.ucsm.edu.pe">http://www.ucsm.edu.pe</a>    <a href="https://www.facebook.com/ucsm.edu.pe/">facebook.com/ucsm.edu.pe/</a></small> |
| <b>“IN SCIENTIA ET FIDE EST FORTITUDO NOSTRA”</b><br>(En la Ciencia y en la Fe está nuestra Fortaleza)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                |                                                                                                                                                                               |
| Arequipa, 14 de diciembre del 2021                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                |                                                                                                                                                                               |
| <b><u>Oficio N° 216- EPPsic-2021</u></b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                |                                                                                                                                                                               |
| Señor Licenciado<br><b>MANUEL ÁNGEL BEJARANO NÚÑEZ</b><br>Director de la Institución Educativa San Martín de Socabaya<br><u>Presente.-</u>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                |                                                                                                                                                                               |
| De mi consideración:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                |                                                                                                                                                                               |
| <p>Es grato dirigirme a usted, en nombre de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica de Santa María, para presentar al señor Bachiller <b>EDUARDO YONI MESTAS QUISPE</b>, quien se encuentra desarrollando su tesis titulada: <b>“PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA EN ESTUDIANTES DE 4TO Y 5TO DE SECUNDARIA”</b>, con la cual pretende optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología.</p> <p>En tal sentido, solicito su autorización a fin de que nuestro ex-alumno pueda realizar la aplicación de la Escala de Procrastinación Académica y el Inventario de Hábitos de Estudio CAMS-85 a los alumnos del 4to. y 5to. de secundaria, en la Institución que usted dignamente dirige, lo que permitirá lograr su objetivo académico. Al respecto, se informa que su proyecto de tesis ha sido aprobado y con la opinión favorable de esta Dirección.</p> <p>Agradezco el apoyo a nuestros jóvenes valores y la atención al presente. Hago propicia la oportunidad para reiterarle los sentimientos de mi mayor consideración y estima personal.</p> |                                                |                                                                                                                                                                               |
| Atentamente,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                |                                                                                                                                                                               |
| <br><b>Mgter. Flor Aleida Vilches Velasquez</b><br><small>Directora(a) de la Escuela Profesional de Psicología<br/>Universidad Católica de Santa María</small>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                |                                                                                                                                                                               |
| FVV/EPP<br>hade<br>Adj. instrumentos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                |                                                                                                                                                                               |

### Anexo 3

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

### Consentimiento Informado

Mi cordial saludo, me llamo Eduardo Mestas Quispe, soy bachiller en Psicología, te quiero agradecer por haber aceptado ingresar a este enlace, te pido por favor que leas la siguiente descripción y decidas entre las opciones que se encuentran al finalizar esta sección. En este consentimiento informado, usted decide si da o no consentimiento, para participar en esta investigación.

La investigación que estoy realizando tiene como objetivo conocer la relación entre "Procrastinación académica" y "Hábitos de estudio", también se pedirá que se brinden algunos datos personales que nos ayudaran con el propósito de este estudio,

Este instrumento consta de 4 secciones, la primera es esta sección donde tu aceptas ser participe de la investigación, en la segunda sección se pedirán datos personales, la tercera sección contiene preguntas acerca de la procrastinación académica y en la ultima sección encontraremos preguntas de Hábitos de estudio.

Esta información es anónima, confidencial y los datos brindados son voluntarios, en cualquier momento puedes decidir si quiere dejar de llenar esta apartado. Los resultados de esta investigación serán utilizados, para generar un aporte al conocimiento científico.

¿Das tu consentimiento para que tu hijo(a) participe en este estudio? \*

☐ Sí, acepto

☐ No, acepto

Atrás

Siguiente

Borrar formulario



Anexo 4

FICHA DE DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS

¿Qué edad tienes? \*

☐ 15 años

☐ 16 años

☐ 17 años

¿Cuál es tu género? \*

☐ Masculino

☐ Femenino

¿Cuál es tu grado escolar? \*

☐ 4to grado de Secundaria

☐ 5to grado de Secundaria

¿Alguno de tus familiares cercanos fue diagnosticado con covid-19? \*

☐ Si

☐ No

## Anexo 5

### ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA(EPA) (Busko, 1998, adaptada por Tapia, 2020)

#### INSTRUCCIONES:

Por favor, sea lo más sincero y preciso que pueda. Trate de que no le influyan sus respuestas de una afirmación a otra. No hay respuestas correctas o incorrectas. Responda según su criterio en lugar de como cree que la mayoría de la gente respondería. Marque con un aspa (X). (**N=Nunca**, **CN=Casi Nunca**, **AV=A veces**, **CS=Casi Siempre**, **S=Siempre**)

