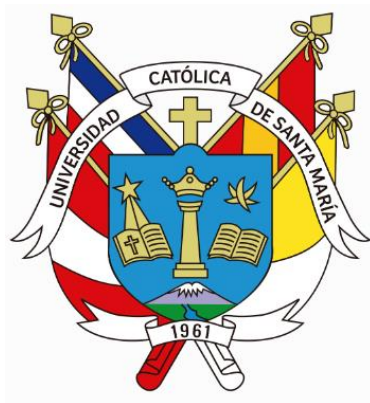


Universidad Católica de Santa María
Facultad de Ciencias y Tecnologías Sociales y Humanidades
Escuela Profesional de Psicología



**Relación entre inteligencia emocional y procrastinación académica en los
estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Particular,
Arequipa 2022**

Tesis presentada por los Bachilleres:

Canales Lozano, Claudia Cecilia

ORCID: 0009-0009-1492-550X

Silva Cayo, Rigoberto Oscar

ORCID: 0009-0009-9672-871X

para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología

Asesor:

Mg. Puma Huacac, Roger Freddy

ORCID: 0000-0002-5439-1700

Arequipa - Perú

2024

UCSM-ERP

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

PSICOLOGIA

TITULACIÓN CON TESIS

DICTAMEN APROBACIÓN DE BORRADOR

Arequipa, 14 de Diciembre del 2023

Dictamen: 009102-C-EPSIC-2023

Visto el borrador del expediente 009102, presentado por:

2016701482 - CANALES LOZANO CLAUDIA CECILIA

2016224491 - SILVA CAYO RIGOBERTO OSCAR

Titulado:

**RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN LOS
ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR, AREQUIPA
2022**

Nuestro dictamen es:

APROBADO

**29457820 - MARTINEZ CARPIO HECTOR EMILIO
DICTAMINADOR**



**29238564 - ZEVALLOS CORNEJO ASUNTA VILMA
DICTAMINADOR**



**29689357 - QUISPE FLORES LITA MARIANELA
DICTAMINADOR**



Relación entre inteligencia emocional y procrastinación académica en los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Particular, Arequipa 2022

ORIGINALITY REPORT

24%

SIMILARITY INDEX

22%

INTERNET SOURCES

8%

PUBLICATIONS

21%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1 hdl.handle.net Internet Source 8%

2 Submitted to Universidad Alas Peruanas Student Paper 6%

3 repositorio.upao.edu.pe Internet Source 2%

4 repositorio.ucv.edu.pe Internet Source 1%

5 repositorio.unfv.edu.pe Internet Source 1%

6 repositorio.une.edu.pe Internet Source 1%

7 Submitted to Universidad Privada del Norte Student Paper 1%

8 repositorio.urp.edu.pe Internet Source 1%

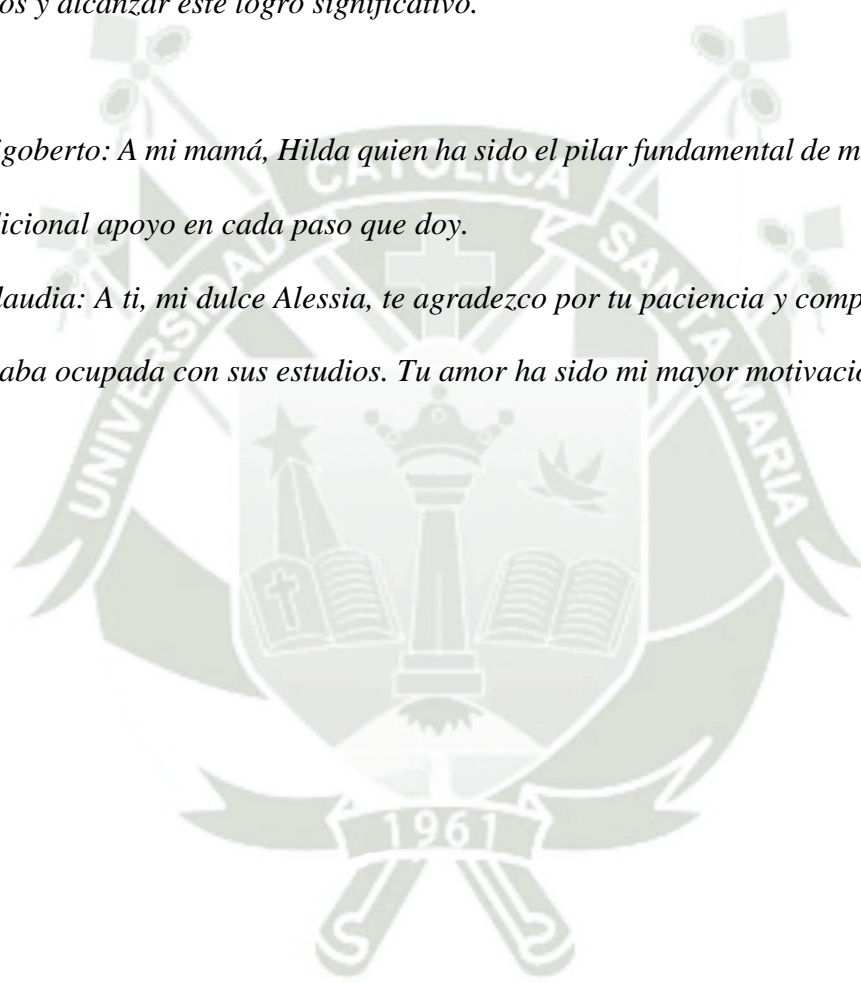
repositorio.unap.edu.pe

Agradecimientos

Queremos expresar nuestro más sincero agradecimiento a nuestros padres, hermanos y docentes por el constante y valioso apoyo que nos han brindado a lo largo de este proceso de formación profesional. Su constante aliento nos ha dado la fuerza necesaria para superar los desafíos y alcanzar este logro significativo.

Rigoberto: A mi mamá, Hilda quien ha sido el pilar fundamental de mi vida, agradezco su incondicional apoyo en cada paso que doy.

Claudia: A ti, mi dulce Alessia, te agradezco por tu paciencia y comprensión mientras mamá estaba ocupada con sus estudios. Tu amor ha sido mi mayor motivación



Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre la inteligencia emocional y la procrastinación académica de los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria. Se empleó un diseño no experimental, transversal y descriptiva correlacional, en la cual participaron 148 estudiantes a quienes se les aplicó el Cuestionario de Inteligencia Emocional ICE: NA y la Escala de Procrastinación en Adolescentes (EPA). Los resultados demuestran que, 75% de los estudiantes presentan un nivel promedio en inteligencia emocional, 20.9% un nivel alto y 14.1% un nivel bajo, por otro lado, 64.2% señalan un grado alto de procrastinación, 12.2% un grado promedio y 23.6% un grado bajo. Finalmente, se concluye que la inteligencia emocional se relaciona inversamente con la procrastinación académica en los estudiantes, donde se visualizó un coeficiente de -0.875 , en cuanto a la dimensión intrapersonal con la procrastinación académica se obtuvo un coeficiente negativo de -0.498 ; con la dimensión interpersonal un coeficiente negativo de -0.432 ; con la dimensión adaptabilidad un coeficiente negativo de -0.893 ; con la dimensión manejo de estrés un coeficiente negativo de -0.630 ; con la dimensión estado de ánimo con un coeficiente negativo de -0.717 .

Palabras clave: inteligencia emocional, procrastinación académica, estudiantes de secundaria.

Abstract

The aim of this study was to determine the relationship between emotional intelligence and academic procrastination in 4th and 5th year high school students. A non-experimental, cross-sectional and descriptive correlational design was used, with the participation of 148 students who were administered the Emotional Intelligence Questionnaire ICE: NA and the Adolescent Procrastination Scale (EPA). The results show that 75% of the students presented an average level of emotional intelligence, 20.9% a high level and 14.1% a low level; on the other hand, 64.2% indicated a high level of procrastination, 12.2% a medium level and 23.6% a low level. Finally, it is concluded that emotional intelligence is inversely related to academic procrastination in students, where a coefficient of -0.875 was visualized, as for the intrapersonal dimension with academic procrastination a negative coefficient of -0.498 was obtained; with the interpersonal dimension a negative coefficient of -0.432 ; with the adaptability dimension a negative coefficient of -0.893 ; with the stress management dimension a negative coefficient of -0.630 ; with the mood dimension a negative coefficient of -0.717 .

Keywords: emotional intelligence, academic procrastination, high school students.

ÍNDICE

Agradecimientos	iii
Resumen.....	iv
Abstract.....	v
Índice de Tablas	viii
Capítulo I. Marco teórico.....	1
Introducción	1
Pregunta de Investigación	3
Variables.....	3
<i>Variable 1: Inteligencia Emocional</i>	3
<i>Variable 2: Procrastinación Académica</i>	3
Objetivos	4
<i>Objetivos General</i>	4
<i>Objetivos Específicos</i>	4
Antecedentes Teórico Investigativos.....	5
Inteligencia Emocional	9
<i>Automotivación</i>	11
<i>Empatía</i>	12
<i>Habilidad Social</i>	13
<i>La Inteligencia Emocional en el Colegio</i>	14
<i>Modelo de Inteligencia Emocional de Baron</i>	14
<i>Dimensiones de la Inteligencia Emocional</i>	15
Procrastinación Académica	17
<i>Tipos de Procrastinación</i>	18
<i>Características de la Procrastinación</i>	18

<i>Teoría de la Procrastinación de Arévalo y Otiniano</i>	21
<i>Definición de las Dimensión de la Procrastinación</i>	22
Hipótesis General	23
Capítulo II. Método.....	24
Método	24
Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	24
Participantes	27
<i>Población</i>	27
<i>Muestra</i>	27
Procedimiento.....	28
Consideraciones Éticas.....	29
Análisis de Datos.....	29
Capitulo III. Resultados	30
Discusión.....	45
Conclusiones	49
Sugerencias.....	50
Limitaciones	52
Referencias.....	53
Anexos	62

Índice de Tablas

Tabla 1 Nivel de inteligencia emocional	30
Tabla 2 Niveles de las dimensiones de la inteligencia emocional	31
Tabla 3 Nivel de procrastinación académica	34
Tabla 4 Niveles de las dimensiones de la procrastinación académica.....	35
Tabla 5 Prueba de normalidad	38
Tabla 6 Correlación entre la inteligencia emocional y la procrastinación.....	39
Tabla 7 Correlación entre la dimensión intrapersonal con la variable procrastinación.....	40
Tabla 8 Correlación entre la dimensión interpersonal con la variable procrastinación.....	41
Tabla 9 Correlación entre la dimensión adaptabilidad con la variable procrastinación	42
Tabla 10 Correlación entre la dimensión manejo del estrés con la variable procrastinación ..	43
Tabla 11 Correlación entre la dimensión estado de ánimo en general con la variable procrastinación.....	44

Capítulo I.

Marco teórico

Introducción

Actualmente la vida escolar es uno de los momentos más significativos del adolescente, ya que, es el inicio para una vida de responsabilidades, llena de circunstancias y adversidades a los cuales tienen que enfrentarse. Es por ello que un adecuado desarrollo de habilidades sociales, es necesario para que los adolescentes puedan sobrellevar las confrontaciones con su entorno, cabe recalcar que las habilidades sociales hoy en día representan una capacidad necesaria, ya que; el ser tolerante a la frustración, tener control de impulsos, entender los sentimientos propios como el de los demás, significa un dominio de las emociones y capacidades.

La inteligencia emocional es un factor determinante y decisivo en la formación académica, es decir que aquellos estudiantes que tengan malas calificaciones y un inadecuado manejo de la frustración son más propensos a convertirse en un estudiante rebelde, que dejará los estudios por influencia de los demás, ya que no posee herramientas para tomar decisiones, impidiéndole ser una persona autónoma (Flores, 2010).

De igual manera, Jiménez y López (2009) indican que la inteligencia emocional influye en el mérito académico, es decir que la adquisición de nuevo conocimiento no asegura el éxito escolar, ya que el bienestar emocional y el buen manejo de las emociones influye en su rendimiento, por ende, también mejora las relaciones interpersonales haciendo que la convivencia dentro del salón sea mucho más fructífera.

En el ámbito educativo trabajar la inteligencia emocional supone un logro de grandes envergaduras, ya que no solo favorecería a los estudiantes, sino también a la adquisición y propuestas de objetivos, que ayuden a superar las dificultades y conflictos que puedan presentarse en el entorno del estudiante (Ozáez, 2015).

Camus (2019) indica que los estudiantes con un nivel bajo de inteligencia emocional desarrollan un pésimo control de sus emociones, y es altamente probable que se vea afectado su rendimiento académico y las relaciones con sus compañeros, por ende, el estudiante, mantendrá una frustración por no saber cómo relacionarse con los demás, perdiendo el control de sus emociones causando desmotivación por continuar con las clases.

Por otro lado, la procrastinación es la falta de organización y autorregulación de manera progresiva, que realizan los estudiantes con la finalidad de ignorar y evitar las actividades escolares, priorizando actividades que le den satisfacción de manera inmediata, pero fugaz, perjudicando su historial académico, en algunos casos repitiendo el grado (Villanueva, 2019). La falta de motivación, así como un mal manejo de sus emociones, conocimiento sobre sí mismo, sobre sus limitaciones y capacidades, generan en el estudiante sobre exigirse en ciertas actividades, proponiéndose metas inalcanzables, conllevándoles a dejar inconcluso tal objetivo, buscando nuevas maneras de sobrellevar su frustración.

López (2021) señala que la procrastinación académica, tal como la postergación de actividades genera consecuencias que afectan en los estudiantes, ocasionándoles cansancio emocional, trayendo consigo una serie de manifestaciones de carácter afectivo, ya que los estudiantes experimentarían un pésimo manejo de la frustración, presión, etc. Asimismo, señala que los varones presentan mayor predisposición a tener mayor cansancio emocional. Por otro lado, Delgado et al. (2021) indican que la procrastinación académica influye en la presencia de factores estresantes, por ello, se presentan sintomatologías asociados al estrés escolar que afecta negativamente el bienestar psicológico en los estudiantes.

