FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología

PROCRASTINACIÓN Y ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA DE LIMA-NORTE

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología

MERYL BALTAZAR MANTILLA
(0000-0002-1423-5463)

Asesor:
Mg. Carmen Magali Meléndez Jara
(0000-0003-1446-4837)

Lima - Perú
2022

VF4 - Tesis - Baltazar

INFORME DE ORIGINALIDAD

10%	13%	5%	9%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.upn.edu.pe Fuente de Internet	2%
2	repositorio.upagu.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
4	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	Submitted to Universidad Ricardo Palma Trabajo del estudiante	1%
6	repositorio.upeu.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	archive.org Fuente de Internet	1%
8	core.ac.uk Fuente de Internet	1%
9	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%

10	repositorio.udaff.edu.pe Fuente de Internet	1 %
11	hdl.handle.net Fuente de Internet	1 %

Excluir citas	Activo	Excluir coincidencias	< 1%
Excluir bibliografía	Activo		

Dedicatoria

A mis padres por su esfuerzo, muchos de mis logros se los debo en especial a mi padre por su apoyo incondicional que me impulsó a ser constante en cada anhelo.

Agradecimiento

En primer lugar, doy gracias a Jesucristo por haberme acompañado en todo momento y haberme brindado tan buena experiencia y oportunidad en la universidad, gracias a cada persona que estuvo a mi lado en este camino. Finalmente agradezco a los docentes de este curso de tesis por su trabajo constante de acompañarnos en esta nueva meta por cumplir. Dios los bendiga.

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre procrastinación y ansiedad ante los exámenes. La muestra estuvo conformada por 103 estudiantes de 12 a 17 años de edad. El tipo de investigación es no experimental y el diseño es correlacional simple. Se emplearon las escalas de procrastinación académica y de afrontamiento ante los exámenes. Los resultados indicaron que no existe relación entre procrastinación académica y la ansiedad ante los exámenes; asimismo, no se relacionaron las dimensiones de la procrastinación con la ansiedad ante los exámenes. Se concluyó que la procrastinación es una problemática que afecta a los estudiantes por otros factores que no son emocionales y que pueden existir diferencias entre la educación remota y presencial.

Palabras clave: procrastinación, ansiedad ante los exámenes, estudiantes de secundaria.

Abstract

The objective of this research was to determine the relationship between procrastination and test anxiety. The sample was 103 students between 12 and 17 years old. The type of research is non-experimental and the design is simple correlational. The scales of academic procrastination and coping before exams were used. The results indicated that there is no relationship between academic procrastination and test anxiety; likewise, the dimensions of procrastination were not related to test anxiety. It was concluded that procrastination is a problem that affects students due to other factors that are not emotional and that there may be differences between remote and face-to-face education.

Keywords: procrastination, test anxiety, high school students.

Tabla de contenido

INTRODUCCIÓN **1**

MÉTODO **12**

Tipo y Diseño de Investigación **12**

Participantes **12**

Instrumentos de Medición **13**

Procedimiento **14**

Análisis de Datos **15**

RESULTADOS **16**

DISCUSIÓN **18**

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS **23**

ANEXOS **28**

Índice de tablas

Tabla 1**:**	Análisis descriptivos	**16**
Tabla 2:	Análisis correlacional entre procrastinación académica y ansiedad ante los exámenes.	**17**

Introducción

En la infancia a través de la observación se forman hábitos y costumbres en las diferentes áreas de la vida, de los cuales algunos son positivos y otros negativos, estos se aprenderán a lo largo de las vivencias en el entorno; consolidándose como parte de los patrones comportamentales en la vida adulta. Por ello, la adolescencia es una etapa del desarrollo muy importante puesto que, las influencias o modelos de hábitos y costumbres positivos apoyarían en el desarrollo de una personalidad estable. Sin embargo, uno de los posibles riesgos que podrían producirse en ellos, sobre todo, en el ámbito académico, es el aprendizaje de hábitos académicos nocivos como la procrastinación que lleva al adolescente a postergar sus actividades académicas relevantes hasta el último, sustituyéndolas por acciones menos importantes y más agradables para luego presentarlas sin premeditarlo (Figueroa y Torrado, 2015).

A nivel mundial se han realizado varios estudios sobre la ansiedad ante los exámenes, es así que Escalona y Miguel-Tobal (1996) realizaron un estudio en España el cual arrojó que entre el 15 y 25% de los estudiantes del nivel básico regular manifestaron altos niveles de ansiedad (citado en Querevalú y Echabaudes, 2020). En Argentina, en otro nivel de educación, se percibió que el 10% de los universitarios presentaron signos y síntomas patológicos producto de la ansiedad (Furlan et al., 2014). De igual manera en Colombia, estudiantes universitarios que fueron evaluados presentaban niveles de ansiedad alto frente a los exámenes ocasionando malestar físico (Cabrales et al., 2011); y, en un estudio realizado a 859 estudiantes entre los 12 a 18 años de edad, en la ciudad de Murcia en España, se encontró que las mujeres presentaron cuadros de ansiedad más altas que los varones (Torrano et al.,2017).

Muchos estudiantes han sido afectados por la pandemia debido a la COVID-19, en el caso de los adolescentes no ha sido la excepción ya que existieron muchas instituciones

educativas; tanto públicas como privadas que han presentado dificultades durante la enseñanza como el ausentismo; la falta de interés por presentar tareas; durante los exámenes, se evidenciaron problemas para socializar, para realizar trabajos grupales, entre otros. Asimismo, a nivel mundial, alrededor de 800 millones no recibieron una educación de calidad (Organización de las Naciones Unidas para la educación, ciencia y la cultura, 2020).

A pesar que existen coincidencias con los resultados de investigaciones sobre procrastinación académica, los factores para explicar esta situación difieren según el lugar en donde se desarrollen (Castro y Mahamud, 2017). En Turquía, alrededor del 30% los adolescentes han presentado conductas procrastinadoras como no presentar tareas, tener problemas de atención, evitar leer, investigar, rendir exámenes, entre otros (Balkis y Durus, 2009). En la India, un poco más del 90% presentan un nivel alto de procrastinación (Kaur y Rani, 2019). En China, el 70% de los estudiantes de secundaria de una institución educativa en China, dejan pasar las tareas escolares, no se presentan a sus exámenes e incluso se presentan faltas (Zhang, et al. 2018).

