



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

TESIS

**“PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN
ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DEL INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR
TECNOLÓGICO PÚBLICO DE VILCABAMBA -GRAU - APURIMAC – 2021”**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Calidad de vida, residencia y bienestar psicológico

Presentado por:

Karla, Apaza Mamani

Clarivel, Pumacayo Albarracín

Tesis desarrollada para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología

Docente asesor:

Dr. Luis Manuel Rivas Romero

Código Orcid 0000-0003-0820-158

Chincha, Ica, 2022

Docente asesor

Dr. Luis Manuel Rivas Romero

Miembros del Jurado

- Dr. Jose Jorge Campos Martinez
- Dra. Susana Marleni Atuncar Deza
- Dra. Hilda Luzmila Felix Pachas

DEDICATORIA

Con mucho amor a mis padres Nelsa y Vicente que son mi motor y motivo para seguir adelante, quienes a lo largo de mi vida me han brindado su apoyo incondicional, también a mi abuelito Leonidas que siempre me incentivo a perseguir mis sueños mil gracias.

Clarivel Pumacayo Albarracín

A mis padres por su apoyo y esfuerzo, y en especial a mis abuelitos José y Dolores y mi hermano Giancarlo por su cariño incondicional, su aliento en los peores momentos y por estar conmigo siempre, gracias.

Karla Apaza Mamani

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, a Dios por guiarnos por el buen camino.

Agradezco a toda mi familia por el apoyo brindado a lo largo de todo este trayecto en la consecución de mis metas.

A la universidad Autónoma de Ica por abrirnos las puertas y estudiar la carrera que tanto nos apasiona.

A nuestro Asesor de Tesis Luis Manuel Rivas Romero por habernos brindado su dedicación y paciencia de guiarnos en todo el proceso del trabajo de investigación.

Al director Oswaldo Escobar Salcedo por habernos permitido realizar nuestra investigación de tesis.

Y finalmente, agradecemos a todas las personas por el apoyo incondicional para que nuestros sueños se hagan realidad.

Karla y Clarivel

RESUMEN

OBJETIVO: La presente investigación tuvo como objetivo principal determinar la relación entre Procrastinación Académica y Bienestar Psicológico en estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba Grau –Apurímac- 2021.

MATERIAL Y METODOLOGÍA: El diseño fue no experimental de corte transversal de tipo correlacional. Se tuvo como muestra a 100 estudiantes entre 17 y 39 años, de los cuales 39 fueron varones y 61 fueron mujeres. Para la medición se utilizó la Escala de Procrastinación Académica EPA con 13 ítems de Ann Busko y la Escala de Bienestar Psicológico BIEPS-A de María Casullo con 12 ítems.

RESULTADOS: Los resultados de procrastinación académica son 67% presentan un nivel bajo, 31% nivel medio, 2% presentan nivel alto, en cuanto a los resultados de bienestar psicológico se obtuvieron 17% nivel bajo, 43% nivel medio, 40% nivel alto.

CONCLUSIÓN: Los datos obtenidos evidencian una relación estadísticamente significativa negativa de magnitud fuerte entre la Procrastinación Académica y el Bienestar Psicológico ($p=0.00$), ($r =-0.523$), es decir a menor Procrastinación Académica mayor Bienestar Psicológico.

Palabras claves: procrastinación académica, bienestar psicológico, estudiantes del Instituto Superior Tecnológico de Vilcabamba - Grau- Apurimac 2021.

ABSTRACT

Objective: The main objective of this research was to determine the relationship between Academic Procrastination and Psychological Well-being in Nursing students of the Institute of Public Technological Higher Education of Vilcabamba Grau - Apurímac- 2021.

Material And Methodology: The design was non-experimental cross-sectional of correlational type. A sample was 100 students between 17 and 39 years old, of which 39 were men and 61 were women. For the measurement, the EPA Academic Procrastination Scale with 13 items by Ann Busko and the BIEPS-A Psychological Well-being Scale by María Casullo with 12 items were used.

Results: The results of academic procrastination are 67% present a low level, 31% medium level, 2% present high level, in terms of psychological well-being results were obtained 17% low level, 43% medium level, 40% high level.

Conclusion: The data obtained show a statistically significant negative relationship of strong magnitude between Academic Procrastination and Psychological Well-being ($p=0.00$), ($r=-0.523$), that is, the lower the Academic Procrastination, the greater the Psychological Well-being.

Keywords: academic procrastination, psychological well-being, students of the Higher Technological Institute of Vilcabamba - Grau- Apurimac 2021.

ÍNDICE

| | |
|------------------|----|
| DEDICATORIA..... | ii |
|------------------|----|

| | |
|---|------|
| AGRADECIMIENTO..... | iii |
| RESUMEN | iv |
| ABSTRACT | v |
| ÍNDICE | vi |
| ÍNDICE DE TABLAS | viii |
| ÍNDICE DE FIGURAS | ix |
| I. INTRODUCCIÓN | 11 |
| II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA | 13 |
| 2.1. Descripción del problema | 13 |
| 2.2. Problema general | 15 |
| 2.3. Problema específico | 15 |
| 2.4. Objetivo general | 16 |
| 2.5. Objetivos específicos | 16 |
| 2.6. Alcances y Limitaciones | 18 |
| III. MARCO TEÓRICO..... | 19 |
| 3.1. Antecedentes | 20 |
| 3.2. Bases Teóricas..... | 26 |
| 3.3. Identificación de la variable | 41 |
| IV. METODOLOGÍA..... | 42 |
| 4.1. Tipo y nivel de la investigación..... | 42 |
| 4.2. Diseño de Investigación | 42 |
| 4.3. Operacionalización de Variables | 43 |
| 4.4. Hipótesis General y específica | 44 |
| 4.5. Población – Muestra..... | 45 |
| 4.6. Técnicas e instrumentos:..... | 46 |
| 4.7. Recolección de datos | 49 |
| V. RESULTADOS | 50 |
| 5.1. Presentación de resultados - Descriptivos | 50 |
| 5.2. Resultados Variable Procrastinación | 51 |
| 5.2 Presentación de Resultados – Tablas Cruzadas..... | 57 |

| | | |
|------|---|----|
| VI. | ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS..... | 62 |
| 6.1. | Análisis de los resultados – Prueba de hipótesis | 62 |
| 6.2. | Comparación de los resultados con antecedentes..... | 71 |
| | CONCLUSIONES:..... | 74 |
| | RECOMENDACIONES: | 76 |
| | REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... | 77 |
| | ANEXOS | 81 |
| | ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA | 81 |
| | ANEXO 2: OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES | 83 |
| | ANEXO 3: INSTRUMENTO DE MEDICIÓN | 84 |
| | ANEXO 4: VALIDACIÓN DE DATOS | 86 |
| | ANEXO 5: BASE DE DATOS | 89 |
| | ANEXO 6: INFORME DE TURNITIN AL 28% DE SIMILITUD | 91 |
| | ANEXO 7: ACTA DE RECEPCIÓN DE TESIS DE LA INSTITUCIÓN | 93 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|--|----|
| Tabla 1 Prueba de Normalidad de Kolmogorov – Smirnov | 50 |
| Tabla 2 Nivel de Procrastinación Académica..... | 51 |
| Tabla 3 Nivel de Procrastinación Académica según Sexo | 52 |
| Tabla 4 Niveles de Procrastinación Académica según Semestre Académico | 53 |
| Tabla 5 Niveles de Bienestar Psicológico | 54 |
| Tabla 6 Niveles de Bienestar Psicológico según Sexo | 55 |
| Tabla 7 Niveles de Bienestar Psicológico según Semestre Académico | 56 |
| Tabla 8 Correlación entre Procrastinación Académica y Bienestar Psicológico | 62 |
| Tabla 9 Correlación entre la Dimensión Autorregulación Académica de la variable Procrastinación Académica y Bienestar Psicológico | 63 |
| Tabla 10 Correlación entre la Dimensión Postergación de Actividades de la variable Procrastinación Académica y Bienestar Psicológico | 65 |
| Tabla 11 Correlación entre la dimensión Proyectos de la Variable Bienestar Psicológico y la variable Procrastinación Académica | 66 |
| Tabla 12 Correlación entre la Dimensión Aceptación de si/control de situaciones e la variable Bienestar Psicológico y Procrastinación Académica | 68 |
| Tabla 13 Correlación entre la dimensión Vínculos Psicosociales de la Variable Bienestar Psicológico y la variable Procrastinación Académica | 69 |
| Tabla 14 Correlación entre la dimensión Autonomía de la Variable Bienestar Psicológico y la variable Procrastinación Académica | 70 |

ÍNDICE DE FIGURAS

| | |
|--|----|
| Figura 1 Nivel de Procrastinación Académica | 51 |
| Figura 2 Nivel de Procrastinación Académica según Sexo | 52 |
| Figura 3 Niveles de Procrastinación Académica según Semestre Académico | 53 |
| Figura 4 Niveles de Bienestar Psicológico..... | 54 |
| Figura 5 Niveles de Bienestar Psicológico según Sexo..... | 55 |
| Figura 6 Niveles de Bienestar Psicológico según Semestre Académico | 56 |

I. INTRODUCCIÓN

La procrastinación en nuestro medio ha ido cambiando y exhorta a los seres humanos a ser competitivos y lograr metas en todos los ámbitos de su vida. Procrastinar se define como comportamientos poco razonados en los que se retrasa las actividades pendientes, este comportamiento es bastante común entre estudiantes, no solo imposibilita la consecución de metas sino también se convierte en barreras importantes para el bienestar físico, psicológico, social y emocional, en este sentido, una meta muy importante y relevante es la formación mediante el proceso de aprendizaje, involucrando hábitos, valores y virtudes, es una de las conductas problemáticas más comunes que afecta en el proceso educativo, el cual se ha visto afectado por diferentes motivos, generando consecuencias negativas durante el proceso educativo causando bajo rendimiento.

En efecto, el estudiante de carreras técnicas de hoy, no necesariamente cumple con sus obligaciones en el tiempo y las condiciones señaladas, generalmente las posterga para el último momento, lo que lo mantiene en un constante estrés que en la mayoría de los casos no puede ni sabe cómo manejar, este a su vez incide sobre su bienestar psicológico generando condiciones personales inadecuadas, para el óptimo desarrollo de sus potencialidades en la carrera técnica que estudia. En base a ello, la presente investigación tiene como objetivo principal determinar la relación que existe entre la Procrastinación Académica y Bienestar psicológico en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurímac- 2021.

La presente investigación, se estructura tomando en cuenta el esquema propuesto por la Dirección de Investigación y Producción Intelectual de la Universidad Autónoma de Ica, el cual se conforma de los siguientes capítulos:

En el capítulo I, se encuentra un breve resumen de las variables abordadas en la presente investigación y una descripción del contenido por capítulos del trabajo realizado.

En el capítulo II, se encuentra el planteamiento del problema, así como su respectiva descripción, también la pregunta de investigación general y las específicas, los objetivos, la justificación, importancia, alcances y limitaciones de la investigación.

En el capítulo III, se detalla los antecedentes internacionales, nacionales, regionales y/o locales, las bases teóricas y la identificación de las variables.

En el capítulo IV, se encuentra la descripción metodológica del estudio tomando en cuenta el tipo de enfoque, nivel, y diseño, la Operacionalización de las variables. También se detalla las hipótesis formuladas tanto la general como las específicas, la población, muestra, las técnicas e instrumentos utilizados, cómo se desarrolló la recolección de datos y las técnicas de análisis e interpretación de datos que se utilizaron.

En el capítulo V, se presentan los resultados descriptivos y las tablas cruzadas obtenidas del trabajo realizado.

Finalmente, en el capítulo VI se muestra el análisis de los resultados, la prueba de hipótesis y la comparación de resultados con los antecedentes.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1. Descripción del problema

La palabra procrastinación viene del vocablo latín “pro” que significa “adelante o delante de” y “crastinus” que significa “futuro o día de mañana” partiendo de esta premisa podemos entender que procrastinar es dejar para más adelante algo que tenemos que hacer en el momento.

“A nivel mundial la procrastinación es considerado como un hábito moderno, de los que se están empoderando en la actualidad se estima que entre el 80% y el 95% de los estudiantes universitarios adopta conductas dilatorias en algún momento, el 75% se considera a sí mismo procrastinador y el 50% aplaza frecuentemente la dedicación a los estudios” (Steel, 2011), También se observa que el 95% de estos estudiantes desean dejar las conductas dilatorias pero al no conseguirlo desarrollan malestar en diversos ámbitos pero principalmente en lo psicológico.

En estudios realizados en Norteamérica el 40% de las personas ha sufrido percances en diversos contextos de su vida a causa de la procrastinación y más del 25% sufre de procrastinación crónica. (Sanchez A. , 2010) Indica que el hecho de procrastinar suele estabilizarse en la edad adulta, pero que tiene sus cimientos en la adolescencia, lo que evidencia que este acto se puede visualizar con más propensión en la vida académica de los estudiantes de educación superior. Los estudiantes de educación superior son los que más lo padecen, pues alrededor de un 40% de la población universitaria norteamericana se determina procrastinadora crónica

En Latinoamérica se realizaron distintos estudios sobre la procrastinación dando como resultados que 20% de adultos procrastina en su vida cotidiana y un 25% procrastina consecuencias severas en su vida.

En Perú no se encuentran estadísticas exactas a cerca del porcentaje de sujetos procrastinadores sin embargo existen diversos estudios que muestran que es un problema que también atañe a nuestro país.

En la constitución de la OMS se menciona que “La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” es decir que para lograr una completa salud integral es necesario tener en cuenta las diversas dimensiones antes mencionadas y no solo conformarnos con la ausencia de afecciones.

Partiendo de esta premisa, consideramos que el bienestar de los estudiantes es de vital importancia para el desarrollo adecuado de su vida académica y su formación profesional buscando abarcar de una forma integradora el bienestar, aunque poniendo énfasis en el bienestar psicológico.

En la actualidad, la emergencia sanitaria producida por el COVID -19, la salud mental ha sido directamente afectada a todos los estudiantes de la carrera profesional de enfermería del instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba Grau-Apurimac-2021, y producto de esta enfermedad se ha observado que muchos estudiantes llegaron a presentar dificultades en su rendimiento académico ya que tuvieron inconvenientes para poder adaptarse a la nueva tecnología, algunos estudiantes que radicaban en zonas alejadas no llegaron a conectarse por la falta de internet y como consecuencia tuvieron problemas para entregar sus tareas puntualmente o no entregaron en la fecha establecida, los docentes de distintas áreas fueron muy pacientes con los estudiantes ya que ellos poseían otros tipos de hábitos de estudio, también el ambiente de sus casas no eran adecuados para realizar las clases virtuales y todo ello ocasionó miedo, ansiedad, estrés, entre otras afecciones

causando a su vez que estas emociones les abruman y en algunos casos generen un incremento en la tendencia a procrastinar causando aún más deterioro del bienestar psicológico.

Este trabajo de investigación se realizó con la finalidad de dar a conocer que la conducta dilatoria del estudiante se irá incrementando con la educación en modalidad virtual.

2.2. Problema general

¿Cuál es la relación que existe entre la Procrastinación Académica y el Bienestar Psicológico en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau- Apurímac - 2021?

2.3. Problema específico

- ¿Cuál es la relación que existe entre la autorregulación académica y el Bienestar psicológico en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba -Grau-Apurímac- 2021?
- ¿Cuál es la relación que existe entre la Postergación de actividades y el Bienestar psicológico en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau- Apurímac-2021?
- ¿Cuál es la relación que existe entre la Autonomía y la Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurímac-2021?

- ¿Cuál es la relación que existe entre la aceptación de si / control de situaciones y la Procrastinación académica en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurímac 2021?
- ¿Cuál es la relación que existe entre los Vínculos y la Procrastinación académica en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurímac-2021?
- ¿Cuál es la relación que existe entre los Proyectos y la Procrastinación académica en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurímac-2021?

2.4. Objetivo general

Determinar la relación que existe entre la Procrastinación Académica y el Bienestar Psicológico en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurímac-2021.

2.5. Objetivos específicos

- Determinar la relación entre la Autorregulación académica y el Bienestar Psicológico en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba -Grau-Apurímac-2021
- Determinar la relación entre la Postergación de actividades y el Bienestar Psicológico en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurímac-2021
- Determinar la relación entre la Autonomía y la Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurímac-2021

- Determinar la relación entre la aceptación de si / control de situaciones y la Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurímac 2021
- Determinar la relación entre los Vínculos psicosociales y la Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurímac-2021
- Determinar la relación entre los Proyectos y la Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurímac-2021

Justificación e importancia

2.5.1. Justificación

Teórica

La presente investigación indaga la singularidad de la relación que existe entre las variables propuestas, aportando de esta manera información fidedigna y enriquecedora para futuras investigaciones, dejando como base datos obtenidos desde la óptica académica, como es el caso de los resultados obtenidos de evaluar a los estudiantes de la carrera técnica de Enfermería del Instituto De Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba-Grau-Apurimac-2021.

Práctica

Del mismo modo, los resultados permitirán a las autoridades del Instituto e Instituciones Aliadas implementar planes de intervención enfocadas en el bienestar psicológico y programas psicoeducativos para contrarrestar la procrastinación, asegurando de esta manera la continuidad de los estudiantes en sus carreras y el apoyo requerido para culminar la misma.

Metodológica:

A nivel metodológico el presente estudio hace uso de un enfoque cuantitativo y diseño no experimental de corte transversal, este instrumento permite la recolección de datos con la veracidad requerida sobre una población que ha sido estudiada en esta investigación.