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

## Anexo 6

### INVENTARIO DE HÁBITOS DE ESTUDIO CASM – 85, Revisión 2014 (Vicuña, 2014)

Sexo: F \_\_\_\_ M \_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_ Turno: \_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Grado: \_\_\_\_ Sección: \_\_\_\_ Centro de Estudios: \_\_\_\_

Este es un inventario de Hábitos de Estudio, que le permitirá a usted conocer las formas dominantes de trabajo en su vida académica y de esa manera aislar aquellas conductas que pueden estar perjudicándole su mayor éxito en el estudio. Para ello solo tienes que poner una “X” en el cuadro que mejor describa su caso particular; PROCURE CONTESTAR NO SEGÚN LO QUE DEBERÍA HACER O HACEN SUS COMPAÑEROS SINO DE LA FORMA COMO USTED ESTUDIA

#### I. ¿CÓMO ESTUDIA USTED?

| PREGUNTA                                                                            | SIEMPRE | NUNCA |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------|
| 1. Leo todo lo que tengo que estudiar subrayando los puntos más importantes.        |         |       |
| 2. Subrayo las palabras cuyo significado no se.                                     |         |       |
| 3. Regreso a los puntos subrayados con el propósito de aclararlo.                   |         |       |
| 4. Busco de inmediato en el diccionario el significado de las palabras que no se    |         |       |
| 5. Me hago preguntas y me respondo en mi propio lenguaje lo que he comprendido.     |         |       |
| 6. Luego, escribo en mi propio lenguaje lo comprendido.                             |         |       |
| 7. Doy una leída parte por parte y repito varias veces hasta recitarlo de memoria.  |         |       |
| 8. Trato de memorizar todo lo que estudio.                                          |         |       |
| 9. Repaso lo que he estudiado después de 4 u 8 horas.                               |         |       |
| 10. Me limito a dar una leída general a todo lo que tengo que estudiar.             |         |       |
| 11. Trato de relacionar el tema que estoy estudiando con otros temas ya estudiados. |         |       |
| 12. Estudio solo para los exámenes.                                                 |         |       |



## II. ¿CÓMO HACE USTED SUS TAREAS?

| PREGUNTA                                                                                                           | SIEMPRE | NUNCA |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------|
| 13. Leo la pregunta, busco en el libro y escribo la respuesta casi como dice el libro.                             |         |       |
| 14. Leo la pregunta, busco en el libro, leo todo y luego contesto según como he comprendido.                       |         |       |
| 15. Las palabras que no entiendo, las escribo como están en el libro sin averiguar su significado.                 |         |       |
| 16. Le doy más importancia al orden y presentación del trabajo que a la comprensión del tema.                      |         |       |
| 17. En mi casa, me falta tiempo para terminar con mis tareas, las completo en el colegio preguntando a mis amigos. |         |       |
| 18. Pido ayuda a mis padres u otras personas y dejo que me resuelvan todo o gran parte de la tarea.                |         |       |
| 19. Dejo para el último momento la ejecución de mis tareas por eso no las concluyó dentro del tiempo fijado.       |         |       |
| 20. Empiezo a resolver una tarea, me canso y paso a otra.                                                          |         |       |
| 21. Cuando no puedo resolver una tarea me da rabia o mucha cólera y ya no la hago.                                 |         |       |
| 22. Cuando tengo varias tareas empiezo por la más difícil y luego voy pasando a las más fáciles.                   |         |       |

