



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y
TECNOLÓGICAS
CARRERA PSICOPEDAGOGÍA**

**La procrastinación académica y la autoestima en los estudiantes
universitarios de la carrera de Psicopedagogía de la UNACH.**

**Trabajo de Titulación para optar al título de licenciatura en
Psicopedagogía**

Autora:

Vallejo Guijarro Paulina Geovanna

Tutor:

Mgs. Luz Elisa Moreno Arrieta

Riobamba, Ecuador. 2024

DECLARATORIA DE AUTORÍA

Yo, Paulina Geovanna Vallejo Guijarro, con cédula de ciudadanía 060532984-6, autor a del trabajo de investigación titulado: **LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA DE LA UNACH**, certifico que la producción, ideas, opiniones, criterios, contenidos y conclusiones expuestas son de mí exclusiva responsabilidad.

Asimismo, cedo a la Universidad Nacional de Chimborazo, los derechos para su uso, comunicación pública, distribución, divulgación y/o reproducción total o parcial, por medio físico o digital; en esta cesión el cesionario no podrá obtener beneficios económicos. La posible reclamación de terceros respecto de los derechos de autor (a) de la obra referida, será de mi entera responsabilidad; librando a la Universidad Nacional de Chimborazo de posibles obligaciones.

En Riobamba, 24 de julio del 2024.



Paulina Geovanna Vallejo Guijarro

C.I: 0605329846



ACTA FAVORABLE - INFORME FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

En la Ciudad de Riobamba, a los 7 días del mes de mayo de 2024, luego de haber revisado el Informe Final del Trabajo de Investigación presentado por la estudiante **VALLEJO GUIJARRO PAULINA GEOVANNA** con CC: **060532984-6**, de la carrera **PSICOPEDAGOGÍA** y dando cumplimiento a los criterios metodológicos exigidos, se emite el **ACTA FAVORABLE DEL INFORME FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN** titulado "**LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA DE LA UNACH**", por lo tanto se autoriza la presentación del mismo para los trámites pertinentes.

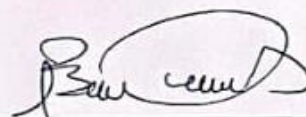

Mgs. Ldz Elisa Moreno Arrieta
TUTORA

CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

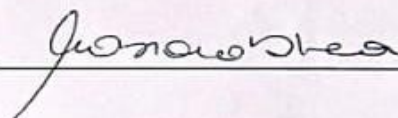
Quienes suscribimos, catedráticos designados Miembros del Tribunal de Grado para la evaluación del trabajo de investigación **“La procrastinación académica y la autoestima en los estudiantes universitarios de la carrera de Psicopedagogía de la UNACH”**, presentado por **Paulina Geovanna Vallejo Guijarro**, con cédula de identidad número **0605329846**, bajo la tutoría de **Mgs, Luz Elisa Moreno Arrieta**; certificamos que recomendamos la **APROBACIÓN** de este con fines de titulación. Previamente se ha evaluado el trabajo de investigación y escuchada la sustentación por parte de su autor; no teniendo más nada que observar.

De conformidad a la normativa aplicable firmamos, en Riobamba el 24 de julio del 2024.

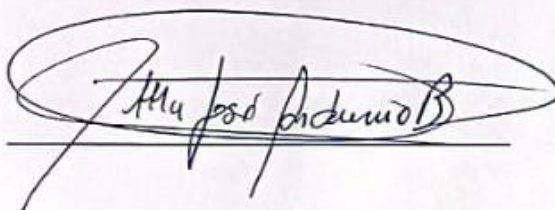
Dra. Patricia Bravo Mancero
PRESIDENTE DEL TRIBUNAL DE GRADO



Mgs. Fabiana de León Nicarreta
MIEMBRO DEL TRIBUNAL DE GRADO



Mgs. María José Andramuño Bermeo
MIEMBRO DEL TRIBUNAL DE GRADO

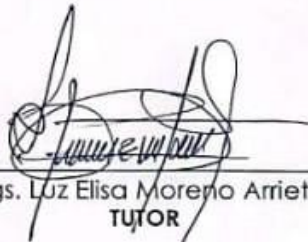




CERTIFICACIÓN

Que, **VALLEJO GUIJARRO PAULINA GEOVANNA** con C.C. **0605329846**, estudiante de la Carrera de **Psicopedagogía**, de la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías; ha trabajado bajo mi tutoría el trabajo de investigación titulado "**LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA DE LA UNACH**", cumple con el **7%**, de acuerdo al reporte del sistema Anti plagio **TURNITIN**, porcentaje aceptado de acuerdo a la reglamentación institucional, por consiguiente autorizo continuar con el proceso.

Riobamba, 19 de julio de 2024.



Mgs. Luz Elisa Moreno Arrieta
TUTOR

DEDICATORIA

Este trabajo de investigación se lo dedico a Dios que me ha dado la vida, amor, inteligencia, salud y la fortaleza con la que he afrontado los momentos difíciles vividos a lo largo de este camino hacia la meta profesional, quien me ha cuidado todos mis pasos en todo momento y ha mandado ángeles en forma de personas cuando más vulnerable estaba.

Dedico este trabajo a mi madre, padre, hermano y abuela materna, quienes me han apoyado anímico, económico y por su amor expresado con acciones de consideración como sacrificio, para lograr alcanzar a mis sueños.

A las personas que estuvieron que se quedaron o que el tren de la vida los llevó, a mis amigos y novio, fueron muy fundamentales en este proceso de lágrimas como alegrías y agradezco de la manera más sincera, sin ellos no hubiera logrado alcanzar este sueño. Mil gracias.

Paulina Geovanna Vallejo Guijarro

AGRADECIMIENTO

Mis sinceros agradecimientos a Dios por la vida y salud, permitiéndome llegar a la culminación de la vida universitaria de una manera satisfactoria, poniendo personas que han sido de gran ayuda emocional y académica.

Agradezco a mi tutora, pendiente en la construcción de la tesis, facilitando llegar a su culminación, con una guía, consejos y retroalimentaciones significativas para la investigación.

A la Universidad Nacional de Chimborazo, por abrirme las puertas para poder alcanzar mi formación profesional más idónea, agradezco a cada persona administrativa que me han ayudado en los procesos burocráticos, los docentes impartíendome sus conocimientos con estima y de manera bondadosa, personal de limpieza y de seguridad que han ayudado a generar un ambiente agradable.

A mis padres les agradezco que desde los inicios de mi vida me han apoyado de todas las maneras, para que llegue al camino de mi felicidad y formación.

Paulina Geovanna Vallejo Guijarro

ÍNDICE GENERAL

DECLARATORIA DE AUTORÍA

DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTOR

CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

CERTIFICADO ANTIPLAGIO

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTO

ÍNDICE GENERAL

ÍNDICE DE TABLAS

ÍNDICE DE FIGURAS

RESUMEN

ABSTRACT

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN	14
1.1 Antecedentes	15
1.2 Planteamiento del problema.....	16
1.3 Justificación	18
1.4 Objetivos.....	18
1.4.1 Objetivo General	18
1.4.2 Objetivos Específicos.....	19
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO	20
2.1 PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA.....	20
2.1.1 Historia.....	21
2.1.3 Modelos teóricos de la procrastinación.....	22
2.1.4 Elementos de la procrastinación.....	24
2.1.5. Causas y consecuencias.....	25
2.1.6 Factores preventivos.....	26
2.2 AUTOESTIMA	26
2.2.1 Aspectos generales	26
2.2.2 Planteamientos teóricos desde el humanismo	28
2.2.3 Desarrollo de la autoestima	30
2.2.4 Componentes de la autoestima.....	30
2.2.5 Causas y consecuencias de alteraciones en la autoestima.....	32
2.2.6 Importancia de la autoestima.....	34