Ante lo mencionado surge la necesidad de mejorar la inteligencia emocional en los estudiantes de secundaria, ya que en esta etapa surgen diversos cambios, donde muchos de los estudiantes caen en la rebeldía, dejando de lado sus tareas, postergando sus actividades escolares, ante ello surge la siguiente interrogante: ¿Cuál es la relación entre la inteligencia

emocional y la procrastinación académica de los estudiantes de secundaria de una institución educativa particular, Arequipa 2022?

Pregunta de Investigación

¿Cuál es la relación entre la inteligencia emocional y la procrastinación académica de los estudiantes de secundaria de una institución educativa particular, Arequipa 2022?

Variables

Variable 1: Inteligencia Emocional

Es el conocimiento de las emociones propias, así como la capacidad para realizar una introspección con la finalidad de conocerse a uno mismo, siendo capaz de reconocer los sentimientos para lograr un bienestar psicológico (Vásquez & Sapaico, 2022). En base a ello la inteligencia emocional (IE) fue evaluada por cinco dimensiones o componentes: intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés y el estado de ánimo. Indicando la IE en los siguientes niveles: bajo, medio y alto; representados por una escala de medida ordinal.

Variable 2: Procrastinación Académica

Es la acción de aplazar actividades de forma deliberada e irresponsable, aun sabiendo las consecuencias que traería realizar dicha acción, dando resultados desfavorables en su rendimiento académico, afectando el proceso de aprendizaje (Villanueva, 2019). La procrastinación académica fue medida en función a las siguientes dimensiones: falta de motivación, dependencia, baja autoestima, desorganización y la evasión de la responsabilidad. Las cuales fueron medidas a través de una escala de medición ordinal, con niveles de bajo, medio y alto grado de procrastinación.

Objetivos

Objetivos General

Determinar la relación entre la inteligencia emocional y la procrastinación académica de los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una institución privada de la ciudad de Arequipa 2022

Objetivos Específicos

- Identificar el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una institución privada de la ciudad de Arequipa 2022.
- Conocer el grado de procrastinación académica de los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una institución privada de la ciudad de Arequipa.
- Identificar la relación entre la dimensión intrapersonal y la procrastinación académica en estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una institución privada de la ciudad de Arequipa.
- Determinar la relación entre la dimensión interpersonal y la procrastinación académica en estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una institución privada de la ciudad de Arequipa.
- Conocer la relación entre la dimensión adaptación y la procrastinación académica en estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una institución privada de la ciudad de Arequipa.
- Indicar la relación entre la dimensión manejo del estrés y la procrastinación académica en estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una institución privada de la ciudad de Arequipa.
- Identificar la relación entre la dimensión manejo del ánimo y la procrastinación académica en estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una institución privada de la ciudad de Arequipa.

Antecedentes Teórico Investigativos

Quiroz y Valverde (2017) realizaron una investigación cuyo objetivo fue encontrar la relación entre la inteligencia emocional y la procrastinación académica, el estudio fue correlacional, con un diseño no experimental, fue conformado por 353 estudiantes. Se aplicó la Escala de Procrastinación Académica y el Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn ICE: NA. Los resultados con respecto a la inteligencia emocional dieron a conocer que el 15.3% de los estudiantes presentaban un nivel alto, el 61.2% presentaba un nivel promedio y el 23,5% un nivel bajo. Con respecto a la procrastinación académica el 42, 8% de los estudiantes presentaban un nivel alto, el 41.9% un nivel medio y solo el 15.3% obtuvieron un nivel bajo. En base a estos datos se pudo observar la existencia de una relación inversa significativa ($P < 0.05$); dando a conocer que los estudiantes que presenten altos niveles de procrastinación académica poseen bajos niveles de inteligencia emocional, por lo que presentan dificultades para manejar adecuadamente situaciones de estrés, y poder hacer frente a las diversas exigencias y demandas de la universidad.

Guo et al. (2019) realizaron una investigación donde buscaron detallar la relación entre la inteligencia emocional con la procrastinación académica de estudiantes universitarios en China. La metodología utilizada en el desarrollo de la investigación fue descriptiva – correlacional y transversal; aplicándose encuestas a 347 estudiantes quienes fueron seleccionadas por promedio de un muestreo por conveniencia. Los resultados evidenciaron que la inteligencia emocional se encuentra relacionada negativamente con la procrastinación académica; por lo que para que la procrastinación pueda reducirse debe darse refuerzos en relación a la inteligencia emocional.

Huayllani y Gallegos (2019) realizaron una investigación cuyo objetivo fue determinar la relación entre la inteligencia emocional y la procrastinación de estudiantes de nivel secundario de una institución educativa ubicada en Cocachacra – Arequipa. La

metodología utilizada para el desarrollo de la investigación fue de tipo cuantitativo, descriptivo, no experimental, correlacional. La población de estudio estuvo conformada por 177 estudiantes conformador por los grados de 4to y 5to grado de nivel secundario; a quienes se les aplicó cuestionarios para la recolección de datos. Los resultados hallaron que apenas el 2.3% de los estudiantes presentan un nivel alto de inteligencia emocional, el 25.4% un nivel bajo y el 35.6% un nivel promedio. Los resultados demuestran que el 32.8% de los estudiantes señalan un nivel alto de procrastinación académica, el 55.4% un nivel medio y el 11.9% un nivel bajo. De esta manera se comprobó la existencia de una relación inversa o negativa entre ambas variables; llegando a la conclusión de que los bajos niveles de inteligencia emocional afectan la capacidad de asumir las responsabilidades y obligaciones de manera adecuada en el ámbito académico.

Castillo y Pomalaza (2021) realizaron una investigación que tuvo por finalidad conocer la relación existente entre la inteligencia emocional y la procrastinación en estudiantes de una universidad de Huancayo. Es así que, para el desarrollo de su investigación utilizó el tipo de metodología básica, descriptiva correlacional y cuantitativa; además la muestra estuvo conformada por 247 estudiantes que contaban con edades de entre 18 a 35 años, a quienes se les aplicó cuestionarios para la recolección de datos. Los resultados sobre la inteligencia emocional demostraron que el 8.9% de los estudiantes universitarios tienen un nivel alto, el 67.2% un nivel promedio y el 23.9% se ubican en un nivel bajo. En base a la procrastinación académica, el 27.1% de los estudiantes representaban un nivel alto, el 39.7% un nivel medio y un 33.3% en nivel bajo. Mediante el análisis estadístico se comprobó la relación significativa entre ambas variables, por lo que al poseer mayores niveles de inteligencia emocional facilita los procesos de pensamiento, teniendo la capacidad de autorregular los diversos tiempos para ordenar y organizar los estudios y responsabilidades.

Chávez (2021) realizó un estudio, donde tuvo como objetivo determinar la relación entre la inteligencia emocional y la procrastinación académica de los estudiantes de 4° de secundaria de la Institución Educativa “General Prado” del Callao en el año 2020. El estudio tuvo un enfoque cuantitativo y correlacional, con la participación de 120 estudiantes del sexo femenino, a quienes se les aplicó el Inventario de Inteligencia Emocional de Baron ICE y la Escala de Procrastinación Académica. Los resultados de la variable inteligencia emocional indicaron que el 19% de los estudiantes tienen un nivel alto, el 33% un nivel promedio y el 39% un nivel bajo. Con respecto a la procrastinación académica el 86% representan un nivel alto y el 13% un nivel medio. De esta manera se comprobó la existencia de la relación significativa (Rho de Spearman 0,355; siendo $p\text{ valor}=0,000<0,05$) entre la inteligencia emocional y la procrastinación académica; en base a ello los autores resaltan que la inteligencia emocional aporta a las habilidades emocionales y sociales que ayudan a los estudiantes enfrentar desafíos académicos.

Qadri y Zhao (2021) realizaron un estudio que tuvo por finalidad explorar la relación que existe entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico de estudiantes árabes en China. El método utilizado fue de nivel descriptivo-correlacional, no experimental; además el instrumento utilizado para la recolección de datos fue el cuestionario, el mismo que fue aplicado a 303 estudiantes que se encuentran entre las edades de 12 a 16 años de edad. Con respecto a la inteligencia emocional los resultados dieron a conocer que el 14% de los estudiantes tenían un nivel muy alto, el 23 % un nivel alto, el 34% un nivel promedio, el 19% un nivel bajo y el 10% un nivel muy bajo. Los datos recopilados comprobaron que la mayoría de los estudiantes se encuentran en niveles adecuados de inteligencia emocional lo cual favorece a su desenvolvimiento académico.

Reátegui et al. (2022) realizaron una investigación que tuvo por propósito determinar la relación entre la inteligencia emocional de estudiantes de nivel secundario y la

procrastinación en una institución educativa ubicada en Tarapoto. El método utilizado fue de tipo básica, cuantitativo y descriptivo – correlacional. Adicionalmente, la muestra estuvo conformada por 480 estudiantes entre 11 a 18 años de edad, a quienes se les aplicó cuestionarios para la recolección de datos. Los resultados con respecto a la variable inteligencia emocional indicaron que el 18.8% de los estudiantes presentan un nivel alto, el 55.8% un nivel promedio y el 25.4% un nivel bajo; por otra parte, con respecto a la procrastinación académica el 23.1% representan un nivel alto, el 49% un nivel medio y un 27.9% un nivel bajo. En base a estos datos se pudo comprobar la relación inversa altamente significativa entre ambas variables; los autores afirman que la falta de manejo emocional genera repercusiones al desenvolvimiento académico, afectan la correcta gestión del tiempo para hacer frente a las diversas responsabilidades que los estudiantes tienen durante su aprendizaje.

Alderete (2022) realizó una tesis que tuvo por finalidad conocer la relación entre la inteligencia emocional y la procrastinación de estudiantes del 4° y 5° grado de nivel secundario de una institución educativa ubicada en Junín. La metodología utilizada fue de nivel descriptivo correlacional y no experimental.; además los instrumentos utilizados para la recolección de información fueron cuestionarios para cada una de las variables, las que fueron aplicados a 190 estudiantes de la institución educativa. Los principales resultados con respecto a la inteligencia emocional indicaron que el 2.6% presenta un nivel alto, el 68.4% de un nivel promedio y el 2.1% un nivel bajo; en base a la procrastinación el 71.6% de los estudiantes indicaron un nivel alto y el 28.4% un nivel medio. Así mismo los resultados de prueba de correlación Rho de Spearman para la variable Inteligencia Emocional y Procrastinación dieron un valor de $(rs=0,134)$, demostrándose que no existe una relación significativa entre ambas variables; a pesar de ello el estudio evidencio el alto nivel de procrastinación en los estudiantes de nivel secundaria.

Inteligencia Emocional

La inteligencia emocional se encuentra percibida como la capacidad de raciocinio que mantiene una persona en relación a la utilización de la capacidad de sus cualidades y competencias sociales que le permitan mejorar su desarrollo individual, emocional, profesional e intelectual; en tal sentido este permitirá proporcionar a la persona una mayor ventaja para el accionar de diferentes eventos que se susciten en su vida diaria; tanto en el ámbito afectivo (relaciones amorosas) o en la mejor captación de las normas preestablecidas por el gobierno; permitiendo con ello mejorar las relaciones interpersonales y provocando mayores beneficios psicológicos (Quiliano & Quiliano, 2020).

Por su parte, Puertas et al. (2020) aseveran que la inteligencia emocional es el medio por el cual una persona puede buscar el bienestar propio, permitiendo con ello la facilidad de comprensión en relación al contexto donde se encuentra rodeado; asimismo, ayuda a la persona a otorgarles diversas competencias que ayudan a confrontar diversas situaciones que suscitan; esto también ayuda a los estudiantes en su vida académica, sobre todo en la mejora de su proceso educativo, permitiendo con ello que el alumnado pueda mejorar sus habilidades emocionales y sociales, proporcionando una mayor concentración y control de diversos elementos estresores; ya que en su mayoría generaran en ellos mismos un alto nivel de automotivación.

En síntesis, la inteligencia emocional es la habilidad para conocer, comprender y entender las emociones de los demás y de uno mismo, mediante dicha capacidad, los seres humanos somos capaces de entender el entorno donde interactuamos, afectando nuestra forma de pensar y actuar, asimismo, la inteligencia emocional, permite manejar diversas situaciones con mayor eficacia y tener una actitud activa y responsable para tomar decisiones, adicional a ello, la inteligencia emocional ayuda en la construcción de relaciones sanas, ya

que los individuos son capaces de comunicarse de manera asertivas, siendo capaces de solucionar conflictos y realizar trabajos de manera efectiva.

Aspectos de la Inteligencia Emocional

Goleman (1995) indica que la inteligencia emocional es la capacidad de reconocer, comprender y controlar las emociones y comprender las emociones de los demás, asimismo Goleman identificó cinco factores de la inteligencia emocional: son el autoconocimiento emocional, regulación emocional, automotivación empatía y las habilidades sociales.

Autoconocimiento Emocional

El autoconocimiento emocional es la capacidad para poder entender y reconocer las emociones de uno mismo, permitiendo el funcionamiento esencial de las emociones y ser capaces de manifestarlo como parte de las relaciones sociales, ya que, el ser consciente de cada emoción y sentimiento facilita la aceptación de lo que uno es realmente, lo que ofrecería encontrar lo que uno siente, por medio de la interacción y repetición de sus emociones para luego manifestarlos y tener una mejor relación consigo mismos y los demás (Montoya & Ospina, 2020).

Blázquez (2021) indica que para llegar a ser una persona exitosa y un buen líder, primero se debe conocer a uno mismo, siendo capaces de hacerse responsable de lo que uno hace y siente, asimismo, debe ser consciente de su propia identidad, reconociendo su realidad interna y externa, lo que conllevaría a la aceptación de sus necesidades y emociones, para luego expresarse, actuar y comprender las emociones de los demás, la autoconciencia emocional ayuda también, en el desarrollo y maduración personal.