2.5.2. Importancia

La acción de procrastinar suele formalizarse en la edad adulta, pero comienza en la adolescencia y la juventud, forjando así nuestro interés en investigar la relación entre estas conductas y el bienestar psicológico de los estudiantes ya que permitirá profundizar, mejorar y relacionar estas variables, ya que a nivel regional y local no se han realizado estas investigaciones, la investigación busca también que los resultados obtenidos puedan ser utilizados en la práctica, ayudando a mejorar el bienestar psicológico de los estudiantes.

2.6. Alcances y Limitaciones

2.6.1. Alcances

Alcance social: Mediante la investigación dio a conocer como se relaciona la Procrastinación Académica con el Bienestar Psicológico en estudiantes de la carrera técnica de Enfermería del Instituto De Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba-Grau-Apurímac-2021.

Alcance espacial o geográfico: El trabajo de investigación se realizó con estudiantes de enfermería en el departamento de Apurímac provincia de Grau del distrito de Vilcabamba.

Alcance temporal: El trabajo de investigación tuvo una duración de (06) meses, dando como inicio el mes de julio hasta el mes de diciembre del 2021.

2.6.2. Limitaciones

Las principales limitaciones que se tuvo en la realización de la investigación es la coyuntura actual que está atravesando el país, debido a ello la modalidad de aplicación del instrumento requerido se vio afectado ya que la institución donde se realizará la evaluación suspendió las actividades presenciales, para lo cual se tuvo que adaptar las pruebas a una modalidad virtual.

Otra limitación es la escasas de investigaciones locales, similares y relacionadas a nuestras variables de estudio.

III. MARCO TEÓRICO

3.1. Antecedentes

3.1.1. Internacionales

(Barraza & Barraza , 2018) realizó una investigación titulada: “Evidencias de validez y confiabilidad de la escala de procrastinación académica en una población estudiantil mexicana”. El objetivo planteado por los investigadores fue determinar la validez y confiabilidad para garantizar el uso de la Escala de Procrastinación Académica en una población estudiantil mexicana. Se utilizó dicho instrumento en una muestra conformada por 361 alumnos de educación media superior de un Centro de Bachillerato Tecnológico e Industrial y de Servicios de la ciudad de Durango, en Durango, México. Finalmente se obtuvo en el Análisis Factorial Exploratorio y el Análisis Factorial Confirmatorio que se debían extinguir dos ítems de la escala y el resultado mostró mejor ajuste que la versión de 12 ítems; en ambos análisis factoriales se respaldó la estructura bifactorial de la escala y se sacó un nivel de confiabilidad aceptable.

(Muñoz, 2021) realizó la tesis denominada “Procrastinación académica y atención plena en adolescentes desde el enfoque mindfulness en Ecuador”. Plantearon como objetivo establecer la relación entre la procrastinación académica y atención plena en estudiantes adolescentes de la Facultad de Ciencias Psicológicas de la Universidad Central del Ecuador de primer a tercer semestre de las licenciaturas en Psicología. Contaron con una muestra de 157 estudiantes adolescentes en edades comprendidas entre los 17 años – 21 años. Tuvo un enfoque cuantitativo de tipo correlacional, diseño no experimental y transversal. Utilizaron las escalas de Mindfulness Attention Awareness Scale-Adolescents (MAAS-A), la cual evalúa el nivel de atención plena en la vida cotidiana y la escala de procrastinación académica la

cual mide los niveles de esta. Los resultados afirman que las variables no mantienen una relación estadísticamente significativa, pero, existe una correlación inversa entre la dimensión de la escala de procrastinación académica denominada postergación de actividades y la escala de atención plena.

(Unda, 2019) desarrolló la tesis denominada “Perfiles de virtuosidad en organizaciones escolares en relación con los niveles de bienestar psicológico en adolescentes ecuatorianos”. La investigación tuvo como finalidad analizar la relación entre virtudes percibidas en organizaciones escolares positivas y los niveles de bienestar psicológico en adolescentes y; establecer perfiles de organizaciones escolares positivas o virtuosas considerando, por un lado, el género y tipo de financiamiento y, por otro, los niveles de bienestar psicológico presentes en adolescentes ecuatorianos. En dicha tesis se evaluó a 550 estudiantes (51,7% hombres). Los instrumentos utilizados fueron la escala de virtuosidad percibida en organizaciones escolares y la escala de bienestar psicológico en adolescentes, los mismos se hallan validados a los contextos ecuatorianos. Se obtuvo como resultado una correlación moderada entre las variables de estudio. También, se llevaron a cabo dos procesos estadísticos: análisis de conglomerados y análisis de varianza (ANOVA), de esta forma se plantearon perfiles de bienestar psicológico en adolescentes en función del nivel de virtuosidad percibida en las organizaciones escolares. El análisis mencionado dio lugar a tres niveles de organizaciones escolares (virtuosas, en tránsito a la virtuosidad y poco virtuosos) que interactuaron en su orden con tres niveles de bienestar psicológico (fortalecido, en proceso de construcción y vulnerable). Finalmente, en el acápite conclusiones se formularon estrategias puntuales para generar organizaciones virtuosas vinculadas con mejores niveles de bienestar en estudiantes.

(Moterá, 2017) desarrollo de la tesis denominada “El bienestar psicológico y la satisfacción con la vida como predictores del bienestar social en una muestra de universitarios ecuatorianos”. Tiene como finalidad determinar el papel predictor del Bienestar Psicológico y la Satisfacción con la Vida en el Bienestar Social, en una muestra de estudiantes universitarios participaron 449 estudiantes de una universidad pública y una cofinanciada de la ciudad de Ambato, Ecuador. El diseño fue no experimental de corte transversal de tipo correlacional. Los cuestionarios utilizados fueron de Satisfacción con la vida, Bienestar Psicológico y Bienestar Social. Se compararon por universidad de procedencia los resultados, se correlacionaron los mismos y se procedió a un análisis de regresión lineal múltiple jerárquica. Como resultados se encontró que existe una correlación entre la Satisfacción con la Vida y el Bienestar Psicológico $r = .598$; $p < .001$. Por otra parte, la Satisfacción con la vida $r = .447$; $p < .001$ y el Bienestar Psicológico $r = .568$; $p < .001$ se correlacionan con el Bienestar Social. Los elementos del Bienestar Psicológico pueden explicar en un 48,6% los cambios de la varianza del Bienestar Social. Se concluyó que los resultados demuestran que el bienestar psicológico es un predictor del bienestar social y por lo tanto impactar en su dinámica.

(Alvarez M. , 2018) desarrolló la tesis denominada “Niveles de procrastinación en estudiantes de 4to y 5to. Bachillerato de un colegio privado de la ciudad de Guatemala”. El estudio a continuación mencionado tiene como finalidad determinar el nivel de procrastinación de los estudiantes de 4to y 5to bachillerato de un colegio privado de la Ciudad de Guatemala. Contó con una muestra de 87 alumnos entre varones y mujeres, entre los 16 a 18 años. Se utilizó la población global y el tipo de muestra fue no probabilística. Dicha tesis tiene un enfoque cuantitativo descriptivo. Se evaluó con el Cuestionario de Procrastinación CP2015, creado por Leslie Sechel,

el cual cuenta con un total de 22 reactivos, con cuatro respuestas, las cuales son; siempre, bastantes veces, algunas veces y nunca o casi nunca. Como resultante se muestra que el nivel general de los estudiantes de 4to y 5to bachillerato es en un 81% medio, un 13% bajo, 6% alto y 0% no procrastinan. Se concluye que el nivel general de procrastinación es medio, y que no existen diferencias entre edad, sexo y las causas que llevan a que los estudiantes procrastinen. A partir de ello se aconseja a los estudiantes crear horarios para tener una mejor organización de su tiempo tanto académico como personal.

3.1.2. Nacionales

(Chacaltana, 2018) Hizo un estudio titulado: “Procrastinación académica, adaptación universitaria y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de psicología – Ica” Dicha investigación fue de nivel descriptivo, tipo sustantivo y diseño correlacional – causal, el objetivo planteado fue precisar el vínculo entre causalidad y procrastinación académica, además entre adaptación universitaria y el bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad nacional de Ica, de II, IV, VI y VIII ciclos. Tomaron como muestra 170 estudiantes (30 varones y 140 mujeres), desde 16 a 37 años. Emplearon como instrumentos psicológicos: La Escala de procrastinación académica de Busko, el Cuestionario de Vivencias académicas (QVA-R) y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Los resultados que obtuvieron muestran que existe una relación estadísticamente significativa entre la procrastinación académica, la adaptación universitaria y el bienestar psicológico. Como conclusión llegaron a que la adaptación al estudio, la adaptación personal (factores de la adaptación universitaria), el crecimiento personal, la madurez personal y la autoaceptación (factores del bienestar psicológico), son factores predictivos de la procrastinación académica.

(Hernandez, 2020) presentó la tesis titulada: “Procrastinación académica, estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una Universidad privada de Chincha, 2020” La investigación contó con un diseño asociativo de tipo correlacional simple y transversal. El muestreo fue no probabilístico, se aplicaron las pruebas a 184 estudiantes de psicología de una universidad particular de Chincha. Las pruebas utilizadas fueron la versión peruana de la Escala de Procrastinación Académica (1998), la adaptación peruana del Inventario SISCO de Estrés Académico (Barraza, 2007) y la versión unidimensional (Domínguez-Lara, et al., 2019) de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1989). Los resultados que se obtuvieron es que estas tres variables se encuentran correlacionadas de forma significativa, de igual manera sus dimensiones y solo entre regulación académica y estímulos estresores la correlación no es significativa.

(Borger & Morote, 2021) hicieron una investigación titulada: “Procrastinación Académica Y Bienestar Psicológico en estudiantes universitarios” Arequipa – 2021. El estudio tuvo como diseño no experimental de corte transversal de tipo correlacional. La población fueron estudiantes universitarios de las carreras de Psicología y de Publicidad y Multimedia de la Universidad Católica de Santa María, en Arequipa, Perú. La muestra estuvo conformada por 407 estudiantes universitarios entre las edades de 18 y 24 años, de los cuales 112 (27.52%) fueron hombres y 295(72.48%) fueron mujeres. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Procrastinación Académica EPA y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff Como resultado se obtuvo una relación significativa negativa de magnitud baja entre procrastinación académica y bienestar psicológico, es decir que a mayor bienestar psicológico, menor autorregulación académica y postergación.

(Agurto, 2020) ejecutó un estudio denominado “Bienestar Psicológico y Procrastinación en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Estatal De Trujillo”. Dicha tesis tuvo como tipo sustantivo – descriptivo, con un diseño descriptivo – correlacional. La muestra estuvo constituida por 191 estudiantes, varones y mujeres, de 14 a 17 años de edad, del 3ero, 4to y 5to grado. Se utilizó como pruebas de evaluación a la Escala de Bienestar Psicológico para jóvenes y adolescentes de María Martina Casullo (2002) y la Escala de Procrastinación en Adolescentes (EPA) de Arévalo (2011). En los resultados se muestra que, resalta el nivel medio de Bienestar Psicológico y sus dimensiones, también se encontró que sobresale el nivel medio de Procrastinación y sus dimensiones. Finalmente se determinó que existe una correlación muy significativa, negativa y en grado medio, entre ambas variables de estudio.

(Flores & Huamani, 2020) presentaron la tesis denominada: “Procrastinación Académica y Bienestar Psicológico en Estudiantes de Economía de la Universidad Nacional de Huancavelica – 2020”. La presente tesis fue de tipo básico, de nivel descriptivo con un diseño correlacional. El estudio tuvo como objetivo principal establecer la relación significativa entre procrastinación académica y bienestar psicológico (BP) en estudiantes de economía de la Universidad Nacional de Huancavelica, 2020. Contaron con una muestra de 148 estudiantes de los ciclos impares (I, III, V, VII y IX) de la escuela profesional de Economía de la Universidad Nacional de Huancavelica, dichos estudiantes fueron escogidos a través de un muestro no probabilístico de tipo intencional. Se aplicó el Cuestionario de Procrastinación Académica (EPA) de Dominguez (2014) y el Cuestionario de Bienestar Psicológico para adultos (BIESP-A) de Casullo (2002). Se halló como resultado una relación significativa entre procrastinación académica y BP (X 2

observado 13,800 mayor al χ^2 teórico 10,597, con un gl de 2 y un $p < 0,005$). De igual forma se determinó una relación débil, inversa ($\text{Tau } b = -0,304$) y significativa ($p < 0,001$) entre la dimensión postergación de actividades y BP. en estudiantes de economía de la Universidad Nacional de Huancavelica -2020

3.2. Bases Teóricas

Procrastinación

Cuando se habla de procrastinación, se refiere a un constructo polisémico, un aspecto común en todas las definiciones encontradas, es la noción de dejar las cosas o posponer para otra fecha. (Alvarez O. , 2010)

Para (Steel, 2011), procrastinar no solo infiere la dilación de nuestros pendientes, sino a posponerlo irracionalmente; es decir de manera consciente muy a pesar de que nuestro actuar traiga consigo repercusiones que nos generen perjuicios.

En la investigación de (Sanchez A. , 2010) ; indica que el hecho de procrastinar suele estabilizarse en la edad adulta, pero que tiene sus cimientos en la adolescencia, lo que evidencia que este acto se puede visualizar con más propensión en la vida académica de los estudiantes de educación superior.

Según (Alvarez O. , 2010); menciona que la mayor parte de estudios realizados acerca de la Procrastinación Académica se han realizado en estudiantes universitarios, centrándose en la culminación de tareas y exámenes.

También menciona (Guzmán, 2013); que retrasar las tareas académicas y luego tener una sobre carga de trabajo y estudio, provoca en los estudiantes ansiedad, estrés, sentimientos de inferioridad y culpabilidad, también impide la

consecución de metas convirtiéndose en un impedimento en el bienestar físico, psicológico y emocional.

Sin embargo (Alegre & Benavente, 2020) resaltan que la dilación no conlleva específicamente al incumplimiento de la tarea o la meta trazada, sino que suele cumplirse bajo circunstancias de alto estrés.

Clasificación de Procrastinación

(Rodríguez & Clariana, 2016), Indica que la procrastinación dependiendo a su frecuencia y contexto en la que se presenta, puede clasificarse en:

Procrastinación situacional: (Rodríguez & Clariana, 2016), menciona que el estudiante con conducta procrastinadora se debe a la carencia de la capacidad de gestionar el tiempo y afecta a un área específica de la vida del individuo.

De tal modo se refiere cuando el estudiante de manera ocasional siente indecisión o inseguridad al momento de elegir aspectos sin importancia de la vida cotidiana, como, por ejemplo: cocinar, escuchar música, realizar el aseo del hogar, entre otros.

Procrastinación crónica: Según (Rodríguez & Clariana, 2016), la procrastinación crónica está relacionada con la falta de autoconfianza, altos niveles de ansiedad social, baja autoestima, neurosis, depresión, autoconciencia, impulsividad disfuncional, poca energía y rigidez conductual.

De esta manera los estudiantes procrastinadores crónicos prefieren posponer sus actividades académicas de manera constante y esta conducta se debe a muchos factores y entre estos se destaca, que el estudiante puede optar estratégico el aplazamiento de tareas, y cree que de esta manera obtendrá mejores resultados, y esta falta de motivación de realizar un trabajo académico y poder mantenerla hasta finalizar la tarea, es debido a que el estudiante presenta miedo a fracasar es por ello que prefieren

realizar actividades académicas que les resulten satisfactoria.

Enfoques de Procrastinación

(Sanchez A. , 2010), Señala que se ha estudiado la procrastinación desde cuatro distintos enfoques como: el enfoque psicodinámico, el enfoque motivacional, el enfoque conductual y el enfoque cognitivo

Enfoque psicodinámico.

Este enfoque menciona el miedo al fracaso y fue el primero en estudiar las actitudes ligadas con la dilación de tareas. De este modo se plantea que la procrastinación puede ser definida como el temor a la derrota, debido a lazos familiares de poco beneficio en los individuos. Esto suele suceder cuando los progenitores resaltan los impedimentos y degradan el autoestima del menor (Baker, 2019)

De tal modo la familia es el pilar fundamental para la educación del menor el cual indica que los padres no tienen que ser muy exigentes o presionarlos demasiado en cuanto al cumplimiento de objetivos inalcanzables.

Enfoque motivacional: (Ramírez & Carranza, 2013) , Este enfoque menciona que un signo de la personalidad probablemente sea predictor de que el individuo luche por conseguir o lograr sus metas y cómo actuara frente a la disyuntiva de huir o enfrentar obstáculos.

En tal sentido este modelo nos indica que los estudiantes procrastinadores cuando se encuentran desmotivados optan por una postura insatisfactoria en relación a sus metas que desean conseguir o simplemente se desmotivan que para obtener un logro implica de mucho esfuerzo o dedicación de tal modo los estudiantes, ante ello lo más seguro es que opten por postergar sus actividades académicas.

Enfoque conductual: Este enfoque conceptualiza a la procrastinación como la decisión de las personas al realizar actividades que le generen beneficios a corto plazo y dejar de hacer aquellas que traigan recompensas futuras de este modo esta teoría es llamada “recompensa engañosa”, en la cual nuestro cerebro busca sentirse bien en el momento que realiza la acción y que dicha actividad traiga propiedades gratificantes (Skinner, 1971).