En el Perú, se evidenció que los estudiantes del nivel de secundaria presentaron niveles moderados de procrastinación (51,8%). Con respecto a la ansiedad ante los exámenes, el 51,8% también presentaron niveles moderados. Según los resultados obtenidos esta investigación permitió conocer desde edades más tempranas, el nivel de procrastinación y la ansiedad ante los exámenes como también su relación entre ambas variables (Querevalú y Echabaudes, 2020).

La ansiedad ante los exámenes es una de las consecuencias que se producen cuando los adolescentes reemplazan sus actividades académicas por actividades de ocio, es decir, dejan sus obligaciones, dejan de estudiar y cuando tienen que rendir los exámenes, se manifiesta preocupación tensión ante la falta de preparación (Vallejos, 2005).

El estudiante pospone sus tareas hasta el momento de la presentación y puede realizar esta conducta para evitar esas sensaciones de estrés o de aburrimiento que genera la responsabilidad. El uso de la computadora también ha permitido que los estudiantes reemplacen sus tareas por juegos en línea; por ende, cuando tienen que rendir exámenes, la presión va aumentando, y sería interesante conocer por tal motivo si existe relación entre ambas variables dado que se ha estudiado la procrastinación con la personalidad mas no con estados emocionales (García y Silva, 2019).

Por lo expuesto, se busca determinar, *¿Cuál es la relación que existe entre la procrastinación y ansiedad ante los exámenes en estudiantes del nivel de secundaria de una institución educativa privada de Lima Norte?*

Con respecto a la *procrastinación escolar,* Ferrari et al. (1995) manifestaron que esta conducta no se tomaba mucho en cuenta a pesar de su existencia; sin embargo, históricamente se comenzó a investigar a partir de la revolución industrial. De forma similar, Quant y Sánchez (2012) definieron esta conducta como algo voluntario; es decir, postergar una actividad por miedo al fracaso o a que los resultados no sean como lo esperan. Por ende, al ser intencional dejan de lado las tareas escolares con el fin de sentirse menos tensos; suspenden, retrasan o incumplen la tarea para no sentirse estresados demostrando una falta de organización adecuada para finalizarla.

En lo que respecta a las teorías de procrastinación, se presenta el modelo psicodinámico relacionado al concepto de evitar actividades específicas por una angustia, sensación provocada por el yo para manifestarle al cuerpo que existe una situación amenazante y activa los mecanismos de defensa para evitar la tarea (Freud, 1917).

Baker (1979) desarrolló un postulado sobre el temor a fracasar como consecuencia de las relaciones familiares negativas; debido a que el vínculo que va desarrollando el niño

durante la crianza no está enfocado en mejorar su autovaloración. Al no hacerlo durante los primeros años de vida, la seguridad que debe tener hacia sí mismo comienza a debilitarse, percibiéndose más adelante cuando ingresa al colegio y se ve reflejado en sus actividades académicas postergándolas o teniendo dificultades para rendir exámenes debido a que se pone ansioso.

La teoría conductual sostuvo que las personas que procrastinan anteriormente han sido reforzadas y que los factores ambientales han contribuido para ello; asimismo, es importante señalar que las tensiones evitadas serían los estímulos y el dejarlo pasar será el alivio para dejar de hacer una actividad hasta que llegue el último momento para desear hacerlo (Skinner, 1977). En Estados Unidos se realizó un estudio que confirmó este postulado en el cual los estudiantes evitan realizar actividades escolares por miedo al fracaso o ser burlado por los demás (Green, 1982).

La teoría cognitiva sostuvo que las personas que procrastinan tienen creencias irracionales que han ido reforzando, provocando que no terminen con la actividad a tiempo y que lo dejen a último momento debido a que al inicio se plantea metas altas y teniendo como resultados eventos negativos por lo que presentan esta dificultad en los estudios (Ellis y Knaus, 1977). Asimismo, Rothblum (1990) creó un modelo para evitar la procrastinación identificando a las personas que tienen miedo al fracaso ya que se ha constatado que los procrastinadores tienen creencias que es preferible dejarlo para más tarde y no hacerlos sentir agobiado; sin embargo, las actividades que se juntan los fines de semana por no estar presentes es lo que más ansiedad les produce.

En cuando a los factores de procrastinación, Steel (2007) afirmó que existen cuatro factores motivacionales involucrados en la conducta procrastinadora, una de ellas es la expectativa; quiere decir que es lo que la persona espera de la actividad por realizar; lo

segundo es la valoración, el cual es resultado a través del esfuerzo que la persona empleará en la tarea; la tercera es la impulsividad, la cual refiere a la energía y atracción que la persona tiene para poder cumplir una tarea; y por último, la demora de la satisfacción al factor que se encuentra relacionado con el tiempo.

Asimismo, Ferrari y Diaz (2007) manifestaron que existen dos factores relacionados a la procrastinación: el autoconcepto el cual es relacionado al control que la persona tiene sobre sus pensamientos y emociones; y, la autopresentación relacionada con la preocupación de su imagen personal y la búsqueda de aprobación a través de los demás justificando la falta de su esfuerzo.

En relación con *la ansiedad* se caracteriza por niveles elevados de tensión y preocupación, bajo esta perspectiva, Jadarat (2004) sostuvo que la ansiedad ante los exámenes se caracteriza por la presencia de niveles altos de preocupación y de tensión antes distintos tipos de evaluaciones o actividades similares que se presentan en el contexto escolar. Por su parte, Shick (2012) afirmó que esta condición repercute en el rendimiento académico de los adolescentes reportándose un bajo nivel.

De igual modo, Park y Sperling (2012) mencionaron que la ansiedad es uno de los factores determinantes para que un escolar disminuya su autoestima y capacidad para realizar sus actividades académicas. Siendo esta una reacción situacional ante una evaluación dentro del ámbito educativo, en donde los escolares sienten esta actividad como amenazante para no poder cumplir sus metas (Spielberger, 1980).

La ansiedad comprende un variado cuerpo teórico con diferentes perspectivas de abordaje, dentro de las más recurrentes teorías de la ansiedad se presentan el *enfoque psicodinámico*, el cual plantea tres teorías: la relación entre yo y el entorno denominado ansiedad real; los impulsos reprimidos del individuo denominado ansiedad neurótica y la

activación del superyó como factor para la pérdida de los impulsos denominado ansiedad moral (Freud, 1917).