3.2 La autoestima y procrastinación	35
CAPÍTULO III. METODOLOGÍA	36
3.1 Enfoque de la Investigación.....	36
3.2 Diseño de la Investigación	36
3.3 Tipo de investigación.....	36
3.4 Nivel o alcance de la investigación.....	37
3.5. Población y Muestra	37
3.5.1 Población.....	37
3.6. Técnicas e Instrumentos para la Recolección de Datos	38
3.7 Técnicas para Procesamiento de Interpretación de Datos.....	38
CAPÍTULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	40
4.1 RESULTADOS	40
4.1.1 Número estudiantes varones y mujeres de la carrera de Psicopedagogía que	40
formaron parte de la muestra.....	40
4.1.2 NIVEL DE PROCRASTINACIÓN	40
4.1.3 NIVEL DE AUTOESTIMA.....	43
4.1.4 CORRELACIÓN DE ENTRE LA PROCRASTINACIÓN Y AUTOESTIMA	45
5.2 DISCUSIÓN	46
CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	47
5.1 Conclusiones	47
5.2 Recomendaciones	47
BIBLIOGRAFÍA	49
ANEXOS	52

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Población de estudio	37
Tabla 2. Muestra de estudio	38
Tabla 3. Sexo de los estudiantes	40
Tabla 4. Nivel de procrastinación	40
Tabla 5. Nivel de procrastinación según el sexo.....	41
Tabla 6. Nivel de autoestima.....	43
Tabla 7. Nivel de autoestima según el sexo	44
Tabla 8. Correlación de entre la procrastinación y autoestima	45

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Nivel de procrastinación	40
Figura 2. Niveles de procrastinación según el sexo	42
Figura 3. Nivel de autoestima.....	43
Figura 4. Nivel de autoestima según el sexo	44

RESUMEN

La procrastinación es una de las problemáticas más frecuentes en las comunidades de la formación educativa, afectando en todas las áreas de la vida, por lo mismo la investigación tuvo el objetivo de analizar la procrastinación académica en relación de la autoestima en universitarios de la carrera de Psicopedagogía, con una muestra de 60 participantes de tercer y octavo semestre. Los resultados de la investigación beneficiarán a los universitarios a descubrir la raíz de los obstáculos que impiden un desarrollo potencial en el área académica como en otras necesarias para la funcionalidad social y personal. La investigación cuenta con una metodología con un enfoque cuantitativo con diseño no experimental, el tipo de investigación por los objetivos fue básica; por el lugar, de campo; por el tiempo, transversal; por su nivel o alcance, la investigación fue correlacional y descriptiva. Los instrumentos utilizados en el estudio fueron la Escala de Procrastinación General y el test de autoestima de Rosenberg los cuales facilitaron la obtención de datos relevantes. Consumado el estudio señala una relación negativa y débil entre la autoestima y la procrastinación, dando como resultado un 46% de estudiantes con autoestima alta y un 48% de estudiantes con dilación media, permitiendo la deducción de que la procrastinación de manera cotidiana puede producir menos impacto negativo en la formación de nuestra valía por la construcción inconsciente de un hábito negativo, afectando a largo plazo, a todas las áreas de desarrollo de las personas que la realizan.

Palabras claves: procrastinación académica, estudiantes universitarios, autoestima, autorregulación

ABSTRACT

The main objective research was to analyze academic procrastination in relation to self-esteem in university students of the Psychopedagogy career, with a sample of 60 participants of third and eighth semester. Procrastination is one of the most frequent problems in the educational training communities, affecting all areas of life. The results of the research will benefit the university students to discover the root of the obstacles that prevent a potential development in the academic area as well as in other areas necessary for social and personal functionality. The research has a methodology with a quantitative approach with non-experimental design, the type of research was basic because of the objectives; because of the place, field; because of the time, transversal; because of its level or scope, the research was correlational and descriptive. The instruments used in the study were the General Procrastination Scale and the Rosenberg self-esteem test, which facilitated the collection of relevant data. The study shows a negative and weak relationship between self-esteem and procrastination, resulting in 46% of students with high self-esteem and 48% of students with medium procrastination, allowing the deduction that procrastination on a daily basis can produce less negative impact on the formation of our worth by the unconscious construction of a negative habit, affecting in the long term, all areas of development of the people who perform it.

Keywords: academic procrastination, university students, self-esteem, self-regulation.



Reviewed by:
Marco Antonio Aquino
ENGLISH PROFESSOR
C.C. 1753456134

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

La procrastinación es postergar tareas como mecanismo de defensa, el cerebro se activa cuando enfrenta tareas complicadas recurriendo a las actividades más satisfactorias, ofuscando el cumplimiento de objetivos, además de acarrear otras problemáticas como la baja autoestima, estrés y altos niveles de ansiedad. El sentirse capaz de satisfacer las necesidades básicas y cumplir objetivos hace que tengamos una autoestima sana, siendo una percepción positiva acerca de sí mismo, uno de los factores que evocan una perspectiva negativa la postergación que debilita la autoeficacia y por consecuencia a una autopercepción insuficiente de la persona (Quant y Sánchez, 2012).

El bienestar integral de los universitarios es un principio de desarrollo en la psicopedagogía y se ve afectado por problemas emocionales, sociales, fisiológicos, neurológicos y psicológicos. Del último nivel en específico existen varios estudios que señalan un incremento de problemas en la autoestima y gestión académica, estos factores se correlacionan de manera positiva y negativa, en este caso señalan que la procrastinación es un factor más frecuente en el área educativa. Los estudios de la procrastinación académica en relación con la autoestima son muy pocos, pero en cuanto a los existentes señalan una correlación negativa, es decir, mientras la variable de la procrastinación es alta, la de la autoestima es baja, impidiendo alcanzar objetivos profesionales y personales (Hidalgo et al., 2022).

El desempeño académico como lo indican varios estudios, engloba no solo el componente intelectual, sino también otros factores sustanciales como el emocional, en el mismo se investigará la autoestima y en esta la eficacia como puede o no contribuir a uno de los frecuentes problemas que es la dilación, en los estudiantes universitarios son más frecuentes por la carga de proyectos como tarea, por los mismo al ser parte y estar inmersa en la carrera de Psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo se pudo observar que tenían tendencia a la postergación, lo que produce sentimientos negativos sobre la autoeficacia en su desempeño. La meta que se busca alcanzar en este proyecto investigativo corroborar es que los estudiantes universitarios de la carrera de Psicopedagogía tengan un bajo nivel de autoestima, por lo que se pretende determinar la relación entre la procrastinación académica y autoestima. A fin de lograr todo lo planteado en el apartado se desglosarán las variables en definición, tipología, causas y consecuencias, por medio de un enfoque cuantitativo, un diseño no experimental y de tipo correlación utilizando instrumentos psicométricos para cada variable.

El informe de investigación tuvo una estructura de un total de cinco capítulos, en los cuales se describen aspectos esenciales que fueron parte del proceso de investigación. En el capítulo I Introducción se detallan los antecedentes, el planteamiento del problema con investigaciones a nivel maso, meso y micro, seguidamente de la formulación del problema de la investigación, la justificación donde se presentan las razones para de la elaboración y junto con los objetivos: el general y los específicos.

Para el capítulo II Marco teórico se utilizaron varias fuentes de información de distintos autores para el análisis teórico como conceptual de las dos variables de estudio: la procrastinación académica y autoestima. En el capítulo III la metodología de la investigación

se planteó características en las que se basó la investigación, con el enfoque, tipos, alcance, población, muestra y técnicas e instrumentos para recoger datos.

Por otro lado, el capítulo IV presenta los resultados y discusión, en los mismos se manejaron técnicas de procesamiento y análisis de datos obtenidos con anterioridad de la aplicación de reactivos: Test de Rosenberg y Test EPG. El capítulo V es donde se exponen las conclusiones y recomendaciones en base a los resultados, que se obtuvieron en el estudio y por último se muestra la bibliografía utilizada durante el proceso del trabajo investigativo junto a los anexos que ayudaron a la ejecución del mismo.