Es decir, las experiencias previas de los individuos son aprendidas desde la infancia, y se fortalecen a lo largo del tiempo, de esta manera posponer una actividad por una recompensa a corto plazo, conlleva a retrasar los esfuerzos para desarrollar una tarea, trabajos académicos a partir de ello, se entiende que los estudiantes procrastinadores están acostumbrados a postergar una actividad académica que requiera de tiempo, el cual genera malestar; por otra actividad que implique un desarrollo rápido con premios o recompensas inmediatas.

Enfoque cognitivo: (Atalaya & García, 2019), Este enfoque menciona que los procrastinadores tienen un procesamiento de información disfuncional, y que constantemente reflexionan sobre su comportamiento de aplazar actividades, por lo que presentan estructuras desadaptativas en su pensamiento, el cual presenta una implicancia negativa de imposibilidad y temor al rechazo social al momento de realizar una tarea.

Es decir muchos de los estudiantes de educación superior, primero lo ejecutan sus responsabilidades así no sea a su agrado, en todo este proceso y los estudiantes son conscientes de las consecuencias de su actuar, sin embargo, continúa postergándola, después se llama la atención a sí mismo y finalmente realiza la tarea en un tiempo muy cercano a la fecha establecida, lo que lo hace sentir molesto y asegura que no volverá a cometer el mismo error, pero en otra oportunidad, vuelve a repetirse la misma situación,

provocando baja tolerancia a la frustración ,ansiedad y desesperanza, dejando a un lado las actividades académicas.

Procrastinación académica

Gran cantidad de estudios sobre la procrastinación se han iniciado en la secundaria perdurando hasta la educación superior; de esta manera se observó que los estudiantes que procrastinan realizan sus trabajos con mayor retraso de lo normal, esto es a causa del desacuerdo entre sus hábitos de estudio y su intención al realizar sus tareas (Steel, 2011)

De este modo en el ámbito académico superior se presentan muchas características de manera frecuente, en esta población los estudiantes prefieren realizar otras actividades agradables, placenteras o simplemente no hacer nada, dejando de lado sus tareas, trabajos académicos, el cual muchos de ellos no son conscientes de sus actos, teniendo en cuenta que la procrastinación conlleva a graves efectos, inclinándose a realizar actividades de corto tiempo, en tal sentido esta conducta es negativa y muy perjudicial para el rendimiento académico de los estudiantes.

La procrastinación académica es una conducta dinámica que cambia a través del tiempo al estar condicionada a variables específicas del proceso de enseñanza y aprendizaje, como la calidad y cantidad de contenidos para ello se deben aprender, la metodología del docente, y los medios y recursos con los que interactúa el estudiante en el ambiente educativo (Ackerman & Gross, 2007),

Por otro lado la educación superior para los estudiantes debería ser una experiencia satisfactoria, agradable, maravillosa y placentera sin embargo es todo lo contrario siendo así que la tecnología avanza o permite que el estudiante procrastinen constantemente. (Ferrari, 1991)

Consecuencias de la procrastinación académica

(Alvarez O. , 2010), Menciona que esta problemática se puede dar de forma voluntaria o involuntaria generando consecuencias graves a lo largo de la etapa académica de los estudiantes, llegando a afectar el rendimiento escolar y emocional, así como la baja autoestima, autorregulación, desesperanza, fracaso educativo.

En tal sentido los estudiantes de educación superior que poseen alto grado de procrastinación tienden a presentar estrés, siendo perjudicial para su salud, de tal modo que los estudiantes que poseen esta conducta de manera constante, se sienten frustrados, ansiosos por lo que sus necesidades de adquirir nuevos conocimientos disminuyen y se desencadenan a factores externos e inestables creando inseguridad en sus conocimientos de cada uno de los estudiantes.

Dimensiones de la procrastinación académica

Autorregulación del aprendizaje: Mencionan (Valdez & Pujol, 2019); las personas con auto regulación, se caracterizan por ser organizadas y con una actitud activa para la adquisición de conocimientos. Cuando un estudiante emplea estrategias de auto regulación es capaz de gestionar de la mejor manera sus aprendizajes para un mejor rendimiento académico de este modo la persona es considerado como el protagonista de su proceso de aprendizaje.

Los estudiantes de educación superior con altos niveles de procrastinación demuestran un déficit en su capacidad de autorregulación ya sea cognitiva, conductual y motivacional, a diferencia de aquellos estudiantes que presentan autorregulación y son eficaces en sus aprendizajes.

Postergación de actividades. Se basa fundamentalmente en la postergación de actividades, que es el retrasar la ejecución de tareas, muchas veces repercute negativamente en el rendimiento académico prefieren postergar sus tareas académicas por otras actividades de interés y se da de muchas maneras como perder el tiempo en

actividades placenteras como los teléfonos celulares, Tablet, fiesta, juegos entre otros y esta forma de actuar trae como consecuencia que los estudiantes no tengan un buen rendimiento y esto sea un impedimento para que logren sus objetivos (Alvarez O. , 2010)

Según (Ferrari, 1995); los estudiantes que postergan frecuentemente sus actividades sienten un malestar intenso generado por la probabilidad de no presentar lo solicitado en el tiempo establecido, acompañado de sentimientos de aversión a la tarea y esto se debe a causa de los problemas familiares, problemas de salud, falta de recursos económicos.

Por último (Sanchez A. , 2010) menciona que algunos estudiantes el hecho de postergar sus obligaciones se convierte en una estrategia para disminuir su ansiedad frente a la tarea y una justificación de su posible falta de capacidad.

Para ello es importante que los estudiantes de superior gestionen su tiempo para terminar lo más antes posible sus actividades académicas, como realizar las tareas más difíciles en primer lugar, planificar horarios adecuados, identificar sus prioridades y elaborar un lista de tareas que hay que realizar con un tiempo determinado para terminarlo, de este modo es necesario encontrar motivación en sus actividades académicas y a su vez es fundamental cumplir o aceptar las responsabilidades que le tocan.

Bienestar Psicológico

La variable bienestar psicológico a lo largo de los años ha sido estudiada por diversos autores, desde Aristoteles hasta nuestros días, dejandonos con un sin fin de postulados y vertientes.

La (Real Academia Española, 2021) conceptualiza el bienestar como un aglomerado de cosas indispensables para vivir bien o la vida cómoda o provista de

todo aquello que conlleva a transitar bien y con sosiego; como también, las circunstancias de la persona en la que se hace susceptible el adecuado manejo de su actividad somática y psíquica.

Entonces podemos decir que el Bienestar Psicológico se evidencia en una persona si su estado de ánimo es virtuoso, si siente complacencia con su vida, y en raras ocasiones presenta emociones desagradables como la ira o la tristeza. Sin embargo, de acuerdo a diversas investigaciones el sentir emociones agradables en mayor magnitud, no inhibe el sentir emociones poco satisfactorias, dando paso a un elemento más en la concepción del bienestar psicológico que sería la cognición que se traduce en como las personas perciben cómo les va en la vida. (Casullo & Castro, 2000)

(Rangel & Alonso, 2010) refiere en su estudio que existen dos vertientes en el campo del bienestar psicológico, uno que son los componentes hedónicos, referidos a la satisfacción vital y la afectividad positiva en el presente y los componentes eudamónicos que aluden a la búsqueda de crecimiento personal, lograr la excelencia en el ser humano en el presente y el futuro, es decir una autorrealización

(Freire, Ferradás, Núñez, & Valle, 2017) mencionan que el bienestar psicológico consiste en la obtención de valores que nos permiten la autorrealización, concepto arraigado al concepto aristotélico de la felicidad, que a su vez se comprende como el logro de la excelencia o la perfección en uno mismo, de acuerdo a las habilidades personales y el potencial de cada uno.

Definición reflejada actualmente a estudios realizados por Bandura y su pirámide de las necesidades y el concepto de Rogers, que indica que de manera

innata los seres humanos tendemos a desarrollarnos y a crecer, es decir autorrealizarnos, entre otros.

Al encontrarnos en una disyuntiva de las dos vertientes (Rodríguez & Berrios, 2012) citan a Carol Ryff mencionando su modelo de bienestar psicológico que une ambas vertientes, desarrollando así un concepto de bienestar psicológico más unificado, definiendo de esta manera al bienestar psicológico como el desarrollo de las habilidades y el crecimiento personal, en el que la persona muestra indicios de funcionamiento positivo.

La propuesta de Carol Riff es un modelo multidimensional, en el que postula seis dimensiones, logrando una unificación de algunos enfoques y haciendo más entendible el concepto de bienestar psicológico.

Importancia del bienestar psicológico

La importancia del bienestar psicológico es indispensable en la vida de todas las personas ya que forma en la persona la manera más adecuada de afrontar los retos del día a día, el estilo de vida que lleva, el impulso por buscar la autorrealización personal y la consecución de sus metas, también en cómo evalúa su vida y como gestiona los medios posibles para vivir plenamente y explota sus cualidades con el fin de lograr una realización global de lo que importa, en conclusión ayuda a tener un equilibrio de forma general.

En los estudiantes hoy en día el bienestar psicológico es aún más importante ya que se enfrentan al cambio de modalidad en que reciben sus clases y deben adaptarse a la virtualidad, jugando un papel importante en mantener la motivación y la atención requerida para su aprendizaje, enfrentándose muchas veces al estrés, la

ansiedad y la procrastinación, que podrían ser manejables con el bienestar psicológico adecuado y asegurando un eficaz rendimiento académico.

Características de las personas con bienestar psicológico

(Keyes, Ryff, & Shmotkin, 2002)

- Conocen sus propios límites y aun así se sienten plenos consigo mismos.
- Convive y genera relaciones estrechas con sus allegados
- Logran cubrir sus necesidades y ambiciones adaptando el medio donde se desarrollan.
- Se desarrollan de manera singular y se rigen con libertad.
- Tienen claras sus metas y su propósito de vida
- Se enfocan en un aprendizaje continuo y en su autorrealización personal.

Elementos del bienestar psicológico

De acuerdo a (Gaxiola & Palomar, 2016) la mayor parte de definiciones respecto a bienestar tienen en común la presencia de ciertos elementos como:

- Los estados emocionales o el llamado balance emocional que sería la armonía en la cantidad de emociones negativas y positivas, sin embargo, en otras investigaciones sugieren que mayor cantidad de emociones positivas no sugieren una menor cantidad de emociones negativas.
- Componente cognitivo, que nos da la facultad de valorar en qué medida estamos satisfechos con nuestra vida o cómo la estamos llevando, tanto de forma general como de manera más detallada.
- Finalmente, nuestros proyectos o propósitos de vida, con los que sentimos que nuestra vida tiene un sentido y un valor significativo.

Cabe resaltar que estos elementos están en constante cambio, debido a las circunstancias por las que atravesamos, ya sean favorables o adversas, lo que nos sumergiría en un vaivén de niveles de bienestar dependiendo de factores internos y externos.

Teorías acerca del bienestar psicológico

Teoría de la psicología positiva (Martin Seligman)

Seligman fue el pionero en postular la teoría de la psicología positiva, partiendo de la premisa que desde la antigüedad la psicología solo se centró en las patologías dejando de lado la labor de potenciar el lado bueno de la vida, aspectos que generan felicidad en el ser humano. Cabe aclarar que el término psicología positiva lo acuñó Abraham Maslow.

(Seligman, 2014) propuso en primer lugar la teoría de que la felicidad era palpable y factible de separarse en elementos que escogemos, como son: sentido, compromiso y emoción positiva, de esta manera la felicidad sería medible. El primer elemento, la emoción positiva fue definida como aquello que sentimos equiparable al placer y la comodidad en otras palabras una vida grata. El segundo elemento, compromiso, referido a un estado de concentración que en cierto modo extingue la emoción y la cognición y por último el sentido o propósito en la vida es decir formar parte de algo más grande que uno mismo.

En resumen, esta teoría se centra en la medida y el incremento de la satisfacción con la vida, algo que en realidad depende de las circunstancias que estemos atravesando y de cómo veamos en ese preciso momento nuestra vida, razón por la cual el mismo Seligman la consideró defectuosa.

La siguiente propuesta de Seligman es la llamada teoría del Bienestar, tomando en cuenta y mejorando la teoría de la felicidad. En esta oportunidad (Seligman, 2014) propone que el “bienestar” es un constructo y la felicidad nada más una cosa medible.

Entonces el bienestar tiene elementos medibles y cada uno de ellos colaboran a tener bienestar, pero por sí solos no conceptualizan el término en general. Los elementos propuestos esta vez son: La emoción positiva: entendida como felicidad y satisfacción con la vida, el compromiso, que aún se mantiene de la teoría anterior, el sentido, que involucra ser parte de algo más y ser de ayuda a algo más grande que nosotros, se añade el logro, mencionado como la búsqueda de realización y éxitos por sí mismos y finalmente las relaciones positivas, que como su nombre lo dice vienen a ser vínculos provechosos para nosotros.

Teoría de la autodeterminación (Richard Ryan y Edward Deci)

(Ryan & Deci, 2000) plantean tres necesidades psicológicas básicas, innatas, esenciales y universales, que a su vez son entendidas como situaciones estimulantes que si son satisfechas conducen hacia la salud y el bienestar, pero de darse una situación adversa se podría desarrollar un malestar. Estas necesidades son de competencia, autonomía y de relacionarse y su consecución llevaría a un estado de bienestar o de “eudaimonia”

- La autonomía se define como la impresión que tiene el individuo de ser causal y sentirse influyente en sus propios comportamientos y metas planteadas.
- La competencia implica que la persona tenga dominancia y maneje distintas habilidades.

- La relación definida como el sentido de pertenencia, la propensión a la interacción con otras personas.

También mencionan que el ambiente donde se desarrollan las personas y el contexto social contribuirá de manera positiva o negativa en el proceso de satisfacer estas necesidades; otra diferencia podría darse entre las aspiraciones intrínsecas y extrínsecas, el dar mayor importancia a las primeras fue asociado a una mejor autoestima y una situación contraria a la ansiedad y la depresión, sin embargo, dar mayor énfasis a las extrínsecas provocaba lo contrario. Aunque esto último puede estar condicionado por la cultura en la que vivimos y el tipo de crianza que recibimos.

En conclusión, si dejamos de lado las diferencias individuales, aún nos quedarán las necesidades básicas (ser competente, autónomo y relacionarse) y serán un predictivo de bienestar en el diario vivir.

Modelo de ampliación y construcción (Barbara Fredrickson)

Al hablar de bienestar psicológico, no podemos dejar de mencionar la positividad y las emociones tanto positivas como negativas, que ya hemos visto en otras teorías. (Fredrickson, 2009) menciona que las emociones negativas limitan nuestra perspectiva acerca de lo que podemos hacer y lo que podemos poner en acción y lo contrario, las emociones positivas nos abren un panorama amplio de lo que podemos lograr, esto ya que nos genera la percepción de ser más creativos, receptivos amplio nuestro repertorio de ideas.

Otro postulado dentro de esta teoría es que las emociones tienen una trayectoria futurista, es decir que las emociones nos preparan de cierta forma para sobrevivir o reproducirnos. En caso de las emociones positivas nos llevarán a

desarrollar habilidades e incluso potenciar recursos que posteriormente nos serían de utilidad. Esto se daría partiendo de la premisa de que cuando más feliz o dichosos nos sentimos, más ánimos de desarrollo tenemos o bien cuando se nos presenta una situación de dicha podemos aprender con mayor facilidad alguna destreza. Dicho de otro modo, al experimentar positividad creamos mapas mentales más exactos y desarrollamos recursos tanto físicos como mentales y sociales.

Lo contrario sucede con las emociones negativas e incluso neutras que suelen paralizarnos o frenarnos.

Bienestar subjetivo (Edwar Diener)

(Diener, 2000) refiere que el bienestar subjetivo es coloquialmente llamado “felicidad” y se refiere a la valoración que cada quién hace de su propia vida tanto en un aspecto cognitivo como afectivo. Menciona que se refleja un mayor bienestar subjetivo cuando se vivencian emociones positivas o placenteras y muy pocas negativas.

Este modelo de bienestar tiene componentes como son: satisfacción con la vida (valoraciones de la vida misma), satisfacción con dominios importantes, afectos positivos (emociones placenteras) y por último niveles bajos de afecto negativo.

Modelo multidimensional (Carol Ryff)

(Ryff, 1989) Argumenta que enlazó definiciones previas para formar un concepto más armonioso de lo que sería bienestar psicológico tomando en cuenta las características que coinciden en diversas teorías planteadas. Ryff en este modelo propone 6 dimensiones del bienestar psicológico:

- Autoaceptación: Definida como un pilar fundamental de la salud mental y la autorrealización y madurez. Las personas con un nivel alto en esta dimensión se aceptan a sí mismas y se aceptan como tal tanto en aspectos positivos como negativos.
- Relaciones Positivas con los demás: Implica tener lazos armoniosos con otras personas, además de que es un signo de madurez también muestra la autorrealización de una persona al ver una capacidad de socializar y demostrar empatía y afecto hacia los demás.
- Autonomía: Se refleja en características de autodeterminación e independencia y en cómo nos regulamos desde dentro sin esperar una aprobación externa, teniendo así un sentimiento de libertad en el cual solo nos regimos por nuestros propios estándares personales. Sin embargo, también tiene que ver con saber manejar contextos externos dificultosos y poder aprovecharlos a nuestro favor.
- Propósito en la vida: Implica tener sentimientos de satisfacción con la vida y de manera realista saber discernir sobre el propósito de la vida, teniendo una clara intención y dirección, metas y objetivos.
- Crecimiento personal: Es decir las ansias de mejorar continuamente a pesar de tener las anteriores dimensiones desarrolladas, buscando una mejora constante en pro de potencializar el crecimiento personal

Dimensiones del Bienestar Psicológico

(Casullo & Castro, 2000) mencionan 4 dimensiones basadas en la teoría de Carol Ryff:

- Aceptación de si / Control de las situaciones: Capacidad del individuo para generar estabilidad con el entorno y la aceptación del individuo de sí mismo, tanto lo bueno como lo malo.
- Autonomía: Llamada también independencia, tomando en cuenta la asertividad y confiando en sus propios parámetros.
- Vínculos Psicosociales: Relaciones que se establecen con empatía mostrando un nivel de madurez y un sentido de pertenencia.
- Proyectos: Se refiere a tener un plan de vida, metas y objetivos realistas, que podrán darle un sentido a la vida.