El *enfoque conductual* este segundo enfoque sostuvo, que la ansiedad es la respuesta ante un estímulo aversivo (en este caso, las evaluaciones en un contexto académico), donde los adolescentes pasan por un momento de preocupación o tensión que les genera miedo o temor por las consecuencias que podrían suceder si desaprueban o no superan las expectativas que se habían propuesto (Hull 1943).

En la *teoría tridimensional* de Lang (1968) sostuvo que existen tres tipos de reacciones emocionales que responden ante un evento determinado:

A *nivel cognitivo*, se evidencia a través de preocupaciones, tensiones, temores, pérdida de autocontrol, hipervigilancia, pensamientos pesimistas, dificultad para concentrarse, etc. A *nivel fisiológico*, se evidencia a través de la aceleración del corazón, dificultad para respirar, migraña, náuseas, mareos, problemas gástricos, entre otros. A *nivel motor* se evidencia a través de hiperactividad, movimientos estereotipados, tartamudez, consumo de cafeína o tabaco, bloqueos mentales, aumento del consumo de alimentos, entre otros.

De acuerdo con la revisión de la literatura sobre procrastinación académica (PA) y ansiedad ante los exámenes (A), se evidenció que actualmente se han desarrollado diversas investigaciones relacionadas a la importancia que tienen ambas variables en el área educativa, en este sentido se tiene que Bolbolian, et al. (2021) llevaron a cabo una investigación a fin de establecer la relación entre la PA y la A en Irán. La investigación corresponde a un diseño correlacional, para fines del estudio se empleó una muestra de 152 estudiantes de odontología en la Universidad Kazvin de Irán, a quienes se les aplico el PASS y el cuestionario de ansiedad de Friedman. Los resultados indicaron que existe una relación significativa ($p<0.01$)

entre PA y A utilizando la prueba de correlación de Pearson. Se concluyó que las personas con PA tienen más A y miedo a la humillación, pensamientos irracionales y negativos y más estrés.

De igual manera, Manchado y Hervías (2021) realizaron un proyecto de investigación con el fin de analizar el efecto de la procrastinación académica y ansiedad ante los exámenes sobre la autorregulación académica (RA). La muestra fue de 203 estudiantes de una institución educativa a nivel secundario; para ello, emplearon el Inventario de Ansiedad, Escala de Procrastinación Académica y el registro académico con un diseño de investigación correlacional. En cuanto a los hallazgos, los resultados indicaron que la procrastinación académica y ansiedad ante los exámenes no se relacionan (p>,005). Se concluyó que no existe relación entre ambas variables.

Estremadoiro y Schulmeyer (2021) identificaron los niveles de procrastinación académica en una muestra de 319 estudiantes universitarios. Se empleó la Escala de Procrastinación Académica. Los resultados indicaron que el 54% presentaron un nivel medio bajo en relación a la procrastinación académica. Se concluyó que en alguna medida los estudiantes procrastinan con sus actividades académicas.

Por otro lado, Barraza y Barraza (2019) evidenciaron relación entre la procrastinación académica y estrés académico. La muestra fue 300 estudiantes universitarios. Los instrumentos empleados fueron la escala de procrastinación y el SISCO para medir el estrés académico. Los resultados indicaron que la procrastinación académica y estrés académico no se relacionan (p=,165). Se concluyó que no existe relación entre ambas variables debido a que la procrastinación puede estar influenciada por otros factores.

Así mismo, Saplavska y Jerkunkova (2018) determinaron la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad. La muestra fue 60 estudiantes universitarios. Los

instrumentos empleados fueron la Escala de Procrastinación Académica y el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo. Los resultados indicaron que existe relación estadísticamente significativa y positiva entre la ansiedad estado ($rs\ (60) = 0.45$, $p < 0.001$) y la ansiedad rasgo ($rs\ (60) = .42$, $p < 0.001$). Se concluyó que existe relación entre ambas variables.

A nivel nacional, Ruiz (2021) identificó la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad en una muestra de 151 jóvenes universitarios. Se aplicó la Escala de Procrastinación Académica y el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo. Los resultados indicaron que existe una relación inversa y estadísticamente significativa entre la autorregulación académica y la ansiedad estado y rasgo respectivamente (r=,246 y r=246, p<0,05) en cambio la dimensión postergación de actividades no se encontró relación con la ansiedad estado (p>0,05); en cambio, con la ansiedad rasgo fue bajo (r=,232 y p<0,05). Se concluyó que la ansiedad según cada población puede mostrar relación con la procrastinación.

Por su parte, Estrada y Mamani (2020) determinaron la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad. La muestra fue 220 jóvenes universitarios. Los instrumentos empleados fueron la Escala de Procrastinación Académica y la Escala de Autoevaluación de Zung. Los resultados indicaron que existe una relación directa y significativa entre la PA y A (r=,359 y p<0,05). Se concluyó que existe relación entre ambas variables.

Querevalú y Echabaudes (2020) determinaron la relación entre la procrastinación académica y ansiedad. La muestra fue 280 estudiantes del nivel de secundaria. Se empleó el Escala de Procrastinación Académica y el Inventario de Ansiedad frente a los Exámenes. Los resultados indicaron que existe relación entre la procrastinación académica y la ansiedad

frente a los exámenes. (r=,118 y p<0,05). Se concluyó que existe relación entre ambas variables.

Del mismo modo, Albújar y Castro (2020) determinaron la relación entre la procrastinación académica y ansiedad estado-rasgo. La muestra fue 150 adolescentes entre 4to y 5to año de secundaria. Se aplicó la Escala de Procrastinación Académica y el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo. Los resultados indicaron que existe una relación moderada y significativa entre la procrastinación académica y ansiedad estado-rasgo (r=, 454 y p<0,05). Se concluyó que se relacionan ambas variables.

Castro y Rodríguez (2018) estudiaron la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad ante los exámenes. La muestra fue 274 jóvenes universitarios. Se empleó la Escala de Procrastinación Académica y el Inventario de Ansiedad. Los resultados indicaron que existe una relación moderada y significativa entre la procrastinación académica y la ansiedad ante los exámenes (r=,460 y p<0,05). Se concluyó que existe relación entre ambas variables.

A partir de las investigaciones señaladas y del marco conceptual se desprende la importancia del estudio que se justifica al *nivel teórico* debido al incremento del conocimiento existente a nivel nacional de las variables procrastinación académica y ansiedad ante los exámenes en una población adolescente, además busca superar vacíos teóricos encontrados en la literatura sobre el fenómeno en cuestión, como el modelo cognitivo en la teoría de racional emotivo conductual donde Ellis y Knaus (1977) sostuvieron que los estudiantes se les hace más cómodos dejar de realizar tareas para evitar estar tensos durante el día.

