



FACULTAD DE ARTES Y HUMANIDADES

Carrera de Arte y Diseño Empresarial

**BAJO RENDIMIENTO ACADÉMICO EN
ESTUDIANTES DE UNA CARRERA DE DISEÑO DE
DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR DEBIDO A LA
PRESENCIA DE LA PROCRASTINACIÓN**

**Trabajo de Investigación para optar el Grado Académico de
Bachiller en Arte y Diseño Empresarial**

**ANGELA PATRICIA SEGURA CHINCHAY
(0000-0002-0568-2050)**

Asesor:

**Sofía Ana Pinto Vilca
(0000-0003-1204-5989)**

Lima-Perú

2022

Resumen

Hoy en día los estudiantes escolares y/o universitarios atraviesan un problema que es de suma importancia, pero no le dan la debida atención y se llama la procrastinación. Existe un gran número de personas que ha procrastinado en algún momento de su vida, incluso esto fue motivo por el cual no lograron sus metas u objetivos, generando así diversas sensaciones y dudas. Además, las consecuencias son graves debido a que los estudiantes que procrastinan obtienen calificaciones más bajas a los demás, también son lo que tienen más faltas en clase y los que reprobaban las materias a comparación de los otros estudiantes. Por tal motivo es importante que se analice este problema debido a que puede causar una intromisión en el desarrollo del estudiante, pero también en su lado emocional y en el entorno social. Incluso puede ocasionar problemas en la salud como trastornos emocionales y los más frecuentes es durante la niñez y la adolescencia.

Palabras clave: Procrastinación, bajo rendimiento académico, estrés, miedo al fracaso.

Abstract

Nowadays, school and university students go through a problem that is of great importance but they do not give it the proper attention and it is called procrastination. There is a large number of people who have procrastinated at some point in their lives, even this was the reason why they did not achieve their goals or objectives, thus generating various feelings and doubts. On the other hand the consequences are serious because students who procrastinate get lower grades than others, are also what have more faults in class and those who fail the subjects compared to other students. For this reason it is important to analyze this problem because it can cause an interference in the development of the student but also on their emotional side and in the social environment. It can also cause health problems such as emotional disorders

Keywords: Procrastination, poor academic performance, stress, fear of failure.

ÍNDICE

Resumen

Abstract

Capítulo I

Introducción.....	6
Descripción del Problema.....	7
Problema principal.....	8
Problema secundarios.....	8
Justificación de la investigación.....	9
Objetivo principal.....	9
Objetivo secundario.....	10

Capítulo II

Marco Teórico.....	11
Procrastinación.....	11
Estímulo.....	11
Trastorno.....	11
Procrastinación académica.....	12
Procrastinador Arousal.....	12
Impuntualidad en jóvenes.....	13
Consecuencias de la procrastinación.....	13
Comportamiento de la procrastinación.....	13
Estudiante universitario.....	14
Estrés.....	14
Problemas de salud.....	15
Estrés académico.....	15
Ámbito fisiológico.....	15
Rendimiento académico.....	16
Enseñanza aprendizaje.....	16
Habilidades.....	17
Calificaciones.....	17
Rendimiento académico universitario.....	18

Miedo	18
Inseguridad	18
Miedo al fracaso	18
Ansiedad	18
Angustia	20
Perfeccionismo	20
Frustración	21
Depresión	21
Depresión trastorno	21
Estado anímico	22
Trastorno psicológico	23
Autoestima	23
Alta y baja	24
Alta	24
Baja	24
Dimensiones	24
Baja autoestima	24
Confianza	25
Éxito	25
Expectativas	26
Deserción	26
Deserción universitaria	26
En Perú	27
Antecedentes	27
Antecedentes internacionales	28
Antecedentes nacionales	29
Referencias	30

Capítulo I

Introducción.

En los estudiantes universitarios aumenta de manera exorbital los trabajos académicos, así como también el grado de obligación que debe enfrentar. Es por ese motivo que suelen sentir un desenfreno, el cual ocasiona que evadan sus responsabilidades, tomando así la decisión de realizar otras actividades que no tienen relación con los deberes estudiantiles, generando así una postura evasiva e impulsiva y con problemas de autocontrol.

Los jóvenes al no realizar sus deberes sienten un alivio que se considera es transitorio, debido a que cuando deben presentar un trabajo producen un grado de estrés y de ansiedad que aumenta con el tiempo, luego ocasionan un sentimiento de frustración, estancamiento y empiezan a cuestionar acerca de sus intereses lo cual ocasiona consecuencias negativas hacia la persona.

Esta sensación puede perjudicar en el ámbito académico, laboral y social de estos jóvenes estudiantes. En este sentido se considera que la procrastinación tiene correlación con el lado emocional, e incluso puede afectar la autoestima produciendo así un obstáculo en la vida de la persona.

Es importante dar a conocer como la procrastinación puede producir un trastorno emocional que a su vez ocasiona un impedimento a lograr las metas que tiene todo joven estudiante.

Descripción del Problema.

Hoy en día los jóvenes atraviesan una serie de dificultades para lograr el éxito como estudiantes, pero sobre todo existe un problema que logra cuestionar acerca de si cuentan con cualidades y/o habilidades para afrontar los obstáculos, este es un inconveniente que ellos mismos obtienen. Debido a que tienen una actitud que logra predominar de dicha forma que impide obtener aquellas metas universitarias y lograr de esta manera la

satisfacción como estudiantes. Esta actitud que a su vez es un problema se llama procrastinación, esa acción se puede calificar como la inclinación de aplazar las tareas u obligaciones a un costado, para luego así realizarlas. (Álvarez, 2010), este acto de retrasar los deberes predomina en el resultado de las tareas y del objetivo de aprender.

Además, Sanchez (2010) explica que la acción de procrastinar causa un bajo rendimiento a nivel académico del estudiante, puesto que se encuentra relacionado a la acción de retrasar la tarea, justificando que son difíciles al ejecutar en dichas asignaciones o deberes.

Estableciendo así que la procrastinación sea procesada como un argumento o pretexto para así no realizar mencionados deberes. Por otro lado, de acuerdo a lo evidenciado por este autor, aproximadamente el 40% de las personas ha tenido alguna clase de problema o dificultad durante su vida debido al uso de esta acción de procrastinar; “como por ejemplo pérdidas financieras a nivel personal u organizacional, retrasos en entrega de informes académicos, bajo rendimiento escolar y estrés personal”.

Asimismo, relató que el acto de procrastinar se encuentra mayormente en los adultos, pero que dicha decisión se inicia en la adolescencia, sobre todo porque si no es evaluada a tiempo puede ocasionar un bajo aprendizaje, ya que crece de manera exorbitante. Por tal motivo es importante que prestemos atención especialmente en la etapa escolar, como sabemos es una etapa difícil; donde se atraviesan más de una duda o inquietud. Pero a su vez no dejar de ayudar a los jóvenes universitarios, sobre todo aquellos que no tuvieron ayuda en dicha etapa escolar.

Incluso, el autor Rothblum (1984) manifiesta que hay una relación entre la procrastinación, el desánimo más conocido como depresión, el pensamiento pesimista, la angustia y una autoestima relativamente baja.

De la misma manera, Wambach, Hansen y Brothen (2001) aseguran que las personas que procrastinan tienen un alto nivel de estrés, sobre todo al enfrentar diversas situaciones.

Incluso exponen su miedo al fracaso, la cual de esta manera manifiestan ansiedad, que puede ser perjudicial debido a que dificultan la realización de las tareas.

Por otro lado existe una relación de la procrastinación con otras variables; como el miedo al fracaso, debido a que el 49.40% confirma que este es un factor para procrastinar.