1.1 Antecedentes

Anterior a la ejecución de la investigación, se hizo una compilación de fuentes de información verídicas, estando relacionadas al tema presentado del proyecto siendo fundamentales para la elaboración del mismo, en los siguientes párrafos se precisan aspectos importantes de investigaciones realizadas:

Se ejecutó un meta-análisis de 35 estudios autónomos, acerca de las variables de procrastinación, autoestima, ansiedad y otras relacionadas, en los resultados se encontró una relación negativa de intensidad media entre la autoestima y la procrastinación en el ámbito académico. Es decir, los estudiantes que presentaban un bajo nivel autoestima tendían a un nivel más alto de procrastinación académica, por cual se considera como una posible solución el fortalecimiento de autoestima, a fin de que el nivel de procrastinación baje. Además, en estos estudios se encontró en cuanto al sexo no hay una diferencia significativa, no obstante, algunos estudios señalan que los varones tienden a procrastinar más que las mujeres, y aunque se infiere que en la universidad se produce más el fenómeno de la dilación se podría producir en cualquier nivel educativo (Hidalgo et al., 2022).

Se realizó un estudio en México con los estudiantes de la Facultad de Ciencias Educativas de la Universidad Autónoma del Carmen, donde se evidenció que los estudiantes universitarios de séptimo semestre tienen una alta tendencia a la postergación a diferencia de los estudiantes de primer semestre donde existe un menor nivel, en esta investigación también se buscó encontrar las razones por las que se optaba por postergar actividades de manera poco racional, de las más frecuentes se encontraban relacionadas con el miedo a fracasar, carencia de autoeficacia y poca de motivación en la iniciación de actividades en correlación con otras investigaciones citadas en el artículo, por lo cual se deduce que la procrastinación tiene una base emocional y actitudinal (Cárdenas et al. 2021).

En Perú, Salgado (2019) ejecutó una investigación donde obtuvo los siguientes resultados de la variable de procrastinación donde: un 5% presentan una predisposición alta de postergar actividades, 55% se encuentra en un nivel medio y 40% en un nivel bajo. Asimismo, se evidencia que el 30% presentan niveles altos de autoestima y un 70% presenta un nivel de autoestima medio. Dando como resultado que tienen una correlación positiva débil no significativa, es decir que ambas variables incrementan juntas de manera esporádica. Bustinza (2021) realizó un estudio correlacional de la procrastinación y autoestima los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería ingresantes en el semestre 2019-II a la Universidad Andina del Cusco encontrando que la procrastinación académica alta está asociado en un 100% con autoestima baja, indicando la relación negativa entre ambas variables, además otro dato a

destacar es que la mayoría de estudiantes del estudio tienen un nivel medio de procrastinación, un aspecto a tomar en cuenta.

En Quito-Ecuador se realizó un estudio de 788 estudiantes de universidades públicas y privadas del Distrito Metropolitano de Quito, donde los resultados apuntan a una relación negativa entre la procrastinación y la autoeficacia, por otro lado, una relación positiva entre el rendimiento académico y la autoeficacia, lo que se deduce que, si existe, un sentido de autoeficacia débil conduce a incrementar comportamientos dilatorios que, a la vez, produce bajas calificaciones y desempeño académico. Se puede concluir una posible relación casi directa de la autoestima con la autoeficacia porque es un componente de la misma y por relación de transferencia se puede correlacionar con la postergación (Zumárraga y Cevallos, 2022).

En el contexto local, hay investigaciones sobre la procrastinación; una de ellas es una realizada en Riobamba en la Escuela Politécnica Superior de Chimborazo, con una muestra de 167 estudiantes de Turismo. Los resultados arrojaron en las dimensiones de la procrastinación, en la autorregulación académica los estudiantes tienen el nivel bajo el 98,2%, evidenciando que los estudiantes no planifican las actividades que deben cumplir; en otro componente la postergación de actividades el 46,7% de los estudiantes denotan un nivel alto, dejando para después de manera voluntaria las actividades educativas, llegando a realizarlas al límite de tiempo provocando un malestar (Chavez y Moreno, 2022)

1.2 Planteamiento del problema

Existen diversos factores que impiden el desarrollo exponencial de los estudiantes universitarios como la procrastinación y su relación negativa con la autoestima. La RAE define como la acción de aplazar para un día antes o hasta horas previas a la entrega del trabajo académico, produciendo en consecuencia cierto nivel alto de estrés o malestar intrínseco por la falta organizacional de tiempo como recursos. Existen autores que señalan a la postergación como un acto irracional, consciente y voluntario, al ser conscientes de este autosaboteo las personas se incurre a la falta de perdón y culpabilidad que distorsiona el autoconcepto (autoestima) como el sentido de la capacidad. La autoestima sana es uno de los factores sustanciales para la permanencia en el sistema formativo y el bienestar integral del estudiante. Los logros académicos y personales proporcionan el sentido de crecimiento como satisfacción que apoya a la consolidación de una autoestima saludable, no obstante, esta variable con el autosabotaje produce un descenso de esta.

Según Sánchez (2010), a nivel internacional la procrastinación se ha convertido en una problemática social, se han hecho estudios desde hace un siglo, donde se denota que la casi mitad (40%) de la población norteamericana tiende a la dilación de actividades y más de un 25% sufre de un procrastinación crónica, en esos estudios los universitarios tienen más inclinación a postergar en un 40%, estudios de finales del siglo XX e inicios del siglo XIX muestran que los estudiantes universitarios ejecutan conductas relacionadas con la dilación de manera habitual, no obstante es pertinente señalar que a nivel mundial la dilación irracional es mucho más ejecutada en estudiantes o personas que tienen mucho más tiempo disponible. En México en el 2020 se realizó un estudio con una población de 758 estudiantes universitarios donde los resultados apuntaban una correlación positiva donde a mayor

procrastinación, así mismo será el nivel de la adicción a internet produciendo una insatisfacción en su vida en general.

Los estudios realizados en Latinoamérica en los países en vías de desarrollo, en su mayoría no cuantifican a la procrastinación u otras variables, aunque si existen estudios correlaciones. Un país como Perú con una relación directa por la historia compartida, nos podría dar una aproximación de estas variables, en un estudio en la Universidad de Trujillo, donde Salgado (2019), difirió de los datos obtenidos de su población apuntaban a porcentajes altos en cuanto a un nivel intermedio de procrastinación como de autoestima, plasmando un bajo número de personas en los niveles altos o bajos de las variables, cifras que dan la posibilidad a propiciar un nivel bajo o alto que incidirán en el proceso educativo o en desenvolvimiento de su vida, también se denota en el estudio que como universitarios los proyectos o actividades que los ocupan por un tiempo considerable propician ser menos propensos a la postergación por la cantidad de responsabilidades para llegar a la meta que se tiene. Otro estudio en Brasil a 263 estudiantes de maestría donde se señaló una correlación negativa entre la procrastinación académica y bienestar subjetivo (auto percepción), las variables estudiadas relacionadas de manera negativa con la procrastinación siempre se asocian con el bienestar relacionado directamente con la autoestima y la salud física (Bejarano y Schult, 2023).

En cuanto al contexto nacional, no encontramos dos variables relacionadas, pero algunos estudios que aproximan las variables estudiadas como el estudio de la Universidad Técnica de Ambato, de Carranza y Flores (2023), que constata una autoeficacia alta (63 %) y una muy baja (4%) creencias a no poder cumplir metas y objetivos, lo que podría deducirse que presentan menos factores negativos en sus hábitos académicos. En la Universidad Central del Ecuador en un estudio señala que la autoeficacia y la procrastinación académica tienen mayor repercusión en el desempeño académico, es decir que, a una mayor procrastinación se da un bajo desenvolvimiento académico, afirmando una relación directa con la autoeficacia y la procrastinación, perjudicando al éxito del ámbito de formación (Zumárraga y Cevallos, 2022).

Cabezas (2022) realizó un estudio a la población cuyo objetivo es la investigación y encontró que un 70% tenía un nivel medio de procrastinación que puede evocar un nivel alto o bajo dependiendo del manejo de tiempo y emocional, aunque solo se analizó la variable procrastinación. Situándonos en la población actual de los estudiantes universitarios de la carrera de Psicopedagogía, se ha observado en el transcurso de los semestres que produce una actitud con tendencia a una postergación en la entrega de las tareas de cátedras que se perciben como más complicadas y muy tediosas, aunque en algunos casos más extremos, ni siquiera se presentan las tareas, esto genera frustración y en general un malestar intrapersonal, por lo mismo surge la interrogante ¿existirá una correlación entre la procrastinación académica y autoestima en los estudiantes universitarios de Psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo?, con esta duda despejada en la ejecución de la investigación podremos identificar posibles factores que repercuten en el desarrollo integral y alcance de metas académicas del estudiante universitario.