Asimismo, el estudio se justifica a *nivel práctico*, puesto que, con los resultados obtenidos, se podrá plantear estrategias de abordaje de la procrastinación y del estrés ante los

exámenes en adolescentes. Lo que se plantea es que los docentes también se involucren en el desarrollo de estas actividades ya que, son ellos los que están más tiempo junto a sus estudiantes a través de jornadas de capacitación no solo para desarrollar técnicas que les permita desarrollar lo mencionado sino también a perder el miedo que les produce ansiedad ante los exámenes.

Finalmente, a *nivel metodológico*, se justifica puesto que se utilizó un instrumento válido para el contexto nacional; y se obtuvo el análisis de confiabilidad que permitió robustecer las evidencias empíricas de la utilidad del instrumento, de manera que se pueda promover estudios similares sobre las variables en cuestión.

Objetivos de investigación

El presente estudio tiene como objetivo determinar la relación entre la procrastinación y ansiedad ante los exámenes en estudiantes del nivel de secundaria de una institución educativa privada de Lima Norte. Por otro lado, con el fin de indagar las variables en mención en función a sus dimensiones, se propusieron:

- Determinar si existe relación inversa entre la autorregulación académica y ansiedad ante los exámenes en estudiantes del nivel de secundaria de una institución educativa privada de Lima Norte
- Determinar si existe relación directa entre la postergación de actividades y ansiedad ante los exámenes en estudiantes del nivel de secundaria de una institución educativa privada de Lima Norte

Hipótesis

En relación con la hipótesis general, para responder al problema expuesto del presente estudio, se estableció que, existe relación directa entre la procrastinación y ansiedad ante los

exámenes en estudiantes del nivel de secundaria de una institución educativa privada de Lima Norte. Asimismo, se formularon las siguientes hipótesis especificas:

h_1: Existe relación inversa entre la autorregulación académica y ansiedad ante los exámenes en estudiantes del nivel de secundaria de una institución educativa privada de Lima Norte.

h_2: Existe relación directa entre la postergación de actividades y ansiedad ante los exámenes en estudiantes del nivel de secundaria de una institución educativa privada de Lima Norte.

Método

Tipo y diseño de investigación

El estudio fue de tipo no experimental y la estrategia seleccionada fue asociativa, predictiva con un diseño correlacional simple ya que, tuvo como objetivo explorar la relación funcional entre la procrastinación y la ansiedad ante los exámenes, sin distinción alguna entre ellas ni formas de control de variables ambientales extrañas sobre la relación funcional (Ato et al., 2013).

Participantes

La técnica de muestreo utilizada fue no probabilístico y por conveniencia puesto que se incluyó a todos los participantes a los que se tenía acceso, que cumplían con los criterios de selección establecidos y aceptaron de manera voluntaria ser parte de la investigación (Otzen y Manterola, 2017). La muestra estuvo constituida por 103 estudiantes del primero al quinto año de secundaria, con una edad entre 12 a 17 años (M=1,97; DE= ,720), de los cuales 49 fueron mujeres (47,6%) y 54 hombres (52,4%), distribuidos en los siguientes grados de secundaria, 17,5% primer grado, 13,6% segundo grado, 32,0% tercero grado, 21,4% cuarto grado y 15,5% quinto grado. Con un rango de horas de estudio entre 0 y 6 horas a más (M= 3,04; DE= .93) de igual manera, las horas de entretenimiento y descanso son entre 0 a 6 horas a más (M= 1,91; DE=.96). Con respecto al tipo de familia 29,1% pertenece a una familia nuclear, 18,4% monoparental, 48,5% extensa y 3,9% reconstituida.

En cuanto a los criterios de inclusión estos fueron estudiantes escolares de ambos sexos de primero a quinto de secundaria con edades comprendidas entre 12 a 17 años asistentes a una institución educativa privada del distrito de Los Olivos en Lima Metropolitana. En cuanto a los criterios de exclusión estos fueron estudiantes con cualquier tipo de discapacidad y presencia de algún trastorno psicopatológico.

Instrumentos de recolección de datos

Se utilizó la *Escala de procrastinación general y académica* creada por Busko (1998) y adaptada para el Perú por Álvarez (2010) con el fin de obtener el nivel de procrastinación académica. Este instrumento consta de 16 ítems y utiliza una escala de tipo Likert del 1 al 5 respondiendo a las alternativas 1= siempre, 2= casi siempre, 3= a veces, 4= pocas veces y 5= nunca. A su vez, está dividida en dos dimensiones la autorregulación académica y postergación de actividades.

Álvarez (2010) usó como prueba de validez, la validez de constructo por medio del análisis factorial exploratorio, el cual arrojó un valor de 0.82 en el test de Kaiser- Meyer-Olkin, en otras palabras, las variables evidencian un adecuado potencial educativo. El test de esfericidad de Barlett demuestra un valor significativo (Chi-cuadrado=716.83<.05) por lo que los coeficientes de correlación entre los ítems permiten continuar con el análisis factorial. Los resultados de este análisis, ejecutados mediante del método de los componentes principales se observa que un solo factor explica en 30,99% de la varianza total, concluyendo que la escala obtiene validez de constructo.

En cuanto a la confiabilidad de la prueba, esta se hizo a través del análisis de consistencia interna donde los índices Alfa de Cronbach ascienden a 0.87, lo que permite concluir en la escala presenta confiabilidad.

Por otro lado, para la segunda variable se utilizó el *Inventario de la ansiedad ante exámenes* originalmente de Bauermeister et al. (1980). Más adelante fue adaptado al Perú por Villegas et al. (2015) en una muestra de jóvenes y adolescentes Limeños. El inventario consta de 15 ítems, el tipo de respuestas que tiene son de tipo Likert y presenta cuatro opciones de respuesta nunca (1), algo (2), bastante (3) y mucho (4).

En cuanto al análisis para determinar la confiabilidad por consistencia interna, esta se realizó mediante el coeficiente de Alfa de Cronbach, en el que se obtuvieron valores que ascienden a 0.87, lo que permite concluir en la escala presenta un adecuado nivel de confiabilidad para poder ser aplicado.