Con base en los autores, el autoconocimiento emocional es la capacidad que tiene un individuo para ser consciente y pueda identificar sus propias emociones en cualquier circunstancia, del mismo modo, permite manejar situaciones adversas de forma efectiva, asimismo, el autoconocimiento hace que las personas puedan ser conscientes de sus

emociones negativas, siendo capaces de comprender las causas y consecuencias de dicha emoción, así como también brinda la capacidad de generar un ambiente positivo con un estado de ánimo saludables lo que lograría motivarlos.

Regulación Emocional

Para Puerta et al. (2020) la regulación emocional se encuentra definida por el control de las emociones, por medio de una gran diversidad de esquemas que le permite a la persona mejorar la manera de expresar sus emociones; en tal sentido, debe de ser concebida como una de las habilidades para regular el efecto del comportamiento emocional; lo cual permitirá que la persona pueda desarrollar mejores respuestas en función del contexto social en el que se desenvuelve.

Por otro lado, Cabanach et al. (2018) mencionan que, la regulación emocional es de suma importancia para el personal, por lo que se le considera un componente esencial; permitiendo así que la persona pueda controlar y manejar mejor sus emociones negativas; ocasionando con ello que se puedan adaptar a las diversas situaciones; por tanto, dentro del ámbito educativo un estudiante debe contar con una adecuada regulación de sus emociones lo cual permitirá que se regulen en gran medida los niveles de estrés presentes a lo largo del proceso de aprendizaje.

En síntesis, la regulación emocional implica la capacidad para poder controlar sus emociones de manera efectiva y adaptativa, asimismo, regula las emociones de manera que sean aceptadas socialmente, permitiéndoles adaptarse a las diversas situaciones estresantes, es decir que si una persona que no tiene una adecuada regulación emocional, es más probable que experimente problemas emocionales y cambios conductuales.

Automotivación

Gómez et al. (2022) señalan que la automotivación es un proceso que modifica la conducta direccionándolo hacia una meta u objetivo, este proceso está influenciado por un

serie de procedimientos, donde el individuo pasa por una activación conductual, dándole dirección e intensidad a dicha conducta para lograr una meta determinada, siendo la automotivación una habilidad para que la persona pueda desarrollarse a niveles personales, educativos y laborales, brindándose a sí mismo, estímulos positivos para aprender y adquirir mayores habilidades en su camino de ser autosuficientes y autónomo.

La automotivación es esencial para poder desempeñar acciones de liderazgo siendo un papel indispensable para el desarrollo personal y laboral de cada individuo, asimismo, la automotivación función de una manera significativa en los éxitos de una persona, haciendo procesos para que alguien incapaz, pueda autogestionarse y auto liderarse, para que, de tal manera, sea capaz de actuar de forma positiva en la ejecución y realización de sus objetivos (García R. , 2022).

Tras mencionado lo anterior, se infiere que la automotivación es la capacidad de motivarse a uno mismo, donde la persona es capaz de generar confianza en sí mismo, por medio de estímulos positivo que el mismo genera, sin la necesidad de depender de personas externas o situaciones, es decir que el individuo puede alcanzar sus objetivos por su propia determinación e impulso.

Empatía

La empatía es la capacidad para poder entender a los demás y ponerse en sus zapatos, con la finalidad de poder tener un mejor entendimiento del sentir del otro, asimismo la empatía no solo involucra la experiencia sentimental y/o afectiva de la otra persona, sino también, involucra el saber reconocer y aceptar los sentimientos de los demás, por medio de la comprensión y sin menospreciar o minimizar el estado emocional del individuo, ya que, la empatía actúa como agente mediador en los vínculos y relaciones interpersonales, permitiendo establecer respuestas coherente y acertadas en situaciones sociales donde se involucra sentimientos o emociones de otras personas (Gómez & Narváez, 2020).

Rodríguez et al. (2020) mencionan que la empatía es una habilidad imprescindible para sobrellevar situaciones sociales, ya que por medio de la empatía el individuo puede relacionarse de manera asertiva, logrando de esta manera, las interacciones sociales, satisfaciendo la necesidad social de establecer vínculos, asimismo, por medio de la empatía los seres humanos puedes recurrir a la ayuda de los demás, para el cumplimiento de metas, además de potenciar la habilidad de sentir y actuar de manera correcta, lo cual desempeña un rol muy importante en la adaptación y la creación de ideas, dando mejor un enfoque y buena comprensión de las dificultades sociales, proponiendo estrategias y respuestas de mejora y solución.

Entonces, se infiere que la empatía es la capacidad de ponerse en el lugar de otra persona, con la finalidad de comprender y entender los sentimientos, pensamientos y creencias, a través de la sensibilidad de las necesidades, preocupaciones y deseos de los demás, asimismo la empatía, implica la predisposición de brindar apoyo, por medio de una comunicación asertivas y buenas relaciones interpersonales.

Habilidad Social

Las competencias sociales se refieren a la habilidad de comunicar nuestras perspectivas, pensamientos, emociones y preferencias de manera efectiva, sin experimentar culpa y sin causar daño a otros. Además, se relacionan con nuestra capacidad para manejar críticas y opiniones de terceros sin sentir enojo o establecer restricciones, de igual manera, las relaciones sociales son aprendidas y mientras más se practique mejores serán socialmente (Gil & Llinas, 2020).

Almaraz et al. (2020) indican que las habilidades sociales engloban diversas conductas que permiten a una persona expresar sus deseos, opiniones y sentimientos, lo que facilita la comprensión de las causas de los conflictos. Además, estas habilidades permiten a los individuos relacionarse con los demás y solicitar ayuda cuando lo necesitan, entre otras

cosas. También son útiles para adaptar la conducta a situaciones sociales específicas y para reconocer situaciones empáticas, donde puedan expresarse de manera coherente y clara.

En resumen, las habilidades sociales se refieren a las capacidades que posee una persona para interactuar adecuadamente en situaciones sociales, lo que implica habilidades de escucha, expresión y comprensión emocional para prevenir o resolver conflictos que puedan dañar las relaciones afectivas. Asimismo, permite desarrollar habilidades sociales permite construir relaciones interpersonales estables y duraderas, lo que demuestra empatía hacia los demás.

La Inteligencia Emocional en el Colegio

Romero et al. (2022) mencionan que, la inteligencia emocional debe ser definida como un potencial psicológico de cada uno de los estudiantes, el cual permite hacer frente a diversos problemas. Además, permitirá que el alumno pueda reconocer los sentimientos presentes tanto a nivel individual como en lo colectivo, con el objetivo de que pueda generar una automotivación y la mejora de la gestión de sus emociones por lo que las relaciones interpersonales mejoren.

Por lo tanto, el contar con una adecuada inteligencia emocional en el proceso de aprendizaje de un estudiante permitirá que se desarrolle en gran medida sus habilidades cognitivas por lo que el alumnado podrá mejorar su desempeño académico contando con una mayor adaptabilidad frente a las demandas y retos de la vida diaria; permitiendo con ello que el bienestar psicológico aumente; manteniéndose una mayor organización en cuando a la emociones percibidas generando así, respuestas oportunas a diversos efectos negativos presentes (Palomino & Almeyra, 2019).

Modelo de Inteligencia Emocional de Baron

Según Brito et al. (2019), Bar-On en su modelo planteado sobre la inteligencia emocional afirman que no es más que el conjunto de las diferentes capacidades, habilidades

cognitivas y no cognitivas de la persona y de sus competencias que ayudan a mejorar el éxito en la mejora de su comportamiento individual; por lo que, el contar con una adecuada inteligencia emocional ayudará a que el individuo o la persona, pueda mejorar la manera de expresarse; además permitirá que mantenga un alto nivel de comprensión de las emociones de su entorno social permitiendo con ello generar un correcto desenvolvimiento de los desafíos y las presiones generados por el contexto social donde se encuentre.

Asimismo, Bar-On dentro de su modelo asevera que la inteligencia emocional se encuentra dividido por 5 componentes esenciales los cuales son: componente intrapersonal, componente interpersonal, componente de manejo de estrés, componente de adaptabilidad y componente del estado de ánimo en general; los mismos que ayudan a determinar una aproximación de los rasgos de la personalidad.

Dimensiones de la Inteligencia Emocional

Componente Intrapersonal. El componente intrapersonal se encuentra referido a los aspectos internos de los individuos y a como el individuo posee la capacidad de entender la imagen que se tiene de uno mismo y poder emplearlo para actuar con mayor eficacia en relación a las respuestas futuras (Recuenco, 2020).

Por su parte, Brito et al. (2019) mencionan que, dentro de este componente se encuentra involucrado el autoconcepto de la persona, el cual permite la generación de auto respeto y autoaceptación; adicionalmente las personas deben contemplar la capacidad de contar con una autoconciencia emocional con la capacidad de identificar y dar comprensión a las emociones propias. Por otro lado, dentro de este componente debe tomarse también en importancia a la independencia, la asertividad y la autorrealización de las personas.

Componente Interpersonal. El componente interpersonal se encuentra conformado por la capacidad que tiene el individuo para conocer cómo se siente las demás personas; es decir, se sensibilizan ante las necesidades del prójimo, adicionalmente las personas que

cuentan con un adecuado nivel de este componente permitirán que genere diversas habilidades de liderazgo, organización y cooperación con las demás personas (Recuenco, 2020).

Brito et al. (2019) indican que, dentro de este componente se puede apreciar los niveles de empatía con los que cuentan las personas, así como el nivel de responsabilidad social enfocado netamente a identificarse con los diversos grupos sociales, manteniendo principios y reglas para el bienestar colectivo; además ayuda a mejorar sus relaciones interpersonales.

Componente Adaptabilidad. Se refiere a la capacidad que tiene la persona a detallar una evaluación objetiva de la realidad dada y de los ajustes necesarios a las nuevas situaciones; así como para generar soluciones apropiadas a distintos problemas diarios (Recuenco, 2020).

En la misma línea, Brito et al. (2019) mencionan que este componente permite al individuo contar con una capacidad mayor de flexibilidad; es decir, el individuo tiende a ajustarse a los sentimientos y comportamientos de su entorno; adicionalmente, cuenta con la capacidad de resolver problemas sin mayor dificultad.

Componente del Manejo de Estrés. Recuenco (2020) afirma que este componente hace referencia a la capacidad que tienen los individuos para afrontar, tolerar y controlar diversos impulsos o presiones de la sociedad.

Asimismo, Brito et al. (2019) señalan que, la tolerancia al estrés debe de ser un factor importante dentro de este componente, ya que ello permitirá al individuo contar con una mayor capacidad para la resolución de problemas con alta presión y otro factor importante es el poder controlar los impulsos generados por diversas situaciones controlando así un comportamiento hostil y potencialmente irresponsable.

Componente del Estado de Ánimo en General. Brito et al. (2019) y Recuenco (2020) mencionan que, dentro de este componente se debe considerar a la capacidad que tienen las personas para mantener una actitud positiva frente a diversos aspectos negativos dados en la sociedad; así mismo otros factores de suma importancia es la felicidad que el individuo tiene en la vida diaria; lo cual provocará en el mismo un alto grado de satisfacción.

Procrastinación Académica

Brito et al. (2019) indican que el termino procrastinar hace referencia a posponer o diferir diferentes actividades ya planificadas con antelación, por lo que dentro del aspecto académico este hace referencia a como el alumnado tiende a esquivar o postergar diferentes trabajos o tareas que deben realizar en un determinado tiempo justificando el retraso con una serie de excusas con la finalidad de evitar sentirse culpable por el incumplimiento de las actividades.

Cárdenas et al. (2021) mencionan que la procrastinación son comportamientos negativos para las personas, debido a que solo generar retraso de las diferentes actividades que se encuentren planificando o realizando y en el ámbito académico, el estudiante al aplazar determinadas actividades, tareas académicas, entre otros; hacen baja en su rendimiento; perjudicando con ello a su correcto desarrollo educativo.

Castro y Mahamud (2017) refieren que la procrastinación se debe a la falta de atención en las responsabilidades académicas debido al uso excesivo de dispositivos móviles lo que lleva a una disminución en el rendimiento escolar e incluso a la deserción escolar en algunos casos; esto se debe a que la procrastinación aumenta cuando se utilizan estos aparatos de manera inapropiada, lo que afecta negativamente el progreso del estudiante en su vida académica.

En síntesis, la procrastinación académica se refiere a la tendencia de los estudiantes a retrasar o posponer las tareas, asimismo la procrastinación se manifiesta debido diversos

factores, como la falta de motivación, poca habilidad para gestionar su tiempo y la falta de interés por realizar las tareas, de igual manera, la procrastinación académica es la consecuencia del uso indiscriminado de los celulares afectando negativamente en el rendimiento académico.

Tipos de Procrastinación

Procrastinación General. Atalaya & García (2019) señalan que la procrastinación es un término ambiguo que se refiere a aplazar la finalización de una tarea que debe ser completada dentro de un plazo determinado, este comportamiento genera sentimientos de descontento y malestar injustificado, lo que hace que las personas no puedan finalizar sus tareas de manera efectiva y eficiente.

Procrastinación Familiar. Según Llacsa (2018) la procrastinación familiar se origina por el alejamiento de los adolescentes, quienes adoptan una actitud de rebeldía y egocentrismo que los hace distanciarse de las conductas y hábitos que tenían cuando eran niños, esto afecta la cohesión con su familia y su capacidad para asumir responsabilidades y como resultado, pueden procrastinar y postergar sus tareas y obligaciones, lo que empeora la situación familiar y su rendimiento académico o laboral.

Características de la Procrastinación

Según Chan (2011) la procrastinación se caracteriza por ser un fenómeno psicosocial que está relacionado con la falta de autocontrol, lo que lleva a los individuos a desarrollar el hábito de posponer tareas y buscar validación en el futuro para reforzar su autoestima, de igual manera, Knaus (1998) indica que, las personas que tienden a procrastinar suelen tener una serie de características que incluyen ideas irracionales, miedo al fracaso, rabia, impaciencia, baja autoestima y resistencia al cambio

Creencias Irracionales. Rovira et al. (2020) indican que las creencias irracionales son respuestas emocionales y conductuales para enfrentar las vicisitudes y dificultades de la

vida, ya que, cuando se enfrentan a adversidades, es común que las personas comiencen a creer en afirmaciones falsas, lo que puede llevar a consecuencias negativas y disfuncionales, asimismo, las creencias irracionales pueden ser causadas por mecanismos de defensa y la hostilidad invertida.