3.3. Identificación de la variable

Procrastinación académica: Para (Busko, 1998) define “la procrastinación como la tendencia a retrasar o evitar tareas que deberían ser terminadas” y define la procrastinación académica como “la tendencia auto informada a siempre o casi siempre postergar las tareas académicas” (p.29).

Bienestar psicológico: (Casullo & Castro, 2000), definen “el bienestar psicológico como una dimensión fundamentalmente evaluativa que tiene que ver con la valoración del resultado logrado con una determinada forma de haber vivido” (p.45).

IV. METODOLOGÍA

4.1. Tipo y nivel de la investigación.

La presente investigación de estudio es de carácter básico, de tipo cuantitativo, nivel descriptivo correlacional.

Pimentel (2017) afirma toda investigación básica tiene como objetivo la búsqueda del conocimiento, que nos permita el entendimiento de los objetos y fenómenos estudiados.

(Hernández , 2014) “Refiere que el enfoque cuantitativo utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin establecer pautas de comportamiento y probar teorías”. (p.4)

4.2. Diseño de Investigación

El diseño de la investigación es no experimental de corte transversal.

Según (Hernández , 2014); el diseño no experimental se caracteriza por no realizar la manipulación deliberada de la variable en estudio, es la observación del fenómeno en su estado natural tal cual se da. Al no alterar las condiciones se pretende recopilar los datos de la forma más cercana a cómo se desarrollan. Según (Hernández , 2014) el diseño transversal se caracteriza por la recopilación de datos en un momento único.

4.3. Operacionalización de Variables

| VARIABLES | DEFINICION CONCEPTUAL | DEFINICIÓN OPERACIONAL | DIMENSIONES | INDICADORES | ÍTEMS | ESCALA VALORATIVA | ESCALA DE MEDICIÓN |
|---------------------------|---|--|--|--|--------------------------|--|--------------------|
| PROCRASTINACIÓN ACADEMICA | Se refiere a la postergación de actividades académicas, pese a saber lo que se está haciendo. (Busko, 1998) | La conducta de postergación de actividades será medida en la escala de Procrastinación Académica (EPA) constituido por 2 dimensiones: -Autorregulación académica -Postergación de actividades | Autorregulación Académica | Hace alusión a la sucesión de pasos con que los estudiantes implantan sus objetivos de estudio tratando de conocer, y nivelar sus pensamientos, motivaciones y actitudes | 2,3,4,5, 8,9,10, 11 y 12 | <ul style="list-style-type: none"> • Nunca (5 puntos) • Pocas veces (4 puntos) • A veces (3 puntos) • Casi siempre (2 puntos) • Siempre (1 punto) | Escala Ordinal |
| | | | Postergación de actividades | Se refiere a posponer actividades de orden académico. | 1,6 y 7 | | |
| BIENESTAR PSICOLÓGICO | “El bienestar psicológico se define como una dimensión fundamentalmente evaluativa que tiene que ver con la valoración del resultado logrado con una determinada forma de haber vivido“ (Casullo & Castro, 2000, pág. 45) | El desarrollo de las capacidades y crecimiento personal será medido por la escala de Bienestar Psicológico BIEPS-A, constituido por 4 dimensiones: - Aceptación de Sí/ Control de situaciones - Vínculos Psicosociales - Autonomía - Proyectos | Aceptación de Sí/ Control de situaciones | Asumir los aspectos negativos y positivos de uno mismo / regulación de los posibles problemas y adaptación del medio | 2,11 y 13 | <ul style="list-style-type: none"> • Totalmente Desacuerdo • Poco de acuerdo • Moderadamente De acuerdo • Muy De Acuerdo • Bastante De Acuerdo • Totalmente de acuerdo | Escala Ordinal |
| | | | Vínculos psicosociales | Madurez en la socialización, muestra empatía con los demás. | 4,9 y 12 | | |
| | | | Autonomía | Se ve a si mismo independiente, sin necesidad de aprobación, capaz de tomar decisiones. | 5,7 y 8 | | |
| | | | Proyectos | Proponer metas y objetivos reales de acuerdo a las circunstancias actuales del individuo lo que le da un sentido de vida. | 1,3,6 y 10 | | |

4.4. Hipótesis General y específica

4.4.1. Hipótesis General

Si existe relación entre la Procrastinación Académica y el Bienestar Psicológico en los estudiantes de Enfermería del instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau- Apurímac -2021.

4.4.2. Hipótesis Específicas

- Si existe relación entre la Autorregulación académica y el Bienestar Psicológico en los estudiantes de Enfermería del instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba -Grau-Apurímac-2021
- Si existe relación entre la Postergación de actividades y el Bienestar psicológico en los estudiantes de Enfermería del instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurímac-2021
- Si existe relación entre la Autonomía y la Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurímac-2021
- Si existe relación entre la aceptación de si / control de situaciones y la Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurímac 2021
- Si existe relación entre los vínculos psicosociales y la Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurímac-2021

- Si existe relación entre los Proyectos y la Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurímac-2021

4.5. Población – Muestra

4.5.1. Población:

La población en términos de (Sanchez, Reyes, & Mejía, 2018) es una conglomeración de componentes que poseen ciertas características iguales y que pueden ser objeto de estudio de investigaciones. Se denomina como universo cuando el conjunto no es de personas y se llama población cuando está compuesto de seres humanos.

El presente trabajo de investigación tiene una población conformada por 134 estudiantes de Enfermería del instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021.

4.5.2. Muestra

Según (Hernández , 2014) “La muestra de una investigación, es un subgrupo de la población o universo” (p.173)

Se desarrolló la actividad investigativa con una muestra conformada por 100 estudiantes, divididos en 39 varones y 61 mujeres, cuyas edades son entre 17 a 39 años, correspondientes a segundo, cuarto y sexto semestre de Enfermería del instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba-Grau-Apurimac-2021.

4.5.3. Muestreo

El presente estudio de investigación se desarrolló con una muestra no probabilística por conveniencia. (Canal, 2006) refiere que este tipo de muestreo surge a partir de la elección de la muestra en base al criterio del investigador, tomando en cuenta la disposición de tiempo, adecuado acceso a la muestra, etc.

Criterios de Exclusión:

- ✓ Estudiantes que no deseen participar de la investigación.
- ✓ Estudiantes que no pertenezcan a la carrera de Enfermería.
- ✓ Estudiantes que no pertenezcan a los semestres II, IV Y VI.

4.6. Técnicas e instrumentos:

Técnica: Para (Hernández , 2014), la técnica que se empleó fue la encuesta, la cual es un formato con preguntas orientadas a recoger datos para alcanzar el objetivo del estudio. Para la presente investigación, se emplearon una técnica indirecta como es la encuesta, el cual consiste en un formato escrito de preguntas relacionadas al objetivo del estudio.

Instrumento: Los instrumentos que se utilizarán serán la escala de Procrastinación Académica (EPA) y la escala de bienestar psicológico para adultos (BIEPS-A)

Ficha técnica Variable 1

Nombre de la Prueba: Escala de Procrastinación Académica (EPA)

Autor: Deborah Ann Busko (1998).

Adaptación en Perú: Sergio Alexis Domínguez Lara (2016)

Administración: Individual o colectiva

Duración: Entre 10 y 15 minutos, aproximadamente.

Áreas de aplicación: Investigación, orientación y asesoría psicológica en los campos clínicos y educacionales.

Dimensiones: Autorregulación Académica y Postergación de actividades

Indicadores:

- Autorregulación Académica: Ítems 2,3,4,5,8,9,10,11 y 12
- Postergación de actividades: Ítems 1,6 y 7

Calificación para los ítems: La primera dimensión se califica de manera directa y la segunda de manera indirecta.

| ALTERNATIVAS | VALOR |
|---------------------|--------------|
| Nunca | 5 |
| Pocas veces | 4 |
| A veces | 3 |
| Casi Siempre | 2 |
| Siempre | 1 |

Confiabilidad: La confiabilidad de cada una de las sub escalas se obtuvo a través del alfa de Cronbach, resultando con un indicador de .821 (IC al 95%: .793; .847) para Autorregulación Académica, y de .752 (IC al 95%: .705; .792) para Postergación de Actividades. La confiabilidad de los factores se determinó con el coeficiente omega, desencadenando en un indicador de .829 para Autorregulación Académica y de .794

para Postergación de Actividades (Dominguez, Datos normativos de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de psicología de Lima, 2016)

Validación: El presente instrumento utilizado fue sometido al procedimiento de validación por juicio de expertos, obteniendo una validación unánime.

Ficha técnica Variable 2

Nombre de la Prueba: Escala de Bienestar Psicológico para adultos (BIEPS-A)

Autor: Casullo María Martina. (2000)

Adaptación en Perú: Domínguez Lara, Sergio Alexis (2014)

Administración: Individual o colectiva.

Duración: 10 minutos aproximadamente

Dimensiones: Aceptación de si/control de situaciones, autonomía, vínculos y proyectos

Indicadores:

- Aceptación de si/control de situaciones: Ítems 2; 11 y 13
- Autonomía: Ítems 4; 9 y 11
- Vínculos: Ítems 5; 7 y 8
- Proyectos: Ítems 1; 3; 6 y 10

Calificación para los ítems

| ALTERNATIVAS | VALOR |
|-----------------------------|--------------|
| En desacuerdo | 1 punto |
| Ni acuerdo ni en desacuerdo | 2 puntos |

| | |
|------------|----------|
| De acuerdo | 3 puntos |
|------------|----------|

Confiabilidad: Para la adaptación en Perú se utilizó una muestra conformada por 222 estudiantes peruanos de psicología de ambos sexos, entre 16 a 44 años. Como resultado se alcanzó una confiabilidad de la escala total de 0.80 y las dimensiones de 0.66 hasta 0.89. Para la prueba piloto se contó con una muestra de 30 personas de ambos sexos, entre 25 a 64 años, con nivel de instrucción superior y técnico a los que se le aplicó el cuestionario, obteniendo una fiabilidad de 0,816. (Dominguez, 2014)

Validación: El presente instrumento utilizado fue sometido al procedimiento de validación por juicio de expertos, obteniendo una validación unánime.

4.7. Recolección de datos

La recolección de datos para el trabajo de investigación se realizó en coordinación con el Director de la Institución Educativa, a quien se le envió una solicitud mediante el correo electrónico, luego fue aprobada. Posteriormente la organización para la aplicación de los instrumentos se hizo en conjunto con el docente encargado de la carrera profesional de enfermería. Dicha aplicación se realizó de forma virtual a causa de la coyuntura actual por el Covid19. Los instrumentos fueron aplicados mediante formularios de google.

4.8. Técnicas de análisis e interpretación de datos

El procesamiento de los datos recolectados fue a través del uso del programa Microsoft Excel para un primera clasificación, codificación y tabulación.

Para el análisis estadístico se utilizó el programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versión 25 en español, con el cual se logró correlacionar las variables y contrastar las hipótesis planteadas mediante la Rho de Spearman con el método descriptivo a través de figuras y tablas.

V. RESULTADOS

5.1. Presentación de resultados - Descriptivos

Prueba de Normalidad de Kolmogorov – Smirnov

Se hizo uso de la prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov, obteniendo como resultado en la variable Procrastinación académica $p = 0,046$, siendo mayor a $0,05$ lo cual nos indica que tiene una distribución normal en cambio en la variable Bienestar Psicológico en valor $p = 0.000$ lo que significa que no tiene una distribución normal.

Tabla 1
Prueba de Normalidad de Kolmogorov – Smirnov

| | Estadístico | Gl | Sig. |
|---------------------------|-------------|-----|------|
| Procrastinación Académica | ,090 | 100 | ,046 |
| Bienestar Psicológico | ,155 | 100 | ,000 |

a. Corrección de significación de Lilliefors

5.2. Resultados Variable Procrastinación

Tabla 2
Nivel de Procrastinación Académica

| Nivel | Frecuencia | Porcentaje |
|-------|------------|------------|
| BAJO | 67 | 67,0 |
| MEDIO | 31 | 31,0 |
| ALTO | 2 | 2,0 |
| Total | 100 | 100,0 |

Nota. Fuente: Elaboración propia

Interpretación: En la tabla 2 y figura 1 se observa que, el 67,0% (67) de estudiantes encuestados presentan un nivel bajo de procrastinación, el 31,0% (31) nivel medio, y el 2,0% (2) un nivel alto.

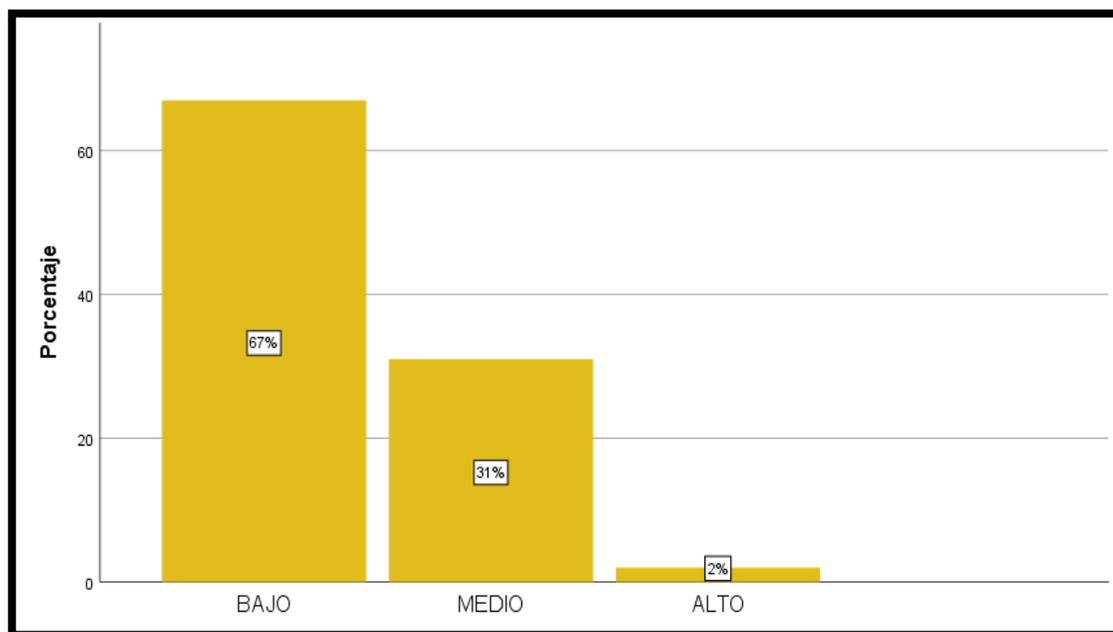


Figura 1
Nivel de Procrastinación Académica

Tabla 3

Nivel de Procrastinación Académica según Sexo

| Sexo | Procrastinación Académica | | | Total |
|-----------|---------------------------|-------|------|-------|
| | Bajo | Medio | Alto | |
| Femenino | 43 | 17 | 1 | 61 |
| Masculino | 24 | 14 | 1 | 39 |
| Total | 67 | 31 | 2 | 100 |