1.3 Justificación

En la formación académica universitaria tiene una alta exigencia en cuanto al cumplimiento de las tareas, exámenes, actividades complementarias y otras; por lo mismo cualquier comportamiento desadaptativo, es un obstáculo para llegar a la meta (obtención del título profesional), siendo así la procrastinación una de las conductas desadaptativas más frecuentes en el contexto universitario, esta da como resultado un estancamiento y malestar general en los estudiantes, que puede orillar a la deserción universitaria y hasta problemas más severos como depresión o pensamientos autolíticos, en las menos oportunas situaciones.

La prevención e intervención en las dificultades académicas genera menos inversión a nivel económico del Estado como de los familiares que apoyan a los estudiantes, y probablemente genera menos desgaste emocional al no tener que enfrentar procesos poco atractivos y demorosos, como repetir cátedras del anterior semestre, volver a hacer papeleo y, entre otras actividades, que generan sentimientos de inseguridad, insatisfacción y pensamientos negativos sobre las propias capacidades de lograr objetivos, afectando a la autoestima.

La identificación de factores como un nivel bajo autoestima o un nivel alto demora que afectan a la realización profesional y al personal, tratados en esta investigación ayudarán a la comunidad educativa, y específicamente a los estudiantes a reconocer áreas en las que pueda trabajar de forma autónoma o con un especialista, para lograr una vida estudiantil satisfactoria y funcional, lo que permitió obtener resultados para analizarlos fueron las técnicas psicométricas, y este estudio podría tomarse como referente, para proporcionar mejoras en instituciones superiores o en la carrera de Psicopedagogía.

Para la ejecución de esta investigación, se dispuso en primera instancia de la autorización de las autoridades, docentes como estudiantes de la carrera de Psicopedagogía, y de todos los recursos económicos e intelectuales, siendo factible su elaboración, teniendo también un valor teórico que avala el sostenimiento de las variables expuestas por medio de recursos explícitamente científicos como revistas, tesis y otros. La utilidad metodológica de este estudio es la producción de conocimientos con resultados fidedignos, con un enfoque cuantitativo lo cual permitió una investigación deductiva, además este estudio cuenta con la característica de originalidad porque a pesar de existir algunos estudios sobre estas variables, aun no se han realizado en el contexto ecuatoriano en adición, es un acontecimiento es de interés social y de la acontece en la actualidad.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo General

Determinar la procrastinación académica en relación con la autoestima en los estudiantes universitarios de la carrera de Psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo.

1.4.2 Objetivos Específicos

- Establecer el nivel de procrastinación de los estudiantes universitarios de la carrera de Psicopedagogía de tercero y octavo semestre de la Universidad Nacional de Chimborazo.
- Determinar el nivel de autoestima de los estudiantes universitarios de la carrera de Psicopedagogía de tercero y octavo semestre de la Universidad Nacional de Chimborazo.
- Analizar la relación la procrastinación académica y la autoestima en los estudiantes universitarios de la carrera de Psicopedagogía tercero y octavo semestre de la Universidad Nacional de Chimborazo.

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

2.1 PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

La procrastinación académica es aplazar de manera poco racional los trabajos educativos al tiempo máximo de entrega, dejando al último sus obligaciones por acciones más placenteras, es algo muy frecuente en el ámbito universitarios por la carga horaria mal distribuida o sobrecargada, la presión y otros factores endógenos y exógenos, conlleva a un bajo desempeño académico o una retirada de la carrera universitaria. Está relacionada de manera comprobada con el bajo nivel de autoestima, poca autoconfianza o autocontrol, depresión, mala administración del tiempo, estrés y ansiedad. Existen muchas causas por las cuales se produce esta procrastinación, pero las investigaciones señalan la generación de este fenómeno por lo poco llamativa que es una actividad, por no saber cómo realizarla o por querer hacerla de manera perfecta (Estrada et al. 2022).

La dilación de tareas va más allá del incumplimiento, desnaturalizando el sentido de cumplir con las tareas con responsabilidad, a tiempo y con una previa planificación necesaria, produciendo que trazarse metas a largo plazo sea más complicado de lograr. Algunas situaciones generan que un estudiante sea más propenso a procrastinar como lo es el incremento de tareas, tiempo escaso para cumplir las asignaciones, las evaluaciones, personalidad de los profesores y actividades extracurriculares obligatorias, reduciendo así que el tiempo para otras obligaciones estudiantiles o personales. Enfrentarse a situaciones de estrés de manera excesiva orilla a los estudiantes a tener conductas desadaptativas de manera social, poniendo en riesgo la integridad del mismo.

La procrastinación académica no solo trae problemas a la persona que la practica, sino también a toda una comunidad educativa, debido al retraso de actividades de formación, produciendo la inestabilidad de la permanencia en la universidad, además que el gasto de la institución asciende, con eso también los trámites administrativos se duplican; causando así estrés, frustración y desesperanza al estudiante como a sus allegados, por todas esas problemáticas producidas en cadena es importante realizar intervenciones oportunas y menguar el fenómeno, entendiendo como la raíz que se encuentra en los factores internos y externos (Suárez, 2022).

2.1.1 Historia

Las problemáticas sociales se han sobrepuesto en todas las épocas de la humanidad y cada vez se visibilizan con más frecuencia por los latentes medios de comunicación en la actualidad, no obstante, en la antigüedad por medio de pensadores romanos como griegos reconocidos como Cicerón, Tucídides, Hesíodo y otros, se difundieron apotegmas haciendo alusión a la lentitud como una característica retardadora al ejecutar una tarea que necesitaba de inmediatez, también se hacía referencia a la procrastinación como una actitud que lleva al fracaso, pérdida de una guerra o a la pobreza, estos pensamientos no tenían un análisis compacto de la variable, sin embargo la veía como un fallo irracional de la conducta humana (Ayala y Villanueva, 2019).

Por casi los mismos años, los egipcios también se pronunciaron ante este fenómeno como el acto de eludir un trabajo importante e inclinarse a la pereza, un jeroglífico encontrado transmitía la idea de que el retraso de una sola persona en un trabajo, producía que todos los demás llegarán más tarde a su casa. Desde épocas antiguas se buscaba que esta acción irracional que retrasaba cosechas o construcciones, menguara por lo mismo el Rey de Babilonia, Hammurabi planteó en su código, una ley acerca de disponer un tiempo límite ante cualquier insatisfacción, contribuyendo a ir de manera progresiva respondiéndolas. Por el siglo XVII, Anthony Walker proporcionó una definición original de la procrastinación, en la cual concatenaba a tres conceptos que eran la soslayar un deber con la poca fuerza de voluntad, haciendo de ese actuar un pecado; siglos después en la Revolución Industrial o en épocas donde la productividad era la base del desarrollo de una sociedad, se veía como una acción justificada por el exceso de trabajo que se exigía en ese entonces, por lo mismo no era vista como una problemática social a tratar (Atalaya y García, 2019).

Uno de los primeros análisis más sectorizados en esta conducta se produjo en el año de 1986 por Lay, donde se hizo el primer estudio de análisis integral estudiando causas hasta el tratamiento de la dilación, años más tarde otra investigación se produjo en 1992 realizado por Milgram Nonnan, se la consideraba como una enfermedad el retrasar actividades, debido a que aplazar acciones para países en crecimiento daba paso a una aglomeración de tareas, dando como resultado la dilación de estas. Otras investigaciones en posteriores años profundizan al mismo tiempo que delimitaban sobre el sobre poner tareas de manera irracional como la de Joseph Ferrari y sus investigadores en 1995, señalan la diferencia entre la postergación como una acción más relacionada en dejar una tarea menos sustancial por otra que si lo es, por otro lado se habla de la procrastinación como el acto poco racional de dejar una tarea que se puede elaborar con antelación por otra más satisfactoria (Ayala y Villanueva, 2019).