## III. ¿CÓMO PREPARA USTED SUS EXÁMENES?

| PREGUNTA                                                                                                              | SIEMPRE | NUNCA |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------|
| 23. Estudia por lo menos dos horas todos los días.                                                                    |         |       |
| 24. Espero que se fije la fecha de un examen o evaluación para poder estudiar.                                        |         |       |
| 25. Cuando hay examen oral, recién en el salón de clases me pongo a revisar mis apuntes.                              |         |       |
| 26. Me pongo a estudiar el mismo día del examen.                                                                      |         |       |
| 27. Repaso momentos antes del examen.                                                                                 |         |       |
| 28. Preparo un plagio por si acaso me olvido un tema.                                                                 |         |       |
| 29. Confío que mi compañero me “sople” alguna respuesta en el momento del examen.                                     |         |       |
| 30. Confío en mi buena suerte por eso sólo estudio aquellos temas que supongo que el profesor preguntará.             |         |       |
| 31. Cuando tengo dos o más exámenes el mismo día empiezo a estudiar por el tema más difícil y luego por el más fácil. |         |       |
| 32. Me presenté a rendir mis exámenes sin haber concluido con el estudio de todo el tema.                             |         |       |
| 33. Durante el examen se me confunden los temas, se me olvida lo que he estudiado.                                    |         |       |

#### IV. ¿CÓMO ESCUCHA USTED SUS CLASES?

| PREGUNTA                                                                                        | SIEM<br>PRE | NUN<br>CA |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------|
| 34. Trato de tomar apuntes de todo lo que dice el profesor.                                     |             |           |
| 35. Solo tomo apuntes de las cosas más importantes.                                             |             |           |
| 36. Inmediatamente después de las cosas más importantes.                                        |             |           |
| 37. Cuando el profesor utiliza alguna palabra que no se, levanto la mano y pido su significado. |             |           |
| 38. Estoy más atento a las bromas de mis compañeros que a la clase.                             |             |           |
| 39. Me canso rápidamente y me pongo hacer otras cosas.                                          |             |           |
| 40. Cuando me aburro me pongo a jugar o a conversar con mi amigo.                               |             |           |
| 41. Cuando no puedo tomar nota de lo que dice el profesor me aburro y lo dejo todo.             |             |           |
| 42. Cuando no entiendo un tema mi mente se pone a pensar, soñando despierto.                    |             |           |
| 43. Mis imaginaciones o fantasías me distraen durante las clases.                               |             |           |
| 44. Durante las clases me distraigo pensando lo que voy hacer a la salida.                      |             |           |
| 45. Durante las clases me gustaría dormir o tal vez irme de clases.                             |             |           |
| 46. Durante las clases atiendo llamadas o mensajes de mi celular.                               |             |           |

#### V. ¿QUÉ ACOMPAÑA SUS MOMENTOS DE ESTUDIOS?

| PREGUNTA                                                                  | SIEM<br>PRE | NUN<br>CA |
|---------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------|
| 47. Requiero de música, sea del radio o del mini componente.              |             |           |
| 48. Requiero de la compañía de la TV.                                     |             |           |
| 49. Requiero de tranquilidad y silencio.                                  |             |           |
| 50. Requiero de algún alimento que como mientras estudio.                 |             |           |
| 51. Su familia, que conversan, ven TV o escuchan música.                  |             |           |
| 52. Interrupciones por parte de sus padres pidiéndole algún favor.        |             |           |
| 53. Interrupciones de visitas, amigos, que le quitan el tiempo.           |             |           |
| 54. Interrupciones sociales; fiestas, paseos, citas, etc.                 |             |           |
| 55. Estar conectado, por mi celular u otro medio, con mis redes sociales. |             |           |

## Anexo 7

### Percentiles y calificación de la Escala de Procrastinación Académica (EPA)(Busko, 1998; adaptada por Tapia, 2020 )

#### Baremos de la Escala de Procrastinación Académica (EPA)

| Nivel    |    | Autorregulación<br>académica | Postergación<br>de actividades | Procrastinación<br>académica |
|----------|----|------------------------------|--------------------------------|------------------------------|
|          | Pc |                              | PD                             |                              |
| Bajo     | 1  | 11                           | 3                              | 15                           |
|          | 10 | 14                           | 4                              | 20                           |
|          | 20 | 17                           | 5                              | 23                           |
|          | 30 | 19                           | 6                              | 26                           |
| Promedio | 40 | 20                           | 7                              | 27                           |
|          | 50 | 22                           | 8                              | 29                           |
|          | 60 | 23                           | 8                              | 31                           |
|          | 70 | 24                           | 9                              | 32                           |
| Alto     | 80 | 25                           | 9                              | 34                           |
|          | 90 | 28                           | 11                             | 36                           |
|          | 99 | 38                           | 14                             | 49                           |
|          | M  | 21.47                        | 7.45                           | 28.92                        |
|          | DE | 5.25                         | 2.40                           | 6.59                         |