En el año 2016, este inventario pasó por un estudio psicométrico en Lima para determinar sus propiedades psicométricas. En este estudio se realizó un análisis mediante un análisis factorial confirmatorio (AFC), el cual obtuvo unidimensionalidad en la estructura, además, la confiabilidad tenía adecuados valores. Por lo cual, se estima que el Inventario de la Ansiedad ante Exámenes es un instrumento útil y preciso (Dominguez, 2016).

Procedimiento

Para la recolección de datos fue preciso elaborar de una carta de presentación y solicitud de permiso dirigida al departamento de psicología de la Institución Educativa participante ubicada en el distrito de Los Olivos. La aceptación de evaluación fue brindada para su ejecución de manera virtual.

El tiempo de la evaluación duró una semana y se realizó a través de grupos de estudiantes pertenecientes a la red social *WhatsApp* de cada aula dirigida por el tutor. El formulario se elaboró a través de *Google Docs*; donde se solicitaba datos sociodemográficos, número de DNI, edad, sexo, años de convivencia, estado civil y religión. Durante todo el estudio se aseguró la confidencialidad de los datos y la participación voluntaria e informada de los evaluados cumpliendo con los lineamientos presentes en el Código de Ética y Deontología del Colegio de Psicólogos del Perú (2018), lo cual implica valores de confidencialidad (art 24), manejo del control del plagio, validez y confiabilidad (art 26) y principio de eficiencia (art 25).

Se empleó el software estadístico *Jamovi* versión 1.6.7 para obtener los resultados de la presente investigación con el fin de determinar los niveles de procrastinación académica y ansiedad ante los exámenes y sus dimensiones a través de tablas de frecuencia e identificar la relación entre ambas variables y la relación entre las dimensiones del estrés académico y el afrontamiento para adolescentes.

Análisis de Datos

Se empleó el software estadístico *Jamovi* versión 1.6.7 para obtener los resultados del presente estudio con el fin de determinar la relación entre la procrastinación y la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Lima Norte. Mediante el software estadístico, se identificó la curtosis y la simetría a través de análisis descriptivos con el fin de conocer si presenta simetría o es asimétrico; al ser simétrico se empleó la r de Pearson. Se identificó el alfa de Cronbach de cada dimensión de la variable; finalmente, se realiza una tabla de correlación que permite relacionar las dimensiones de la procrastinación y la ansiedad ante los exámenes.

Resultados

Análisis descriptivo y de confiabilidad

Según la prueba de normalidad derivada del análisis descriptivo representado (tabla 1) se evidencia una simetría (g1) y una curtosis (g2) dentro de los rangos adecuados (+-1.5). Lo relacionado a los coeficientes de confiabilidad, aplicado mediante alfa de Cronbach a la variable Procrastinación académica global y sus dimensiones, autorregulación y postergación de actividades, se pudo establecer que poseen un grado satisfactorio de consistencia interna (α >.75). En cuanto a la variable ansiedad ante los exámenes presentan índices adecuados denotando un alto grado de consistencia interna (>.90).

Tabla 1

Análisis descriptivos de la procrastinación y ansiedad ante los exámenes (N=103)

	M	DE	g_1	g_2	α
Procrastinación Académica	2,33	0,644	0,08	-0,629	0,842
-Autorregulación académica	2,40	0,904	0,553	1,07	0,753
-Postergación de actividades	2,31	0,656	0,199	-0,508	0,804
Ansiedad ante los exámenes	2,05	0,665	0,617	-0,101	0,937

Nota. n= tamaño de la muestra; M= Mediana; DE= desviación estándar; g_1 = asimetría; g_2 = curtosis; α =.75

Contraste de hipótesis

Al analizar los resultados obtenidos por cada dimensión de la procrastinación académica y la variable ansiedad ante los exámenes (tabla 2) se pudo establecer que las dimensiones autorregulación y postergación de actividades no se relacionan significativamente con la variable ansiedad ante los exámenes. Siendo ambas de magnitud insignificante respectivamente, por lo que las hipótesis especificas 1 y 2 no reciben respaldo empírico. En

congruencia con los datos obtenidos, podemos señalar que en la hipótesis general no existe una asociación significativa debido a la falta de relación de los resultados obtenidos de las variables en cuestión.

Tabla 2

Análisis correlacional entre procrastinación académica y ansiedad ante los exámenes.

Variable		Ansiedad ante los exámenes
Procrastinación Académica	Pearson r	,019
-Autorregulación académica	Pearson r	,128
-Postergación de actividades	Pearson r	,101

Nota: *p < .05, ** p < .01, *** p < .001.

Discusión

La procrastinación académica ha sido una variable investigada recientemente desde la revolución industrial (Ferrari et al., 1995). Por otro lado, la ansiedad frente a los exámenes es considerada una respuesta situacional ante la evaluación dentro del ámbito educativo, donde muchos escolares sienten la actividad evaluadora como amenazante del cumplimiento de sus metas, incrementando la procrastinación cuyo resultado se evidencia en la disminución de su capacidad para realizar actividades académicas de forma efectiva y eficiente, estos resultados impactan negativamente en su autoestima (Spielberger, 1980).

Por lo que en la presente investigación realizada tuvo como objetivo determinar la relación entre la procrastinación y ansiedad ante los exámenes en estudiantes del nivel de secundaria de una institución educativa privada de Lima Norte. Para ello se aplicaron dos pruebas psicométricas para evaluar los constructos mencionados. Los resultados evidencian que no se encontraron relación entre ambas variables, es preciso indicar que todas las hipótesis fueron rechazadas; sin embargo, es importante analizar la falta de asociación de las variables en adolescentes con las características de la muestra sujeta a estudio y dentro de un contexto pandémico.

Respecto a la primera hipótesis especifica planteada, se rechaza puesto que no existe relación inversa entre autorregulación académica y ansiedad ante los exámenes. De ello, se infiere que para los estudiantes evaluados la habilidad para autorregularse académicamente al administrar su tiempo, no se utiliza para enfrentar las emociones desafiantes y las situaciones ansiosas, que se producen por la gran cantidad de tareas encomendadas y la proximidad de los exámenes. Estos hallazgos difieren con los resultados de Ruiz (2021) quien afirmó que existe una relación inversa entre estas variables, contradiciendo los datos obtenidos. Una posible explicación de esta diferencia, podría ser el contexto donde se desarrollan académicamente los estudiantes (presencia de pandemia). Dicho contexto sugiere que, en los

estudiantes evaluados, los niveles de ansiedad ante los exámenes en modalidad virtual son más bajos en comparación de cuando estos eran presenciales, además la institución brinda el servicio de apoyo académico virtual sostenido lo cual incentivaría la autorregulación académica evitando la existencia de un número significativo de desaprobados, dicho sistema se implementó a raíz de la pandemia (Saplavska y Jerkunkova, 2018).