Nota. Fuente: Elaboración propia

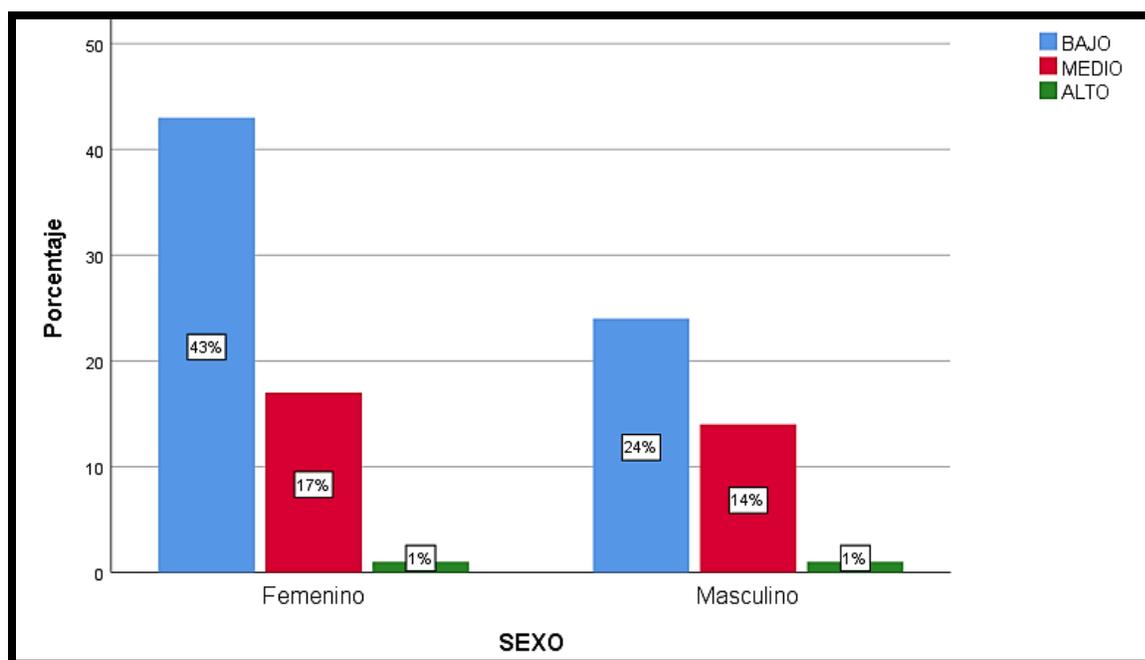


Figura 2

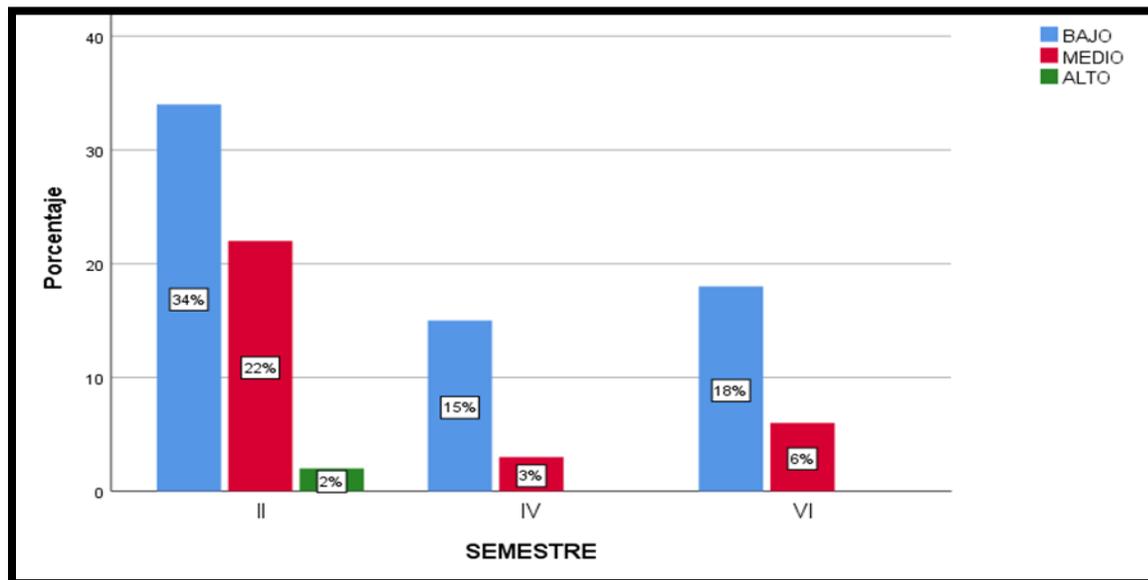
Nivel de Procrastinación Académica según Sexo

Interpretación: En la tabla 3 y figura 2 se observa el nivel de procrastinación académica según sexo en los estudiantes encuestados donde resalta el nivel bajo del sexo femenino, con 43% (43), seguido del nivel medio con 17% (17), y el nivel alto con 1% (1), y para el sexo masculino destaca el nivel bajo con de 24% (24), nivel medio con de 14% (14), finalmente el nivel alto con 1% (1).

Tabla 4*Niveles de Procrastinación Académica según Semestre Académico*

| Semestre | Procrastinación Académica | | | |
|----------|---------------------------|-------|------|-------|
| | Bajo | Medio | Alto | Total |
| II | 34 | 22 | 2 | 58 |
| IV | 35 | 3 | 0 | 18 |
| VI | 38 | 6 | 0 | 24 |
| Total | 67 | 31 | 2 | 100 |

Nota. Fuente: Elaboración propia

**Figura 3***Niveles de Procrastinación Académica según Semestre Académico*

Interpretación: En la tabla 4 y figura 3, se observa el nivel de procrastinación académica según el semestre académico de los estudiantes. En el segundo semestre se observa que sobresale el nivel bajo con 34% (34) seguido del nivel medio con 22% (22), y el nivel alto con 2% (2). En el cuarto semestre destaca un nivel bajo con 15% (35) y nivel medio con 3% (3). Finalmente, el sexto semestre presenta un nivel bajo destacado con 18% (38) y el nivel medio con 6% (6).

Resultados Variable Bienestar Psicológico

Tabla 5

Niveles de Bienestar Psicológico

| Nivel | Frecuencia | Porcentaje |
|-------|------------|------------|
| BAJO | 17 | 17,0 |
| MEDIO | 43 | 43,0 |
| ALTO | 40 | 40,0 |
| Total | 100 | 100,0 |

Nota. Fuente: Elaboración propia

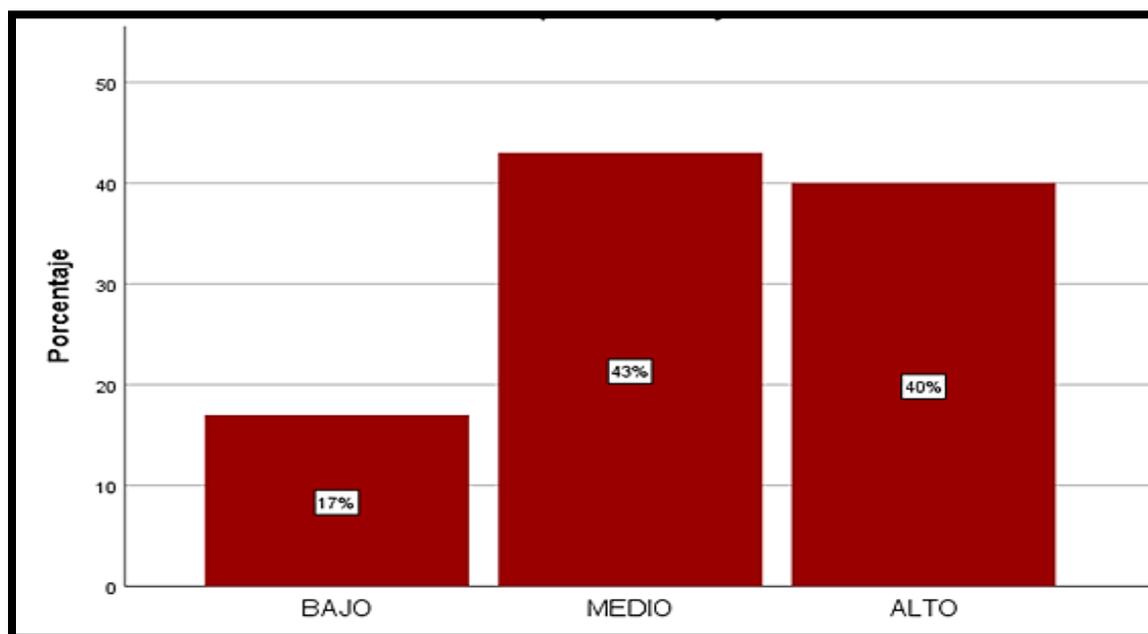


Figura 4

Niveles de Bienestar Psicológico

Interpretación: En la tabla 5 y figura 4, se observa que el 17% (17) de estudiantes encuestados presentan un nivel bajo de bienestar psicológico, el 43% (43) de nivel medio y el 40% (40) de nivel alto.

Tabla 6
Niveles de Bienestar Psicológico según Sexo

| Sexo | Bienestar Psicológico | | | Total |
|-----------|-----------------------|-------|------|-------|
| | Bajo | Medio | Alto | |
| Femenino | 10 | 24 | 27 | 61 |
| Masculino | 7 | 19 | 13 | 39 |
| Total | 17 | 43 | 40 | 100 |

Nota. Fuente: Elaboración propia

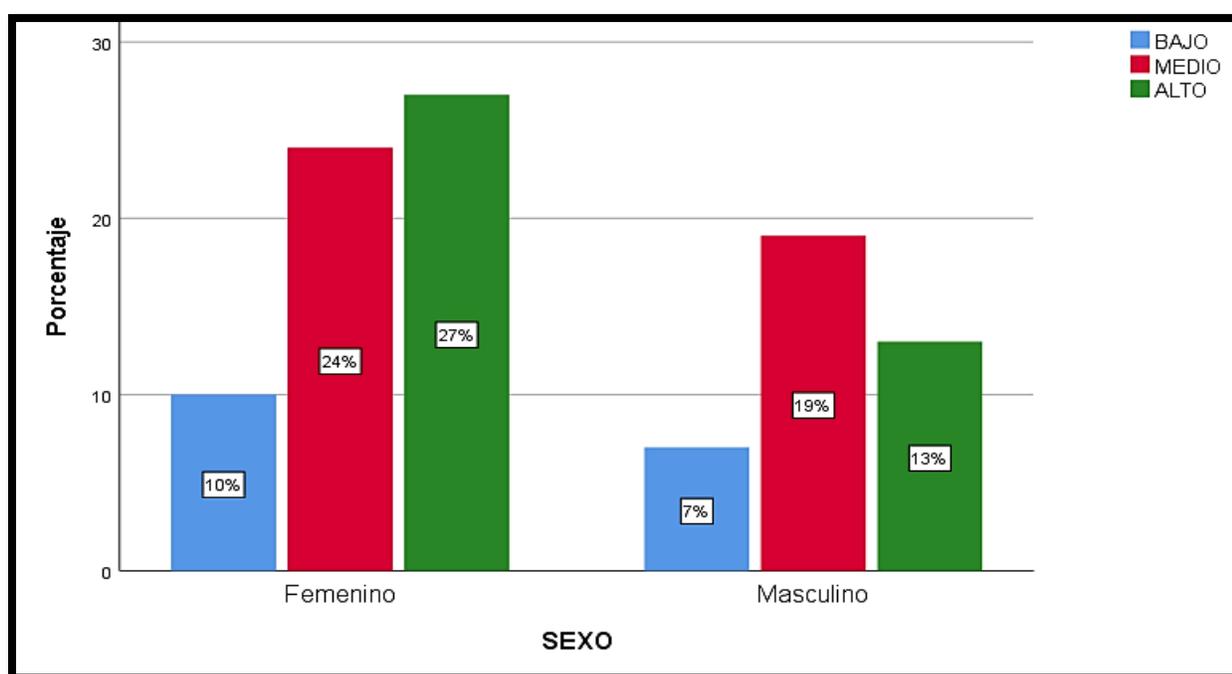


Figura 5
Niveles de Bienestar Psicológico según Sexo

Interpretación: En la tabla 6 y figura 5 se observa el nivel de Bienestar Psicológico según sexo en los estudiantes encuestados, donde resalta el nivel alto con 27% (27), del sexo femenino seguido del nivel medio con 24% (24), y el nivel bajo con el 10% (10). En el sexo masculino resalta el nivel medio con 19% (19) seguido del nivel alto con 13% (13) y finalmente el nivel bajo con de 7% (7).

Tabla 7

Niveles de Bienestar Psicológico según Semestre Académico

| Semestre | Bienestar Psicológico | | | Total |
|----------|-----------------------|-------|------|-------|
| | Bajo | Medio | Alto | |
| II | 14 | 26 | 18 | 58 |
| IV | 1 | 9 | 8 | 18 |
| VI | 2 | 8 | 14 | 24 |
| Total | 17 | 43 | 40 | 100 |

Nota. Fuente: Elaboración propia

Interpretación: En la tabla 7 y figura 6, se observa el nivel de Bienestar

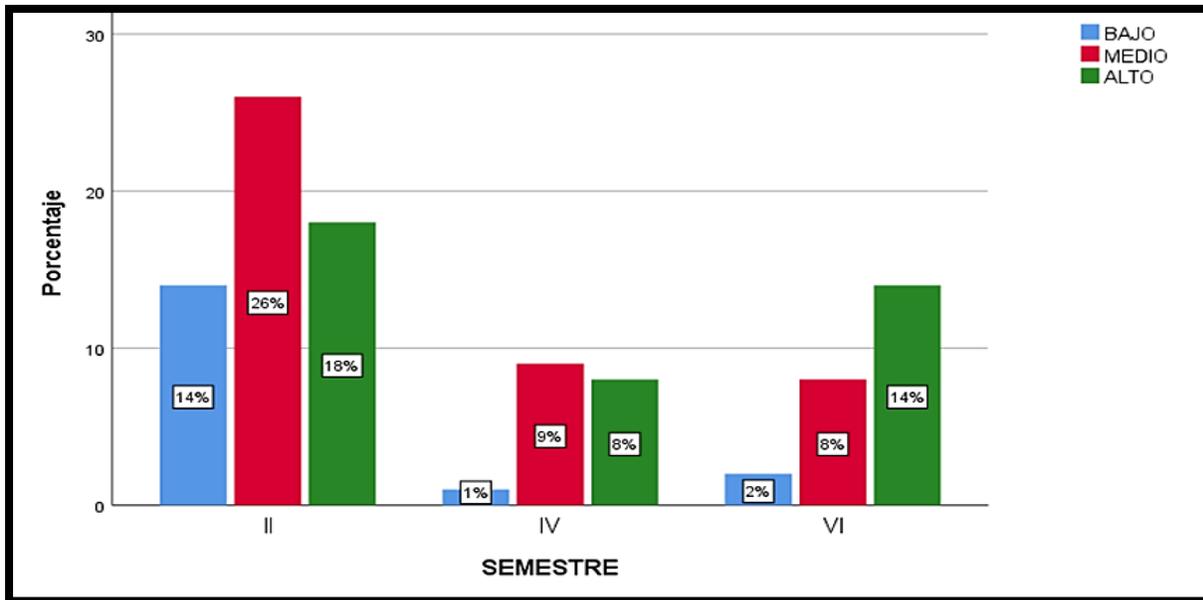


Figura 6

Niveles de Bienestar Psicológico según Semestre Académico

Psicológico según el semestre académico de los estudiantes, el segundo semestre, presenta un nivel bajo de 14% (14), nivel medio de 26% (26), y el nivel alto 18% (18), el cuarto semestre presenta un nivel bajo de 1% (1), nivel medio de 9% (9), y nivel alto de 8% (8), finalmente en el sexto semestre presenta un nivel bajo de 2% (2), nivel medio 8% (8), y nivel alto con 14% (14).

5.2 Presentación de Resultados – Tablas Cruzadas

Tabla 8
Procrastinación Académica y Bienestar Psicológico

| | | BIENESTAR PSICOLÓGICO | | | Total | |
|---------------------------|-------------|-----------------------|-------|-------|--------|-------|
| | | BAJO | MEDIO | ALTO | | |
| PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA | BAJO | Recuento | 5 | 29 | 33 | 67 |
| | | % del total | 5,0% | 29,0% | 33,0% | 67,0% |
| | MEDIO | Recuento | 10 | 14 | 7 | 31 |
| | | % del total | 10,0% | 14,0% | 7,0% | 31,0% |
| | ALTO | Recuento | 2 | 0 | 0 | 2 |
| | | % del total | 2,0% | 0,0% | 0,0% | 2,0% |
| Total | Recuento | 17 | 43 | 40 | 100 | |
| | % del total | 17,0% | 43,0% | 40,0% | 100,0% | |

Nota. Fuente: Elaboración Propia

En la tabla N°8 se evidencia que el 43% de los estudiantes reflejan un nivel medio de bienestar psicológico de los cuales 29% tienen un nivel bajo de procrastinación académica y 14 % nivel medio. El 17% de evaluados presenta nivel bajo de bienestar psicológico de los cuales el 10% tiene nivel medio de procrastinación, 5% nivel bajo y 2% nivel alto, lo que nos da a entender que a mayor bienestar psicológico se presenta un menor nivel de procrastinación académica.

Tabla 9
Autorregulación Académica y Bienestar Psicológico

| | | Bienestar Psicológico | | | Total | |
|---------------------------|-------------|-----------------------|-------|-------|--------|-------|
| | | BAJO | MEDIO | ALTO | | |
| Autorregulación Académica | Bajo | Recuento | 13 | 42 | 40 | 95 |
| | | % del total | 13,0% | 42,0% | 40,0% | 95,0% |
| | Medio | Recuento | 4 | 1 | 0 | 5 |
| | | % del total | 4,0% | 1,0% | 0,0% | 5,0% |
| Total | Recuento | 17 | 43 | 40 | 100 | |
| | % del total | 17,0% | 43,0% | 40,0% | 100,0% | |

Nota. Fuente: Elaboración Propia

En la Tabla N°9 se observa que el 95 % de la muestra tiene una autorregulación académica de nivel bajo de los cuales el 42% presenta bienestar psicológico medio, 40% alto y 13% bajo; por otro lado, el 5% de la muestra evidencia un nivel medio de autorregulación académica de los cuales el 4% tiene bienestar psicológico bajo y 1% nivel medio.

Tabla 10
Postergación de Actividades y Bienestar Psicológico

| | | Bienestar Psicológico | | | Total | |
|-----------------------------|-------------|-----------------------|-------|-------|--------|-------|
| | | BAJO | MEDIO | ALTO | | |
| Postergación de Actividades | Bajo | Recuento | 9 | 24 | 28 | 61 |
| | | % del total | 9,0% | 24,0% | 28,0% | 61,0% |
| | Medio | Recuento | 6 | 15 | 10 | 31 |
| | | % del total | 6,0% | 15,0% | 10,0% | 31,0% |
| | Alto | Recuento | 2 | 4 | 2 | 8 |
| | | % del total | 2,0% | 4,0% | 2,0% | 8,0% |
| Total | Recuento | 17 | 43 | 40 | 100 | |
| | % del total | 17,0% | 43,0% | 40,0% | 100,0% | |

Nota. Fuente: Elaboración Propia.