Haghbin, McCaffrey, Pychyl aseguran que optan por no ser responsable de las consecuencias de sus decisiones, incluso tienen problemas de insomnio y todos los derivados del estrés. (Haghbin, McCaffrey, & Pychyl, 2012)

Este es un problema grave debido a que estas son características de la persona procrastinadora (Sampaio & Bariani, 2011), es un modelo común este tipo de conductas, el de retrasar ya sea diversas actividades o deberes. (Quant & Sánchez, 2012) Esto significa que dicho sujeto que comienza de manera prematura a ser procrastinadora puede generalizarse en diversos entornos y no solo de manera académica, sino puede esparcirse en el ámbito laboral, familiar o social (Chan, 2011). Por esa razón, se considera que es sumamente importante dar a conocer estos elementos que se ha señalado como características de la procrastinación, debido a que en la universidad se empieza a formar y a preparar al estudiante en su carrera profesional y se busca evitar dudas o barreras en el estudiante. Por tal motivo, la presente investigación presentará como la procrastinación afecta en el bajo rendimiento de los estudiantes de educación superior.

Problema Principal.

Bajo rendimiento académico actual en estudiantes de la carrera de Arte y Diseño Empresarial de la Universidad San Ignacio de Loyola debido a la presencia de la procrastinación.

Problema Secundario.

a) Generación de estrés por causa del bajo rendimiento académico actual en estudiantes de la carrera de Arte y Diseño Empresarial de la Universidad San Ignacio de Loyola debido a la presencia de la procrastinación.

b) Miedo al fracaso debido al bajo rendimiento académico actual en estudiantes de la carrera de Arte y Diseño Empresarial de la Universidad San Ignacio de Loyola debido a la presencia de la procrastinación.

Justificación de la investigación.

Existe un gran número de personas que ha procrastinado en algún momento de su vida, incluso esto fue motivo por el cual no lograron sus metas u objetivos, generando así diversas sensaciones y dudas. Por tal motivo es importante que se analice este problema debido a que puede causar una intromisión en el desarrollo del estudiante, pero también en su lado emocional y en el entorno social.

Esta investigación busca dar a conocer el gran impacto que provoca la procrastinación en los estudiantes. Se busca que en un futuro trabajen este tema para así de esta manera beneficiar al alumno y también a las instituciones de educación y así proporcionar asesorías acerca de la existencia de la procrastinación y lo que origina en el rendimiento académico, además generar recursos para apoyar al estudiante universitario, así de esta manera se reduciría las cifras de casos de procrastinación, obteniendo profesionales exitosos.

Objetivo principal.

Dar a conocer el bajo rendimiento actual en estudiantes de la carrera de Arte y Diseño Empresarial de la Universidad San Ignacio de Loyola debido a la presencia de la procrastinación.

Objetivo secundario.

a) Exponer la generación de estrés por causa del bajo rendimiento académico actual en estudiantes de la carrera de Arte y Diseño Empresarial de la Universidad San Ignacio de Loyola debido a la presencia de la procrastinación.

b) Conocer la relación del miedo al fracaso debido al bajo rendimiento académico actual en estudiantes de la carrera de Arte y Diseño Empresarial de la Universidad San Ignacio de Loyola debido a la presencia de la procrastinación.

Capítulo II

Marco Teórico.

Las palabras clave del presente proyecto de investigación son las siguientes: procrastinación, rendimiento académico, estrés, miedo al fracaso. En este sentido es fundamental que comprendamos cada una de las categorías mencionadas.

Procrastinación.

Hoy en día la procrastinación es un término muy utilizado en los jóvenes universitarios. El autor García (2008) a través de lo publicado en la Real Academia de la Lengua Española señala, que el término mencionado se compone de dos palabras que se originan del latín: la primera es pro; que significa a favor de, y la segunda es crastinare; relativo al día de mañana; por lo cual tiene las denominaciones de: atrasar, prorrogar o postergar los deberes y obligaciones para el último momento. Del mismo modo, Steel (2007), define la procrastinación como un signo de retraso premeditado hacia un deber; un síndrome que se llama “para mañana” a pesar de saber que tendrá resultados negativos y un desempeño insatisfactorio. De igual manera señala que continúan siendo procrastinadores, debido a dos principales razones: el miedo a fracasar y la calificación de las tareas; como el estímulo aversivo de la ansiedad de los estudiantes (Lay, 1986).

Estímulo.

Incluso tienen el estímulo de aplazar el comienzo de una actividad o la de terminar una obligación por la actitud de reemplazarla por una actividad que no es tan indispensable o al menos no tan primordial para ese momento.

Trastorno.

Sin embargo, esta acción se asocia con el trastorno de la ansiedad (Ferrari, 1995). Este es un trastorno, pero por otro lado no se debería definir el acto de procrastinar con la pereza o la vagancia, debido a que se entendería como la obstrucción a empezar a realizar una actividad,

mientras que la palabra procrastinación se refiere a la acción de mantenerse en constante actividad, pero estas no tan primordiales, es decir de mejor pesos a las tareas principales que merecen ser realizadas en el acto (Neenan, 2008). Se puede observar que más procrastinan los deberes académicos es por eso que debemos saber que es la procrastinación académica.

Procrastinación académica

Según Schouwenburg (2004) es el retraso o la postergación de los deberes estudiantiles sin un fundamento concreto o con sentido relacionado al aprendizaje del estudiante. Incluso (Steel, 2007) afirma que es un comportamiento predominante en los universitarios. Se calcula “que entre el 80% y el 95% de los estudiantes universitarios opta esta conducta en algún momento, el 75% se considera a sí mismo procrastinador y el 50% aplaza frecuentemente la dedicación a los estudios”. (p,65)

De igual modo Solomon y Rothblum (1984) es importante mencionar que el acto de procrastinar académicamente es realmente alarmante. Existen diferentes investigaciones que avalan y mencionan que el 95% de los jóvenes estudiantes procrastinan, por otro lado hay un grupo del 50% que lo hace de “manera sistemática y problemática. Además existen investigaciones donde afirman que ellos emplean más de la tercera parte de sus actividades diarias en procrastinar”. (Pychyl et al., 2000)

Es por esa razón que como referencia a lo publicado y con las investigaciones de Senecal, Julien & Guay (2003), donde concluye que es de la intención de los estudiantes llevar a cabo una tarea pero que al fin y al cabo no se sienten completamente motivados para realizarla; o simplemente la tarea no es de su completo interés.

Procrastinador Arousal.

Grunschel, Patrzek, & Fries (2012) comentan que existe el procrastinador tipo arousal; que significa que posterga sus deberes para así de esta manera luego sentir sensaciones de seguridad, es decir siente que postergando sentirá emociones de adrenalina y que de esta

manera obtendrá mejores resultados. Por otro lado, encontramos la persona que procrastina para evitar enfrentarse a los resultados, este se limita, siente temor, no se atreve a nuevos retos, se considera que tiene baja autoestima, pero sobre todo que tiene miedo al fracaso.

Impuntualidad en jóvenes

Incluso los autores Haycock, McCarthy & Skay (1998) concuerdan con Grunschel, Patrzek, & Fries acerca de sienten este temor, los estudiantes son muy impuntuales al momento de presentar sus tareas, pero que a la vez ellos tienen un problema de dificultad para seguir instrucciones, o simplemente no entendieron correctamente el enunciado. Además, estas personas padecen de depresión, baja autoestima, ansiedad y perfeccionismo. Se podría decir que el 25% de los alumnos genera estas actitudes procrastinadoras (Ellis & Knaus, 1977; Solomon y Rothblum, 1984), la cual tiene como consecuencia respuestas negativas. (Rothblum, Solomon & Murakami, 1986). Incluso se relaciona con el obtener calificaciones no tan altas además abandonan los cursos. (Semb, Glick & Spencer, 1979; citado por LaForge, 2005).