En cuanto a la segunda hipótesis, los resultados indicaron, que no existe relación directa entre la postergación de actividades y la ansiedad ante los exámenes; esto puede tener una explicación debido a que las actividades académicas virtuales que se encomendaron a los estudiantes evaluados, durante la pandemia, se ajustaron a sus posibilidades de resolución y tiempo, disminuyendo el número de tareas postergadas. Esta disminución de actividades escolares no generó estados de tensión, ansiedad o preocupación cuando se postergaron. Además, los exámenes fueron percibidos por estos, con niveles de complejidad más sencillos; y al ser virtuales y remotos carecieron de una supervisión directa del docente; y en algunos casos, propiciaron la consulta externa de las preguntas y sus respuestas durante su resolución, disminuyendo los niveles de ansiedad ante los exámenes, encontrados antes de la pandemia. Estos hallazgos se complementan con lo encontrado en el estudio de Manchado y Hervías (2021), ya que ellos consideran que para intervenir en esta problemática de la postergación de actividades cuando se procrastina, es necesario abordar múltiples variables que se asocien a la ansiedad como la falta de confianza. Un resultado similar lo obtienen Barraza y Barraza (2019), ya que tampoco encontraron relación en ambas variables, por lo que se sugirió estudiar la postergación de actividades de la procrastinación y la relación que existe con la regulación académica.

Del análisis global de las variables, se desprende la no aceptación de la hipótesis general, existe relación directa entre la procrastinación y la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de nivel secundaria. Este resultado es explicado por Barraza y Barraza (2019) quienes

determinaron que no existe relación entre ambas variables debido a que la procrastinación se da por otros factores como el miedo al fracaso, la frustración, la indecisión, la depresión o la mala administración del tiempo. Por su parte, Manchado y Hervías (2021) difieren en sus resultados con la presente investigación puesto que encontraron presencia de niveles de ansiedad ante los exámenes, así como, procrastinación académica en estudiantes de nivel universitario, e indicaron que la ansiedad ante los exámenes tenía una relación negativa con el rendimiento académico. Asimismo, hallaron que la procrastinación se relaciona con la interferencia y la falta de confianza como factores que producen ansiedad, incidiendo de forma indirecta en el rendimiento académico.

En esta misma línea, la investigación de Estrada y Mamani (2020), indicó que existe una relación directa y significativa entre la procrastinación académica y la ansiedad coincidiendo con Querevalú y Echabaudes (2020) quienes también concluyeron que existe relación entre ambas variables. De igual manera, en el estudio de Ruiz (2021) se encontró una relación significativa e inversa de las variables procrastinación y ansiedad ante los exámenes, debido a que un estudiante previo al examen debe estudiar con mayor concentración; sin embargo, los estudiantes de la institución evaluada evitan realizar actividades antes de estudiar o dejan para el último momento la realización de sus tareas. A pesar de ello, esta situación no se convierte en un motivo para estar tensionados o preocupados. Por su parte, Estremadoiro y Schulmeyer (2021) señalaron que el 54% presentaron un nivel medio bajo en relación a la procrastinación académica. Concluyendo que solo en alguna medida los estudiantes procrastinan con sus actividades académicas. Estos estudios, difieren con los hallazgos de la investigación realizada, por lo que es importante mencionar que los resultados son variables si se toman en cuenta diferentes poblaciones de estudio.

Conclusiones:

De acuerdo a los resultados obtenidos se llega a la conclusión que no existe una correlación entre la procrastinación y la ansiedad ante los exámenes; así como también no se encontró relación entre la autorregulación académica y la ansiedad ante los exámenes; así como tampoco se encontró entre la postergación de las actividades y la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Lima Norte.

En síntesis, se desarrollaron ambos objetivos planteados en la investigación; sin embargo, se rechazaron las hipótesis, eso sugiere que es necesario investigar con mayor profundidad la procrastinación y ver su relación con otras variables. De esta manera se podría determinar su influencia sobre los distintos procesos en el ámbito académico.

Por otra parte, se encontraron algunas limitaciones durante el proceso de la investigación , una de ellas fue la pandemia de Covid 19, la cual dificultó en el número de la muestra aplicada; además, el contacto con los estudiantes fue limitado y esto generó que la aplicación de los instrumentos se realice de manera virtual , remota y asincrónica, la cual pudo generar cambios en el grado de ansiedad ante los exámenes y la procrastinación, ya que no se manifestaron de la misma manera que en la educación presencial.

Recomendaciones:

En cuanto a las recomendaciones, es necesario realizar estudios sobre la procrastinación donde se pueda relacionar con otras variables para conocer los factores por el cual los estudiantes presentan esta problemática académica; ya que existen varios adolescentes que presentan esta dificultad ante la presencia de los exámenes. Además, es relevante desarrollar hábitos de estudio para que sepan planificar sus horarios y organizar sus actividades escolares de manera oportuna para que tengan mayor relajación y no presente ansiedad ante los exámenes.

Se sugiere la réplica de la presente investigación, considerando diferentes poblaciones de estudio, o comparando si las clases y exámenes son remotos y presenciales ya que este pudo ser un factor importante para la influencia de los resultados.

Finalmente, se recomienda a partir de los resultados obtenidos que se planteen lineamientos o políticas de intervención para el manejo y control del estrés ante los exámenes u otras actividades académicas; estos en el marco del desarrollo de estrategias de autorregulación, charlas y talleres psicológicos dentro de las instituciones para enseñar a los estudiantes a que puedan manejar la ansiedad y tengan estrategias apropiadas para evitar la postergación de sus actividades y sepan priorizar sus funciones como estudiantes.