La investigación acerca de la procrastinación académica empezó en la época de los 70, cuando especialistas en la conducta optaron por potenciar el desempeño académico de los universitarios que contaban con un bajo rendimiento, ellos analizaron a estos estudiantes encontrando altos niveles de procrastinación como malos hábitos de estudio y poco establecimiento de objetivos, para revertir los efectos de una procrastinación crónica se desarrollaron en su mayor parte estrategias de tipo conductual, con el fin de ayudar el desempeño académico de los estudiantes (Estremadoiro y Schulmeyer, 2021).

2.1.2 Aspectos generales

La palabra procrastinación devine del latín procrastinare que significa dejar una tarea para otro día, aunque se le podría definir de esa manera más condensada se omitiría las implicaciones que delimitan a este término de otros similares, puesto que decir retrasar actividades a procrastinar las mismas no es similar, porque la primera se puede producir por un advenimiento imprevisto sucediendo un mínimo de veces y la otra es realizada de manera consciente con más frecuencia. Aunque haya diferencias entre los términos en la antigüedad se veía a la procrastinación, postergación, lentitud o retraso, como una acción pecaminosa o que llevaría al ser humano hacia su perdición, entendiendo que la producción en tiempos antiguos era la fuente de supervivencia (Atalaya y García, 2019).

Las definiciones de la procrastinación son muchas, no obstante, las de la mayoría de los autores señalan que es el acto de retrasar una labor de manera intencionada, para ejecutar otra que sea mucho más placentera y con menos esfuerzo, a fin de evitar el estrés o sensaciones negativas generadas por esa actividad vista como compleja; aunque de manera paradójica, el ocupar el tiempo en actividades de entretenimiento cuando no es oportuno, así pues, produce más emociones negativas, esto se debe al sentimiento de culpa por el hecho de no cumplir el cometido en el plazo de tiempo establecido. El producto de realizar acciones con consecuencias positivas a corto plazo, hace que a largo plazo sea más difícil, el hecho de obtener los objetivos deseados a futuro. Para Brando (2020) la procrastinación vista desde una base neurológica se atribuye específicamente a la corteza orbital central y la circunvalación frontal media, que son las principales regiones cerebrales encargadas en el autocontrol y regulación de las emociones, según las últimas investigaciones, aunque también se le atribuye la procrastinación a la hiperactividad en la red neuronal y a la impulsividad en donde los estudios arrojaron que sí existía una relación directa.

El malestar psicológico generado en la demora irracional es subjetivo, es decir, no solo es una baja responsabilidad u holgazanería a elección, sino un legítimo problema de regulación interna a nivel cognitivo, afectivo y conductual. Una persona que procrastina de manera habitual tiene la intención de ejecutar una tarea, no obstante, de manera conductual no realiza acciones que le llevarán a cumplir dicha labor generando evasivas, justificando de manera momentánea su inacción, produciéndose así un auto-sabotaje, un comportamiento nocivo para el bienestar integral de una persona funcional en la sociedad de producción (Díaz, 2019).

2.1.3 Modelos teóricos de la procrastinación

Se han postulado un conjunto de ideas y perspectivas, a fin de explicar el comportamiento dilatorio y facilitar al acercamiento de la realidad causal de esta conducta desadaptativa, desde diferentes enfoques como el psicoanalítico, conductual y otros a continuación se presentan:

2.1.3.1 Modelo Psicodinámico

Sostiene que la conducta de postergación se origina desde la infancia por factores exógenos como los padres, esto da como resultado la consolidación de un adulto con los

procesos cognitivos constituidos y los conflictos internos materializados en la conducta; los psicoanalíticos, también asienten en la premisa de este modelo, la cual señala al nivel de exigencia y la búsqueda de aprobación paterna, influye a percibir o no a una tarea como una amenaza que se debiera evitar. En la adolescencia es una etapa crucial donde si las expectativas de rendimiento académico de los padres son desproporcionales, producen un malestar el cual puede llevar a presionarse inadecuadamente o rebelarse y no acatar ordenes; por lo mismo se dice que la procrastinación es una manifestación de la rebeldía hacia los cuidadores e inmadurez (Atalaya y García, 2019).

La procrastinación en este modelo tiene como origen el miedo de no poder cumplir con las metas propuestas, a pesar, de tener todas las competencias adecuadas para hacerlo; este miedo surge en la niñez cuando el infante realiza una tarea y tuvo consecuencias negativas por ejecutarla inadecuadamente, generando incertidumbre si la anterior ocasión pueda o no llevarle a castigos o puedan producirse sentimientos de decepción por los progenitores. La sensación del pasar del tiempo con rapidez y la inmutación, de no saber si empezar una actividad, un trabajo o una oportunidad, da como resultado en la adultez una ansiedad y probables sentimientos de insuficiencia (Atalaya y García, 2019).

2.1.3.2 Modelo Conductual

Una persona reproducirá o no una conducta, según el estímulo sea negativo o positivo, así como planteaba Skinner en su teoría conductista, el comportamiento de dilación de forma importuna se genera desde la niñez y se prolonga con la edad por el patrón adictivo de sentir placer por las acciones entretenidas a corto plazo, pausando aquellas tareas que implican esfuerzo y tienen una satisfacción a largo plazo o el cumplimiento de metas. Una conducta que se produce de forma recurrente perdura con el tiempo por el efecto satisfactorio del resultado de practicarla, inversa cuando una conducta tiene consecuencias negativas y se merma la práctica de ese comportamiento. Este modelo se basa en dejar para después las actividades más complicadas, incurriendo siempre a las recompensas rápidas, produciéndose así las conductas procrastinadoras que puede conducir a una dilación crónica (Suárez, 2022).

2.1.3.3 Modelo Motivacional

La mayoría de los estudiantes necesitan tener objetivos y metas motivadoras, que inciten a desarrollar todas las actividades, aunque sean poco satisfactorias. La motivación en este modelo es la fuerza interna impulsada por dos factores: las metas de logro y la autodeterminación basada en el miedo a fracasar. El primer factor es alentador y direcciona a una actitud como al comportamiento, a ejecutar las acciones acordes a los objetivos priorizando lograr metas satisfactorias a largo plazo; el segundo factor puede motivar a la acción, no obstante, los pensamientos rumiantes juntamente con el estrés producen paralización en la forma de actuar y evitar arriesgarse por miedo a fracasar. El factor miedo orilla a ejecutar acciones en las que se está seguro de la obtención de una recompensa asegurada, por lo cual la desmotivación en estudiantes sea una de las causas de aplazar las cosas de manera insensata, la motivación puede efectuarse de manera intrínseca y extrínseca.

2.1.3.4 Modelo cognitivo

Los estudiantes procrastinadores según esta teoría tienen pensamientos desadaptativos, impidiendo una adecuada planificación y organizar su tiempo. El modelo cognitivo ABC de Albert Ellis, explica los procesos del pensamiento en la dilación; “A” representará a un fenómeno que se esté viviendo sea real o no, la “B” es el significado o interpretación que se le da al evento, y el “C” trata de las consecuencias ocurridas sobre el fenómeno. En este modelo los individuos producen pensamientos poco racionales, generando un malestar emocional influyendo directamente en la conducta y por ende causado una baja tolerancia a la frustración, en cuanto a las actividades académicas. Los pasos que inevitablemente por los cuales transita un procrastinador son once, empezando con la intencionalidad de ejecutar una tarea y en el transcurso de la misma iría postergando por otras actividades más fáciles, durante este periodo aparecen sentimientos poco agradables como el estrés, la ansiedad y los mismo pueden llegar a producir depresión, actuando como factores intrínsecos forzando a realizar a última hora las actividades (Atalaya y García, 2019).