Las creencias irracionales son ideas falsas que una persona intenta convencerse a sí misma de que son verdaderas, y esto se debe a la influencia de su entorno y a diferentes aspectos que ha aprendido. Además, estas creencias pueden originarse a partir de deseos y aspiraciones que se transformaron en experiencias desfavorables (Tamayo, 2019).

Baja Tolerancia a la Frustración. La baja tolerancia a la frustración se refiere a la dificultad que tiene una persona para realizar sus actividades de manera eficiente y adecuada. Es decir, la persona no puede llevar a cabo sus tareas de forma calmada. Además, se define como la dificultad para superar obstáculos que afectan la funcionalidad y la realización de actividades previamente planificadas (Avilés, 2021).

Según Aguilar y García (2021) la baja tolerancia a la frustración se refiere a la dificultad que tiene una persona para lidiar con situaciones difíciles y estresantes, esto puede limitar la capacidad para afrontar las dificultades y mantener la motivación para alcanzar metas, además, puede resultar en una falta de control sobre su impulsividad en momentos de adversidad.

Impaciencia. Según Botello y Gil (2018) la impaciencia surge en personas perfeccionistas debido a las altas demandas que se imponen a sí mismas, lo que puede provocar sentimientos de frustración e incompetencia al no poder completar sus objetivos, esta impaciencia puede convertirse en un comportamiento habitual y generar agresividad hacia los demás y hacia sí mismos, además, el desorden de prioridades puede hacer que se sientan abrumados por la responsabilidad que tienen que cumplir y contribuir aún más a estos sentimientos negativos.

Hostilidad. Considerada una causa de la procrastinación, en la que se presentan conductas hostiles llenas de ira dirigidas hacia personas, actividades o cualquier cosa que recuerde la tarea que no se completó debido a la decisión de retrasarla. Esto puede llevar a una baja tolerancia a la frustración y contribuir a una tendencia a posponer tareas importantes (Aliaga, 2022).

Baja Autoestima. La procrastinación académica se relaciona con la baja autoestima, lo que significa que las personas con baja autoestima pueden presentar mayores niveles de procrastinación. El miedo al fracaso, que se deriva de la baja autoestima, puede afectar el nivel de procrastinación de una persona y disminuir su eficacia en la realización de tareas académicas. Como resultado, la persona puede sentir insatisfacción en su vida (Hidalgo, Martíne, & Sospedra, 2022).

Resistencia al Cambio. Macías et al. (2019) señalan que la resistencia al cambio surge como resultado del miedo a lo desconocido, lo que lleva a las personas a preferir mantenerse en su zona de confort, esto, a su vez, impide el progreso personal y colectivo, además, la falta de información sobre los cambios que se van a producir puede generar oposición al cambio; en algunos casos, las personas se oponen al cambio porque creen que éste amenaza sus capacidades y habilidades, ya que no tienen los recursos necesarios para afrontar las amenazas, esto puede generar aún más temor al cambio y al fracaso, lo que hace que la persona se muestre inflexible y no asuma responsabilidades.

Córica (2020) menciona que la razón por la cual algunas personas se resisten al cambio se debe a su convicción de que todo cambio representa una amenaza, lo que provoca inestabilidad emocional en ellas. Esto les impide salir de su zona de confort y enfrentar la situación que requiere el cambio, lo cual genera una percepción negativa que se traduce en actitudes defensivas y sentimientos de angustia, incapacidad y fracaso.

Consecuencias de la Procrastinación

Estrés. Regueiro (2019) señala que el estrés es una respuesta fisiológica del cuerpo humano que implica la activación de mecanismos de defensa para hacer frente a situaciones que se perciben como amenazantes o estresantes, esta respuesta puede generar una sobrecarga de tensión en el organismo, lo que a su vez puede provocar enfermedades que afectan negativamente el desarrollo natural del cuerpo humano.

Ansiedad. Navas y Vargas (2012) señalan que la ansiedad es una respuesta emocional que surge en el individuo ante diversas situaciones que percibe como posibles amenazas, lo que le lleva a prepararse para actuar de manera adecuada ante situaciones desconocidas. Las respuestas asociadas a la ansiedad abarcan aspectos cognitivos, fisiológicos y conductuales.

Teoría de la Procrastinación de Arévalo y Otiniano

Arévalo y Otiniano (2011) establecieron las dimensiones de la procrastinación académica, con base en la propuesta de Sapadyn distribuyéndolo de la siguiente manera:

Soñadores → Falta de motivación y voluntad

Generadores de Crisis → Dependencia

Atormentados → Baja autoestima

Desafiantes → Desorganización horaria

Sobrecargados → Evasión a la responsabilidad

Falta de motivación y voluntad. Hace referencia a la falta de iniciativa, interés y responsabilidad para cumplir con las obligaciones y responsabilidades, así como la falta de determinación en la consecución de metas y objetivos se denomina

Dependencia. Es la necesidad persistente de contar con la ayuda de otra persona para llevar a cabo actividades y la preferencia por la compañía de alguien.

Baja autoestima. Es la acción de posponer tareas por miedo a realizarlas mal o por la creencia de que las habilidades y capacidades personales no son suficientes para resolver

problemas.

Desorganización. Consiste en no gestionar adecuadamente el tiempo en su entorno personal, educativo y laboral, lo que impide que logre realizar sus actividades de manera efectiva, esta mala gestión puede manifestarse como una falta de priorización, demasiadas distracciones o una falta de organización en la planificación de las tareas.

Evasión a la responsabilidad. Deseo de no realizar actividades por fatiga o por creer que no son importantes.

Definición de las Dimensión de la Procrastinación

Falta de Motivación. Aguilar et al. (2015) señalan que la falta de motivación puede limitar a los jóvenes en el desarrollo de sus habilidades y talentos, ya que puede llevar a sentimientos de inferioridad y temor a la crítica, esto puede impedir que los adolescentes aprovechen al máximo sus capacidades y se sientan desanimados a la hora de perseguir sus metas y objetivos, por temor a ser juzgados.

La falta de motivación puede impedir que los jóvenes alcancen sus sueños y metas, lo que lleva a generar una sensación de desesperanza y sentimientos de angustia, asimismo, la falta de motivación puede hacer que los jóvenes se sientan atrapados en sus problemas y no puedan encontrar una solución efectiva, sintiéndose incapaces dar soluciones a situaciones adversas (Herrera, 2017).

Dependencia. Cerri (2015) señala que la dependencia es el resultado de una falencia en el funcionamiento del individuo, lo que limita las capacidades de la persona para llevar a cabo sus actividades cotidianas de manera autónoma, asimismo, la dependencia ocasiona restricciones para que el individuo pueda desarrollarse individualmente, ya que, necesitara la ayuda de otros para cumplir con sus actividades diarias.

Baja Autoestima. Naranjo (2007) señala que las personas que tienen una autoestima deficiente a menudo se sienten frustradas por su falta de iniciativa y logros personales, ya que

la exigencia que se ejerce sobre los individuos requiere compromiso para obtener resultados significativos, asimismo, ello ayudaría a mejorar y desarrollar habilidades competitivas, dispersando cualquier emoción negativa, evitando el estancamiento y el conformismo.

Por otro lado, Monbourquette (2002) refiere que, los individuos que presentan baja autoestima suelen vivir en un estado de conflicto interno consigo mismos, sintiendo que no tienen la habilidad de atraer la atención positiva de los demás y, en consecuencia, carecen de la motivación y energía necesarias para tomar iniciativas y acciones que les permitan desarrollar sus habilidades y talentos.

Desorganización. Contreras et al. (2008) señalan que la desorganización es causa del fracaso y el abandono académico, los cuales se deben a una mala gestión y planificación, repercutiendo negativamente en el interés de la realización de actividades, conllevando al individuo al abandono de sus proyectos.

Evasión de la Responsabilidad. García (2018) indica que el abandono o el fracaso en una actividad puede ser atribuido a la falta de disposición del individuo para asumir responsabilidades y compromisos, así como la falta de motivación, el temor al fracaso y la escasez de tiempo, entre otros factores. Todos estos aspectos influyen en la decisión del individuo de no responsabilizarse y comprometerse con la actividad en cuestión.

Hipótesis General

Existe una relación inversa entre la inteligencia emocional y la procrastinación académica en los estudiantes de secundaria de una institución educativa particular, Arequipa 2022.

Capítulo II.

Método

Método

El estudio utilizó un enfoque cuantitativo ya que se recopilan datos numéricos de la muestra a través de técnicas o instrumentos de medición. En otras palabras, se enfocó en recolectar datos estadísticos numéricos para comprender las variables investigadas y de esta manera confirmar y rechazar la hipótesis planteada, aportando a la teoría existente de la problemática estudiada (Hernández & Mendoza, 2018).

El nivel fue descriptivo correlacional, ya que según Arias y Covinos (2021) el presente estudio busca describir y determinar la relación entre las variables, es decir quiso probar si existe una vinculación positiva entre los fenómenos tomados en la presente investigación.

El diseño utilizado fue no experimental, lo que significa que no hubo manipulación de variables, y el objetivo principal fue demostrar la relación entre ellas. Además, el diseño del estudio fue transaccional, ya que la recolección de datos se realizó durante un período específico de tiempo (Hernández & Mendoza, 2018).

Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica utilizada fue la encuesta que consiste en un conjunto de preguntas abiertas o cerradas para una o más variables de la investigación cuantitativa (Hernández & Mendoza, 2018). Por lo que se aplicó el Cuestionario de Inteligencia Emocional de Baron ICE: NA y la Escala de Procrastinación en Adolescentes (EPA).

Instrumento 1

Cuestionario de Inteligencia Emocional de Baron ICE: NA

Ficha Técnica

Nombre Original: EQi-YV BarOn Emotinal Quotient Inventory

Versión adaptada: BarOn ICE: NA Inventario de inteligencia Emocional

Autor: Reuven Bar-On

Origen: Toronto-Canadá

Administración: Individual o Colectiva

Duración: 20 a 25 minutos

Aplicación: Niños y adolescentes entre 7 y 18 años.

Significación: Evaluación de las habilidades emocionales y sociales

El cuestionario fue creado para uso educacional, clínico, jurídico, médico y en la investigación. Los usuarios potenciales son los profesionales que se desempeñan como psicólogos, psiquiatras, médicos, trabajadores sociales, consejeros, tutores y orientaciones vocacionales.

Fue adaptado por Ugarriza y Pajarez (2005) y este compuesto por 60 ítems divididos en 5 dimensiones:

- Componente intrapersonal (7,17,28,31,43,53)
- Componente interpersonal (2, 5,10, 14, 20, 24, 36, 41,45, 51,55,59)
- Componente adaptabilidad (3,6, 11, 15, 21, 26, 35, 39, 46, 49, 54,58)
- Componente del manejo de estrés (12,16, 22, 25, 30, 34, 38, 44, 48, 57)
- Componente del estado de ánimo en general (1,4, 9,13,19, 23,29, 32, 37, 40, 47, 50, 56, 60)

La calificación se hace a partir de la suma de las posibles respuestas, que van desde 1 a 4 donde 1 es “muy rara vez” y 4 “Muy a menudo”

Dando los siguientes niveles:

Bajo (60 – 120)

Promedio (121 – 180)

Alto (181 – 240)

Validez y Confiabilidad

La validez fue realizada por Chávez (2021) a través de un juicio de expertos de igual manera la confiabilidad fue hecha por Ugarriza y Pajares (2005) por medio de una prueba piloto a 60 sujetos obteniendo un alfa de Cronbach de .88, lo cual hace adecuada su aplicación.

Instrumento 2

Escala de Procrastinación en Adolescentes (EPA)

Ficha Técnica

Nombre Original: Scale of academic procrastination

Versión adaptada: Escala de Procrastinación Académica

Autor: Deborah Ann Busko

Procedencia: Canadá

Administración: Individual o Colectiva

Ámbito de Aplicación: 15 años en adelante

Duración: 8 a 12 minutos

El cuestionario tiene la finalidad de medir los niveles de Procrastinación en la vida académica. Fue desarrollado por Arévalo y Otiniano (2011), el instrumento presenta un total de 50 ítems las cuales a su vez están divididos en cinco dimensiones:

- Dimensión falta de motivación: (1-6-11-16-21-26-31-36-41-46)
- Dimensión dependencia: (2-7-12-17-22-27-32-37-42-47)
- Dimensión baja autoestima: (3-8-13-18-23-28-33-38-43-48)
- Dimensión desorganización: (4-9-14-19-24-29-34-39-44-49)
- Dimensión evasión de la responsabilidad: (5-10-15-20-25-30-35-40-45-50)

Para su calificación, se puntúa con valores del 1 al 5, siendo 1 “Muy en desacuerdo” y 5 “Muy de acuerdo”, así mismo cuenta con 18 ítems invertidos, estos son: (6, 8, 13, 19, 22, 23, 24, 27, 28, 32, 33, 34, 36, 37, 39, 41, 42, 46)

Los puntajes obtenidos deberán ser pasados a percentiles con los baremos del instrumento, dando como resultado los niveles o grados de procrastinación:

- Alto grado de procrastinación: (puntaje: 155 – 250)
- Grado medio de procrastinación: (puntaje: 143 - 154)
- Bajo grado de procrastinación: (puntaje: 53 - 142)

Validez y Confiabilidad

Arévalo y Otiniano (2011) realizaron la validez por medio de un juicio de expertos, asimismo la confiabilidad se determinó por medio de una prueba piloto con una muestra de 200 sujetos, obteniendo un Alpha de Cronbach de .99, lo cual hace valido la aplicación del instrumento.