En la tabla N°10 se muestra que el 61% de estudiantes presenta un nivel bajo de Postergación de Actividades, distribuidos en 28% con bienestar psicológico alto, 24% nivel medio y 9% nivel bajo. Y solamente el 8% presenta un nivel de postergación Alto de los cuales 4% tiene un índice medio de bienestar psicológico, 2% índice bajo y 2% índice alto, de lo cual se concluye que los estudiantes que manifestaron un nivel bajo de postergación de actividades perciben un mayor nivel de bienestar psicológico.

Tabla 11
Autonomía y Procrastinación Académica

| | | Procrastinación Académica | | | Total | |
|-----------|-------|---------------------------|-------|-------|-------|--------|
| | | BAJO | MEDIO | ALTO | | |
| Autonomía | Bajo | Recuento | 11 | 11 | 2 | 24 |
| | | % del total | 11,0% | 11,0% | 2,0% | 24,0% |
| | Medio | Recuento | 31 | 17 | 0 | 48 |
| | | % del total | 31,0% | 17,0% | 0,0% | 48,0% |
| | Alto | Recuento | 25 | 3 | 0 | 28 |
| | | % del total | 25,0% | 3,0% | 0,0% | 28,0% |
| Total | | Recuento | 67 | 31 | 2 | 100 |
| | | % del total | 67,0% | 31,0% | 2,0% | 100,0% |

Nota.Fuente: Elaboración Propia

En la tabla N°11 se evidencia que el 67% de estudiantes tienen un nivel bajo de Procrastinación Académica, divididos en 31% tienen nivel medio de Bienestar Psicológico, 25% nivel alto y 11% nivel bajo. Y tan solo el 2% presentó un nivel alto de Procrastinación con un nivel bajo de Autonomía.

Tabla 12
Aceptación de sí/Control de situaciones y Procrastinación Académica

| | | Procrastinación Académica | | | Total | |
|---|-------|---------------------------|-------|-------|-------|--------|
| | | BAJO | MEDIO | ALTO | | |
| Aceptación de sí/control de situaciones | Bajo | Recuento | 7 | 4 | 1 | 12 |
| | | % del total | 7,0% | 4,0% | 1,0% | 12,0% |
| | Medio | Recuento | 12 | 10 | 1 | 23 |
| | | % del total | 12,0% | 10,0% | 1,0% | 23,0% |
| | Alto | Recuento | 48 | 17 | 0 | 65 |
| | | % del total | 48,0% | 17,0% | 0,0% | 65,0% |
| Total | | Recuento | 67 | 31 | 2 | 100 |
| | | % del total | 67,0% | 31,0% | 2,0% | 100,0% |

Nota.Fuente: Elaboración Propia

En la tabla N°12 se puede observar el 67% de nivel bajo de Procrastinación Académica de los estudiantes que tienen un 48% de nivel alto de Aceptación de sí/Control de situaciones, 12% de nivel medio y 7% de nivel bajo; de igual manera el 2% que presenta nivel alto de Procrastinación Académica, se divide en nivel medio y bajo de Aceptación de sí/Control de situaciones. Por lo que se entiende que a mayor Aceptación y control menor índice de Procrastinación.

Tabla 13
Vínculos y Procrastinación Académica

| | | Procrastinación Académica | | | Total | |
|----------|-------------|---------------------------|-------|-------|--------|-------|
| | | BAJO | MEDIO | ALTO | | |
| Vínculos | Bajo | Recuento | 22 | 19 | 2 | 43 |
| | | % del total | 22,0% | 19,0% | 2,0% | 43,0% |
| | Medio | Recuento | 11 | 6 | 0 | 17 |
| | | % del total | 11,0% | 6,0% | 0,0% | 17,0% |
| | Alto | Recuento | 34 | 6 | 0 | 40 |
| | | % del total | 34,0% | 6,0% | 0,0% | 40,0% |
| Total | Recuento | 67 | 31 | 2 | 100 | |
| | % del total | 67,0% | 31,0% | 2,0% | 100,0% | |

Nota.Fuente: Elaboración Propia

En la tabla N°13 se puede apreciar que el 67% de estudiantes posee un nivel bajo de Procrastinación Académica lo que se divide en 34% de nivel alto de Vínculos, 22% de nivel bajo y 11% de nivel medio, lo que podemos entender como mayor nivel de vínculos menor probabilidad de procrastinación. Lo mismo ocurre en el nivel alto de procrastinación con un 2% de la muestra que tiene a su vez nivel bajo de Vínculos.

Tabla 14
Proyectos y Procrastinación Académica

| | | Procrastinación Académica | | | Total | |
|-----------|-------|---------------------------|-------|-------|-------|--------|
| | | BAJO | MEDIO | ALTO | | |
| Proyectos | Bajo | Recuento | 5 | 7 | 1 | 13 |
| | | % del total | 5,0% | 7,0% | 1,0% | 13,0% |
| | Medio | Recuento | 11 | 11 | 0 | 22 |
| | | % del total | 11,0% | 11,0% | 0,0% | 22,0% |
| | Alto | Recuento | 51 | 13 | 1 | 65 |
| | | % del total | 51,0% | 13,0% | 1,0% | 65,0% |
| Total | | Recuento | 67 | 31 | 2 | 100 |
| | | % del total | 67,0% | 31,0% | 2,0% | 100,0% |

Nota.Fuente: Elaboración Propia

En la tabla N°14 se refleja que del 65% de evaluados que presentan un nivel alto en la dimensión Proyectos también evidencia un 51% de nivel bajo de procrastinación, 13% de nivel medio y 1% de nivel alto. Del 22% que presenta nivel medio de Proyectos, el 11% tiene nivel medio de procrastinación y el otro 11% nivel bajo. Finalmente, el 13% que muestra nivel bajo en la dimensión Proyectos, presenta el 7% un nivel medio de procrastinación, 5% nivel bajo y 1% nivel alto. Por lo que se presume que a mayor nivel de Proyectos y metas menor índice de procrastinación Académica.

VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

6.1. Análisis de los resultados – Prueba de hipótesis

A) Hipótesis General

- ❖ **Hi.** Existe relación entre Procrastinación Académica y Bienestar Psicológico en estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021
- ❖ **Ho.** No existe relación entre Procrastinación Académica y Bienestar Psicológico en estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021

Tabla 15

Correlación entre Procrastinación Académica y Bienestar Psicológico

| | | | Procrastinación Académica | Bienestar Psicológico |
|-----------------|---------------------------|-----------------------------|---------------------------|-----------------------|
| Rho de Spearman | Procrastinación Académica | Coefficiente de correlación | 1,000 | -,523** |
| | | Sig. (bilateral) | . | ,000 |
| | | N | 100 | 100 |
| | Bienestar Psicológico | Coefficiente de correlación | -,523** | 1,000 |
| | | Sig. (bilateral) | ,000 | . |
| | | N | 100 | 100 |

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Nota. Fuente: Elaboración Propia

En la tabla N°15 se observa la prueba estadística de correlación Rho de Spearman con un valor de significancia de $p = 0.000$ menor que el valor predeterminado de 0.05 lo que nos da a entender que, si existe relación entre las variables, también cuenta con un valor de correlación de $r = -0,523$ dando a entender que la correlación es negativa y fuerte.

CONCLUSIONES: Se acepta la hipótesis planteada en la investigación (Hi) y se rechaza la Hipótesis nula (Ho) entonces si existe relación entre Procrastinación Académica y Bienestar Psicológico en Estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba - Grau – Apurímac – 2021

a) Hipótesis Específica 1

- ❖ **Ho.** No existe relación entre la Dimensión Autorregulación Académica de la variable Procrastinación Académica y Bienestar Psicológico en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021.
- ❖ **Hi.** Si existe relación entre la Dimensión Autorregulación Académica de la variable Procrastinación Académica y Bienestar Psicológico en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021.

Tabla 16
Correlación entre la Dimensión Autorregulación Académica de la variable Procrastinación Académica y Bienestar Psicológico

| | | Autorregulación Académica | Bienestar Psicológico |
|-----------------|----------------------------|---------------------------|-----------------------|
| Rho de Spearman | Coeficiente de correlación | 1,000 | -,561** |
| | Autorregulación Académica | . | ,000 |
| | Sig. (bilateral) | | |
| | N | 100 | 100 |
| | Bienestar Psicológico | -,561** | 1,000 |

| | | |
|------------------|------|-----|
| Sig. (bilateral) | ,000 | . |
| N | 100 | 100 |

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Nota. Fuente: Elaboración Propia

La tabla N°16 muestra la prueba estadística de correlación Rho de Spearman con un valor de significancia de $p = 0.000$ menor que el valor predeterminado de 0.05 lo que nos indica que, si existe relación entre la Dimensión Autorregulación Académica de la variable Procrastinación Académica y la Variable Bienestar Psicológico, también cuenta con un valor de correlación de $r = -0,561$ dando a entender que la correlación fuerte y negativa.

CONCLUSIONES: Se acepta la hipótesis planteada en la investigación (Hi) y se rechaza la Hipótesis nula (Ho) entonces si existe relación entre la Dimensión Autorregulación Académica de la variable Procrastinación Académica y la dimensión Proyectos de la Variable Bienestar Psicológico.

b) Hipótesis específica 2:

- ❖ No existe relación entre la Dimensión Postergación de Actividades de la variable Procrastinación Académica y Bienestar Psicológico en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021.
- ❖ Existe relación entre la Dimensión Postergación de Actividades de la variable Procrastinación Académica y Bienestar Psicológico en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021.

Tabla 17

Correlación entre la Dimensión Postergación de Actividades de la variable Procrastinación Académica y Bienestar Psicológico

| | | | Postergación de Actividades | Bienestar Psicológico |
|-----------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|-----------------------|
| Rho de Spearman | Postergación de Actividades | Coeficiente de correlación | 1,000 | -,155 |
| | | Sig. (bilateral) | . | ,123 |
| | N | | 100 | 100 |
| | Bienestar Psicológico | Coeficiente de correlación | -,155 | 1,000 |
| | | Sig. (bilateral) | ,123 | . |
| | N | | 100 | 100 |

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Nota. Fuente: Elaboración Propia

La tabla N°17 evidenciamos la prueba estadística de correlación Rho de Spearman con un valor de significancia de $p = 0.123$ mayor que el valor predeterminado de 0.05 lo que nos indica que, no existe relación entre la Dimensión Postergación de Actividades de la variable Procrastinación Académica y la Variable Bienestar Psicológico, también se observa un valor de correlación de $r = -0,155$ dando a entender un nivel negativo y débil

CONCLUSIONES: Se rechaza la hipótesis planteada en la investigación (H_i) y se acepta la Hipótesis nula (H_o) entonces no existe relación entre la Dimensión Autorregulación Académica de la variable Procrastinación Académica y la Variable Bienestar Psicológico.

c) Hipótesis Específica 3

- ❖ Ho. No existe relación entre la dimensión Proyectos de la Variable Bienestar Psicológico y Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021.
- ❖ Hi. Si existe relación entre la dimensión Proyectos de la Variable Bienestar Psicológico y Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba – Grau-Apurimac-2021.

Tabla 18

Correlación entre la dimensión Proyectos de la Variable Bienestar Psicológico y la variable Procrastinación Académica

| | | Proyectos | Procrastinación Académica |
|-----------------|---------------------------|-----------------------------|---------------------------|
| Rho de Spearman | Proyectos | Coefficiente de correlación | 1,000 |
| | | Sig. (bilateral) | . |
| | | N | 100 |
| | Procrastinación Académica | Coefficiente de correlación | -,449** |
| | | Sig. (bilateral) | ,000 |
| | | N | 100 |

La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Nota. Fuente: Elaboración Propia

La tabla N°18 se presenta la prueba estadística de correlación Rho de Spearman con un valor de significancia de $p = 0.00$ menor que el valor predeterminado de 0.05 lo que nos indica que, si existe relación entre la dimensión Proyectos de la Variable Bienestar Psicológico y la variable Procrastinación Académica, también se observa un valor de correlación de $r = -0,449$ dando a entender que la correlación es moderada y negativa

CONCLUSIONES: Se acepta la hipótesis planteada en la investigación (H_i) y se rechaza la Hipótesis nula (H_o) entonces si existe relación entre la dimensión Proyectos de la Variable Bienestar Psicológico y la variable Procrastinación Académica

d) Hipótesis Específica 4

- ❖ **Hi.** Existe relación entre Dimensión Aceptación de si/control de situaciones de la Variable Bienestar Psicológico y Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021.
- ❖ **Ho.** No existe relación entre la Dimensión Aceptación de si/control de situaciones de la Variable Bienestar Psicológico y Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021.

Tabla 19

Correlación entre la Dimensión Aceptación de si/control de situaciones e la variable Bienestar Psicológico y Procrastinación Académica

| | | | Aceptación de si / Control de situaciones | Procrastinación Académica |
|-----------------|---|----------------------------|---|---------------------------|
| Rho de Spearman | Aceptación de si / Control de situaciones | Coeficiente de correlación | 1,000 | -,331** |
| | | Sig. (bilateral) | . | ,001 |
| | | N | 100 | 100 |
| | Procrastinación Académica | Coeficiente de correlación | -,331** | 1,000 |
| | | Sig. (bilateral) | ,001 | . |
| | | N | 100 | 100 |

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Nota. Fuente: Elaboración propia

En la tabla N°19 se presenta la prueba estadística de correlación Rho de Spearman con un valor de significancia de $p = 0.001$ menor que el valor predeterminado de 0.05 lo que nos indica que si existe relación entre la Dimensión Aceptación de si/control de situaciones de la Variable Bienestar Psicológico y la variable Procrastinación Académica también se observa un valor de correlación de $r = -0,331$ dando a entender que la correlación es moderada y negativa.

CONCLUSIONES: Se acepta la hipótesis planteada en la investigación (H_i) y se rechaza la Hipótesis nula (H_o) por ende si existe relación entre la Dimensión Aceptación de si/control de situaciones de la Variable Bienestar Psicológico y la variable Procrastinación Académica

e) Hipótesis Específica 5

- ❖ **H_i .** Existe relación entre la dimensión Vínculos Psicosociales de la Variable Bienestar Psicológico y Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021.

- ❖ **Ho.** No existe relación entre la dimensión Vínculos Psicosociales de la Variable Bienestar Psicológico y Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021.

Tabla 20

Correlación entre la dimensión Vínculos Psicosociales de la Variable Bienestar Psicológico y la variable Procrastinación Académica

| | | Vínculos Psicosociales | Procrastinación Académica |
|-----------------|---------------------------|-----------------------------|---------------------------|
| Rho de Spearman | Vínculos Psicosociales | Coefficiente de correlación | 1,000 |
| | | Sig. (bilateral) | ,000 |
| | N | | 100 |
| | Procrastinación Académica | Coefficiente de correlación | -,392** |
| | | Sig. (bilateral) | ,000 |
| | | N | |

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Nota. Fuente: Elaboración Propia

La tabla N°20 se presenta la prueba estadística de correlación Rho de Spearman con un valor de significancia de $p = 0.000$ menor que el valor predeterminado de 0.05 lo que nos indica que, si existe relación entre la dimensión Vínculos Psicosociales de la Variable Bienestar Psicológico y la variable Procrastinación Académica también se observa un valor de correlación de $r = -0,392$ dando a entender que la correlación es moderado y negativo.

CONCLUSIONES: Se acepta la hipótesis planteada en la investigación (Hi) y se rechaza la Hipótesis nula (Ho) por ende si existe relación entre la dimensión Vínculos Psicosociales de la Variable Bienestar Psicológico y la variable Procrastinación Académica

f) Hipótesis Específica 6

- ❖ **Hi.** Existe relación entre la dimensión Autonomía de la Variable Bienestar Psicológico y la variable Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021.

- ❖ **Ho.** No existe relación entre la dimensión Autonomía de la Variable Bienestar Psicológico y la variable Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021.

Tabla 21

Correlación entre la dimensión Autonomía de la Variable Bienestar Psicológico y la variable Procrastinación Académica

| | | | Autonomía | Procrastinación Académica |
|-----------------|---------------------------|-----------------------------|-----------|---------------------------|
| Rho de Spearman | Autonomía | Coefficiente de correlación | 1,000 | -,374** |
| | | Sig. (bilateral) | . | ,000 |
| | | N | 100 | 100 |
| | Procrastinación Académica | Coefficiente de correlación | -,374** | 1,000 |
| | | Sig. (bilateral) | ,000 | . |
| | | N | 100 | 100 |

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Nota. Fuente: Elaboración Propia

En la tabla N°20 se muestra la prueba estadística de correlación Rho de Spearman con un valor de significancia de $p = 0.000$ menor que el valor predeterminado de 0.05 lo que nos indica que, si existe relación entre la dimensión Autonomía de la Variable Bienestar Psicológico y la variable Procrastinación

Académica también se observa un valor de correlación de $r = -0,374$ dando a entender que la correlación es moderada y negativa.