2.1.3.5 Modelo de percepción cognitiva de la evaluación de Bruner

El proceso educativo tiene un conjunto de factores conjuntos que conforman la enseñanza-aprendizaje, uno de los más relevantes al estudiar la procrastinación es el proceso de evaluación. En investigaciones realizadas por Solomon y Rothblum en 1994 (como se citó en Ocampo, 2019) se identificaron actividades que propiciaban más una conducta procrastinadora y se encontró que son: la redacción de ensayos, la recapitulación de materias para los exámenes, la ejecución de las lecturas frecuentes y el cumplimiento de diligencias administrativas o extracurriculares. Las tres actividades con más índices de procrastinación eran los ensayos, preparación de exámenes y lecturas, porque las acciones conllevan una nota de por medio y repercusión en el rendimiento académico, por otra parte, no se puede reducir a la raíz de la dilación en bajar o no el desempeño educativo, sino que se ejecuta un análisis de la percepción positiva o negativa de las evaluaciones, de ahí surge la interrogante sobre la generación de percepciones y sensaciones agradables de las evaluaciones.

2.1.4 Elementos de la procrastinación

Según Steel en el 2007 (como se citó en Ayala et al. 2018) los elementos de la dilación son: la expectativa relacionada con la posibilidad que creo tener de alcanzar una meta, el valor es la significancia que le damos puede ser positiva o negativa, la impulsividad es característico de la procrastinación porque hace referencia un accionar muy poco premeditado y sin pensar en lo que pasará a largo plazo. Otro factor es la demora de satisfacción para una procrastinación mientras más rápido llegue esa recompensa, se repetirá con más frecuencia esa conducta. Burka y Yuen en el 2008 señalan que existe un elemento sustancial el cual es el miedo al éxito, de este se detallan en las siguientes posibles distorsiones cognitivas como: la primera premisa dice que el éxito requiere demasiado empeño o actividades dificultosas; la segunda premisa indica que el éxito es demasiado peligroso pudiendo afectar a uno mismo o las personas del alrededor y la tercera premisa indica el no merecer el éxito o verlo como inalcanzable.

En el 2007, Ferrari y Diaz señalan dos factores, el primero es el autoconcepto basado en la gestión de los pensamientos como sentimientos de sí mismo, la dilación se relaciona en este elemento de la autoestima con la baja: dependencia, integridad y garantía en completar una acción; el segundo factor es la autopresentación en donde los procrastinadores se preocupan por como los ven los demás y su autoconciencia, por lo mismo tienden a manipular su imagen exterior, por medio de las excusas. En contraste con la idea final Clarina en el 2013 realizó un estudio en donde plantea the cheating o el engaño, en el cual el estudiante utiliza mentiras, a fin de cuidar su imagen y crea falsas expectativas sobre su propia vida (Ayala et al., 2018).

2.1.5. Causas y consecuencias

2.1.5.1 Causas

La gestión de tiempo es uno de los factores causales más relacionados con la dilación, porque se relaciona con la poca diligencia de una planificación, que facilite distribuir el tiempo adecuadamente, por lo que la poca inversión de tiempo en actividades significativas para el aprendizaje conlleva resultados académicos poco favorables. También se señala que ciertos rasgos de la personalidad (extraversión y neuroticismo) tienen relación con el manejo del tiempo. En contraste con el factor anterior otros autores señalan que va más allá de la planificación poco o nada realizada, sino se produce de forma más frecuente por las emociones negativas que se tienen hacia una tarea, el más frecuente el miedo a fracasar, no obstante, el condicionante de estos factores relacionado directamente con la postergación es la motivación como fuerza interna y la calidad de aprendizaje relacionado con la internalización del conocimiento, a la motivación se le ha atribuido una relación causal directa, a razón de que si un estudiante se encuentra motivado ejecutará las tareas con agrado y de mejor manera, por lo contrario si existe desmotivación el aprendiz evitará realizar las actividades, aunque también influye la autodeterminación del sujeto, es decir, la capacidad de ejecutar actividades poco atractivas, a fin de lograr un meta de largo plazo, presentando una motivación intrínseca. La calidad de aprendizaje genera en la enseñanza-aprendizaje un proceso que cobra significancia en los estudiantes, por lo cual es mucho más fácil que se retengan lo sustancial de los contenidos y ser integren con los conocimientos ya procesados con anterioridad; no obstante, si este no cobra significancia es poco atractivo, además solo será retenido en la memoria de trabajo por el corto período en el que sea necesitada la información (Picho et al., 2020)

El perfeccionista es otra de los factores causales mencionado en varios estudios, este se refiere acerca del actuar de una persona en relación al momento de ejecutar una tarea, donde se trata de tener todas las variables de la actividad bajo control y de la forma “correcta” considerada por el sujeto, el problema se basa en que las exigencias para que todo este “correcto” son pocas realistas y terminan frustrando al sujeto, por lo cual propende a dejar las actividades por otras menos minuciosas. En los factores antes nombrados el interés es una actitud clave hacia una acción que debe realizarse, si resulta aburrida será menos probable que se comience a tiempo, sino que se deje al último, sobreponiendo aquellas que son llamativas (Haji, 2020).

2.1.5.2 Consecuencias

El resultado de la acción dilatoria es una afectación en la productividad, salud y calidad de vida, por los sentimientos de vergüenza y de culpa al no lograr las expectativas planteadas, este tipo de accionar produce un malestar intrínseco como la ansiedad, debido a que la dilación trae bastante frustración por las complicaciones y crea un miedo irracional de no poder alcanzar las proyecciones planteadas, estos signos indican cuando evade o hay estancamiento en situaciones que produce sentimientos de inseguridad, al no saber cuándo y cómo iniciar una actividad por lo mismo ocurre la postergación o la delegación de tareas a otras personas. Por la postergación se sacrifican horas de sueño por ocupar el tiempo en actividades poco productivas, por lo que se pueden generar trastornos de sueños, además de no solo actividades académicas o profesionales y postergar actividades cotidianas como el irse a dormir mediante el uso del celular que tiene luz azul neutralizando las hormonas del sueño, desregulando los ciclos naturales del sueño. Los hábitos se desregulan y existe el mecanismo inconsciente en los cuales después de cada tarea o en el proceso de las mismas se buscarán de manera automática actividades satisfactorias, dejando de lado proceso hacia un objetivo de largo plazo e implantando ciertos hábitos nada beneficiosos, además de una auto percepción de las capacidades distorsionada que afecta directamente al autoestima y bienestar de las personas (Haji, 2020).

2.1.6 Factores preventivos

Entre estos factores se consideran los que pueden contrarrestar la postergación irracionalmente, uno de ellos es la gestión emocional propicia para sentimientos de miedo hacia el futuro o de no poder cumplir con lo asignado, las emociones con carga negativa pueden incitar a la práctica dilatoria y estas producir otros problemas emocionales y psicológicos. La autorregulación cognitiva es otro factor beneficioso, donde el estudiante reconozca sus momentos en los que es susceptible a asimilar contenidos y sea consciente de cuánto tiempo tiene una atención sostenida o cuáles son sus principales distractores, para poder llevar su proceso de aprendizaje productivo.

2.2 AUTOESTIMA

2.2.1 Aspectos generales

Los primeros aportes fueron antes de Cristo, en proverbios que incitaban al autoconocimiento, las iniciales concepciones fueron dadas por William James en donde destaca la decisiva importancia para el pleno desarrollo del potencial dinámico de la persona, por lo mismo autoestima positiva es el requisito sustancial para una vida plena. A través de los años el concepto de la autoestima se ha ido desarrollando desde diferentes perspectivas psicológicas desde la pirámide de Maslow en 1954 siendo los dos últimos niveles los que apuntan a la realización, por medio de la confianza como seguridad y validación del ser humano, así también Carl Rogers desde el humanismo afirma que la autoestima es una agrupación de percepciones propias e intrínsecas construidas por las experiencias, estas se dan en relación a la identidad o como es la apreciación de sí mismo. Coopersmith 1967 señala la autovalía, es la identificación

y verificación de las capacidades o habilidades internas, con el fin de aprobar o desaprobar, con esto saber si es digno o no del éxito u afectividad en general.