Referencias bibliográficas

Albújar, W. y Castro, L. (2020). *Procrastinación académica y niveles de ansiedad en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lambayeque, 2019*. (Tesis de licenciatura). https://hdl.handle.net/20.500.12893/8977

Álvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra estudiantes de secundaria de Lima. *Persona, 13*(1), 159-177. https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/2207

Angarita, L.; Sánchez, A. y Barreiro, E. (2012). *Relación entre los niveles de procrastinación académica y el rendimiento académico en estudiantes de psicología de una universidad privada en Bogotá, Colombia* [Presentación de paper]. https://static.s123-cdn-static-d.com/uploads/3743669/normal_5efcc1fcbef76.pdf

Ato, M., López, J., y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059. https://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511

Baker, C. (1979). Defining and measuring affiliation motivation. *European Journal of Social Psychology, 9*(1), 97-99. https://doi.org/10.1002/ejsp.2420090108

Balkis, M. y Duru, E. (2009). Prevalence of academic procrastination behavior among pre-service teachers, and its relationship with demographics and individual preferences. *Journal of Theory & Practice in Education*, *5*(1), 18–32. https://journaldatabase.info/articles/prevalence_academic_procrastination.html

Barraza, A. y Barraza, S. (2019). Procrastinación y estrés: Análisis de su relación en alumnos de educación media superior. *Revista de investigación educativa, 28*(1), 132-151. https://doi.org/10.25009/cpue.v0i28.2602

Bauermeister, J., Collazos, J., Spielberger, C. (1983). The construction and validation of the Spanish form of the Test Anxiety Inventory: Inventario de Autoevaluación sobre Exámenes (IDASE). En Spielberger, C. D. & Diaz-Guerrero, R. (Eds.). Cross-cultural anxiety (Vol. 2, pp. 67-85). Washington: McGraw-Hill.

Bolbolian, M.; Asgari, S.; Sefidi, F. & Zadeh, A. (2021). The relationship between test anxiety and academic procrastination among the dental students. *Journal of education and health promotion, 10*(67). https://www.jehp.net/text.asp?2021/10/1/67/310376

Busko, D. (1998). Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model. (Tesis de maestría). University of Guelph https://atrium.lib.uoguelph.ca/xmlui/handle/10214/20169

Cabrales, A., Gonzáles, D., Ávila, J. y Hoyos, S. (2011). Relación entre ansiedad ante los exámenes, tipos de pruebas y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicogente*, 14 (26),255-268. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=497552359004

Carranza, R. y Ramírez, A. (2013). Procrastinación y características demográficas asociados en estudiantes universitarios. *Revista Apuntes universitarios*, *3*(2), 95-108. https://www.redalyc.org/pdf/4676/467646127006.pdf

Castro, D. y Rodríguez, R. (2018). *Procrastinación académica y ansiedad ante exámenes en estudiantes de psicología de una universidad de Cajamarca* (Tesis de licenciatura). http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/733

Castro, S. y Mahamud, K. (2017). Procrastinación académica y adicción a internet en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Avances en Psicología*, *25*(2), 189–197. https://doi.org/10.33539/avpsicol.2017.v25n2.354

Colegio de Psicólogos del Perú. (2018). Código de ética.

Domínguez, S. (2014). Escala de Cansancio Emocional: estructura factorial y validez de los ítems en estudiantes de una universidad privada. *Avances en Psicología*, 21(1), 89-97. https://doi.org/10.33539/avpsicol.2014.v22n1.275

Domínguez, S. (2016). Inventario de la ansiedad ante exámenes-estado: Análisis preliminar de validez y confiabilidad en estudiantes de psicología. *Liberabit. Revista Peruana de Psicología*, 22(2), 219-228. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68649318008

Ellis, A. y Knaus, W. (1977). Overcoming procrastination. Institute for Rational Living. https://www.scirp.org/(S(351jmbntvnsjt1aadkposzje))/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=883211

Estrada, E. y Mamani, H. (2020). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de la carrera profesional de educación de la Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú. *Apuntes universitarios, 10*(4), 322- 337. https://doi.org/10.17162/au.v10i4.517

Estremadoiro, B. y Schulmeyer, M. (2021). Procrastinación académica en estudiantes universitarios. *Aportes*, *30*(1), 52-65. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2306-86712021000100004

Ferrari, J. y Díaz, J. (2007). Perceptions of self-concept and self-presentation by procrastinators: further evidence. *The Spanish journal of psychology, 10*(1), 91-96. https://doi.org/10.1017/S113874160000634X

Ferrari, J.; Johnson, J. y McCown, W. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment.* Plenum Press. https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0227-6

Figuera, P. y Torrado, M. (2012). La adaptación y la persistencia académica en la transición en el primer año de universidad: el caso de la Universidad de Barcelona. [Presentación de paper]. http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/32417/1/simposium_trals.pdf

Freud, S. (1917). *Introducción al psicoanálisis*. Alianza. https://pc2vp.files.wordpress.com/2011/08/introduccionalpsicoanalisis.pdf

Furlan, L. A., Ferrero, M. J., & Gallart, G. (2014). Ansiedad ante los exámenes, procrastinación y síntomas mentales en estudiantes de la Universidad Nacional de Córdoba. Revista Argentina De Ciencias Del Comportamiento, 6(3), 31–39. https://doi.org/10.32348/1852.4206.v6.n3.8726

García, V. y Silva, M. (2019). Procrastinación académica entre estudiantes de cursos en línea. Validación de un cuestionario. *Apertura*, *11*(2), 122-137. https://doi.org/10.32870/ap.v11n2.1673

Green, L. (1982) Minority students' self-control of procrastination. *Journal of Counseling Psychology, 29*(6), 636-644. https://doi.org/10.1037/0022-0167.29.6.636

Hull, C. L. (1943). *Principles of Behavior: An Introduction to Behavior Theory.* New York: Appleton-Century-Crofts

Jadarat, A. (2004). Test anxiety and academic procrastination: theory, research and treatment. https://www.researchgate.net/publication/263469578_Test_anxiety_and_academic_procrastination_Theory_research_and_treatment

Kaur, K. y Rani, M. (2019). Demographic study on academic procrastination among secondary school students. *International Journal of Education, 11*(1), 73–81. http://ijoe.vidyapublications.com/Issues/Vol11/08_Vol.11.pdf

Lang, P. J. (1968). Fear reduction and fear behavior: Problems in treating a construct. En J. U. H. Shilen (Ed.), *Research in psychotherapy*. American Psychological Association. https://psycnet.apa.org/record/2004-15393-004

Manchado, M. y Hervías, F. (2021). Procrastinación, ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Interdisciplinaria*, *38*(2), 243-258. https://doi.org/10.16888/interd.2021.38.2.16

Organización de las Naciones Unidas para la Educación la Ciencia y la Cultura [UNESCO]. (2020). *COVID 19 – Impact on Education.* Recuperado de https://en.unesco.org/covid19/educationresponse

Otzen, T., y Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232. https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037