Consecuencias de la procrastinación.

Tice y Baumeister (1997) indica que las consecuencias de la procrastinación académica son graves debido a que los estudiantes que procrastinan obtienen calificaciones más bajas a los demás, también son lo que tienen más faltas en clase y los que reprueban las materias a comparación de los otros estudiantes. Los autores añaden que los procrastinadores obtienen los niveles de estrés más altos que los demás, por lo tanto, se enferman de manera continua que a su vez lleva a tener consecuencias emocionales. Por ejemplo, estos estudiantes ven la realidad de procrastinación, es ahí donde sienten y experimentan la culpa, frustración, ansiedad e incluso la depresión.

Comportamiento de la procrastinación.

Por otro lado, Clariana (2009) asegura que la procrastinación está vinculada con el comportamiento de inadaptación que tienen los alumnos y esto origina el bajo desempeño académico, estrés y miedo al fracaso. Es por esa razón que tenemos que analizar al estudiante universitario.

Estudiante universitario.

Tomando como referencia lo indicado por Naigeboren (2013), el estudiante universitario es caracterizado como el ingreso y proceso de carácter académico que se forma a través de la inserción en una carrera de nivel superior; como oferta de formación profesional. El estudiante percibe que escoge una opción que la sociedad comunica, o encuentra diferencias entre sus vivencias con las ideas adquiridas previamente sobre la definición de ser llamado alumno.

Por otro lado, estos estudiantes universitarios, durante su proceso de formación, suelen atravesar diversas alteraciones y una de ellas es el estrés.

Estrés.

A través de su publicación Lazarus y Folkman (1984) conceptualizan el estrés como la existencia de la conexión de un individuo y su ambiente, al mismo tiempo este evalúa su efecto amenazante y a su vez si pone en riesgo su bienestar. Los autores presentaron una postura relacionada en la interacción, afirmando que la afluencia del estrés hace alusión al vínculo que hay de un individuo con su ambiente. Asimismo, es fundamental la importancia de esta interacción y del valor personal. Como última instancia, tienen la convicción que esta situación debe considerarse como una condición amenazante, desafiante o peligrosa.

Según Bruce McEwen (2000) el término estrés se define como una amenaza real o supuesta a la integridad fisiológica o psicológica de una persona; que finaliza en una

respuesta fisiológica y/o conductual. En el rubro de la medicina, la definición del estrés está vinculado como una realidad en la cual los niveles de glucocorticoides y catecolaminas en circulación se elevan.

Problemas de salud.

El autor Rojas (1998) plantea que el estrés puede afectar de manera física y mental al ser humano. Es importante tener en consideración que la presencia del estrés puede generar problemas de salud tanto asmáticos, inmunólogos y gastrointestinales. (Mc Ewen, 1995) Tomando como referencia, en la situación que una persona se encuentra en estado de estrés, tiene como resultado la falta de capacidad para enfrentarlos por lo cual se genera hipertensión arterial, úlceras, irritabilidad, dificultades para tomar decisiones rutinarias, pérdida de apetito, proclividad a los accidentes, entre otros”. Es decir, presenta síntomas de tipo: fisiológicos, psicológicos y conductuales.

En base a lo indicado por McManus (1992) el estrés es presentado como malestar; una reacción netamente psicológica ante un evento (estresor). Caldera, Pulido y Martínez (2007) una dificultad que perjudica el estado anímico de una persona. Hay que tomar en cuenta que este inconveniente surge en la familia, ámbito laboral y social; pero prioriza en la escuela; el, cual se denomina estrés académico.

Estrés académico.

Según lo publicado por los autores: Pulido, Serrano, Valdés, Chávez, Hidalgo y Vera (2011) se puntualiza que, durante el trayecto universitario, los alumnos sienten un alto nivel del estrés académico debido a la gran carga de tareas. Es decir, debemos tomar muy en cuenta que el estrés del colegio es completamente diferente al universitario. Se presentan cambios en la vida del alumno, enfocándose en su mayoría en los exámenes proyectos y trabajos finales.

Ámbito fisiológico.

El estrés perjudica al individuo de manera personal, social, familiar y sobre todo el ámbito fisiológico. Es decir, afecta a los alumnos cuando realizan sus deberes estudiantiles o su comportamiento. Incluso afirman que el estrés aumenta en la medida que el alumno va progresando en sus estudios.

Tolentino (2009) confirma que los universitarios suelen tener este problema fisiológico. Además, se confirma que se genera un alto nivel de estrés cuando empiezan su carrera universitaria; esto se debe a la falta de control pero que sea contará con el manejo óptimo al finalizar el período universitario. Pulido y Cols (2011) concuerdan con Tolentino (2009), acerca de la relación que hay con la existencia del estrés académico y las notas. Es importante la recomendación de mantener un nivel medio de estrés; así se optimizará la posibilidad de obtener buenas notas, por lo mejora de manera notable el rendimiento académico. (Caldera y Cols, 2007)

Rendimiento académico.

El rendimiento académico según Tawab (1997) son definidos por la Enciclopedia de Pedagogía / Psicología de la siguiente manera: "Del latín reddere (restituir, pagar) el rendimiento es una relación entre lo obtenido y el esfuerzo empleado para obtenerlo. Es un nivel de éxito en la escuela, en el trabajo, etc."

El rendimiento académico, es el conglomerado de habilidades, destrezas, intereses, inquietudes que aplica el estudiante con su procedimiento. Así también, este tipo de rendimiento se debe al esfuerzo y capacidad que ha generado el alumno durante el proceso de estudio. (Manzano, 2007)

Enseñanza aprendizaje.

Chadwick (1979) señala que el rendimiento académico es la manifestación de las capacidades y de la peculiaridad psicológica que el estudiante tiene "a través del proceso

de enseñanza-aprendizaje que le posibilita obtener un nivel de funcionamiento y logros académicos a lo largo de un período o semestre, que se sintetiza en un calificativo final”.

Habilidades.

Considerando lo publicado por Navarro (2003) el rendimiento académico se conceptualiza como: “un constructo susceptible de adoptar valores cuantitativos y cualitativos, a través de los cuales existe una aproximación a la evidencia y dimensión del perfil de habilidades, conocimientos, actitudes y valores desarrollados por el alumno en el proceso de enseñanza aprendizaje”.

Según Matas (2003) el rendimiento académico es el resultado del aprendizaje, el producto más visible e importante del desarrollo de la enseñanza; aprendizaje que son plasmadas por instituciones educativas en el rendimiento académico, la cual pueden ser determinadas mediante el resultado académico, es decir las notas y del rendimiento universitario.

Calificaciones.

Touron (1984) apoya a Matas y nos dice que el rendimiento académico se inclina a ser operacionalizado por medio de una calificación y eso se reflejaba en un determinado logro. De esa forma se analiza el rendimiento de los universitarios.

Rendimiento Académico universitario

Finch y Taylor (2013) enuncia que la disminución en el rendimiento académico se vincula con la postura negativa, la falta de interés, el carente esfuerzo o motivación, también con la carencia de capacidad de la lectura y la escritura, asociadas con la condición familiar y laboral de los estudiantes universitarios.

De igual forma Perry Hall y Ruthing (2005) relatan que los estudiantes universitarios con bajo rendimiento académico, se sienten totalmente incapaces frente a los grandes desafíos de su primer año en la universidad, pero sobre todo tienen miedo a fracasar y no conseguir sus metas.

Miedo.

Según Marina (2006) se considera que el miedo es una alteración o una reacción que se genera de manera emotiva que la persona siente cuando se encuentra en una posición de riesgo o amenaza. Es un sentimiento de alerta, tensión e inquietud. Tomando como referencia lo indicado por Marks (1986) estamos considerando el temor como una sensación que es producida por una amenaza.