Anexo 8

CUADRO DE CALIFICACIÓN DE HÁBITOS DE ESTUDIO(Vicuña, 2014)

| ÍTEM | SIEMPRE | NUNCA | ITEM | SIEMPRE | NUNCA |
|------|---------|-------|------|---------|-------|
| 1    | 1       | 0     | 29   | 0       | 1     |
| 2    | 1       | 0     | 30   | 0       | 1     |
| 3    | 1       | 0     | 31   | 1       | 0     |
| 4    | 1       | 0     | 32   | 0       | 1     |
| 5    | 1       | 0     | 33   | 0       | 1     |
| 6    | 1       | 0     | 34   | 0       | 1     |
| 7    | 0       | 1     | 35   | 1       | 0     |
| 8    | 0       | 1     | 36   | 1       | 0     |
| 9    | 1       | 0     | 37   | 1       | 0     |
| 10   | 0       | 1     | 38   | 0       | 1     |
| 11   | 1       | 0     | 39   | 0       | 1     |
| 12   | 0       | 1     | 40   | 0       | 1     |
| 13   | 0       | 1     | 41   | 0       | 1     |
| 14   | 1       | 0     | 42   | 0       | 1     |
| 15   | 0       | 1     | 43   | 0       | 1     |
| 16   | 0       | 1     | 44   | 0       | 1     |
| 17   | 0       | 1     | 45   | 0       | 1     |
| 18   | 0       | 1     | 46   | 0       | 1     |
| 19   | 0       | 1     | 47   | 0       | 1     |
| 20   | 0       | 1     | 48   | 0       | 1     |
| 21   | 0       | 1     | 49   | 1       | 0     |
| 22   | 1       | 0     | 50   | 0       | 1     |
| 23   | 1       | 0     | 51   | 0       | 1     |
| 24   | 0       | 1     | 52   | 0       | 1     |
| 25   | 0       | 1     | 53   | 0       | 1     |
| 26   | 0       | 1     | 54   | 0       | 1     |
| 27   | 0       | 1     | 55   | 0       | 1     |
| 28   | 0       | 1     |      |         |       |

### Anexo 9

#### BAREMOS Y PUNTO DE CORTE DE INVENTARIO DE HÁBITOS DE ESTUDIO CASM-85 (Rebaza, 2016)

*Baremo de según puntajes T, para varones de 14-15 años*

| <b>Categorías</b> | <b>I</b> | <b>II</b> | <b>III</b> | <b>IV</b> | <b>V</b> | <b>Total</b> | <b>Puntaje T</b> |
|-------------------|----------|-----------|------------|-----------|----------|--------------|------------------|
| Muy positivo      | 9 - 12   | 10        | 10 - 11    | 12 - 13   | 7 - 9    | 40 - 50      | 71 - 80          |
| Positivo          | 7 - 8    | 8 - 9     | 8 - 9      | 10 - 11   | 6        | 35 - 39      | 61 - 70          |
| Tendencia (+)     | 6        | 7         | 7          | 9         | 5        | 31 - 34      | 51 - 60          |
| Tendencia (-)     | 5        | 6         | 6          | 8         | 4        | 28 - 30      | 41 - 50          |
| Negativo          | 4        | 5         | 5          | 6 - 7     | 3        | 23 - 27      | 31 - 40          |
| Muy negativo      | 0 - 3    | 0 - 4     | 1 - 4      | 0 - 5     | 0 - 2    | 10 - 22      | 20 - 30          |
| N                 | 101      | 101       | 101        | 101       | 101      | 101          | N                |
| M                 | 5,38     | 6,41      | 6,09       | 8,10      | 4,48     | 30,45        | M                |
| Me                | 5        | 7         | 6          | 8         | 5        | 30           | Me               |
| Mo                | 5        | 8         | 6          | 9         | 6        | 29           | Mo               |
| DE                | 2,66     | 2,16      | 2,57       | 2,67      | 2,02     | 8,67         | DE               |
| Mín.              | 0        | 0         | 1          | 0         | 0        | 10           | Mín.             |
| Máx.              | 12       | 10        | 11         | 13        | 9        | 50           | Máx.             |