CONCLUSIONES: Se acepta la hipótesis planteada en la investigación (Hi) y se rechaza la Hipótesis nula (Ho) por ende si existe relación entre la dimensión Autonomía de la Variable Bienestar Psicológico y la variable Procrastinación Académica

6.2. Comparación de los resultados con antecedentes

El presente trabajo de investigación tuvo como finalidad principal determinar la relación entre la procrastinación Académica y el Bienestar Psicológico en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba - Grau – Apurímac – 2021, los resultados alcanzados demuestran la existencia de una relación negativa fuerte entre estas variables estudiadas y aceptando así la hipótesis general planteada por las investigadoras. Estos resultados son equiparables con los obtenidos por (Carbajal & Corrales, 2021) las cuales hicieron una investigación en Arequipa – Perú con alumnos universitarios y obtuvieron como resultados la presencia de una relación significativa negativa de baja magnitud.

Resultados parecidos a los hallados por (Hernandez, 2020) en su investigación titulada Procrastinación Académica, Estrés Académico y Bienestar Psicológico en estudiantes de Psicología, trabajo realizado en Chincha, sus resultados muestran una correlación altamente significativa negativa evidenciada en los niveles bajos de procrastinación que a su vez implican niveles altos de bienestar Psicológico, como lo mencionado por (Steel, 2011) considerando a la procrastinación

académica como un factor grave que trae consigo repercusiones académicas y familiares pudiendo esto ser una referencia al bienestar psicológico.

(Chacaltana, 2018) entre sus hallazgos encontró que el bienestar psicológico es un predictor de la Procrastinación Académica, resultado también hallado en la presente investigación ya que a mayor bienestar Psicológico menor probabilidad de desarrollar Procastinación Académica.

En cuanto a los resultados obtenidos de acuerdo a las dimensiones estudiadas de cada variable, (Agurto, 2020) encontró una correlación muy significativa negativa y en grado medio entre la dimensión Aceptación de sí /control de situaciones de la variable Bienestar Psicológico y Procrastinación Académica, resultados equiparables a los hallados en nuestro trabajo de investigación donde observamos un valor de correlación de $r = -0,331$.

En el caso de Vínculos Psicosociales, dimensión de la variable Bienestar Psicológico correlacionada con Procrastinación académica se obtuvo una relación significativa, negativa y en grado medio, similar a la evidenciada encontrada en la presente investigación, de lo cual concluimos que la confianza en los demás y el hecho de poder establecer buenos vínculos, está relacionado con la postergación de actividades, corroborado por (Quant & Sánchez, 2012) que menciona un modelo cognitivo de la procrastinación que tiene como base el pensamiento disfuncional acerca de la ineptitud e incluso temor a no poder socializar y también (Rothblum, Solomon, & Murakami, 1986) quienes señalan que la procrastinación puede tener como origen la instauración de relaciones patológicas en el caso de los padres de familia quienes podrían ser causantes de fomentar las frustraciones y limitar la autoestima del niño. Es decir que el sentimiento de minusvalía provocado en algunos casos por nuestro contexto psicosocial podría incrementar aún más la incidencia en procrastinar, lo que nos lleva a la importancia de generar vínculos sanos.

En cuanto a la dimensión Proyectos de la variable Bienestar Psicológico y Procrastinación Académica (Agurto, 2020) obtuvo una correlación significativa negativa y de nivel medio, resultados que de forma similar se obtuvieron en el presente trabajo. De lo que podemos concluir que los proyectos son metas que nos trazamos y proyectos de vida que hacen que tenga sentido vivir, de lo que podemos desprender que según (Steel, 2011) importa bastante como nos planteamos estas metas, si son de manera concreta o de manera abstracta y también teniendo en cuenta el tiempo de consecución, ya que una meta de corto plazo genera más motivación porque a su vez acerca más la recompensa que recibiremos y en cambio una meta a largo plazo genera todo lo contrario e incrementa la posibilidad de procrastinar.

CONCLUSIONES:

- Existe una relación entre las variables Procrastinación Académica y Bienestar Psicológico, con un valor de correlación de $r = -0,523$ concluyendo que la correlación es negativa y fuerte, dando a entender que a menor nivel de Procrastinación Académica se presenta mayor nivel de Bienestar Psicológico en la muestra evaluada.
- Existe relación entre la Dimensión Autorregulación Académica de la variable Procrastinación Académica y la Variable Bienestar Psicológico, con un valor de correlación de $r = -0,561$ concluyendo que la correlación es fuerte y negativa.
- No existe relación entre la Dimensión Postergación de Actividades de la variable Procrastinación Académica y la Variable Bienestar Psicológico con un nivel negativo y débil, lo que nos indica que en nuestra muestra no existe relación entre las conductas dilatorias y el bienestar psicológico.
- Existe relación entre la dimensión Proyectos de la Variable Bienestar Psicológico y la variable Procrastinación Académica, también se observa un valor de correlación de $r = -0,449$ mostrando un nivel moderado y negativo, por lo que concluimos que índices elevados en la dimensión proyectos traen consigo índices bajos en Procrastinación académica.
- Existe relación entre la Dimensión Aceptación de sí/control de situaciones de la Variable Bienestar Psicológico y la variable Procrastinación Académica también se observa un valor de correlación de $r = -0,331$ por consecuencia es una correlación moderada y negativa, por lo que concluimos que las actitudes orientadas al control de sí mismos y la aceptación de aspectos buenos y malos causan menos propensión a procrastinar académicamente.

- Existe relación entre la dimensión Vínculos Psicosociales de la Variable Bienestar Psicológico y la variable Procrastinación Académica con un valor de correlación de $r = -0,392$ mostrando un nivel moderado y negativo. En tal sentido se manifiesta que confiar en los demás y establecer buenos vínculos se relaciona inversamente con la procrastinación académica.
- Existe relación entre la dimensión Autonomía de la Variable Bienestar Psicológico y la variable Procrastinación Académica con un valor de correlación de $r = -0,374$ entendiéndose que la correlación es moderada y negativa. Lo que significa que poder tomar decisiones, ser independiente y en todo el sentido de la palabra ser autónomo mitigaría la presencia de procrastinar académicamente.

RECOMENDACIONES:

- A consecuencia de la obtención de correlaciones significativas entre las variables de investigación se sugiere fomentar más investigaciones acerca de la procrastinación académica así mismo del bienestar Psicológico correlacionadas con otras variables de estudio, en otros ámbitos y con muestras que posean diferentes particularidades.
- Implementar un programa preventivo promocional enfocado en el Bienestar Psicológico de los Estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba
- Plantear estrategias de intervención en los casos de procrastinación, ya que como se vio en la investigación podría afectar considerablemente su bienestar Psicológico.
- Se recomienda desarrollar la investigación en todas las carreras del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba dado que las variables de estudio son predictores de desenvolvimiento académico y personal.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ackerman, & Gross. (2007). Autoeficacia y procrastinacion academica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Propósitos y representaciones*, 6-7.
- Agurto, C. (2020). Bienestar Psicológico y Procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa estatal de Trujillo. *Tesis de licenciatura*. Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo - Perú.
- Alegre, A., & Benavente, D. (2020). Análisis Psicométrico de la Escala adaptada de Procrastinación de Tuckman (APTS). *Escala Procrastinación*.
- Alvarez, M. (2018). Niveles de Procrastinación en estudiantes de 4to y 5to bachillerato de un colegio privado de la ciudad de Guatemala. *Tesis de licenciatura*. Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Alvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria. *Revista persona*, 3-4.
- Atalaya, C., & García, L. (2019). Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista de Investigación en Psicología*, 9-10.
- Baker, L. (2019). Procrastinacion:Revision Teorica. *Revista de investigacion psicologica*, 7.
- Barraza, A., & Barraza , S. (2018). Evidencias de validez y confiabilidad de la escala de procrastinación académica en una población estudiantil mexicana. *Revista de psicología y ciencias del comportamiento de la unidad academica de ciencias juridicas y sociales*, 75-99.
- Borger, N., & Morote, F. (2021). Procrastinación academica y Bienestar Psicológico en estudiantes Universitarios. *Tesis de Licenciatura*. Universidad Católica de Santa María, Arequipa.
- Busko, D. (1998). Causes and consequences of perfectlonism and. *Tesis de pos grado*. THE UNIVERSITY OF GUELPH, Canada.

- Canal, N. (2006). Técnicas de muestreo. Sesgos más frecuentes. *Revistas Eden*, 121-132.
- Carbajal, N., & Corrales, F. (2021). Procrastinación Académica y Bienestar Psicológico en estudiantes Universitarios. (*Tesis de licenciatura*). Universidad Católica de Santa María, Arequipa.
- Casullo, M., & Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico . *Revista de Psicología de la PUCP. Vol. XVIII*.
- Chacaltana, K. (2018). Procrastinación Académica, Adaptación Universitaria y Bienestar Psicológico en Estudiantes Universitarios de Psicología - Ica. (*Tesis de posgrado - Maestría*). Universidad Femenina del Sagrado Corazón, Lima.
- Diener, E. (2000). Subjective Well-Being: The science of happiness and Proposal for a National Index. *American Psychologist* , 34 - 43.
- Dominguez, S. (2014). Análisis Psicométrico de la Escala de Bienestar Psicológico para adultos en estudiantes Universitarios de Lima: Un enfoque de Ecuaciones Estructurales. *Psychologia:avances de la disciplina*, 23-31.
- Dominguez, S. (2016). Datos normativos de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de psicología de Lima. *Evaluar*, 27-38.
- Ferrari, J. (1991). Procrastinacion Y características demograficos asociados en estudiantes universitarios. *Revista de investigacion*, 20-30.
- Ferrari, J. (1995). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona*, 3-4.
- Flores, L., & Huamani, P. (2020). Procrastinación Académica y Bienestar Psicológico en estudiantes de Economía de la Universidad Nacional de Huancavelica. *Tesis para licenciatura*. Universidad Peruana Los Andes, Huancavelica.
- Fredrickson, B. (2009). *Vida Positiva*. Bogotá: Norma.
- Freire, C., Ferradás, M. d., Núñez, J. C., & Valle, A. (2017). Estructura factorial de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 1-8.

- Gaxiola, J., & Palomar, J. (2016). *El Bienestar Psicológico: una mirada desde Latinoamérica*. México: Qartuppi.
- Guzmán, D. (2013). *Procrastinación: Una mirada Clínica*. Barcelona: MTPCCATSIN121D.
- Hernández, R. (2014). *Metodología de la Investigación 6ta Edición*. Mexico: McGraw-Hill.
- Hernandez, N. (2020). Procrastinación Académica, Estrés Académico y Bienestar Psicológico en estudiantes de Psicología de una universidad Privada de Chíncha, 2020. (*Tesis de postgrado - Maestría*). Universidad San Martín de Porres, Lima.
- Keyes, C., Ryff, C., & Shmotkin, D. (2002). Optimizing Well-Being: The empirical Encounter of Two Traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1007-1022.
- Motera, R. (2017). El bienestar psicológico y la satisfacción con la vida como predictores del bienestar social en una muestra de universitarios ecuatorianos. *Salud y sociedad*, 172-184.
- Muñoz, D. (2021). Procrastinación académica y atención plena en adolescentes desde el enfoque mindfulness. *Carrera de Psicología Infantil y Psicorehabilitación*. C, Ecuador.
- Quant, D., & Sánchez, A. (2012). Procrastinación Académica: Concepto e implicaciones. *Vanguardia Psicológica*, 45 - 59.
- Ramírez, A., & Carranza, R. (2013). Procrastinación y características demográficas asociados en estudiantes universitarios. *Revista de investigación*, 5-6.
- Rangel, J., & Alonso, L. (2010). El estudio del bienestar psicológico subjetivo. Una breve revisión teórica. *Educere*, 265- 275.
- Real Academia Española. (2021). *Bienestar*. En diccionario de la lengua española (edición 23). Obtenido de <https://dle.rae.es/bienestar?m=form>
- Rodríguez, A., & Clariana, M. (2016). *Procrastinación*. España 2016.

- Rodriguez, Y., & Berrios, A. Q. (2012). El bienestar psicológico en el proceso de ayuda con estudiantes universitarios. *Revista Griot (ISSN 1949-4742)* .
- Rothblum, E., Solomon, L., & Murakami, J. (1986). Affective, Cognitive and Behavioral Differences between High and Low Procrastinators. *Journal Counseling Psychology* 33, 387 - 394.
- Ryan, R., & Deci, E. (2000). La teoría de la Autodeterminación y la facilitación de la Motivación Intrínseca, el desarrollo social y el Bienestar. *American Psychologist January* , 68-78.
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the Meaning of Psychological Well Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1069 - 1081.
- Sanchez, A. (2010). Procrastinación académica: Un problema en la vida universitaria. *Procrastinacion*, 5-6.
- Sanchez, H., Reyes, C., & Mejía, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística*. Lima - Perú: Universidad Ricardo Palma.
- Seligman, M. (2014). *Florecer: La nueva psicología positiva y la búsqueda del bienestar* . México: Oceano.
- Skinner, F. (1971). *Ciencia Y Conducta*. Barcelona: Editorial Fontanella S.A 1969.
- Steel, P. (2011). *Procrastinacion: Porqué dejamos para mañana lo que podemos hacer hoy*. España: Debolsillo.
- Unda, F. (2019). Perfiles de virtuosidad en organizaciones escolares en relación con los niveles de bienestar psicológico en adolescentes ecuatorianos. *Revista catedra*, 76-93.
- Valdez, M., & Pujol, L. (2019). *Autorregulación académica y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de reciente ingreso*. Universidad Simón Bolívar, Venezuela.

ANEXOS

ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

| PROBLEMA | OBJETIVOS | HIPOTESIS | VARIABLES | METODOLOGÍA |
|---|---|--|--|--|
| Problema General | Objetivo General | Hipótesis General | <p>PROCRASTINACIÓN ACADEMICA (Busko 1998) Es la conducta de postergación de actividades será medido en la escala de Procrastinación Académica (EPA) constituido por 2 dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autorregulación académica • Postergación de actividades <p>BIENESTAR PSICOLÓGICO (Casullo, 2000) El bienestar psicológico se define como el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal donde el individuo muestra indicadores de funcionamiento positivo, será medido por la escala de Bienestar Psicológico BIEPS-A, constituido por 4 dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aceptación de Sí/ Control de situaciones • Vínculos Psicosociales • Autonomía • Proyectos | <p>Tipo y Nivel de investigación: Básica, sustantiva Descriptivo- correlacional</p> <p>Diseño de investigación: No experimental de corte transversal.</p> <p>Enfoque: Cuantitativo.</p> <p>Población: Conformada por 134 estudiantes de Enfermería del instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba – Grau-Apurimac.</p> <p>Muestra: Conformada por 100 estudiantes, de los cuales 39 son varones y 61 mujeres que representan el 100% de la población, cuyas edades son entre 17 a 39 años, considerados como estudiantes de Enfermería del instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba-Grau-Apurimac.</p> <p>Técnica e instrumentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Escala de Procrastinación Académica (EPA) • Escala de Bienestar Psicológico |
| <p>¿Cuál es la relación que existe entre la Procrastinación Académica y el Bienestar Psicológico en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac -2021?</p> | <p>Determinar la relación que existe entre la Procrastinación Académica y el Bienestar Psicológico en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac2021.</p> | <p>Si existe relación entre la Procrastinación Académica y el Bienestar Psicológico en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac -2021.</p> | | |
| Problema Especifico | Objetivo Especifico | Hipótesis Especificas | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión autorregulación académica de la variable Procrastinación Académica y el Bienestar psicológico en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba -Grau-Apurimac-2021? • ¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión Postergación de actividades de la variable Procrastinación Académica y el Bienestar psicológico en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021? • ¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión Autonomía de la variable Bienestar Psicológico y la Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del | <ul style="list-style-type: none"> • Determinar la relación entre Autorregulación académica y el Bienestar Psicológico en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba -Grau-Apurimac-2021 • Determinar la relación entre Postergación de actividades y el Bienestar Psicológico en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021 • Determinar la relación entre Autonomía y la Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021 • Determinar la relación entre la aceptación de si / control de situaciones y la Procrastinación Académica en los estudiantes | <ul style="list-style-type: none"> • Si existe relación entre la Autorregulación académica y el Bienestar Psicológico en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba -Grau-Apurimac-2021 • Si existe relación entre la Postergación de actividades y el Bienestar psicológico en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021 • Si existe relación entre la Autonomía y la Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021 • Si existe relación entre la aceptación de si / control de situaciones y la Procrastinación Académica en | | |

| | | | | |
|---|--|--|--|--------------------------|
| <p>Instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021?</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión aceptación de si / control de situaciones de la variable Bienestar Psicológico y la Procrastinación académica en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac 2021? • ¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión Vínculos psicosociales de la variable Bienestar Psicológico y la Procrastinación académica en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021? • ¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión Proyectos de la variable Bienestar Psicológico y la Procrastinación académica en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021? | <p>de Enfermería del Instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac 2021</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar la relación entre los Vínculos psicosociales y la Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021 • Determinar la relación entre los Proyectos y la Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021 | <p>los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac 2021</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si existe relación entre los vínculos psicosociales y la Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021 • Si existe relación entre los Proyectos y la Procrastinación Académica en los estudiantes de Enfermería del Instituto de Educación superior Tecnológico Público de Vilcabamba –Grau-Apurimac-2021 | | <p>BIEPS-A (Adultos)</p> |
|---|--|--|--|--------------------------|