Participantes

Población

El presente estudio tomó como población a 233 estudiantes de 4to y 5to de secundaria de una institución educativa privada de la ciudad de Arequipa.

Muestra

La muestra fue obtenida a través del muestreo probabilístico, aleatorio simple. Asimismo, para determinar la cantidad exacta de la muestra se empleó el uso de una formula estadística:

$$n = \frac{N * Z_a^2 * p * q}{d^2 * (N - 1) + Z_a^2 * P * Q}$$

Donde:

- n = tamaño de la muestra.
- Z_a^2 = nivel de confianza deseado.
- p = proporción de la población con la característica deseada (éxito).

- q = proporción de la población sin la característica deseada (fracaso).
- d = error máximo admisible en términos de proporción (precisión)
- N = tamaño de la población.

A partir de:

- Nivel de confianza = 0.95
- Margen de error = 0.05
- Tamaño de la población = 233

Entonces se estima:

$$n = \frac{233 * 1.96^2 * 0.5 * 0.5}{0.05^2 * (233 - 1) + 1.96^2 * 0.5 * 0.5} = 148$$

De esta manera se determinó que la muestra estuvo conformada por 148 estudiantes de una institución educativa privada.

Procedimiento

- Primeramente, se procedió a solicitar los permisos correspondientes a la institución educativa con el fin de obtener el consentimiento del director, de ejecutar el estudio en sus estudiantes.
- Segundo, cuando se obtuvo los permisos se acordaron los días y las horas de la aplicación de los instrumentos.
- Tercero; se procedió a seleccionar a los estudiantes que formaron parte del estudio y a quienes se les aplico los instrumentos.
- Cuarto; una vez que se determinó la muestra total se continuo con la entrega del consentimiento informado, asimismo se les explico los motivos y los objetivos de la presente investigación pasando finalmente a la ejecución y aplicación de los instrumentos

- Quinto; una vez llenado todos los instrumentos se procedió a realizar la codificación de los resultados en el programa de Microsoft, Excel.
- Sexto; una vez codificado y creada la matriz de datos, esos fueron pasados al programa estadístico SPSS versión 25 para su análisis e interpretación.
- Finalmente, se continuó con la descripción de los resultados, se procedió con la contrastación de hipótesis y la redacción de las conclusiones de los resultados.

Consideraciones Éticas

Las consideraciones que se tomaron en cuenta en la presente investigación, principalmente fue el anonimato de los participantes y de la institución educativa, con el fin de salvaguardar los datos de los participantes, y no perjudicar a los involucrados, toda información obtenida fue por medio de un consentimiento informado, que fue entregado a los padres y estudiantes, con la finalidad de obtener su aceptación de formar parte de la investigación, claro está que fueron informados de los aspectos de la investigación, como también de los objetivos propuestos, cabe recalcar que los estudiantes fueron libres de participar en la investigación, así como decidir su continuación o retiro del estudio.

Análisis de Datos

Una vez obtenidos los datos, se procedió a la codificación de la información obtenida y fueron pasados al programa de Microsoft Excel, creando la sabana codificada que finalmente fue transferida al programa estadístico SPSS versión 25, donde se ejecutaron los análisis estadísticos con el fin de realizar la interpretación descriptiva e inferencial por medio del estadístico de Rho de Spearman.

Capítulo III.

Resultados

Análisis de resultados descriptivos

Análisis de resultados descriptivos de la variable inteligencia emocional.

Tabla 1 Nivel de inteligencia emocional

		f	%
Válido	Bajo	6	4,1
	Promedio	111	75,0
	Alto	31	20,9
	Total	148	100,0

En la tabla 1, se observa que el 75% de los estudiantes indicó que la inteligencia emocional presenta niveles promedios. El 20.9% se ubican en un nivel alto y solamente el 4.1% en un nivel bajo. Es decir, los estudiantes tienen una buena relación entre ellos, puesto que, cuentan con una adecuada capacidad de introspección, por ende, la inteligencia emocional en los estudiantes de la Institución Educativa es la adecuada.

Jiménez (2020) indica que la inteligencia emocional significa tener autoconocimiento de tus propias emociones y, también, la capacidad de conocerse así mismo para poder reconocer los sentimientos que se presenten y lograr un bienestar psicológico.

Entonces, se puede inferir de los resultados obtenidos que gran parte de los estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la Institución Educativa, controlan sus emociones en determinadas situaciones controlan en la mayoría de situaciones sus emociones y ello facilita resolver satisfactoriamente los conflictos, favoreciendo una relación saludable entre pares.

Tabla 2 Niveles de las dimensiones de la inteligencia emocional

		f	%
Dimensión intrapersonal	Bajo	80	54,1
	Promedio	65	43,9
	Alto	3	2,0
	Total	148	100,0
Dimensión interpersonal	Bajo	7	4,7
	Promedio	67	45,3
	Alto	74	50,0
	Total	148	100,0
Dimensión adaptabilidad	Bajo	7	4,7
	Promedio	94	63,5
	Alto	47	31,8
	Total	148	100,0
Dimensión manejo de estrés	Bajo	19	12,8
	Promedio	109	73,6
	Alto	20	13,5
	Total	148	100,0
Estado de ánimo en general	Bajo	23	15,5
	Promedio	91	61,5
	Alto	34	23,0
	Total	148	100,0

En la tabla 2, se visualiza los niveles de las dimensiones de la variable inteligencia emocional.

Con relación a la dimensión intrapersonal, el 54,1% se ubicaron en un nivel bajo; el 43,9% en un nivel promedio y solo el 2,0% en un nivel bajo. Se infiere que, la auto aceptación y el respeto de la mayoría de los estudiantes no son los adecuados por lo que se les dificultaría la capacidad de comprensión en sus propias emociones. De acuerdo a ello, Brito et al. (2019), mencionan que el nivel intrapersonal se refiere a la capacidad de una persona de entenderse a sí mismo, por lo que intervienen factores

como la auto comprensión y la autoconciencia emocional, los cuales son importantes a tomar en cuenta para mejorar la relación intrapersonal con los demás estudiantes. Por lo tanto, se puede inferir que pocos estudiantes de 4to y 5to de secundaria tienen un grado alto en el componente intrapersonal, la mayoría no maneja sus emociones de la manera correcta, lo cual puede generar un bajo rendimiento académico y menor inteligencia emocional.

Con relación a la dimensión interpersonal, el 50% señalaron un nivel alto, el 45,3%, un nivel promedio y el 4,7%, un nivel bajo. Es decir, el grado interpersonal en la mitad de los estudiantes es la adecuada, por lo que, hay una buena relación entre ellos, ya que comprenden no solamente sus emociones, sino también el de los demás. Asimismo, Brito et al. (2019), indican que el nivel interpersonal se refiere al nivel de empatía que tienen las personas entre sí, lo cual generaría diversos grupos sociales con principios o reglas que influyen en cada uno de los individuos. Entonces, se puede inferir, que los estudiantes de 4to y 5to de secundaria la Institución Educativa son empáticos entre sí y se relacionan eficientemente al momento de enfocarse en establecer un grupo social.

Con relación a la dimensión adaptabilidad, el 63,5% indicaron un nivel promedio, el 31,8%, un nivel alto y el 4,7%, un nivel bajo. Señalando que, la mayoría de estudiantes presentan un nivel adecuado para adaptarse a diversas situaciones que requieran solución de conflictos o problemas académicos. De acuerdo a ello, Brito et al. (2019), indican que este componente se refiere a la capacidad de las personas de adaptarse al medio, el nivel de flexibilidad que tengan para ajustarse a los cambios del entorno y de resolver satisfactoriamente los problemas que se presenten con facilidad. Por lo tanto, se infiere que, los estudiantes de 4to y 5to de secundaria la Institución

Educativa pueden presentar dificultades para solucionar algunas situaciones, pero, en su mayoría, se desempeñan correctamente para resolver los problemas.

Con relación a la dimensión manejo de estrés, el 73,5% se ubicaron en un nivel promedio, el 13,5%, en un nivel alto y el 12,8%, en un nivel bajo. Se infiere que, más del 50% de los estudiantes presentan un nivel medio de estrés en el desarrollo de sus actividades académicas, por lo que, hubo situaciones en los que no pudieron controlar o tolerar algún tipo de presión al momento de realizar sus deberes. Al respecto, Brito et al. (2019), refieren que es la capacidad de la persona para solucionar conflictos o resolver problemas bajo presión que pueden conllevar actitudes con impulsos irresponsables. Entonces, se infiere que, el estrés es un problema que afecta a los estudiantes de 4to y 5to de secundaria, afectando su rendimiento escolar.

Con relación a la dimensión estado de ánimo en general, el 61,5% se ubicaron en un nivel promedio, el 23%, en un nivel alto y el 15,5%, en un nivel bajo. Es decir, más del 50% de los estudiantes presentan un nivel medio de estado de ánimo en su desempeño académico, por lo que, el estado de ánimo en la mayoría de alumnos no es completamente positivo al momento de afrontar situaciones difíciles o experimentar estrés. De acuerdo a ello, Brito et al. (2019), indican que es la capacidad de la persona para ser positiva frente alguna situación problema o hechos negativos que se le presenten en su día a día. Por lo tanto, se infiere que, el estado de ánimo es un componente esencial para sobrellevar situaciones adversas, donde la mayoría de los estudiantes de 4to y 5to de secundaria, presenta una actitud positiva y favorable en diversas situaciones demandantes para lograr un correcto éxito académico y personal.

Análisis de resultados descriptivos de la variable procrastinación**Tabla 3** Nivel de procrastinación académica

		f	%
Válido	Bajo Grado	35	23,6
	Grado Medio	18	12,2
	Alto Grado	95	64,2
	Total	148	100,0

En la tabla 3, se observa que el 64,2% de los estudiantes se ubican en un nivel alto de procrastinación; el 23,6%, en un nivel bajo y, el 12,2%, en un nivel medio. Es decir, la mayoría de los estudiantes presentan un bajo rendimiento académico, por lo que no priorizan o no le dan prioridad constantemente a la elaboración de sus deberes, suelen tener distracciones y no planifican siempre su tiempo de forma correcta.

Rodríguez et al. (2020), indican que procrastinar significa suspender o posponer actividades o tareas que se hayan dejado anteriormente, por lo que, el estudiante estaría evadiendo realizar su tarea justificándose con diversas excusas para no sentirse responsable por el incumplimiento de dicha tarea.

Entonces, se infiere que, gran parte de los estudiantes de 4to y 5to de secundaria la Institución Educativa, presentan un mal hábito al posponer la realización de sus actividades académicas, lo cual se puede estar presentando por la falta de responsabilidad o el uso excesivo de teléfonos móviles (Castro y Mahamud, 2017).

Tabla 4 Niveles de las dimensiones de la procrastinación académica

		f	%
Dimensión falta de motivación	Bajo Grado	123	83,1
	Grado Medio	25	16,9
	Total	148	100,0
Dimensión dependencia	Bajo Grado	113	76,4
	Grado Medio	35	23,6
	Total	148	100,0
Dimensión baja autoestima	Bajo Grado	105	70,9
	Grado Medio	43	29,1
	Total	148	100,0
Dimensión desorganización	Bajo Grado	134	90,5
	Grado Medio	14	9,5
	Total	148	100,0
Dimensión evasión de responsabilidad	Bajo Grado	127	85,8
	Grado Medio	21	14,2
	Total	148	100,0

En la tabla 4, se visualiza los niveles de las dimensiones de la variable inteligencia emocional.

Con relación a la dimensión falta de motivación, el 83,1% se ubica en un grado bajo y el 16,9% en un grado medio. Se infiere que, más del 80% de los estudiantes presentan un nivel bajo de falta de motivación a nivel personal y académico. Al respecto, Arévalo y Otiniano (2011) indican que la falta de motivación se refiere a una

ausencia de interés o de ánimo de realizar las tareas pendientes u obligaciones; así como, la falta de responsabilidad para cumplir metas y objetivos que se haya planteado conseguir el estudiante. Por ende, la falta de motivación en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria es un problema que afecta a la mayoría de los alumnos y puede perjudicar su progreso en el estudio.

Con relación a la dimensión dependencia, el 76,4% indicaron un grado bajo y el 23,6% un grado medio. Por ello, la mayoría de los estudiantes presentan un nivel bajo de dependencia con otros estudiantes, es decir, de contar con el apoyo de otra persona para realizar sus deberes. Con concordancia, Arévalo y Otiniano (2011) indican que la dependencia consiste en la necesidad de tener la colaboración o ayuda de otra persona para culminar sus actividades. Entonces, el nivel de dependencia en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria es baja, presentando autonomía e independencia para desarrollar sus actividades grado nivel bajo y el 29,1% en un grado medio. Es decir, algunos estudiantes presentan tendencia a tener una baja autoestima, lo cual puede deberse a problemas familiares, algún tipo de presión social o inclusive acoso escolar. De acuerdo a ello, Arévalo y Otiniano (2011) indican que la baja autoestima consiste en la elaboración errónea de los deberes o tareas por miedo a cometer errores o la falta de confianza en sus propias capacidades para resolver los problemas o conflictos. Por lo tanto, el grado de baja autoestima puede afectar a los estudiantes de 4to y 5to de secundaria, sin embargo, casi el 30% lo presenta en un grado medio, lo que indicaría que puede existir situaciones donde se presenten faltas de respeto o un ambiente negativo.

Con relación a la dimensión desorganización, el 90,5% se ubican en un grado bajo y el 9,5% en un grado medio. Esto hace referencia a que, la mayoría de los estudiantes si planifican de manera adecuada su tiempo para realizar sus deberes. Al

respecto, Arévalo y Otiniano (2011) indican que implica una inadecuada gestión del tiempo para realizar todas las actividades diarias, así mismo, existe una evasión de la responsabilidad al no priorizar las tareas pendientes por motivos de distracción o desinterés. Entonces, el grado de desorganización en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria es baja y no afecta a la mayoría de estudiantes, para mejorar esta capacidad podría implementarse actividades para fomentar la planificación de tiempo u planificación de tareas.