Bajo los lineamientos de lo publicado por Miranda (1999), se concluye que el miedo adquiere una característica emocional básica cuya finalidad es dar una respuesta rápida a las exigencias o peligros del medio cumpliendo con una función de supervivencia. Por ejemplo, a medida que el individuo crece, ante cierto tipos de situaciones, se genera el temor al fracaso o a la burla del grupo que lo rodea.

Inseguridad.

De acuerdo al autor Gonzáles (2007) el miedo se manifiesta como un sentimiento de inseguridad y vulnerabilidad al creerse en riesgo o en peligro. Por otro lado el miedo surge espontáneamente cuando se nos amenaza con dañarnos o destruirnos.

Ese sentimiento de inquietud, de temor la perciben sobre todo aquellas personas que tienen miedo a fracasar.

Miedo al fracaso.

El autor Lay (1986) dice que el temor al fracaso se debe a que pensamos que no somos lo suficientemente buenos en lo que hacemos, incluso que otras personas son mejores.

Además no sienten suficiente confianza para poder superar el miedo. incluso este sentimiento procede de la ansiedad.

Ansiedad.

La ansiedad se presenta en todas las personas. Se presenta la función principal de evitar el riesgo amenazante o en su defecto asumirlo de forma adecuada. La ansiedad es una postura

de alerta y de agitación produciendo reacciones o actitudes que van de acuerdo a cada situación. (Lazarus 2005)

Además está ligada con la procrastinación. Autores como Rothblum, Solomon y Murakami (1986) conceptualizan la procrastinación académica y la ansiedad. Esto se debe a que los estudiantes que procrastinan presentan un elevado porcentaje de no presentar sus tareas en el tiempo establecido (Lay, 1990; citado por Blunt, 1998). Migram, Batin y Mower (1993; citado por Akinsola, 2007) mencionan que una manera usual de postergar los deberes de los estudiantes es esperar que nos encontremos a un día de presentar el trabajo para así dar comienzo al desarrollo de sus tareas que dejaron.

A diferencia del miedo, la ansiedad genera una respuesta más difusa, ocurre sin causa aparente (Johnson y Melamed, 1979). Así también, dentro de las características propias de la ansiedad, se encuentra su carácter anticipatorio; considerando así la capacidad de poder prever el peligro (Sandín y Chorot, 1995).

Tomando en referencia lo indicado por Kohl (1968) el ataque de ansiedad es la consecuencia de la hiperventilación por lo cual se genera la sensación de desvanecimiento y aturdimiento.

Según (Tobeña 1983), la ansiedad genera dos efectos de carácter importante: En primer lugar permite el aprendizaje de nuevas conductas generando que la ansiedad disminuya y sea reemplazado por un estado placentero. En segundo lugar; que el estado aversivo se mantenga de forma continua y paralice la conducta; por lo cual puede generar trastornos psicofisiológicos.

Es importante tomar en cuenta que hay que reconocer la ansiedad como “salud mental y están dentro de los trastornos emocionales más frecuentes en la niñez y la adolescencia “. (Hagopian y Ollendick 1997; Vasey y Ollendick 2000). La generación de depresión y

ansiedad crece cuando la persona va desarrollándose por lo cual afecta de manera primordial de su rendimiento en la escuela y de sus relación con las personas.

Según Marks (1986) la ansiedad es la manifestación esencialmente emotiva, en donde la persona experimenta un trastorno, intranquilidad, nerviosismo, preocupación y/o angustia.

Angustia.

Según lo publicado por Ayuso (1988), la angustia es una sensación que se relaciona con el sentimiento de desesperación, la cual tiene como rasgo la pérdida de la capacidad de actuar voluntaria y libremente por parte del sujeto, es decir, la capacidad de direccionar sus propios actos.

Tomando en cuenta lo indicado por López Ibor (1969), se concluye que la angustia en una serie de elementos: - En la presencia de la angustia se predominan los síntomas físicos, así también se considera que la reacción del organismo es de paralización, de sobrecogimiento y que se encuentra atenuado el grado de nitidez de captación del fenómeno.

Podemos considerar la angustia como un tipo de hundimiento de la nada o un tipo de salvación de lo infinito y de los engaños que rodean al sujeto. (Villanueva 1981).

Perfeccionismo.

Burns (1980) lo define al perfeccionista como: “el individuo que tiene estándares que van más allá de su alcance o razón, personas que se esfuerzan compulsivamente e incansablemente hacia metas imposibles y que miden su propia valía enteramente en términos de productividad y éxito”.

Del mismo modo, Kreger (1999), puntualiza que el perfeccionismo es una herramienta de alto nivel potencial que cuenta con la capacidad de actuar obteniendo así los respectivos resultados. Se prioriza el concepto de perfeccionismo sano partiendo de la adecuada guía siendo niños por parte de la presencia significativa de los adultos en la vida diaria; por lo cual se adquiere la autoconciencia que el perfeccionismo es una herramienta de

autorrealización, incluso las personas al no conseguir la perfección llegan a sentir frustración, debido a que sienten insatisfacción en lo que hacen.

Frustración.

Cloninger (2003) define: “la frustración como el bloqueo de algún comportamiento dirigido a alcanzar una meta, por lo tanto todas aquellas situaciones en nuestra vida que donde se nos vea bloqueado algún comportamiento, meta, necesidad que no sea satisfecha o una situación donde nos veamos coartados, será un factor que nos llevará en más de alguna medida a sufrir de frustración”. (p.375)

Siguiendo los lineamientos de Amsel (1992) la frustración es representada como respuesta de nuestro organismo que se genera cuando experimentamos una devaluación sorpresiva en la calidad o cantidad de un reforzador apetitivo.

Bajo el concepto de Amsel (1958) la frustración es una señal de respuesta que genera el organismo ante estímulos que implican un decremento, omisión o interferencias de reforzadores, al mismo tiempo se va desarrollando la frustración, la cual tiene como base los mecanismos asociativos”.

Tomando como referencia el punto de vista de Briggs (1996, Pág. 64) se concluye que la frustración produce una actitud agresiva desde temprana edad; la cual se presenta a través de una agresión física o verbal, por otro lado afirma que la frustración es aquella sensación que puede llevar a la persona a sentir depresión.

Depresión.

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (2016), se comprende que el estado de depresión se presenta como un trastorno mental común. Contando con la falta de interés, se presenta culpabilidad, baja autoestima, falta de sueño, cansancio y pérdida de concentración.

Depresión Trastorno.

Asimismo American Psychiatric Association (1995) afirma que la depresión se manifiesta como un trastorno el cual el rasgo esencial es: “un estado de ánimo deprimido; como la tristeza, melancolía y desánimo. Incluso una pérdida de interés o placer por todas o casi todas las actividades; con alteraciones del sueño, disminución de energía, o de concentración e ideas de muerte recurrentes”.(p.24)

Por su parte, Cardona (1990) especifica que en términos médicos la depresión es una enfermedad severa que como consecuencia puede originar: alteraciones en la memoria, como también en el pensamiento, incluso en el estado de ánimo de la persona, en el movimiento físico y sobre todo en la conducta.

Estado anímico.

Es de vital importancia que se considere que la depresión es un estado anímico que presenta como síntoma principal el profundo estado de malestar/tristeza que la persona puede sentir por sí misma, lo que se traduce en sentirse inferior o culpable, a lo que especialistas como Beck, Rush, Shaw y Emery (2005) interpretan como un sentimiento de desesperanza hacia uno mismo, hacia los planes futuros y hacia la sociedad. Inclusive en la universidad se generan una serie de factores estresantes que pueden generar depresión (Amézquita & González 2003). Un estudio realizado por Vázquez (2005) en la Universidad de Santiago de Compostela presenta a los alumnos en alza ante la depresión.