El Dr. Morris Rosenberg, profesor de sociología en la Universidad de Maryland desde 1975, conceptualiza la autoestima como un fenómeno actitudinal influenciado por fuerzas sociales y culturales, en su definición, la describe como "la suma total de los pensamientos y sentimientos de una persona acerca de sí misma como entidad"; junto con la autoestima, la autoeficacia y la auto-identidad son elementos clave en la comprensión del concepto de sí mismo. Para evaluar esto, Rosenberg ha desarrollado una escala compuesta por 10 preguntas, conocida como la Escala de Rosenberg. Por otra parte, Hurlock 1982 veía a esta como una imagen creada de la identidad y creencia de lo que se es. Bonet en 1994 amplía, concatena y añade aportes significativos, por lo que asevera que es un conjunto de percepciones, evaluaciones y sentimientos hacia uno mismo con relevancia en todas las etapas de la vida, en concreto en las que se pasan por transiciones. Otro científico como lo es Branden en 1997 la plantea como una fuerza interna que ayuda a confiar en nuestras aptitudes, habilidades y capacidades, con el objetivo de alcanzar con éxito las metas propuestas, logrando superar obstáculos hacia el derecho inalienable de la felicidad. (Pérez, 2019).

Alcántara en 1999 en sintonía con el postulado anterior agregará que la autoestima no es nata sino una construcción con el paso del tiempo. Henson y Eller en el 2000, hablan acerca de los sentimientos que se tienen así la misma persona con sus habilidades, un año más tarde Peña y Fernández, hacen hincapié a los sentimientos, pero en específico los de valoración acerca de una mirada holística de la persona viendo desde el componente emocional, psicológico, físico y espiritual; por otra parte Milicic, aunque no muy alejado de anteriores concepciones, dice que es la satisfacción y valoración (afectividad: como cada uno se habla así mismos) de las personas (Laguna, 2017).

La concepción de la autoestima se traduciría en impresiones, sentimientos, juicios de valor y creencias, procesadas en la interacción con el medio durante toda la vida, aprendiendo y desaprendiendo actitudes negativas como positivas hacia uno mismo o los demás, aunque no sea una característica visible, es posible diferenciar la afectividad por la forma en que se dirigen las personas hacia sí mismas cuando fallan o aciertan en una situación. Las valoraciones que se suscitan son de características físicas, espirituales y psicológicas de las habilidades y puntos débiles conscientes, de los que se podrá sacar ventaja cuando se potencien o se mejore, direccionado a la capacidad de satisfacer necesidades propias o el desarrollo del sentido de competencia ante los desafíos.

La autoestima es un proceso continuo de construcción, desarrollo y cambio que atraviesa toda la vida y no permanece estática. Sin embargo, es crucial reconocer que la autoestima durante la infancia es fundamental para establecer bases sólidas para el resto de la vida de una persona. En este sentido, es esencial considerar que la autoestima en niños se moldea a partir de factores, sobre todo derivados de su relación con la familia y el entorno social cercano. Cuando un individuo crece en un ambiente familiar saludable, estimulante, motivador y caracterizado por conductas apropiadas, existe una mayor probabilidad de que desarrolle una autoestima positiva, adquiera autoconfianza y se desenvuelva de manera más efectiva en su vida (Universidad del Pacífico, 2022).

Dos aspectos fundamentales e infaltables en una autoestima saludable son: la autoeficacia, o sentido de eficacia personal, se refiere a la confianza en la capacidad mental para pensar en los procesos de juicio, elección y toma de decisiones, implicando la seguridad en la capacidad de comprender los hechos de la realidad relacionados con los intereses y necesidades, así como en la habilidad de conocerse a uno mismo y tener la confianza de las propias capacidades para las metas (Orduña, 2003, como se citó en Pérez, 2019). El segundo pilar es el sentido de mérito personal o auto dignidad se refiere a la certeza del propio valor y a una actitud positiva hacia el derecho de vivir y experimentar la felicidad, con sentimientos de comodidad al expresar de manera apropiada los pensamientos, deseos y necesidades, y reconocer que la alegría es un derecho natural.

La autoestima se considera un componente emocional que guarda conexión con la memoria emocional, la cual está vinculada a estructuras cerebrales como la amígdala y el hipocampo. Este aspecto psicológico tiende a ser menos maleable, más inflexible y notablemente resistente a cambios, ya que se encuentra asociado a las experiencias y emociones arraigadas en nuestro pasado. Modificarla no resulta una tarea sencilla ni rápida debido a la influencia profunda de las huellas emocionales que hemos experimentado a lo largo de nuestra historia personal (Castro, 2023).

2.2.2 Planteamientos teóricos desde el humanismo

2.2.2.1 La pirámide de Maslow

Abraham Maslow en 1954 formuló una teoría que postulaba la existencia de una jerarquía de necesidades humanas. Según su perspectiva, nuestras acciones derivan de la motivación orientada a satisfacer diversas necesidades, que pueden organizarse según su relevancia para nuestro bienestar. A medida que se satisfacen las necesidades fundamentales, los individuos desarrollan necesidades y aspiraciones superiores. Esta jerarquización es conocida como la Pirámide de Maslow. En la que la primera necesidad son las fisiológicas como el hambre, sed, sueño y abrigo, si una de ellas no está satisfecha, en especial el hambre o sed, todo el sistema estará en alerta hasta lograr la satisfacción de esta, para procurar la supervivencia; luego de satisfacerlo, la necesidad de seguridad en la que la persona tiene la certeza de una rutina o acciones predecibles que no causen ansiedad, inseguridad e incertidumbre que no irrumpa en su proceso de alcanzar el siguiente peldaño.

La necesidad de pertenencia, afecto y amor es el siguiente nivel en la pirámide en donde existe la necesidad de establecer relaciones adecuadas con compañeros, familia y entorno es fundamental, cada individuo busca validación y aprobación de otros, lo que proporciona valor, motivación y la capacidad de amar, contribuyendo al desarrollo de habilidades afectivas; satisfacer esta necesidad se convierte en un punto de apoyo crucial para el desarrollo de la autoestima. La necesidad de estima implica sentirse valioso, digno, importante, especial, respetado y apreciado, tanto hacia uno mismo como hacia los demás, abarca el deseo de fuerza, logro, adecuación, maestría, competencia, confianza en el mundo, independencia, libertad, reputación, prestigio y estatus, la estima saludable capacita al individuo para sentirse competente y capaz, manifestándose en la habilidad de enfrentar desafíos de manera efectiva. La necesidad de autorrealización es uno de los escalones más altos que se manifiesta cuando

una persona se dedica a lo que le apasiona, desarrollando habilidades y talentos para alcanzar su potencial y satisfacerlo, impulsa al individuo a explorar oportunidades desafiantes, estableciendo metas y cumpliendo sueños. Se argumenta que, si una persona no satisface sus necesidades básicas como alimentación, descanso, amor y afecto, su percepción de sí misma se verá afectada porque se enfocará en suplir sus necesidades básicas, dejando en segundo plano su realización. El último nivel es el de la necesidad cognitiva se define como la incorporación del conocimiento en experiencias prácticas y reales, según Maslow, el deseo de conocer es intrínsecamente volitivo, debido a que la curiosidad es inherente al ser humano, estimulando el anhelo de explorar y descubrir el entorno (Laguna, 2017).

2.2.2.2 Carl Rogers

Llegamos al fundamento del humanismo contemporáneo con Rogers (1992), quien sostiene que la humanidad experimenta un continuo proceso interrumpido de autorrealización, buscando constantemente desarrollarse, ser más libre, auténtica y congruente, este proceso implica despojarse de máscaras para convertirse en el verdadero ser que uno es. Surge entonces la pregunta clave sobre la identidad individual: "¿Quién soy?", "¿Cómo puedo ser auténticamente yo mismo?" y "¿Cómo puedo conectarme con mi verdadera esencia más allá de las apariencias?". Al aplicar estos cuestionamientos al desarrollo infantil, las respuestas proporcionadas por el estudiante contribuirán a formar su concepto de sí mismo y la percepción de sus habilidades y capacidades en aspectos afectivos, relacionales, físicos y cognitivos. A partir de esta percepción personal, que puede ser positiva o negativa, se derivarán actitudes hacia sí mismo, ya sea de afecto, valoración y cuidado, o de descuido y rechazo (Salazar y Uriegas, 2006).