Con relación a la dimensión evasión de responsabilidad, el 85,8% indicaron que presenta un grado bajo y el 14,2% un grado medio. Se infiere que, los alumnos tienen una planificación adecuada para realizar sus deberes, ya que no evaden totalmente sus responsabilidades y, como consecuencia de ello, presentan un grado de organización adecuado. Al respecto, Arévalo y Otiniano (2011), indican que consiste en no realizar las actividades pendientes por pereza, fatiga o simplemente porque para la persona no son de relevancia en ese momento para hacerlas. Por lo tanto, el grado de evasión de responsabilidad de los estudiantes de 4to y 5to de secundaria presentando buena organización y cumplimiento de las obligaciones con sus tareas y actividades, por ende, el desarrollo académico se dará de forma eficiente.

Análisis de resultados inferencial

Tabla 5 Prueba de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Inteligencia Emocional	,101	148	,001
Procrastinación Académica	,053	148	,200*

En la tabla 5, se visualiza la prueba de normalidad de la información recolectada de las dos variables estudiadas en base a los instrumentos de recolección de datos aplicados, dicha prueba de normalidad fue realizada utilizando el estadístico Kolmogorov-Smirnov, debido a que la población total es de 226 estudiantes de 4to y 5to de secundaria siendo el mismo mayor a 50. Por otro lado, se puede observar que el nivel de significancia de la variable inteligencia emocional es menor a 0,05 ($p=0.001$), indicando que los datos se distribuyen de forma no normal; sin embargo, la variable procrastinación tiene un valor de significancia mayor a 0,05 ($p=0.200$), por ello, sus datos se distribuyen de forma normal. Se puede apreciar, que los resultados de significancia son distintos, por lo tanto, se debe aplicar para la contratación de hipótesis la prueba de Rho de Spearman; debido que es lo recomendado para este tipo de resultados.

Tabla 6 *Correlación entre la inteligencia emocional y la procrastinación*

		Procrastinación Académica
	Coefficiente de Rho de Spearman	-,875**
Inteligencia Emocional	Sig. (bilateral)	,000
	N	148

En la tabla 6, se observa en los resultados de la contrastación de la hipótesis, utilizando el estadístico de correlación de Spearman, que tuvo un nivel de significancia inferior a 0.05 ($p=0.000$), lo cual indica que la correlación es significativa; asimismo, se visualiza que el valor del coeficiente de correlación es de $-0,875$, lo cual nos dice que la relación es inversa y alta. Se concluye que, la inteligencia emocional tiene una relación inversamente alta con la procrastinación.

Tabla 7 *Correlación entre la dimensión intrapersonal con la variable procrastinación*

		Procrastinación Académica
Intrapersonal	Coefficiente de correlación	-,498**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	148

En la tabla 7, se visualiza los resultados obtenidos de la correlación entre la dimensión intrapersonal y la variable procrastinación, mediante los datos recolectados de los estudiantes de la Institución Educativa, por medio de la correlación de Rho de Spearman.

La dimensión intrapersonal de la variable inteligencia emocional, se relaciona inversamente con la variable procrastinación de manera significativa, debido a que, en la tabla 7 de correlación entre las mismas, se visualiza un nivel de significancia menor a 0,05 y un coeficiente de correlación de -0,498, lo cual indica una correlación inversa y moderada.

Tabla 8 *Correlación entre la dimensión interpersonal con la variable procrastinación*

		Procrastinación Académica
Interpersonal	Coefficiente de correlación	-,432**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	148

En la tabla 8, se visualiza los resultados obtenidos de la correlación entre la dimensión interpersonal y la variable procrastinación, mediante los datos recolectados de los estudiantes de la Institución Educativa, por medio de la correlación de Rho de Spearman.

La dimensión Interpersonal de la variable inteligencia emocional, se relaciona de manera significativa e inversa con la variable procrastinación, debido a que, en la tabla 8 de correlación entre las mismas, se visualiza un nivel de significancia menor a 0,05 y un coeficiente de correlación de -0,432, lo cual indica una correlación inversa y moderada.

Tabla 9 *Correlación entre la dimensión adaptabilidad con la variable procrastinación*

		Procrastinación
		Académica
Adaptabilidad	Coefficiente de correlación	-,893**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	148

En la tabla 9, se visualiza los resultados obtenidos de la correlación entre la dimensión adaptabilidad y la variable procrastinación, mediante los datos recolectados de los estudiantes de la Institución Educativa, por medio de la correlación de Rho de Spearman.

La dimensión adaptabilidad de la variable inteligencia emocional, se relaciona de manera significativa e inversa con la variable procrastinación, debido a que, en la tabla 9 de correlación entre las mismas, se visualiza un nivel de significancia menor a 0,05 y un coeficiente de correlación de -0,893, lo cual indica una correlación inversa y alta.

Tabla 10 *Correlación entre la dimensión manejo del estrés con la variable procrastinación*

		Procrastinación Académica
Manejo Del Estrés	Coefficiente de correlación	-,630**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	148

En la tabla 10, se visualiza los resultados obtenidos de la correlación entre la dimensión manejo del estrés y la variable procrastinación, mediante los datos recolectados de los estudiantes de la institución educativa, por medio de la correlación de Rho de Spearman.

La dimensión manejo del estrés de la variable inteligencia emocional, se relaciona de manera significativa e inversa con la variable procrastinación, debido a que, en la tabla 10 de correlación entre las mismas, se visualiza un nivel de significancia menor a 0,05 y un coeficiente de correlación de -0,630, lo cual indica una correlación inversa y moderada.

Tabla 11 *Correlación entre la dimensión estado de ánimo en general con la variable procrastinación*

		Procrastinación Académica
Estado De Ánimo En General	Coefficiente de correlación	-,717**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	148

En la tabla 11, se visualiza los resultados obtenidos de la correlación entre la dimensión estado de ánimo en general y la variable procrastinación, mediante los datos recolectados de los estudiantes de la institución educativa, por medio de la correlación de Rho de Spearman.

La dimensión estado de ánimo en general de la variable inteligencia emocional, se relaciona de manera significativa e inversa con la variable procrastinación, debido a que, en la tabla 11 de correlación entre las mismas, se visualiza un nivel de significancia menor a 0,05 y un coeficiente de correlación de -0,717, lo cual indica una correlación inversa y alta.

Discusión

La inteligencia emocional es relevante en el desarrollo académico de los estudiantes, ya que el alumno tendrá mejor capacidad de entender sus emociones y también las de sus compañeros, siendo esto, fundamental para combatir la procrastinación, debido a que, se refiere a la postergación de las responsabilidades académicas, lo cual, al no controlar correctamente sus emociones, podría afectar negativamente el desempeño académico, incluso también en la toma de decisiones y resolución de conflictos que se presenten.

Por ello, el objetivo general de la investigación fue determinar la relación entre la inteligencia emocional y la procrastinación académica de los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una institución privada de la ciudad de Arequipa 2022, la cual fue medida mediante el estadístico de correlación de Rho de Spearman, el cual tuvo un valor de -0.875; asimismo, el nivel de significancia fue menor a 0.05 ($p = 0.000$), es decir, la relación entre las variables es inversa y significativa. En el estudio realizado por Huayllani y Gallegos (2019), hubo un resultado semejante, en donde se realizó un estudio a 177 estudiantes de la Institución Educativa en Cocachacra de la ciudad de Arequipa, con la finalidad de buscar la relación entre las inteligencia emocional y procrastinación; los resultados que se evidenciaron fueron un coeficiente de correlación fue menor a 0,05 y un valor de Rho de Spearman de -0,526; indicando la existencia de correlación inversa y significativa entre las variables. Sin embargo, Chávez (2021) en su estudio con objetivo de determinar la relación entre la inteligencia emocional y la procrastinación académica en estudiantes de 4to de secundaria, con una población de 120 alumnos, se obtuvo un nivel de significancia menor a 0,05 y un coeficiente de correlación de 0.355, lo cual indica que la relación entre las variables es significativa y directa.

Con relación al primer objetivo específico, el cual fue de identificar el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la Institución Educativa en Arequipa 2022, en donde se evidenció que el 75% de ellos presenta un nivel medio de inteligencia emocional, el 20,9%, nivel alto y solamente el 4,1%, nivel bajo. Asimismo, Córdova et al. (2022) en su investigación sobre inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes de secundaria, se observó que el 18,8% de los alumnos presenta un nivel alto de inteligencia emocional; el 55,8%, nivel medio y, por último, 25,4% de ellos nivel bajo. Adicionalmente, Alderete (2022), en su estudio con el objetivo de determinar la relación entre la inteligencia emocional y la procrastinación en estudiantes de 4to y 5to de secundaria, se observó que solamente 2,6% de los estudiantes presenta un nivel alto de inteligencia emocional; el 68,4% de ellos se ubicaron en un nivel medio y, por último, casi el 30% un nivel bajo y muy bajo.

Asimismo, en relación al segundo objetivo específico, el cual fue conocer el grado de procrastinación académica de los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una institución privada de la ciudad de Arequipa. Los resultados evidenciaron que, el nivel de procrastinación del 64,2% de estudiantes se ubica en un nivel alto. Por otro lado, en el estudio de Córdova et al. (2022), encontraron que casi el 50% de estudiantes presentaron niveles medios de procrastinación y solamente un 23,1% de ellos un nivel alto, Asimismo, Quiroz y Valverde (2017) en su estudio, se visualizó que el 42,8% de estudiantes presentan un nivel alto de procrastinación académica; el 41,9%, en el nivel medio y, el 15,3%, en el nivel bajo.

En relación, al tercer objetivo específico; el cual fue identificar la relación entre la dimensión intrapersonal y la procrastinación académica en estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una institución privada de la ciudad de Arequipa. Se evidenció en

los resultados, un nivel de significancia menor a 0,05 y un coeficiente de correlación de -0,498, lo cual indica una correlación inversa y moderada. Un resultado similar fue el de Córdova et al. (2022), en donde se visualizó también una relación inversa en grado bajo, arrojando un nivel de significancia menor a 0,05 y un coeficiente de correlación de -0,288.

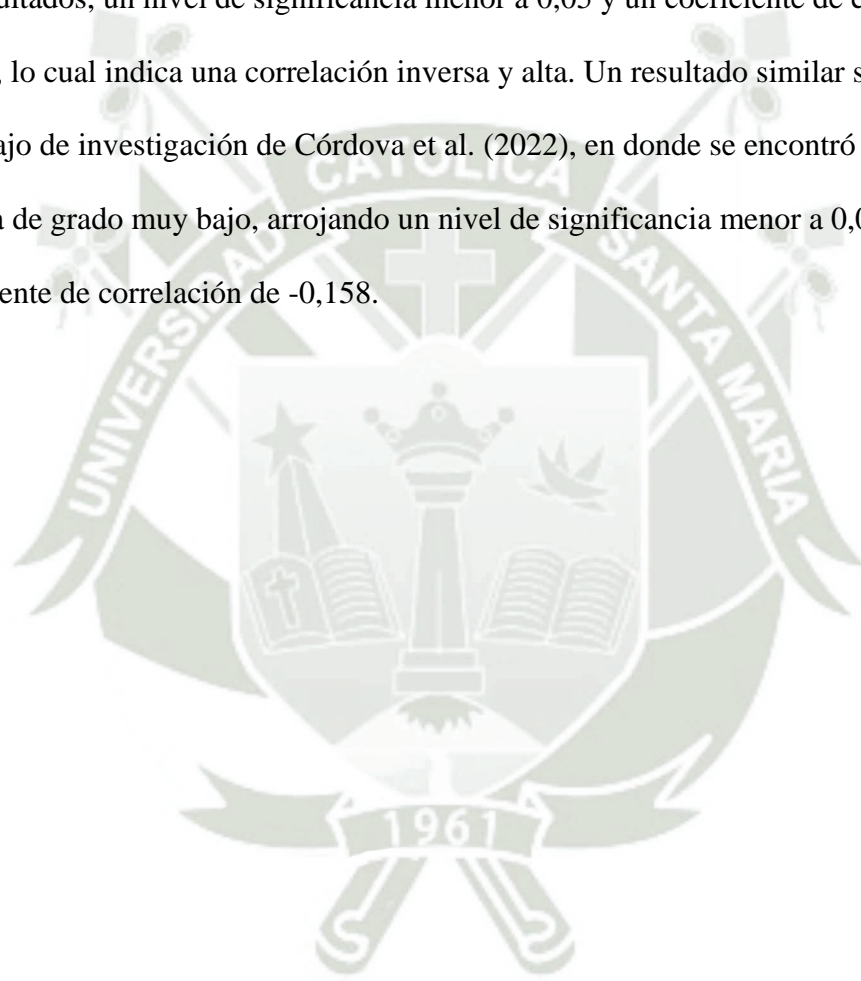
En relación, al cuarto objetivo específico, determinar la relación entre la dimensión interpersonal y la procrastinación académica en estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una institución privada de la ciudad de Arequipa. Se evidenció en los resultados, un nivel de significancia menor a 0,05 y un coeficiente de correlación de -0,432, lo cual indica una correlación inversa y moderada. Sin embargo, Chávez (2021), en su trabajo de investigación, se visualizó una relación directa de grado bajo, arrojando un nivel de significancia mayor a 0,05 y un coeficiente de correlación de 0,176.

En relación, al quinto objetivo específico, determinar la relación entre la dimensión adaptación y la procrastinación académica en estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una institución privada de la ciudad de Arequipa. Se evidenció en los resultados, un nivel de significancia menor a 0,05 y un coeficiente de correlación de -0,893, lo cual indica una correlación inversa y alta. Sin embargo, Alderete (2022), en su trabajo de investigación, se visualizó una relación directa de grado bajo, arrojando un nivel de significancia mayor a 0,05 y un coeficiente de correlación de 0,108.