De igual manera prioricemos que las personas que sufren escenarios de depresión durante la adolescencia y adultez temprana se han caracterizado como personas que viven en situaciones depresivas más severas y por lo tanto graves: generando conflictos y altos niveles de estrés. ((Lewinsohn, Rohde, Seeley, Klein & Gotlib, 2000)

La depresión se puede manifestar sin considerar la edad, el sexo, el estado socio económico y el programa académico. La depresión se considera como un trastorno la cual debe ser tratada de manera inmediata.

Trastorno psicológico.

DSM-5 (2011) afirma que el trastorno psicológico se debe; independiente de su causa; ser presentado como la manifestación de una difusión en el comportamiento, psicológica o biológica.

Considerando lo que indica Weiss (1972, 1977, 1980) se puntualiza que uno de los causales que definen el origen y desarrollo de algunos trastornos psicofisiológicos es la manera en la que el sujeto se enfrenta a ellos, se tomar en cuenta que uno de los factores decisivos es el conglomerado de información que el sujeto tiene acerca de la efectividad de sus respuestas ante diversos tipos de situación. Entre los trastornos psicológicos más frecuentes se encuentra la baja autoestima.

Autoestima.

Valencia (2007) señala el término de autoestima como uno de los aspectos fundamentales que tiene cada persona, es decir las personas deben respetar y tener confianza en sí mismo.

Maslow relata que:

“Ésta es provista a través del reconocimiento que otros dan a la persona, del éxito que se va teniendo a lo largo de la vida y de las experiencias positivas o negativas que se viven, así se van construyendo evaluaciones sobre lo que cada quien considera que es y se crea una valoración generalizada sobre sí mismo, en otras palabras, la autoestima. (p, 20)

La autoestima es la valoración que cada persona siente así misma. Incluso los autores Mejía y Pastrana (2011), relatan que la autoestima involucra las emociones, pensamientos, sentimientos, experiencias y actitudes que la persona recopila en el transcurso de toda su vida.

Este argumento es apoyado por Bonet (1997), él apoya el significado de autoestima como el aprecio que tiene el ser humano respecto a él mismo como persona.

Alta y baja autoestima

Por otro lado Martínez (2010) con el soporte de distintos autores y sus teorías, afirman que la autoestima se puede clasificar como alta o baja, sin embargo esta clasificación depende según las características discursivas de cada persona, al igual que su forma de relacionarse con los demás, pero sobre todo de cómo reacciona la persona en diversas situaciones.

Alta autoestima. Además añadieron y explicaron que la autoestima alta se refiere al grupo de percepciones y actitudes positivas que tiene la persona acerca de sí mismo, sobre todo si la persona se encuentra segura y motivada para poder realizar diversas actividades, retos y sueños que cumplir. Asimismo las personas con alta autoestima son más independientes, por lo cual son fuertes; no sienten temor a las críticas y a los obstáculos que se les presenta, no solo son personas seguras, que no tienen miedo a equivocarse, sino que consideran que son importantes.

Baja autoestima. Por el contrario, encontramos la baja autoestima; esta se caracteriza por la corta competencia que tienen aquellas personas para afrontar los problemas. En consecuencia su estado de ánimo puede reducirse de manera sencilla por situaciones complicadas y que se les dificulta comprometerse, debido a que no tienen seguridad en su propia persona para poder realizarlo. A estos individuos se les conoce de igual manera porque esquivan cualquier tipo de responsabilidad y dificultad, asimismo, son propensos a sentirse afligidos, inquietos, indecisos, asustados, pero sobre todo con esas sensaciones de inferioridad; de auto críticas destructivas. Además, las personas con baja autoestima se juzgan como no aptas para afrontar los retos, obstáculos de la vida. Sienten que “no pueden” y de que no son lo suficientemente capaces para prosperar.

Haeussler y Milicic, (1998, p. 122) señala las siguientes dimensiones de la autoestima que son importantes en la edad estudiantil, son las siguientes:

Dimensiones

“Dimensión académica: Se refiere a la aceptación de la capacidad para enfrentar con éxito las situaciones de la vida académica y específicamente a la capacidad de rendir bien y ajustarse a las exigencias sociales. Incluye también la autovaloración de las capacidades intelectuales, como sentirse inteligente, creativo y constantes, desde el punto de vista intelectual”.

De la misma forma McKay y Fanning (1999) indican que la autoestima es una estimación universal sobre sí mismo y de la conducta de su yo interno. Por ejemplo en la conducta académica, se debe enfrentar con éxito los estudios, la carrera universitaria.

Roldan, (1999, p.20) conlleva a que la persona se encuentra en un estado de insatisfacción, rechazo y menosprecio de sí mismo, muestra las siguientes particularidades:

“Las personas de baja autoestima se caracterizan por: No muestran curiosidad e interés en explorar. - Prefieren rezagarse antes de participar. - Se retiran y se sientan aparte de los demás. - No se sienten orgullosos de sus trabajos. - No perseveran ante las frustraciones. - No confían en sus ideas, carecen de confianza para empezar retos”.

Confianza

La definición de confianza refiere que es la creencia o fe constante que un individuo tiene sobre una persona o sobre él mismo y que le permite portarse de manera apropiada en diversas situaciones. Por tal motivo cuando nos referimos a la palabra de la confianza en nosotros mismos nos referimos a esa sensación de seguridad y convicción que nos hace actuar con valor, pues creemos en lo que somos y en nuestra manera de actuar.

Para Markóczy (2003) la confianza significa creer en las personas, en lo sincero que son cuando comunican o transmiten una situación en concreto. Se dice que las personas

confían hasta que hay evidencias que les indiquen lo contrario. Por otro lado los crédulos serían insensibles a estas evidencias.

Éxito

Por otro lado, Luhmann (1996) señala que la autoestima es el éxito en disminuir la dificultad que se tiene. Es una manera de utilizar la complejidad en una sociedad que aumenta en ella. Sobre todo, la de confiar, debido a que permite reducir la complejidad social, simplificando la vida por medio de la aprobación del riesgo.

Expectativas

En el caso de los estudiantes, ellos comienzan su vida universitaria con altas expectativas pero estas se van desapareciendo, al igual que la confianza que sentían sobre su propia persona, cuando se encuentran en un alto cuadro de estrés. Es ahí donde empiezan las dudas acerca de si son realmente óptimos en lo que hacen. Sin embargo hay algunos estudiantes que se esfuerzan más pero hay otro porcentaje que prefiere la deserción del curso o de la carrera, porque sienten que no podrán mejorar sus calificaciones.

Deserción

Himmel (2005) se refiere a la deserción como el retiro prematuro de un proyecto o de un deber antes de lograr el objetivo que acredite la culminación de dicho proyecto.

Quintero, (1989, p.50) señala que la:

“Deserción es un alumno del nivel medio superior, de una carrera que no se inscribe en las fechas correspondientes al plan de estudios de su cohorte, ni se inscribe en periodos ya cursados. La cohorte es el conjunto de alumnos que ingresa a una institución en un año determinado”.

Deserción Universitaria

Rodríguez y Hernández (2008) se refiere a la deserción estudiantil como la separación de

la unión estipulada por medio de la inscripción académica, ya sea por el lado del estudiante o de la institución. Como consecuencia de efectos financieros, académicos y sociales.

Por otro lado Páramo y Correa, (1999. P.190) esclarecen y explican la deserción universitaria desde el punto de vista del propio alumno:

“entendida no sólo como el abandono definitivo de las aulas de clase, sino como el abandono de la formación académica, independientemente de las condiciones y modalidades de acto presencial, es decisión personal del sujeto y no obedece a un retiro académico forzoso”.