*Baremo de según puntajes T, para varones de 16-18 años*

| <b>Categorías</b> | <b>I</b> | <b>II</b> | <b>III</b> | <b>IV</b> | <b>V</b> | <b>Total</b> | <b>Puntaje T</b> |
|-------------------|----------|-----------|------------|-----------|----------|--------------|------------------|
| Muy positivo      | 9 - 12   | 9 - 10    | 9 - 11     | 12 - 13   | 7 - 9    | 39 - 50      | 71 - 80          |
| Positivo          | 8        | 8         | 7 - 8      | 10 - 11   | 6        | 34 - 38      | 61 - 70          |
| Tendencia (+)     | 7        | 7         | 6          | 9         | 5        | 30 - 33      | 51 - 60          |
| Tendencia (-)     | 6        | 6         | 5          | 8         | 4        | 27 - 29      | 41 - 50          |
| Negativo          | 4 - 5    | 5         | 4          | 6 - 7     | 3        | 22 - 26      | 31 - 40          |
| Muy negativo      | 0 - 3    | 0 - 4     | 0 - 3      | 1 - 5     | 0 - 2    | 8 - 21       | 20 - 30          |
| N                 | 121      | 121       | 121        | 121       | 121      | 121          | N                |
| DE                | 2,54     | 2,17      | 2,47       | 3,04      | 1,95     | 8,61         | DE               |
| Mín.              | 0        | 0         | 0          | 1         | 0        | 8            | Mín.             |
| Máx.              | 12       | 10        | 11         | 13        | 9        | 50           | Máx.             |

*Baremo de según puntajes T, para mujeres de 14-15 años*

| <b>Categorías</b> | <b>I</b> | <b>II</b> | <b>III</b> | <b>IV</b>  | <b>V</b> | <b>Total</b> | <b>Puntaje<br/>T</b> |
|-------------------|----------|-----------|------------|------------|----------|--------------|----------------------|
| Muy<br>positivo   | 9 - 12   | 10        | 9 -<br>11  | 13 -<br>13 | 8 -<br>9 | 43 - 52      | 71 - 80              |
| Positivo          | 8        | 9         | 8          | 11 -<br>12 | 7        | 37 - 42      | 61 - 70              |
| Tendencia<br>(+)  | 7        | 8         | 7          | 10         | 6        | 34 - 36      | 51 - 60              |
| Tendencia (-<br>) | 6        | 7         | 6          | 8 - 9      | 5        | 30 - 33      | 41 - 50              |
| Negativo          | 5        | 5 -<br>6  | 5          | 7          | 4        | 25 - 29      | 31 - 40              |
| Muy<br>negativo   | 0 - 4    | 0 -<br>4  | 0 - 4      | 0 - 6      | 0 -<br>3 | 6 - 24       | 20 - 30              |
| N                 | 145      | 145       | 145        | 145        | 145      | 145          | N                    |
| M                 | 6,12     | 6,6<br>2  | 6,14       | 8,73       | 5,0<br>4 | 32,65        | M                    |
| Me                | 6        | 7         | 6          | 9          | 5        | 33           | Me                   |
| Mo                | 6        | 7         | 7          | 9          | 5        | 39           | Mo                   |
| DE                | 2,30     | 2,2<br>8  | 2,35       | 3,10       | 2,0<br>8 | 8,92         | DE                   |
| Mín.              | 0        | 0         | 0          | 0          | 0        | 6            | Mín.                 |
| Máx.              | 1<br>2   | 10        | 11         | 13         | 9        | 52           | Máx.                 |