En relación, al sexto objetivo específico, indicar la relación entre la dimensión manejo del estrés y la procrastinación académica en estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una institución privada de la ciudad de Arequipa. Se evidenció en los resultados, un nivel de significancia menor a 0,05 y un coeficiente de correlación de -0,630, lo cual indica una correlación inversa y moderada. Un resultado similar se observó en el trabajo de investigación de Córdova et al. (2022), en donde encontraron

una relación inversa de grado baja, arrojando un nivel de significancia menor a 0,05 y un coeficiente de correlación de -0,226.

En relación, al séptimo objetivo específico, identificar la relación entre la dimensión manejo del ánimo y la procrastinación académica en estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una institución privada de la ciudad de Arequipa. Se evidenció en los resultados, un nivel de significancia menor a 0,05 y un coeficiente de correlación de -0,717, lo cual indica una correlación inversa y alta. Un resultado similar se encontró en el trabajo de investigación de Córdova et al. (2022), en donde se encontró una relación inversa de grado muy bajo, arrojando un nivel de significancia menor a 0,05 y un coeficiente de correlación de -0,158.



Conclusiones

Primero, se concluyó que, la inteligencia emocional se relaciona inversamente con la procrastinación académica de los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una Institución Privada de la ciudad de Arequipa 2022.

Segundo, se concluyó que, el nivel promedio de inteligencia emocional en los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una Institución Privada de la ciudad de Arequipa 2022 fue el más representativo.

Tercero, se concluyó que, el nivel alto de procrastinación académica en los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una institución privada de la ciudad de Arequipa 2022 fue el más representativo.

Cuarto, se concluyó que, la dimensión intrapersonal se relaciona inversamente con la procrastinación académica de los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una Institución Privada de la ciudad de Arequipa 2022.

Quinto, se concluyó que, la dimensión interpersonal se relaciona inversamente con la procrastinación académica de los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una Institución Privada de la ciudad de Arequipa 2022.

Sexto, se concluyó que, la dimensión adaptabilidad se relaciona inversamente con la procrastinación académica de los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una Institución Privada de la ciudad de Arequipa 2022.

Séptimo, se concluyó que, la dimensión manejo del estrés se relaciona inversamente con la procrastinación académica de los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una Institución Privada de la ciudad de Arequipa 2022.

Octavo, se concluyó que, la dimensión estado de ánimo en general se relaciona inversamente con la procrastinación académica de los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una Institución Privada de la ciudad de Arequipa 2022.

Sugerencias

Primero, se sugiere al director de la institución educativa coordinar con los profesionales de psicología para planificar actividades y talleres enfocados en el desarrollo de la inteligencia emocional en los estudiantes. Se pueden abordar temas relacionados a las habilidades sociales y emocionales, la empatía, la autorregulación y el autoconocimiento con la finalidad de reducir los casos de procrastinación académica en los escolares.

Segundo, se sugiere a los directivos del centro educativo que los especialistas realicen charlas informativas prevenir conductas de procrastinación, puesto que tiene efectos negativos en la salud mental y desarrollo integral de los estudiantes generando frustración, estrés y ansiedad en situaciones conflictivas, asimismo, se debe promover el sentido de la responsabilidad y compromiso en cada estudiante.

Tercero, se sugiere a los profesionales de psicología fomentar las relaciones intrapersonales entre los estudiantes, a través de la práctica de habilidades de expresión, donde los alumnos puedan demostrar efectivamente sus emociones y también disminuir el grado de procrastinación, además se sugiere planificar talleres sobre auto aceptación, autorregulación y comunicación.

Cuarto, se sugiere a los profesionales de psicología fortalecer las interacciones sociales entre los estudiantes, organizar actividades en equipo, talleres de comunicación efectiva, desarrollar habilidades de resolución de conflictos, impulsar la inclusión y el respeto entre ellos.

Quinto, se sugiere a los profesionales de psicología fomentar la adaptabilidad en los estudiantes a través de diversos métodos de enseñanza o acciones específicas, como el reconocimiento de los errores, la participación activa, la integración y el respeto para el desarrollo efectivo de las habilidades sociales y el crecimiento personal.

Sexto, se sugiere a los profesionales de psicología mejorar el manejo del estrés en los estudiantes a través de la formación de espacios relajantes y tranquilos, donde se puedan realizar talleres de yoga, la aplicación de las técnicas de relajación, así como, la realización de actividad física y fortalecimiento de capacidades para una adecuada organización y optimización de los tiempos.

Séptimo, se sugiere a los profesionales de psicología crear espacios seguros para fortalecer un estado de ánimo estable en los estudiantes, se pueden organizar actividades físicas para generar sensaciones de satisfacción y seguridad en los escolares, además, se debe estimular talleres de recreación o actividades extracurriculares que permitan al alumno mantener emociones positivas, de satisfacción y motivación.

Octavo, se sugiere a los directivos de la institución educativa la implementación de programas educativos para abordar todos los aspectos que conforman la inteligencia emocional y la procrastinación, lo cual contribuirá a la mejora integral de los estudiantes y ayudará a la prevención de riesgos con respecto a su rendimiento académico.

Limitaciones

Primero, se identificó que ciertos estudiantes no lograron cumplir con los plazos establecidos para la entrega de cuestionarios, debido a las restricciones en la disponibilidad horaria de los docentes.

Segunda, durante la aplicación del cuestionario con los estudiantes de cuarto y quinto año de educación secundaria, se ha podido observar una diversidad difusa en la precisión y claridad de las respuestas proporcionadas.



Referencias

- Aguilar, P., & García, G. (2021). *Tolerancia a la frustración en adolescentes: una revisión sistemática de la literatura científica en los últimos 10 años*. [Tesis de titulación, Universidad Privada del Norte]. <https://hdl.handle.net/11537/27085>
- Aguilar, Y., Valdez, J., Gonzáles, N., Rivera, S., Carrasco, C., Gómora, A., . . . Vidal, S. (2015). Apatía, desmotivación, desinterés, desgano y falta de participación en adolescentes Mexicanos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 326-336. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29242800010>
- Alderete, J. (2022). *Inteligencia emocional y procrastinación en estudiantes de 4 y 5 grado de secundaria de una Institución Educativa de Concepción - 2022*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana los Andes]. <https://hdl.handle.net/20.500.12848/4442>
- Aliaga, K. (2022). *Procrastinación académica y dependencia al móvil en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de una institución educativa de La Mar, Ayacucho – 2020*. Universidad Católica los Ángeles Chimbote, Tesis de licenciatura. [Tesis de titulación, Universidad Católica los Angeles Chimbote]. <https://hdl.handle.net/20.500.13032/28368>
- Almaraz, D., Coeto, G., & Camacho, E. (2020). Habilidades sociales en niños de primaria. *IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, 10(19), 191-206. doi:http://dx.doi.org/10.33010/ie_rie_rediech.v10i19.706
- AL-Qadri, A., & Zhao, W. (2021). Emotional Intelligence and Students' Academic Achievement. *Problems of Education in the 21st Century*, 79(3), 360-380. doi:<https://doi.org/10.33225/pec/21.79.360>
- Arévalo, E., & Otiniano, J. (2011). *Construcción y validación de la escala de procrastinación en adolescentes (EPA)*. Universidad Privada Antenor Orrego , Investigación Psicológica.

- Arias, J., & Covinos, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. Enfoques Consulting EIRL. Obtenido de <http://hdl.handle.net/20.500.12390/2260>
- Atalaya, C., & García, L. (2019). Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista de Investigación en Psicología*, 22(2), 363-378. doi:<http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17435>
- Avilés, A. (2021). Baja tolerancia a la frustración desde la terapia racional emotiva conductual. *RESPSI-Revista Ecuatoriana de Psicología*, 4(10), 212-219. doi:<https://doi.org/10.33996/repsi.v4i10.64>
- Blázquez, M. (2021). *Autonocimiento, liderazgo personal e inteligencia emocional: Tres herramientas clave para gestionar el éxito y el fracaso en el desarrollo profesional de los jóvenes universitarios en España*. [Tesis de titulación, Universidad Pontificia Comillas]. <http://hdl.handle.net/11531/47110>
- Botello, V., & Gil, L. (2018). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de ciencias de la salud de una Universidad de Lima Norte, 2017. *Revista de investigación y casos en salud*, 1-8. doi:<https://doi.org/10.35626/casus.2.2018.75>
- Brito, D., Santana, Y., & Pireta, G. (2019). El Modelo de Inteligencia Emocional de Bar-On en el Perfil Académico Profesional de la FACO/LUZ. *Ciencia Odontológica*, 16(1), 27-40. https://www.researchgate.net/profile/Yrma-Santana-2/publication/348647379_El_Modelo_de_Inteligencia_Emocional_de_Bar-On_en_el_Perfil_Academico-_Profesional_de_la_FACOLUZ/links/6008e75292851c13fe26b729/El-Modelo-de-Inteligencia-Emocional-de-Bar-On-en-el-Pe
- Cabanach, R., Souto, A., González, L., & Corrás, T. (2018). Afrontamiento y regulación emocional en estudiantes de fisioterapia. *Universitas Psychologica*, 17(2), 1-18. doi:<https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy17-2.aree>

- Camus, Y. (2019). *Control de emociones y trabajo en equipo en estudiantes de quinto grado de primaria de la Institución Educativa Nuestra Señora de la Misericordia – Ventanilla, 2018*. [Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo].
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/28937>
- Cárdenas, P., Hernández, G., & Cajigal, E. (2021). Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios de una Institución Pública: Caso de la Facultad de Ciencias Educativas. *Red de Cuerpos Académicos en Investigación Educativa de la UAEM*, 3(9), 18-40.
doi:<https://doi.org/10.36677/redca.v3i9.15806>
- Castillo, N., & Pomalaza, K. (2021). *Inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes de una Universidad Privada - Huarncayo 2020*. [Tesis de Licenciatura; Universidad Peruana los Andes].
<http://www.repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/3516/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Castro, S., & Mahamud, K. (2017). Procrastinación académica y adicción a internet en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Avances en Psicología: Revista de la Facultad de Psicología y Humanidades*, 25(2), 189-197.
doi:<https://doi.org/10.33539/avpsicol.2017.v25n2.354>
- Cerri, C. (2015). Dependencia y autonomía: Una aproximación antropológica desde el cuidado de los mayores. *Athenea Digital*, 15(2), 111-140.
doi:<http://dx.doi.org/10.5565/rev/athenea.1502>
- Chan, L. (2011). Procrastinación académica como predictor en el rendimiento académico en jóvenes de educación superior. *Temática Psicológica*(7), 53-62.
doi:<https://doi.org/10.33539/tematpsicol.2011.n7.807>
- Chávez, M. (2021). *Inteligencia Emocional y Procrastinación Académica en las estudiantes de 4° de secundaria de la Institución Educativa General Prado Bellavista -Región*

- Callao, 2020. [Tesis de maestría, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle]. <http://repositorio.une.edu.pe/handle/20.500.14039/6081>
- Contreras, K., Caballero, C., Palacio, J., & Pérez, A. (2008). Factores asociados al fracaso académico en estudiantes universitarios de Barranquilla (Colombia). *Psicología desde el Caribe*(22), 110-135. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21311866008>
- Córdova, F., Tarrillo, D., & Reátegui, R. (2022). *Inteligencia Emocional y Procrastinación Académica en estudiantes del Nivel Secundario de Tarapoto, Perú – 2021*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión]. <http://hdl.handle.net/20.500.12840/5827>
- Córica, J. (2020). Resistencia docente al cambio: Caracterización y estrategias para un problema no resuelto. *Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 23(2), 255-272. doi:<http://dx.doi.org/10.5944/ried.23.2.26578>
- Delgado, A., Oyanguren, N., Reyes, A., Zegarra, A., & Cueva, M. (2021). El rol moderador de la procrastinación sobre la relación entre el estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de pregrado. *Propósitos y representaciones*, 1-18. doi:<http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9n3.1372>
- Flores, E. (2010). La inteligencia emocional en la educación primaria. *Revista de la educación en extremadura*, 118-123. https://extension.uned.es/archivos_publicos/webex_actividades/4980/ieimaci05.pdf
- García, L. (2018). El problema del abandono en estudios a distancia. Respuestas desde el Diálogo Didáctico Mediado. *Estudios e Investigaciones*, 22(1). doi:<https://doi.org/10.5944/ried.22.1.22433>
- García, R. (2022). *Fortalecimiento de las competencias de automotivación y autoestima para la construcción de proyectos de vida en estudiantes*. [Tesis de maestría, Universidad Santo Tomás CAU Valledupar]. <http://hdl.handle.net/11634/45875>
- Gil, S., & Llinas, A. (2020). *Habilidades sociales*. Editorial Flamboyant.