Asimismo Espíndola y León (2002), concuerdan respecto a la deserción universitaria como el retiro definitivo de una materia o de un ciclo universitario. Esto ocurre debido a distintos factores que van elevando el gran riesgo de deserción, pero sobre todo ocurre a medida que se avanza en edad y se experimentan crecientes dificultades de rendimiento y de adaptación, especialmente cuando se transmite del colegio a la universidad.

Las causas de la deserción universitaria se deberían a factores influyentes entre los jóvenes estudiantes como: el factor psicológico, salud, económico, social, pedagógico.

En Perú

En el Perú la deserción universitaria alcanza una tasa del 17% del problema en educación, según Logros (2011)

“Los factores comunes a ella son vocacionales y económicos. Sin embargo, este problema presenta causas diversas y se complejiza si consideramos a la deserción como un problema de perspectivas.”

Igualmente Plasencia (2011) confirma que:

“50 mil jóvenes abandonan sus estudios universitarios cada año, lo que representa millones de dólares desperdiciados por los padres de familia, con la consecuente frustración que esto representa para ellos mismos y para sus hijos. De este grupo, el 70% corresponde a estudiantes de universidades privadas y el 30% a universidades estatales”.

Antecedentes

Antecedentes Internacionales

Navarro (2016). Realizó una investigación respecto al rendimiento académico desde la perspectiva de la procrastinación. Evidenció que la adolescencia es la etapa fundamental de alta perceptibilidad por la cual más de un estudiante es procrastinador. Incluso existen investigaciones que afirman que el 95% de los estudiantes universitarios tienen una conducta procrastinadora. Sin embargo, desarrollan un estado de ansiedad o estrés que, a su vez, se convierte en indicadores negativos para su salud mental, incluso por dicha razón obtienen un bajo rendimientos académico.

Galarza (2017). Estudió la conexión que hay entre el acto de procrastinar con la adicción al uso de internet y el rendimiento académico en los alumnos universitarios de Ecuador. En su investigación inducen a los profesores de la carrera a analizar los factores estudiados como variables que pueden intervenir en el rendimiento académico, de igual manera el autor Xiu (2016), examinó en su investigación que la interferencia de la procrastinación debe ser atendida en conjunto, es decir el educador y el estudiante deben tener un compromiso de ayuda. Por tal motivo es necesario establecer proyectos que puedan apoyar a los estudiantes, para que de este modo no se vean perjudicados por la procrastinación y la gran adicción al internet.

Cardona (2015). Contribuyó con su investigación de Vínculos entre Procrastinación Académica y Estrés Académico en Estudiantes Universitarios. citado por Natividad (2014) que existen diversas investigaciones que se refieren a la relación que existe entre el estrés y la procrastinación académica. Una de ellas indica que las personas que procrastinan acostumbran producir y observar un alto grado de estrés, la cual se puede contemplar en nexos con su empeño de terminar las tareas de último momento, con presentarlo posteriormente de la fecha indicada, presentándose así en deshora. (Milgram et al., 1998,). Debido a que la

procrastinación interviene en la intención de ejecutar los deberes u obligaciones, también en la interferencia del crecimiento de las personas, este tiene como desenlace un alto grado de producción de reacciones relacionadas al estrés, que tienen una particularidad de generar sentimientos caracterizadas por sensaciones negativas, pero sobre todo la pérdida del control, respecto a los sucesos de la propia vida con los correspondientes efectos negativos para la salud física y mental (DeLongis et al. 1982; Senécal et al., 1995; Tice y Baumeister, 1997) (Natividad, 2014, pp.90).

Angarita (2002). Identificó Los Niveles de Procrastinación Académica y el Rendimiento en Estudiantes de Psicología de una Universidad Privada en Bogotá, Colombia. Describieron la conducta basadas en pruebas que se realizaron a los estudiantes universitarios y se logró establecer la relación de las variables lo cual puede constituirse en la base para la evaluación en los que los modelos de autocontrol conductual y motivacional sean definitivos para tratar de conceptualizar el concepto y los programas de intervención.

Antecedentes Nacionales

Albornoz (2017). Realizó su investigación respecto a la Relación entre Estrés Académico y Procrastinación Académica en estudiantes de la Facultad de Derecho y la Facultad de Ingeniería Civil de una Universidad Pública de Lima Metropolitana. Estos resultados se evidencian con lo mencionado en el estudio realizado por Landry (2003) donde demostró que la conducta procrastinadora en el ámbito académico está vinculada con el estrés personal.

Como también coincide con las aportaciones de Yarlequé, Alva y Monroe (2016) pues observaron empíricamente que los estudiantes universitarios tienden a procrastinar aumentando con ello sus niveles de estrés y con pocos recursos para manejarlo. Asimismo, la presencia tanto de la acción de procrastinar como del estrés académico, esta es una de las realidades presentes en la mayor parte de estudiantes universitarios (Román, Ortiz y

Hernández, 2008).

Chan (2011). Evidenció en su investigación titulada Procrastinación Académica como Predictor en el Rendimiento Académico en Jóvenes de Educación superior que la procrastinación se vincula con el rendimiento académico. Chan realizó un experimento con 200 universitarios de la Universidad de Lima, ellos tenían 19 y 23 años. Los resultados evidenciaron que los alumnos de alto y bajo rendimiento académico tenían un comportamiento procrastinador, además los estudiantes que tenían calificaciones analizó 200 estudiantes de la Universidad de Lima, entre los 19 y 23 años. Los hallazgos revelaron que los estudiantes de alto y bajo rendimiento académico reportaron conductas procrastinadoras, pero aquellos que obtienen puntuaciones más altas en procrastinación (i.e. 61,5 %) reportaron haber desaprobado una o seis materias durante su etapa universitaria.

Referencias

- Álvarez, O. (2010). *Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana*. *Persona*, 13, 159-177.
- American psychiatric association (2011). *DSM-5: the future of psychiatric diagnosis*. Disponible en: <http://www.dsm5.org>
- American psychiatric association (2015). *Manual de diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*. 4a. Edición España:Masson.
- Amézquita, M., González, R. (2003). *Prevalencia de la depresión, ansiedad y comportamiento suicida en la población estudiantil de pregrado de la Universidad de Caldas*. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 32 (4). Recuperado el 08 de mayo 2007, de: http://www.psiquiatria.org.co/revista/tematicasHTML.php?id_tematica=21&sección=original
- Amsel, A. (1992). *Frustration theory*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Appleton. Traducción al castellano en Madrid: Alianza, 1984. [[Links](#)]
- Amsel, A. (1958). *The role of frustrative nonreward in noncontinuous reward situations*. *Psychological Bulletin*, 55, 102-119.
- Ariely, D., Wertenbroch, K. (2002). *Procrastination, deadlines, and performance: self-control by precommitment*. *Psychological Science*, 13(3), 219-224. doi: 10.1111/1467-9280.00441.
- Ayuso, J. L. (1988). *Trastornos de angustia*. Barcelona: Ediciones Martínez Roca.
- Beck, A., Rush, J., Shaw, B. & Emery, G. (2005). *Terapia cognitiva de la depresión*. Biblioteca de Psicología de Desclèe de Brouwer. 16a edición.
- Beswick, G., Rothblum, E. D., & Mann, L. (1988). *Psychological antecedents of procrastination student procrastination*. *Australian Psychologist*, 23, pp.207-217.
- Bonet, J. (1997). *Manual de autoestima. sol terrae*. España.
- Burns, D. D. (1980). *The perfectionist's script for self-defeat*. *Psychology Today*, 34-52.