Park, S. y Sperling, R. (2012). Academic procrastinators and their self-regulation. *Psychology*, *3*(1), 12–23. https://psycnet.apa.org/record/2012-29190-003

Quant, D. y Sánchez, A. (2012). Procrastinación, Procrastinación académica: Concepto e implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica*, *3*(1), 45-59. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815146

Querevalú, F. & Echabaudes, R. (2020). Procrastinación académica y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de 3° a 5° del nivel secundario en colegios de Lima. *Revista científica de ciencias de la salud*, *13*(1), 79-87. https://doi.org/10.17162/rccs.v13i1.1350

Rothblum, E. (1990). *El miedo al fracaso. La psicodinámica, necesidad logro, miedo al éxito, y la dilación moldes. Handbook de la ansiedad social y la evaluación*. https://link.springer.com/book/10.1007/978-1-4899-2504-6

Ruiz, S. (2021). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes universitarios en contexto de educación virtual en tiempos de pandemia, Chiclayo 2020* (Tesis de licenciatura). http://hdl.handle.net/20.500.12423/3477

Saplavska, J. y Jerkunkova, A. (2018). Academic procrastination and anxiety among students. *Engineering for Rural Development*, *17*(1), 1192-1197. https://doi.org/10.22616/ERDev2018.17.N357

Shick, G. (2012). The Measurement and Treatment of Test Anxiety. *American Educational Research Association, 50*(2), 343-372. https://doi.org/10.3102/00346543050002343

Skinner, B. (1977). *Ciencia y conducta humana*. Fontanella. https://www.academia.edu/40514321/Ciencia_y_conducta_humana_B_F_Skinner

Spielberger, C. (1980). *Test anxiety inventory: Preliminary professional manual*. https://www.worldcat.org/es/title/preliminary-professional-manual-for-the-test-anxiety-inventory-test-attitude-inventory-tai/oclc/16906555

Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, *133*(1), 65-94. https://www.researchgate.net/publication/6598646

Torrano, R.; Ortigosa, J.; Riquelme, A. y López, J. (2017). Evaluación de la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de educación secundaria obligatoria. *Revista de psicología clínica con niños y adolescentes*, *4*(2), 103-110. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=477152556002

Valle, A.; Núñez, J.; Cabanach, R.; González, J.; Rodríguez, S.; Rosario, P.; Cerezo, R. y Muñoz, M. (2008). Self-regulated profiles and academic achievement. *Psicothema*, *20*(4), 724-731. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18940075/

Vallejos, S. (2015). *Procrastinación académica y ansiedad frente a las evaluaciones en estudiantes universitarios* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. http://hdl.handle.net/20.500.12404/6029

Villegas, G., Dominguez, S., Sotelo, N., y Sotelo, L. (2015). Propiedades psicométricas del Inventario de Autoevaluación de la Ansiedad ante Exámenes (IDASE) en universitarios de Lima. *Revista Mexicana de Psicología Educativa*, 3(1), 15- 21.

Zhang, Y.; Dong, S.; Fang, W.; Chai, X.; Mei, J. y Fan, X. (2018). Self-efficacy for self-regulation and fear of failure as mediators between self-esteem and academic procrastination among undergraduates in health professions. *Advances in Health Sciences Education, 23*(4), 817–830. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29845359/

Anexos

Anexo 1:

Consentimiento Informado

Estimado padre de familia o apoderado:

La investigación titulada “La procrastinación y ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Lima Norte” es conducida por Meryl Baltazar Mantilla, bachiller en Psicología, perteneciente a la Universidad San Ignacio de Loyola.

Este estudio se realizará en estudiantes de primero a quinto grado de secundaria, cuyo objetivo es establecer la relación entre la procrastinación y ansiedad ante los exámenes. Por ello, la participación de su hijo(a) o apoderado es primordial en este proceso y estaremos agradecidos si accede.

La duración de toda la evaluación no será mayor a 20 minutos aproximadamente.

En la primera parte se solicitará al estudiante datos personales (sexo, edad, etc.).

En la segunda parte, el estudiante dará respuesta al cuestionario que valora la procrastinación.

En la tercera parte, el estudiante responderá el cuestionario de ansiedad ante los exámenes. En ese sentido, si usted está de acuerdo en permitir que su hijo(a) o apoderado partícipe, le comunicaremos oportunamente el día y hora de evaluación.

Además, la información que su hijo(a) brinde es confidencial y solo se usara con fines de investigación y sin ningún otro propósito. Para que su hijo(a) participe, ambos deben estar de acuerdo, ya que la decisión sobre la participación en este estudio es completamente voluntaria.

Anexo 2:

Ficha sociodemográfica

Edad	**12** **13** **14** **15** **16** **17**
Sexo	**Masculino** **Femenino**
Grado de instrucción	**1ero de secundaria** **2do de secundaria** **3ero de secundaria** **4to de secundaria** **5to de secundaria**
Horas de estudio por día	**0 a 2 horas** **2 a 4 horas** **4 a 6 horas** **6 horas a más**
Tipo de familia	**Nuclear** **Monoparental** **Extensa** **Reconstituida**
Discapacidad física o mental	**Si** **No**

Anexo 3: EPA

A continuación, encontrarás una serie de preguntas que hacen referencia a tu modo de estudiar. Lee cada frase y contesta con una x de acuerdo con la siguiente escala:

N: Nunca, CN: Casi nunca, AV: A veces, CS: Casi siempre y S: Siempre

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

Anexo 4

Solicitud para el uso de la Escala de ansiedad ante exámenes

De: Sergio Dominguez <sdominguezmpcs@gmail.com>
Fecha: 23 de mayo de 2022, 12:36:59 p.m. EDT
Para: Meryl Baltazar Mantilla <meryl1_9@hotmail.com>
Asunto: Re: Solicitud de uso de prueba psicológica para tesis de grado

Estimada Meryl, muchas gracias por el interés. Te envío la escala trabajada en Perú, clave, y artículos donde fue usada.

Además, es bueno agregar que los test como este no tienen manual o algo así ya que son pruebas de difusión académica, no son tests comerciales (como los que vende TEA o MANUAL MODERNO). Podrían elaborarse, sí; pero no fue el objetivo de las investigaciones. En tal sentido, tendrías que enfocarte más en aspectos teóricos y estudios psicométricos para sustentar su uso, y "construir" la ficha técnica (si te la solicitaran) en base a los datos que figuran en los artículos de validación.

Preferiríamos que el cuestionario no se coloque como anexo en la tesis.

Saludos cordiales.