- Goleman, D. (1995). *La inteligencia emocional*. Kairós.
- Gómez, A., & Narváez, M. (2020). Tendencia prosocial y su relación con la empatía y la autoeficacia emocional en adolescentes en vulnerabilidad psicosocial. *Revista Colombiana de Psicología*, 29(2), 125-147.
doi:<https://doi.org/10.15446/rcp.v29n2.78430>
- Gómez, S., Zárate, N., & Salazar, D. (2022). Evaluación de la autoconciencia, autorregulación y automotivación para fortalecer las habilidades interpersonales en los estudiantes de la licenciatura de Nutrición. *Universidad Autónoma de Tlaxcala*, 1-12.
<https://centrodeinvestigacioneducativauatx.org/pdf2022/A070.pdf>
- Guo, M., Yin, X., Wang, C., Nie, L., & Wang, G. (2019). La inteligencia emocional es una procrastinación académica entre los estudiantes universitarios de enfermería. *Revista de enfermería avanzada*, 2710-2718. <https://doi.org/10.1111/jan.14101>
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGrawHill.
- Herrera, N. (2017). *La motivación y desmotivación en las aulas de Primaria*. Universidad de La Laguna, Tesis de grado. <http://riull.ull.es/xmlui/handle/915/6497>
- Hidalgo, S., Martíne, I., & Sospedra, M. (2022). Autoestima y procrastinación en el ámbito académico: un meta-análisis. *Revista fuentes*, 77-89.
doi:<https://doi.org/10.12795/revistafuentes.2022.19907>
- Huayllani, D., & Gallegos, S. (2019). *Inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes de una Institución Educativa Pública del distrito de Cocachacra*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín]. Obtenido de <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/9354>

- Jiménez, A. (2020). Inteligencia emocional. *Congreso de Actualización Pediatría* (págs. 551-558). Lúa Ediciones. https://www.aepap.org/sites/default/files/documento/archivos-adjuntos/congreso2020/551-558_inteligencia_emocional.pdf
- Jiménez, M., & López, E. (2009). Inteligencia emocional y rendimiento escolar: estado actual de la cuestión. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 69-79. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80511492005>
- Knaus, W. (1998). Superar el hábito de posponer una nueva visión. *RET: revista de toxicomanías*, 13-16. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5518354&orden=1&info=link>
- Llacsá, J. (2018). *Funcionamiento familiar y procrastinación en adolescentes de una institución educativa de José Leonardo Ortiz*. [Tesis de titulación, Universidad Señor de Sipán]. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/4963>
- Lopez, K. (2021). *Influencia de la procrastinación académica sobre el cansancio emocional en estudiantes universitarios: Diferencias según sexo*. [Tesis de titulación, Universidad San Ignacio de Loyola]. doi:<https://dx.doi.org/10.20511/USIL.thesis/11249>
- Macías, M., Tamayo, M., & Cerda, M. (2019). Resistencia al cambio en las organizaciones: Propuesta para minimizarlo. *Revista Palermo Business Review*(19), 39-53. https://www.palermo.edu/economicas/cbrs/pdf/pbr19/PBR_19_02.pdf
- Monbourquette, J. (2002). *De la autoestima a la estima del Yo profundo de la psicología a la espiritualidad* (segunda ed.). Editorial Sal Terrae Poligono de Raos.
- Montoya, H., & Ospina, W. (2020). *Autoconocimiento emocional a través de la expresión narrativa y de talleres teatrales en niños y niñas*. [Tesis de especialidad, Universidad Distrital Francisco José de Caldas]. <http://hdl.handle.net/11349/23145>

- Naranjo, M. (2007). Autoestima: Un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Revista Electronica: Actualidades Investigativas en Educación*, 7(3), 1-27. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44770311>
- Navas, W., & Vargas, M. (2012). Trastornos de Ansiedad: Revisión dirigida para atención primaria. *Revista Medica de Costa Rica y Centroamerica*, 69(604), 497-507. <https://www.medigraphic.com/pdfs/revmedcoscen/rmc-2012/rmc125k.pdf>
- Ozáez, M. (2015). Inteligencia emocional en educación primaria. *Revista Internacional de Apoyo a la Inclusión, Logopedia, Sociedad y Multiculturalidad*, 51-60. <https://www.redalyc.org/pdf/5746/574661396005.pdf>
- Palomino, P., & Almeara, C. (2019). Inteligencia emocional en estudiantes de comunicación: Estudio comparativo bajo el modelo de educación por competencias. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 13(1), 1-16. doi:<http://dx.doi.org/10.19083/ridu.2019.840>
- Puertas, P., Zurita, F., Chacón, R., Castro, M., Ramírez, I., & González, G. (2020). La inteligencia emocional en el ámbito educativo: un meta - análisis. *Anales de Psicología*, 36(1), 84-91. doi:<https://doi.org/10.6018/analesps.345901>
- Quiliano, M., & Quiliano, M. (2020). Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de enfermería. *Ciencia y Enfermería*, 26(3), 1-9. doi:<http://dx.doi.org/10.4067/s0717-95532020000100203>
- Quiroz, P., & Valverde, T. (2017). *Procrastinación académica e inteligencia emocional en estudiantes de la Universidad Católica de Santa María*. [Tesis de titulación, Universidad Católica de Santa María]. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/7074>
- Recuenco, A. (2020). Inteligencia emocional: El lenguaje de más valor en el mundo de hoy. *SCIÉENDO*, 23(3), 197-205. doi:<https://doi.org/10.17268/10.17268/sciendo.2020.025>

- Regueiro, A. (2019). Conceptos básicos: ¿Qué es el estrés y como nos afecta? *Universidad de Malaga*, 1-99.
- Rodríguez, E., Moya, M., & Rodríguez, M. (2020). Importancia de la empatía docente-estudiante como estrategia para el desarrollo académico. *Dominio de las Ciencias*, 6(3), 23-50. doi:<http://dx.doi.org/10.23857/dc.v6i3.1205>
- Romero, S., Hernández, I., Barrera, R., & Mendoza, A. (2022). Inteligencia emocional y desempeño académico en el área de las matemáticas durante la pandemia. *Revista de Ciencias Sociales*, 28(2), 110-121. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8378005>
- Rovira, M., Lega, L., Suso, C., & Orue, I. (2020). Creencias irracionales en mujeres españolas sobre el rol femenino tradicional. *Behavioral Psychology*, 28(2), 265-291. <http://hdl.handle.net/10234/192417>
- Tamayo, M. (2019). Creencias Irracionales en Estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana, según el Nivel de Estudios, Sexo y Lugar de Origen. *Acta de investigación psicológica*, 9(2), 79-90. doi:<https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2019.2.266>
- Ugarriza, N., & Pajares, L. (2005). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn ICE: NA, en una muestra. *Persona*(8), 11-58. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147112816001>
- Vásquez, J., & Sapaico, O. (2022). *Inteligencia emocional y procrastinación en estudiantes de 4 y 5 grado de secundaria de una Institución Educativa de Concepción - 2022*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana los Andes]. <http://informatica.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/4442/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Villanueva, F. (2019). *Inteligencia Emocional y Procrastinación Académica en estudiantes de 4° de secundaria de una institución educativa*. [Tesis de maestría, Universidad Cesar Valejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/32787>





Anexos

Anexo 1. Inventario Inteligencia Emocional Baron Ice: Na

Edad:

Sexo:

Grado:

A continuación, se presenta una serie de oraciones, por favor, lee y marca la que más te describa o la que mejor se identifique a tu persona:

Nº	ENUNCIADO	Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo
1	Me gusta divertirme.				
2	Soy muy bueno (a) para comprender cómo la gente se siente				
3	Puedo mantener la calma cuando estoy molesto.				
4	Soy feliz				
5	Me importa lo que les sucede a las personas				
6	Me es difícil controlar mi cólera.				
7	Es fácil decirle a la gente cómo me siento				
8	Me gustan todas las personas que conozco.				
9	Me siento seguro (a) de mí mismo (a).				
10	Sé cómo se sienten las personas.				
11	Sé cómo mantenerme tranquilo (a).				
12	Intento usar diferentes formas de responder las preguntas difíciles.				
13	Pienso que las cosas que hago salen bien.				
14	Soy capaz de respetar a los demás.				
15	Me molesto demasiado de cualquier cosa.				
16	Es fácil para mí comprender las cosas nuevas.				
17	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.				
18	Pienso bien de todas las personas.				
19	Espero lo mejor.				
20	Tener amigos es importante.				
21	Peleo con la gente.				
22	Puedo comprender preguntas difíciles.				

N°	ENUNCIADO	Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo
23	Me agrada sonreír.				
24	Intento no herir los sentimientos de las personas.				
25	No me doy por vencido (a) ante un problema hasta que lo resuelvo.				
26	Tengo mal genio.				
27	Nada me molesta.				
28	Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.				
29	Sé que las cosas saldrán bien.				
30	Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.				
31	Puedo fácilmente describir mis sentimientos				
32	Sé cómo divertirme.				
33	Debo decir siempre la verdad.				
34	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero				
35	Me molesto fácilmente				
36	Me agrada hacer cosas para los demás				
37	No me siento muy feliz.				
38	Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas				
39	Demoro en molestarme.				
40	Me siento bien conmigo mismo (a).				
41	Hago amigos fácilmente.				
42	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.				
43	Para mí es fácil decirles a las personas cómo me siento.				
44	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.				
45	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.				
46	Cuando estoy molesto (a) con alguien, me siento molesto (a) por mucho tiempo.				
47	Me siento feliz con la clase de persona que soy				
N°	ENUNCIADO	Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo

48	Soy bueno (a) resolviendo problemas				
49	Para mí es difícil esperar mi turno				
50	Me divierte las cosas que hago				
51	Me agradan mis amigos				
52	No tengo días malos				
53	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos				
54	Me disgusto fácilmente				
55	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste				
56	Me gusta mi cuerpo				
57	Aun cuando las cosas sean difíciles, no me doy por vencido				
58	Cuando me molesto actúo sin pensar				
59	Sé cuándo la gente está molesta aun cuando no dicen nada				
60	Me gusta la forma como me veo				



Anexo 2. Cuestionario sobre Procrastinación

A continuación, se presentan 50 enunciados que hacen referencia al modo de comportarse de los estudiantes de secundaria, por favor, lee cuidadosamente cada frase y marca con una X en el cuadro de respuestas con la respuesta que mejor te describa, de acuerdo a las siguientes alternativas:

MA: MUY DE ACUERDO

A: ACUERDO

I: INDECISO

D: DESACUERDO

MD: MUY EN DESACUERDO

N°	Enunciados	MA	A	I	D	MD
1	Suelo postergar (dejar para más tarde) mis estudios, por realizar actividades que me agradan					
2	Para realizar mis tareas necesito la compañía de alguien					
3	Pienso que mis trabajos los realizo mal, por ello prefiero no hacerlos.					
4	Tiendo a dejar mis tareas siempre para el último momento.					
5	Cuando comienzo una tarea, me aburro y por eso la dejo inconclusa.					
6	Termino a tiempo mis trabajos y responsabilidades, porque las considero importantes.					
7	Culmino mis responsabilidades solo cuando me ayuda alguien.					
8	A pesar de la dificultad de mis tareas, me siento capaz de terminarlas.					
9	No termino mis tareas porque me falta tiempo.					
10	Tengo desinterés por realizar una que me imponen.					
11	Suelo inventar excusas para no hacer mis tareas.					

12	Tiene que haber alguien que me obligue a hacer mis tareas.					
N°	Enunciados	MA	A	I	D	MD
13	Mis logros me motivan a seguir cumpliendo con mis obligaciones.					
14	Ocupo mí tiempo en actividades de poca importancia, en lugar de terminar mis tareas.					
15	Siento incomodidad al iniciar una tarea, por lo tanto, lo dejo para el último momento.					
16	Prefiero ver la televisión que cumplir con mis responsabilidades en casa.					
17	Debo tener un ejemplo para guiarme y poder realizar mis tareas.					
18	Las críticas que recibo de los demás influye para no concluir mis actividades.					
19	Acabo a tiempo las actividades que me asignan.					
20	Pospongo (dejo para otro momento) mis deberes, porque los considero poco importantes.					
21	Constantemente suelo sentarme desganado para hacer mis deberes.					
22	Prefiero cumplir con mis responsabilidades para que otros no me critiquen.					
23	Pienso que mis habilidades facilitan la culminación de mis tareas.					
24	Termino mis trabajos importantes con anticipación.					
25	Con frecuencia no deseo realizar mis responsabilidades.					
26	Me es difícil comenzar un proyecto porque siento pereza.					
27	Tengo iniciativa cuando de tareas se trata.					
28	Me siento orgulloso de la forma en que realizo mis actividades.					
29	No realizo mis tareas porque no sé por dónde empezar.					
30	Me resisto a cumplir mis deberes porque prefiero desarrollar otras actividades.					
31	No hago mis tareas porque no sé por dónde empezar.					
32	No dejo que nada me distraiga cuando cumplo mis responsabilidades.					

33	Confío en mí mismo al realizar mis obligaciones a tiempo.					
34	Presento mis trabajos en las fechas indicadas.					
35	Evito realizar mis actividades cuando me siento desganado.					
36	Pienso que terminar mis tareas es una de las metas que debo cumplir.					
37	Trabajo libremente y de acuerdo a mis criterios cuando hago mis tareas.					
N°	Enunciados	MA	A	I	D	MD
38	Evito responsabilidades por temor al fracaso.					
39	Programo mis actividades con anticipación.					
40	No tengo la menor intención de cumplir mis deberes, aunque después me castiguen.					
41	Si tengo que hacer algo lo hago de inmediato.					
42	No necesito de otros para cumplir mis actividades.					
43	Me siento incapaz de realizar mis obligaciones de forma correcta, por eso las postergo.					
44	No termino mis trabajos porque pienso que no me alcanza el tiempo.					
45	Prefiero tener una “vida cómoda” para no tener responsabilidades.					
46	Puedo retrasar mis actividades sociales, cuando decido terminar a tiempo mis trabajos.					
47	Postergo mis actividades, cuando no recibo la ayuda de los demás.					
48	No presento mis trabajos, porque pienso que están mal hechos.					
49	Suelo acumular mis actividades para más tarde.					
50	No me gusta tener responsabilidades, porque éstas implican esfuerzo y sacrificio.					

Anexo 3. Consentimiento Informado

Estimado padre o madre de familia mediante el presente documento, le solicitamos su autorización para contar con su participación en el estudio denominado **“RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR, AREQUIPA 2022”** que será realizado por los bachilleres Claudia Cecilia Canales Lozano y Rigoberto Oscar Silva Cayo

El proyecto tiene como finalidad determinar la relación entre la inteligencia emocional y la procrastinación académica de los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una institución privada de la ciudad de Arequipa 2022.

Dicho lo anterior, recalcamos su autorización para participar en el estudio, donde tendrá que responder dos cuestionarios, de manera anónima, todos los datos obtenidos a lo largo de esta investigación serán estrictamente privados, confidenciales y con fines científicos.

Su participación en el estudio no involucrará ningún costo o beneficio económico, de igual manera si durante la ejecución de los instrumentos, surgen dudas, puede realizar las preguntas correspondientes, asimismo, podrán decidir, su continuación o retiro del estudio, ya que se mantiene su derecho de negarse, participar o suspender su participación, si fuere el caso.

De antemano le agradecemos su participación en el proyecto.

Yo, _____ padre del menor
_____ doy mi autorización para que mi menor hijo (a)
participe en esta investigación.

Firma