- Briggs, D. (1996). *"Teorías de agresividad"*. Editorial F.C.E
- Caldera, J., Pulido, B., y Martínez, M. (2007). *Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos*. Revista Educación y Desarrollo, 7, pp. 77-82. Recuperado de http://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/7/007_Caldera.pdf
- Cardona-Pescador, J. (1990). *La depresión*. Madrid España. Dossat.
- Chan, L. (2011). *Procrastinación académica como predictor en el rendimiento académico en jóvenes de educación superior*. Temática Psicológica, 7(1), 53-62.
- Chadwick, C. (1979). *Teorías del aprendizaje y su implicancia en el trabajo en el aula*. Revista de Educación, N° 70 C.P.E.I.P., Santiago de Chile.
- Clariana, M. (2009). *Procrastinación Académica* _. Barcelona: Servei de publicacions de la Universitat Autònoma de Barcelona.
- Cloninger, S. (2003) *Teoría de la personalidad*. Pre-htice Hall México.
- Compas, E. B., G. OPPEDISANO. (2000). *"Mixed Anxiety/Depression in Childhood and Adolescence"*. En SAMEROFF, M. y S. MILLER. (Eds).
- De Natale, M. (1990). *Rendimiento escolar*. En Flores, G.; D'Arcais y Gutiérrez, I. Diccionario de Ciencias de la Educación. Madrid: Paulinas.
- Ellis, A. & Knaus, W. J. (1977). *Overcoming procrastination*. Nueva York: Signet Books.
- Espíndola, E. y León, A (2003): *La Deserción escolar en América Latina*. OEI. Revista Iberoamericana N° 30 (setiembre – diciembre 2002).
- Fernández, E. (2010). *Predictores emocionales y cognitivos del bajo rendimiento académico: un enfoque biopsicoeducativo*. Tesis doctoral. Universidad de Málaga. Facultad de psicología.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. New York: Plenum Press.

- Figuroa, Carlos (2004.), *Sistemas de Evaluación Académica*, Primera Edición, El Salvador, Editorial Universitaria.
- Freud, S. (1964). *A disturbance of memory on the Acropolis*. London: Hogarth.
- Galarza (2017). Estudios Pedagógicos XLIII, N° 3: 275-289, 2017
- PROCRASTINACIÓN, ADICCIÓN AL INTERNET Y RENDIMIENTO ACADÉMICO DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS ECUATORIANOS*
- García, C.A. (2008). *Si eres de los que deja todo para “mañana”, probablemente sufres de procrastinación*. Gaceta de la Escuela de Medicina Justo Sierra, año 1, número 1.
- Grunschel, C., Patrzek, J., & Fries, S. (2012). *Exploring different types of academic delayers: A latent profile analysis*. Learning and Individual Differences, 23.225-233. doi: 10-1016/j.lindif.2012.09.014
- Haeussler, I. & Milicic, N. (1996). *Confiar en uno mismo: Programa de desarrollo de autoestima*. Santiago de Chile; Ediciones Dolmen.
- Haghbin, M., McCaffrey, A., & Pychyl, T. A. (2012). *The complexity of the relation between fear of failure and procrastination*. Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy, 30(4), 249-263. doi: 10.1007/s10942-012-0153-9
- Hagopian, L., T. Ollendik. (1997). “*Anxiety disorders in children*”. En: T. AMMERMAN y M. HERSEN (Eds.). New York: Willey
- Haycock, L. A., McCarthy, P. y Skay, C. L. (1998). *Procrastination in college students: The role of self-efficacy and anxiety*. Journal of Counseling and Development, 76(3), 317-324.
- Himmel, E. (2005). *Modelos de análisis de la deserción estudiantil en la educación superior*. Recuperado de http://www.cse.cl/doc/web.csepublic_21002_Himmel22002.pdf
- Johnson, S. & Melamed, B. G. (1979). The Assessment and treatment of children's fears. In B. Lahey & Kazdin, *Advances in Clinical Child Psychology* (Vol. 2 pp. 108-139). New York: Plenum Press.

Kreger, L. (1999). Perfectionism: The Crucible of Giftedness. *Advanced Development*, 8, 47-61. Recuperado

de <http://nmgifted.org/GAC%20Resources/Perfectionism%20The%20Crucible%20of%20Giftedness-SILVERMAN.pdf>.

Kolb, L. C. (1968). *Noyes modern clinical psychiatry* (7th ed.). Philadelphia: Saunders.

LaForge, M. (2005). *Applying explanatory style to academic procrastination*. *Journal of the Academy of Business Education*, 6, 1-7. <<http://www.abe.sju.edu/proc2005/laforge.pdf>>. [Consulta: Agosto del 2009.]

Latorre, Postigo, J. M. (1994). *Psicología de la Salud*. Buenos Aires: Lumen

Lay, C. H. (1986). *At last, my research article on procrastination*. *Journal of Research in Personality*, 20, 474-495.

Lazarus, A. A (1976) *Psychiatric problems precipitated by Transcendental Meditation* *Psychological Reports*, 601-602

Lewinsohn, P., Rohde, P., Seeley, J., Klein, D. & Gotlib, I. (2000). *Natural Course of Adolescent Major Depressive Disorder in a Community Sample: Predictors of Recurrence in Young Adults*. *The American Journal of Psychiatry*, 157 (10), pp. 1584-1597

Lichtmann, A. (1993). *Hilflosigkeit, narcisismo e historicidad. Acerca de la angustia de desvalimiento o desamparo*". *Revista de Psicoanálisis*. Tomo 6, 1233-1246.

Logros. (2011). Portal del Postulante. www.logros.edu.pe.

Lopez Bor, J. J. (1969). *La neurosis como enfermedad del ánimo*. Madrid: Gredos.

Luhmann, Niklas (1996), *Confianza*, México, Editorial Anthropos.

Manzano, M. (2007). *Estilos de aprendizaje, estrategias de lectura y su relación con el rendimiento académico en la segunda lengua*. Granada: Universidad de Granada.

Marina, J.A. (2006). *Anatomía del miedo, un tratado sobre la valentía*; Ed. Anagrama, Colección Argumentos, 18.

- Martínez, O. (2010). *La Autoestima*. Recuperado de: <https://escuelatranspersonal.com/wp-content/uploads/2013/11/la-autoestima.pdf>
- Markóczy, L. (2003). *Trust but verify: Distinguishing distrust from vigilance*. Presentado en la Academy of Management Conference en Seattle. Mayer, R. C., Davi
- Marks, I. (1986). *Tratamiento de neurosis*. Barcelona: Martínez Roca
- Matas, A (2003). “*Estudio diferencial de indicadores de rendimiento en pruebas objetivas*”. En: “*Revista Electrónica de Investigación y Evaluación Educativa*, (9) 2, pp. 184-97. <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/916/91609205.pdf>.
- McEwen, Bruce S.T (2000). *The neurobiology of stress: from serendipity to clinical relevance*. Brain Research, (886,1-2), 172-189.
- Mcewen, B. S. (1995). *Stressful experience, brain, and emotions: Developmental, genetic and hormonal influences*. In M. S. Gazzaniga (Ed.), *The Cognitive Neurosciences* (pp. 1117-1136), Cambridge: MIT.
- McKay, M. y Fanning, P. (1999). *Autoestima. Evaluación y Mejora*. Madrid: Ediciones Martínez Roca.
- McManus, I.C, (1992). *Psychology in medicine*. London: Butterworth-Heinemann Ltd.
- Mejía, A., Pastrana, J. & Mejía, J. (2011). *XII Congreso Internacional de Teoría de la Educación. La autoestima, factor fundamental para el desarrollo de la autonomía personal y profesional*. Barcelona: Universidad de Barcelona.
- Miranda, M. E. *La experiencia de ver televisión: respuesta emocional a secuencias audiovisuales de miedo*. Tesis Doctoral al cuidado de E. Torres-Lana. Universidad de la Laguna, España, 1999.
- Naigeboren Guzmán, Marta, Caram, Gladys, Gil De Asar, Mariana y Bordier, María Silvina (2013). *¿QUÉ SIGNIFICA SER ESTUDIANTE UNIVERSITARIO? REPRESENTACIONES DE LOS ALUMNOS DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN DE LA*

UNT. V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XX
Jornadas de Investigación Noveno Encuentro de Investigadores en Psicología del
MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

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

Navarro, R.E. (2003). *El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo*.