ANEXO 2: OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

| VARIABLES | DEFINICION CONCEPTUAL | DEFINICIÓN OPERACIONAL | DIMENSIONES | INDICADORES | ÍTEMS | ESCALA VALORATIVA | ESCALA DE MEDICIÓN |
|---------------------------|---|--|--|--|--------------------------|--|--------------------|
| PROCRASTINACIÓN ACADEMICA | Se refiere a la postergación de actividades académicas, pese a saber lo que se está haciendo. (Busko, 1998) | La conducta de postergación de actividades será medida en la escala de Procrastinación Académica (EPA) constituido por 2 dimensiones: -Autorregulación académica -Postergación de actividades | Autorregulación Académica | Hace alusión a la sucesión de pasos con que los estudiantes implantan sus objetivos de estudio tratando de conocer, y nivelar sus pensamientos, motivaciones y actitudes | 2,3,4,5, 8,9,10, 11 y 12 | <ul style="list-style-type: none"> • Nunca (5 puntos) • Pocas veces (4 puntos) • A veces (3 puntos) • Casi siempre (2 puntos) • Siempre (1 punto) | Escala Ordinal |
| | | | Postergación de actividades | Se refiere a posponer actividades de orden académico. | 1,6 y 7 | | |
| BIENESTAR PSICOLÓGICO | “El bienestar psicológico se define como una dimensión fundamentalmente evaluativa que tiene que ver con la valoración del resultado logrado con una determinada forma de haber vivido“ (Casullo & Castro, 2000, pág. 45) | El desarrollo de las capacidades y crecimiento personal será medido por la escala de Bienestar Psicológico BIEPS-A, constituido por 4 dimensiones: - Aceptación de Sí/ Control de situaciones - Vínculos Psicosociales - Autonomía - Proyectos | Aceptación de Sí/ Control de situaciones | Asumir los aspectos negativos y positivos de uno mismo / regulación de los posibles problemas y adaptación del medio | 2,11 y 13 | <ul style="list-style-type: none"> • Totalmente Desacuerdo • Poco de acuerdo • Moderadamente De acuerdo • Muy De Acuerdo • Bastante De Acuerdo • Totalmente de acuerdo | Escala Ordinal |
| | | | Vínculos psicosociales | Madurez en la socialización, muestra empatía con los demás. | 4,9 y 12 | | |
| | | | Autonomía | Se ve a si mismo independiente, sin necesidad de aprobación, capaz de tomar decisiones. | 5,7 y 8 | | |
| | | | Proyectos | Proponer metas y objetivos reales de acuerdo a las circunstancias actuales del individuo lo que le da un sentido de vida. | 1,3,6 y 10 | | |

ANEXO 3: INSTRUMENTO DE MEDICIÓN

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EPA

Busko (1998) Adaptación Domínguez, S. (2016)

INSTRUCCIONES

A continuación, se presenta una serie de enunciados sobre sus actividades académicas. Usted debe marcar con una (X) su respuesta según la frecuencia en que la situación se presente. No existen respuestas buenas o malas, lo más importante es la veracidad. Marca todas las frases teniendo en cuenta las siguientes alternativas: Nunca (No me ocurre) - Pocas Veces (Me ocurre pocas veces o casi nunca) - A veces (Me ocurre alguna vez) - Casi siempre (Me ocurre mucho) - Siempre (Me ocurre siempre).

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

ESCALA BIEPS – A (Adultos)

APELLIDOS Y NOMBRES:

EDAD:

SEXO:

GRADO DE INSTRUCCIÓN:

Le pedimos que lea con atención las frases siguientes. Marque su respuesta en cada una de ellas sobre la base de lo que pensó y sintió durante el último mes, las alternativas de respuesta son: **ESTOY DE ACUERDO – NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO – ESTOY EN DESACUERDO**. No hay respuestas buenas o malas; todas sirven. No deje frases sin responder. Marque su respuesta con una cruz (aspa) en uno de los tres espacios

| | De acuerdo | Ni de acuerdo ni en desacuerdo | En desacuerdo |
|---|-------------------|---------------------------------------|----------------------|
| 1. Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida. | | | |
| 2. Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo. | | | |
| 3. Me importa pensar qué haré en el futuro. | | | |
| 4. Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas. | | | |
| 5. Generalmente le caigo bien a la gente. | | | |
| 6. Siento que podré lograr las metas que me proponga. | | | |
| 7. Cuento con personas que me ayudan si lo necesito. | | | |
| 8. Creo que en general me llevo bien con la gente. | | | |
| 9. En general hago lo que quiero, soy poco influenciable. | | | |
| 10. Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida | | | |
| 11. Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar | | | |
| 12. Puedo tomar decisiones sin dudar mucho. | | | |
| 13. Encaro sin mayores problemas mis obligaciones diarias. | | | |

ANEXO 4: VALIDACIÓN DE DATOS

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: Procrastinación Y Bienestar Psicológico en Estudiantes de Enfermería Del Instituto De Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba -Grau - Apurímac – 2021

Nombre del Experto: OSCAR E. VIZA KINOSHITA

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

| ASPECTOS A EVALUAR | DESCRIPCIÓN: | EVALUACIÓN CUMPLE/ NO CUMPLE | PREGUNTAS A CORREGIR |
|--------------------|---|------------------------------|----------------------|
| 1. Claridad | Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado | Cumple | |
| 2. Objetividad | Las preguntas están expresadas en aspectos observables | Cumple | |
| 3. Conveniencia | Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado | Cumple | |
| 4. Organización | Existe una organización lógica y sintaxis adecuada en el cuestionario | Cumple | |
| 5. Suficiencia | El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad | Cumple | |
| 6. Intencionalidad | El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación | Cumple | |
| 7. Consistencia | Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado | Cumple | |
| 8. Coherencia | Existe relación entre las preguntas e indicadores | Cumple | |
| 9. Estructura | La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación | Cumple | |
| 10. Pertinencia | El cuestionario es útil y oportuno para la investigación | Cumple | |

III. OBSERVACIONES GENERALES


 Mgt. Ps. Oscar Enrique Viza Kinoshita
 C. Pe. R. 12948

Nombre: Oscar Enrique Viza Kinoshita
 DNI: 29411229

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: Procrastinación Y Bienestar Psicológico en Estudiantes de Enfermería Del Instituto De Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba -Grau - Apurímac – 2021

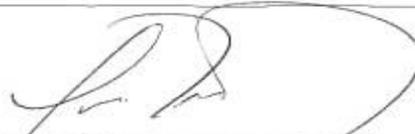
Nombre del Experto: Dr. Luis Manuel Rivas Romero

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

| ASPECTOS A EVALUAR | DESCRIPCIÓN: | EVALUACIÓN CUMPLE/ NO CUMPLE | PREGUNTAS A CORREGIR |
|--------------------|---|------------------------------|----------------------|
| 1. Claridad | Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado | X | |
| 2. Objetividad | Las preguntas están expresadas en aspectos observables | X | |
| 3. Conveniencia | Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado | X | |
| 4. Organización | Existe una organización lógica y sintaxis adecuada en el cuestionario | X | |
| 5. Suficiencia | El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad | X | |
| 6. Intencionalidad | El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación | X | |
| 7. Consistencia | Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado | X | |
| 8. Coherencia | Existe relación entre las preguntas e indicadores | X | |
| 9. Estructura | La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación | X | |
| 10. Pertinencia | El cuestionario es útil y oportuno para la investigación | X | |

III. OBSERVACIONES GENERALES

Ninguna


Nombre: Luis Manuel Rivas Romero
DNI: 09155398
Dr. Luis Rivas Romero
Docente Investigador
Cod. ORCID N° 000-0003-0820-158*

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: Procrastinación Y Bienestar Psicológico en Estudiantes de Enfermería Del Instituto De Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba -Grau - Apurímac – 2021

II. Nombre del Experto: José Alejandro Loayza Borda

III. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

| ASPECTOS A EVALUAR | DESCRIPCIÓN: | EVALUACIÓN CUMPLE/ NO CUMPLE | PREGUNTAS A CORREGIR |
|--------------------|---|------------------------------|----------------------|
| 1. Claridad | Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado | SI | |
| 2. Objetividad | Las preguntas están expresadas en aspectos observables | SI | |
| 3. Conveniencia | Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado | SI | |
| 4. Organización | Existe una organización lógica y sintaxis adecuada en el cuestionario | SI | |
| 5. Suficiencia | El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad | SI | |
| 6. Intencionalidad | El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación | SI | |
| 7. Consistencia | Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado | SI | |
| 8. Coherencia | Existe relación entre las preguntas e indicadores | SI | |
| 9. Estructura | La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación | SI | |
| 10. Pertinencia | El cuestionario es útil y oportuno para la investigación | SI | |

IV. OBSERVACIONES GENERALES



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAAD DEL CUZCO
FACULTAD DE DERECHO Y CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

MGY. JOSÉ ALEJANDRO LOAYZA BORDA
DOCENTE

Nombre:
DNI: 42005092

ANEXO 5: BASE DE DATOS

RESPUESTAS DE BASE DE DATOS TESIS - Excel (Error de activación de productos)

Archivo Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista ¿Qué desea hacer? Iniciar sesión Compartir

Pegar Fuente Alineación Número Estilos Celdas Modificar

B127 =SUMA(B104:B126)

| | F | G | H | I | J | K | L | M | N | O | P | Q | R | S | T | U | V | W | X | Y | Z | AA | AB | AC | AD | AE | AF | AG | AH | AI | AJ | AK | AL | AM | AN | |
|----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|---------|--------|--------|-------|---------|---------|---------|--------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|---------|---------|---------|---------|---------|------|----|--|
| 1 | 1. Cu | 6. Po | 7. Po | 2. Ge | 3. Cu | 4. As | 5. Tra | 8. Co | 9. Invi | 10. Tr | 11. Tr | 12. M | SUM/SUM | SUM/SUM | SUM/SUM | 1. Cre | 3. Me | 6. Sie | 10. S | 2. Si | 11. P | 13. E | 5. Ge | 7. Cu | 8. Cre | 4. Pu | 9. En | 12. P | SUM/SUM | SUM/SUM | SUM/SUM | SUM/SUM | SUM/SUM | D4.2 | | |
| 68 | 3 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 1 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 28 | 8 | 20 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 1 | 1 | 29 | 11 | 8 | 7 | 3 | | | |
| 69 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 4 | 3 | 1 | 3 | 24 | 5 | 19 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 36 | 12 | 8 | 8 | 8 | | |
| 70 | 2 | 4 | 4 | 1 | 2 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 23 | 10 | 13 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 36 | 10 | 8 | 9 | 9 | | | |
| 71 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 5 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 21 | 4 | 17 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 35 | 12 | 9 | 6 | 8 | | | |
| 72 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 13 | 4 | 9 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 37 | 12 | 9 | 8 | 8 | | | |
| 73 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 1 | 1 | 1 | 16 | 4 | 12 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 33 | 12 | 7 | 9 | 5 | | | |
| 74 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 15 | 3 | 12 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 35 | 10 | 9 | 9 | 7 | | | |
| 75 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 13 | 4 | 9 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 39 | 12 | 9 | 9 | 9 | | | |
| 76 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 22 | 9 | 13 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 37 | 12 | 9 | 9 | 7 | | | |
| 77 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 14 | 5 | 9 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 38 | 12 | 9 | 9 | 8 | | | |
| 78 | 3 | 5 | 5 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 28 | 13 | 15 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 37 | 12 | 9 | 8 | 8 | | | |
| 79 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 21 | 6 | 15 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 37 | 12 | 9 | 9 | 7 | | | |
| 80 | 4 | 1 | 1 | 2 | 5 | 1 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 26 | 6 | 20 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 23 | 4 | 7 | 7 | 5 | | | |
| 81 | 3 | 1 | 1 | 4 | 3 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 24 | 5 | 19 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 33 | 10 | 9 | 7 | 7 | | | |
| 82 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 26 | 7 | 19 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 34 | 12 | 9 | 6 | 7 | | | |
| 83 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 28 | 10 | 18 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 35 | 11 | 9 | 7 | 8 | | | |
| 84 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 21 | 5 | 16 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 32 | 11 | 8 | 6 | 7 | | | |
| 85 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 3 | 20 | 4 | 16 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 36 | 12 | 9 | 8 | 7 | | | |
| 86 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 3 | 22 | 3 | 19 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 1 | 2 | 3 | 30 | 11 | 7 | 6 | 6 | | | |
| 87 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 16 | 7 | 9 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 35 | 12 | 9 | 7 | 7 | | | |
| 88 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 21 | 5 | 16 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 39 | 12 | 9 | 9 | 9 | | | |
| 89 | 3 | 1 | 2 | 4 | 3 | 5 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 39 | 6 | 33 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 28 | 12 | 8 | 4 | 4 | | | |
| 90 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 28 | 5 | 23 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 31 | 11 | 7 | 8 | 5 | | | |
| 91 | 5 | 2 | 2 | 4 | 3 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 33 | 9 | 24 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 33 | 12 | 9 | 5 | 7 | | | |

Respuestas de formulario 1

Listo 100%

base de datos ok.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 40 de 40 variables

| | @1.Cuandoteng oquehacerunata reageneralment. | @6.Postergolos trabajosdelosc rsosquenomegu. | @7.Postergolas lecturasdelosc rsosquenomegu. | @2.Generalmer temepreparop adelantadoparal. | @3.Cuandoteng oproblemaspara entenderalgin... | @4.Asistoregul armenteaclases | @5.Tratodecon pletareltrabajo signadolomáspr. | @8.Constanten enttratodemej rarmishábitosde | @9.Inviertoeltie mponecesarioe nestudiaráuncu. | @10.Tratodeme tivarmeparama tenermiritmodee | @11.Trati minarlostu simportant |
|----|--|--|--|---|---|----------------------------------|---|---|--|---|---------------------------------------|
| 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 4 | 5 | 4 | 3 | 3 | 2 | |
| 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | |
| 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | |
| 4 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | |
| 5 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | |
| 6 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | |
| 7 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | |
| 8 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | |
| 9 | 3 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | |
| 10 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | |
| 11 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 4 | |
| 12 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | |
| 13 | 3 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | |
| 14 | 3 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 | 2 | |
| 15 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | |
| 16 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | |
| 17 | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | |
| 18 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | |
| 19 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 5 | 1 | 2 | 2 | 1 | |
| 20 | 1 | 1 | 1 | 4 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | |
| 21 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | |
| 22 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | |

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode ON

23°C 21:15 19/01/2022

ANEXO 6: INFORME DE TURNITIN AL 28% DE SIMILITUD

PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DEL INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICO PÚBLICO DE VILCABAMBA -GRAU - APURIMAC - 2021

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

| | | |
|----------|---|-----------|
| 1 | repositorio.upla.edu.pe Fuente de Internet | 4% |
| 2 | tesis.ucsm.edu.pe Fuente de Internet | 4% |
| 3 | repositorio.autonomadeica.edu.pe Fuente de Internet | 2% |
| 4 | Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante | 2% |
| 5 | Submitted to Universidad Alas Peruanas Trabajo del estudiante | 1% |
| 6 | www.dspace.uce.edu.ec Fuente de Internet | 1% |
| 7 | www.researchgate.net Fuente de Internet | 1% |
| 8 | www.redalyc.org Fuente de Internet | 1% |

| | | |
|----|---|-----|
| 9 | recursosbiblio.url.edu.gt Fuente de Internet | 1 % |
| 10 | revistadigital.uce.edu.ec Fuente de Internet | 1 % |
| 11 | www.app.minsa.gob.pe Fuente de Internet | 1 % |
| 12 | 200.37.16.212 Fuente de Internet | 1 % |
| 13 | repobib.ubiobio.cl Fuente de Internet | 1 % |
| 14 | Repositorio.usmp.edu.pe Fuente de Internet | 1 % |
| 15 | Submitted to Universidad Femenina del Sagrado Corazón Trabajo del estudiante | 1 % |
| 16 | Submitted to Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez Trabajo del estudiante | 1 % |

ANEXO 7: ACTA DE RECEPCIÓN DE TESIS DE LA INSTITUCIÓN

**UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA**

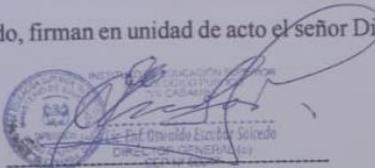
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ACTA DE ENTREGA - RECEPCIÓN DE TESIS

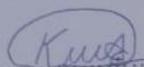
RECIBIDO
INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICO PÚBLICO "VILCABAMBA" - GRAU
Reg. N° 06 78 Fojos 01
Fecha 04 - 02 - 22 Hora 11
[Signature]

En Grau – Vilcabamba - Apurímac siendo el día 04 de febrero del 2022, ante el señor Oswaldo Escobar Salcedo, Director del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Vilcabamba, comparecen las bachilleres Karla Apaza Mamani y Clarivel Pumacayo Albarracín; quienes manifiestan hacer la entrega de de un texto impreso y anillado con el desarrollo del trabajo de titulación denominado: "PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DEL INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICO PÚBLICO DE VILCABAMBA -GRAU - APURIMAC – 2021"

En efecto, verificado por el Director que las bachilleres presentan el trabajo de titulación por lo que se dispone se levante la presente Acta de Entrega – Recepción.

Para constancia de lo actuado, firman en unidad de acto el señor Director y las bachilleres.


Oswaldo Escobar Salcedo
Director del Instituto


Karla Apaza Mamani
Bachiller en Psicología


Clarivel Pumacayo Albarracín
Bachiller en Psicología