*Baremo de según puntajes T, para mujeres de 16-18 años*

| Categorías       | I         | II         | II<br>I | IV         | V        | Total   | Puntaje<br>T |
|------------------|-----------|------------|---------|------------|----------|---------|--------------|
| Muy<br>positivo  | 9 -<br>11 | 10 -<br>10 | 9 - 11  | 12 -<br>13 | 8 -<br>9 | 40 - 49 | 71 - 80      |
| Positivo         | 8 - 8     | 8 - 9      | 8       | 10 -<br>11 | 6 -<br>7 | 34 - 39 | 61 - 70      |
| Tendencia<br>(+) | 7         | 7          | 7       | 9          | 5        | 31 - 33 | 51 - 60      |
| Tendencia<br>(-) | 6         | 6          | 6       | 8          | 4        | 27 - 30 | 41 - 50      |
| Negativo         | 5         | 5          | 4 - 5   | 6 - 7      | 3        | 22 - 26 | 31 - 40      |
| Muy<br>negativo  | 0 - 4     | 0 - 4      | 0 - 3   | 1 - 5      | 0 -<br>2 | 11 - 21 | 20 - 30      |
| N                | 95        | 95         | 9<br>5  | 95         | 95       | 9<br>5  | N            |
| M                | 6,08      | 6,13       | 5,54    | 7,84       | 4,4<br>0 | 29,99   | M            |
| Me               | 6         | 6          | 6       | 8          | 4        | 2<br>9  | Me           |
| Mo               | 6         | 6          | 6       | 10         | 5        | 3<br>4  | Mo           |
| DE               | 2,09      | 2,42       | 2,50    | 2,99       | 2,1<br>3 | 8,73    | DE           |
| Mín.             | 0         | 0          | 0       | 1          | 0        | 1<br>1  | Mín.         |
| Máx.             | 11        | 10         | 1<br>1  | 13         | 9        | 4<br>9  | Máx.         |

Anexo 10

GUÍAS DE CONDUCCIÓN DE TALLERES DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y  
HÁBITOS DE ESTUDIO

| TEMA                | Procrastinación Académica                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |               |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| SESIÓN 01           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |               |
| 1. OBJETIVOS :      | Informar y concientizar a los padre y estudiantes, acerca de la procrastinación y como está influye en nuestra vida diaria.                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |               |
| 2. MATERIALES       | 1. Aplicación Meet                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |               |
| 3. DESARROLLO:      | <p><b><u>Motivación</u></b><br/>La motivación se dará mediante un video introductorio “la procrastinación”.</p> <p><b><u>Desarrollo:</u></b><br/>En este punto de brindar la información necesaria sobre el tema, como identificar la conducta, la capacidad de percibir nuestras emociones y estrategias para evitar esta conducta.</p> <p><b><u>Cierre:</u></b><br/>Retroalimentación<br/>Agradecimiento por la participación</p> | <b>TIEMPO</b> |
|                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 5 min         |
|                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 25 min        |
|                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 10 min        |
| <b>TIEMPO TOTAL</b> | 40min                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |               |

| TEMA            | Hábitos de estudio                                                                                                                                                                                  |               |
|-----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| SESIÓN 02       |                                                                                                                                                                                                     |               |
| 4. OBJETIVOS:   | Brindar información adecuada a los padres e hijos, sobre la importancia de los hábitos de estudio                                                                                                   |               |
| 5. MATERIALES   | 1. Aplicación Meet                                                                                                                                                                                  |               |
| 6. DESARROLLO:  |                                                                                                                                                                                                     | <b>TIEMPO</b> |
|                 | <p><b><u>Motivación</u></b><br/>La motivación se realiza mediante un video reflexivo sobre los hábitos de estudio</p>                                                                               | 5 min         |
|                 | <p><b><u>Desarrollo:</u></b><br/>Se brinda información adecuada sobre los hábitos de estudio, la importancia de desarrollar hábitos de estudio y los efectos positivos de tener buenos hábitos.</p> | 25 min        |
|                 | <p><b><u>Cierre:</u></b><br/>Retroalimentación<br/>Agradecimiento por la participación</p>                                                                                                          | 10 min        |
| 7. REFLEXIÓN    | Se brindará una breve reflexión sobre el tema.                                                                                                                                                      | 5 min         |
| 8. TIEMPO TOTAL | 45min                                                                                                                                                                                               |               |