REICE –Revista Electrónica Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación,
1(2). Recuperado de <http://www.ice.deusto.es/RINACE/reice/vol1n2/Edel.htm>

Navarro Roldan, C. (2016). *Rendimiento académico: una mirada desde la procrastinación y la motivación intrínseca*. Revista Katharsis, N. 21, pp.241-271. Recuperado de <http://revistas.iue.edu.co/index.php/katharsis>

Neenan, M. (2008). *Tackling Procrastination: An REBT Perspective for Coaches*. Journal of Rational Emotive Cognitive Behavioral Therapy, 26, 53–62.

Organización Mundial de la Salud (2016). Washington D.C EE.UU. Disponible en:
<http://www.who.int/topics/depression/es/>

Páramo, G. y Correa, C. (1999, abril, mayo, junio). *Deserción estudiantil universitaria*. Conceptualización. Revista Universitaria Eafit, pp. 65-78. Recuperado de

<http://publicaciones.eafit.edu.co/index.php/revistauniversidad-eafit/article/view/1075/967>

Pulido, M., Serrano, M., Valdés, E., Chávez, M., Hidalgo, P. y Vera, F. (2011). *Estrés académico en estudiantes universitarios*. Revista Psicología y Salud, 21 (1), pp. 31-37.

Recuperado de <http://www.uv.mx/psicysalud/psicysalud-21-1/21-1/Marco-Antonio-Pulido-Rull.pdf>

Quant, D. & Sánchez, A. (2012). *Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones*. Revista Vanguardia Psicológica, 3(1), 45-59.

- Quintero, C. (2007, enero-junio). *La deserción escolar universitaria. Un sinfín de casualidades y algunas propuestas de solución*. Tiempo – Revista Cultura, Tecnología y Patrimonio, Vol. 2, No. 3, pp. 29-51. Recuperado de <http://132.248.9.34/hevila/Culturatecnologiaypatrimonio/2007/vol2/no3/3.pdf>
- Rodríguez, J & Hernández, J. (2008). *La deserción universitaria en México. La experiencia de la Universidad Autónoma Metropolitana Campus Iztapalapa*. Instituto de investigación en educación. Actualidades investigativas en educación. 8 (1), 1-31. Recuperado de <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/447/44780116.pdf>
- Rojas, E. (1998). *La Ansiedad como Diagnóstico y superar el Estrés, las fobias y obsesiones*, España.: Temas de Hoy.
- Roldán, A. (1999). *Angustia y Ansiedad*. Conferencia dictada para la Asignatura de Libre Configuración dedicada este año al Psicoanálisis. Facultad de Filosofía de la Universidad de Sevilla, España. Recuperado el 20-01-2013 de: http://arturoroldan.salvatierra.biz/angustia_y_ansiedad.htm
- Rothblum, E. D., Solomon, L. J., y Murakami, J. (1986). *Affective, cognitive, and behavioral differences between high and low procrastinators*. Journal of Counseling Psychology, 33(4), 387-394.
- Sampaio, R. & Bariani, I. (2011). *Procrastinação acadêmica: um estudo exploratório*. Estudos Interdisciplinares em Psicologia, 2(2), 242-262.
- Sánchez, F., Quirós, M., Reverón, C., y Rodríguez, A. (2002). *Equidad Social en el Acceso y Permanencia en la Universidad Pública. Determinantes y Factores Asociados*. Centro de Estudios para el Desarrollo Económico (CEDE), Bogotá: Universidad de los Andes. Recuperado de http://www.zef.de/module/register/_ACCESO%20Y%20PERMANENCIA%20UNIVERSIDADES%20ESPA%C3%91OL.pdf.

- Sandín, B. & Chorot, P. (1995). *Concepto y categorización de los trastornos de ansiedad*. In A. B. Belloch, B. Sandín & F. Ramos (Eds.), *Manual de psicopatología* (Vol. 2 pp.53-80). Madrid: McGraw-Hill.
- Sandín, B. (1995). *El estrés*. En A. Belloch, B. Sandín y F. Ramos (Eds.). *Manual de psicopatología*, Vol. 2, (pp. 3-52). Madrid: McGraw-Hill.
- Schouwenburg, H. C. (2004). *Procrastination in academic settings: General introduction*. En H. C. Schouwenburg, C. H. Lay, T. A. Pychyl, & J. R. Ferrari (Eds.), *Counseling the procrastinator in academic settings* (pp. 3-17). Washington: American Psychological Association.
- Senécal, C., Julien, E., y Guay, F. (2003). *Role conflict and academic procrastination: a self-determination perspective*. *European Journal of Social Psychology*, 33(1), 135–145.
- Solomon, L. J. & Rothblum, E. D. (1984). *Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates*. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 503-509.
- Steel, P. (2007). *The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure*. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94. doi: 10.1037/0033-2909.133.1.65
- Tawab, S. M (1997). *Enciclopedia de pedagogía/psicología*. Barcelona: Ediciones Trébol.
- Tice, D.M., & Baumeister, R.F. (1997). *Longitudinal study of procrastination, performance, stress, and health: The costs and benefits of dawdling*. *Psychological Science*, 8, 454-458.
- Tobeña P., A. (1983). *Ansiedad y trastornos psicofisiológicos*. En M. Valdés, T. Flores, A. Tobeña y J. Massana (Eds.): *Medicina psicosomática. Bases y psicológicas y fisiológicas*. México: Trillas.
- Touron, J. (1984). *Factores del rendimiento académico en la universidad*. Pamplona: Ediciones Universidad de Navarra.

Valencia, C. (2007). Abraham Maslow. Obtenido de: <http://www.laautoestima.com/abraham-maslow.htm>

Vasey, M., T. Ollendik. (2000). “*Anxiety*”. En: A. SAMEROFF, M. LEWIS y S. MILLER (Eds).

Vásquez. (2005). *Un 8% de los universitarios padecen depresión*. Recuperado el 8 de mayo del 2007 de: <http://universitarios.universia.es/noticia.jsp?idnoticia=1144&tittle=8%25-universitarios-PADECEN-DEPRESION>.

Vergara P. (2007). *El Predicamento perfeccionista: Ser demasiado bueno ¿Qué hay de malo en ello?* [revista en internet]. España: Zona Pediátrica; 2007. [acceso 11 Noviembre 2008] 12(3)550-53 disponible en:

http://www.zonapediatrica.com/index2.php?option=com_content&do_pdf=1&id=553

Villanueva, V. I. (1981). *La angustia vital del puertorriqueño en la obra de rene marques*. Madrid: Universidad Complutense de Madrid.

Wambach, C., Hansen, G. & Brothen, T.(2001). *Procrastination, Personality and Performance*. Nade SelectedConference Papers, 7, 63-66.

Weiss, J. MI. (1968). *Effects of coping response on stress*. Journal of Comparative and Physiological Psychology, 65, 251-260. WEISS, J. MI. (1972). Psychological factors in stress and disease. Scientific American, junio, 104-113. WEISS, J. MI. (1977). Psychosomatic disorders: Psychological and behavioral influences on gastrointestinal lesions in animal models. En ME. Seligman y J.D. Maser (Dirs.), Psychopathology: Experimental models. San Francisco: Freeman.

Weiss, J. MI. (1980). *Factores psicológicos de la tensión y la enfermedad*. En R.F. Thompson (Ed.), Psicología fisiológica. Ed. I3 Lume.