2.2.2.3 Branden

El principal experto en el tema de la autoestima, Branden en 1994, define la autoestima como la sensación de ser competente para afrontar los desafíos fundamentales de la vida y merecer la felicidad. Esta experiencia se compone de dos aspectos: la creencia en la eficacia personal, confiando en la capacidad para pensar, aprender, elegir y tomar decisiones acertadas, y la autovaloración o la confianza en el derecho a la felicidad, así como la creencia en que las personas merecen logros, éxito, amistad, respeto, amor y realización en sus vidas. Es decir, la autoestima es el juicio implícito que cada individuo hace sobre su habilidad para enfrentar los desafíos de la vida y el derecho que posee para respetar y defender sus intereses y necesidades (Salazar y Uriegas, 2006).

Considerando los planteamientos anteriores, una persona con una autoestima saludable se siente cómoda al recibir y dar elogios, expresa afecto, habla con calma sobre sus éxitos y fracasos, puede reconocer sus errores, puede desarrollar sus ideas, encuentra humor en varios aspectos de su vida y afronta los desafíos con determinación. Tanto sus palabras como sus acciones suelen ser serenas, naturales y espontáneas, reflejando en su rostro, mandíbula, hombros y brazos una apariencia relajada, teniendo un lenguaje corporal armonioso. (Branden, 1999, como se citó en Laguna, 2017).

2.2.3 Desarrollo de la autoestima

El libro “La biblioteca práctica de comunicación” (2002), como se citó en Panesso y Arango (2017) argumenta que la autoestima se desenvuelve como un punto de partida para que las personas, desde temprana edad, puedan disfrutar de una vida autónoma y responsable. No tiene una característica innata, no se nace con una autoestima desarrollada, sino que se construye, mediante la aprobación exterior e interior. Según esta perspectiva, el desarrollo de la autoestima es un proceso gradual que abarca toda la vida, comenzando en la infancia y atravesando las diferentes etapas del ciclo vital, como se detalla a continuación:

Etapas del sí mismo primitivo: Esta fase inicial abarca desde el nacimiento hasta aproximadamente los dos años. Durante este breve período, el individuo establece relaciones con su cuidador principal, generalmente la madre con quien desarrollará el tipo de apego con el que se relacione con las personas en su edad adulta. Con el paso de los meses, el bebé se diferencia de los demás y adquiere conciencia de sí mismo. Esto se manifiesta en la percepción personal del reconocimiento en el espejo, donde comprende que la imagen reflejada pertenece a él mismo y reconoce a su madre como una entidad separada, esencial para satisfacer sus necesidades, pero que el niño se suple al crear un sentido de seguridad sobre sus cuidadores.

Etapas del sí mismo exterior: Esta segunda etapa, que abarca desde los 2 hasta los 12 años aproximadamente, es crucial para la formación de la autoestima. Durante este período, las experiencias de éxito y fracaso, así como la retroalimentación de los padres, juegan un papel determinante en la creación de una imagen positiva o negativa de uno mismo. Alrededor de los 8 o 9 años, se inicia la definición personal, donde los niños experimentan sentimientos de orgullo o vergüenza basados en rasgos psicológicos que comienzan a identificar en sí mismos y que los demás perciben. Estos sentimientos establecidos en esta fase son resistentes al cambio posteriores, por lo que se destaca la importancia de que los educadores manejen los castigos y refuerzos, y que los adultos tengan una autoestima elevada, sirviendo como modelos para sus hijos.

Etapas del sí mismo interior: Es la fase del autoconocimiento interno que abarca desde los 12 años en adelante. Durante este periodo, la persona se embarca en la búsqueda y definición de su identidad, un proceso que se inicia alrededor de los 12 años y que trata de responder a la pregunta fundamental: ¿quién soy? A lo largo de este proceso de identificación y diferenciación en la adolescencia, se producen cambios cognitivos que afectan al pensamiento crítico y, por ende, al autoconcepto, así pues, en esta etapa la percepción de uno mismo sigue siendo maleable y susceptible a la autointrospección y la crítica social. Asimismo, el individuo se vuelve más consciente de cómo sus acciones afectan a su entorno, ya que los demás actúan como un espejo, a veces distorsionado, que refleja la imagen que tienen de él.

2.2.4 Componentes de la autoestima

Existen ciertos elementos componiendo los pensamientos y sentimientos que configuran la autovalía, si uno de los pilares se ve afectado puede distorsionar la visión de lo que es el ser, por lo mismo actúa como un sistema, en donde cada parte cumple su función, a fin de conectar la imagen de nuestro cuerpo, del tipo de personalidad y percepciones de sí mismo, logrando una congruencia en la percepción cognitiva como física del ser y lo que

realmente se es, evitando una posible alteración propendiendo a comportamientos narcisistas o de baja estima, acarreando posibles problemas psicosociales, por lo mismo es importante conocer los siguientes componentes:

Autoconocimiento: Es la comprensión de uno mismo implica familiarizarse con las diferentes partes que constituyen el "yo" de una persona. En otras palabras, implica identificar y reconocer los elementos que conforman tanto el cuerpo como la mente, incluyendo sus limitaciones, capacidades, habilidades, defectos y virtudes. Al tomar conciencia de nosotros mismos, nos damos cuenta de que experimentamos cambios constantes según su entorno, y valoramos cada componente que lo conforman. Discernir lo que produce tranquilidad o causa una alteración en el estado emocional como anímico, favorece a la gestión o prevención de actitudes impulsivas o negativas, el pobre conocimiento de uno mismo acarrea confusiones en la identidad y malestar interno (Universidad del Pacífico, 2022).

Autoconcepto: Se refiere al sentido de identidad, es decir, a la percepción que tenemos de nosotros mismos. En relación con los factores que influyen en el autoconcepto, se destaca la actitud o motivación. La actitud determina la manera en que enfrentamos y abordamos diversas situaciones, lo que a su vez nos impulsa a actuar de una manera específica. Cuando la motivación es baja, suele haber una tendencia a la parálisis e irresponsabilidad, y es común culpar a factores externos, el definirnos implica una consciencia plena del ser en cuanto a creencias en concordancia con las acciones. En la adolescencia es donde se busca la construcción de la concepción del ser, a razón de esto factores exógenos cobran más relevancia, por el mismo hecho de la "independización" de la figura paterna, no obstante, existen ciertos recuerdos al mismo tiempo palabras emitidas por los cuidadores, que quedaron internalizadas y pueden formar parte del autoconcepto sea de manera positiva o negativa.

Aptitudes: Se refieren a las habilidades o capacidades que una persona tiene o desarrolla para llevar a cabo diversas actividades de manera efectiva. Estas aptitudes pueden abarcar habilidades como la comunicación, el razonamiento verbal, la expresión, el razonamiento lógico, la inteligencia emocional, la capacidad de argumentación, entre otras. Las aptitudes como una capacidad innata o una habilidad que es fácil de aprender se deben desarrollar y reconocer, las mismas nos facilitan a entender que todas las personas tienen una habilidad para la que son talentosos, ayudando a crear el sentido de utilidad y propósito en la vida, fortaleciendo el sentimiento de valía de la persona.

Esquema corporal: Se trata de la percepción que tenemos de nuestro propio cuerpo, aunque esta percepción suele ser influenciada por factores externos como la cultura, la presión social, la edad, la confianza en uno mismo, las habilidades y los modelos físicos predominantes. El conocimiento del esquema corporal juntamente con el autocuidado, facilita a la potenciación y mejora del propio cuerpo, buscando sobre lo estético o estándares, el bienestar físico. Una constante desaprobación exterior acerca del físico de una persona, no solo causa dudas del propio cuerpo, sino problemas alimenticios y conductas desadaptativas de peligro (Universidad del Pacífico, 2022).

Valoración externa: Al crecer en un medio social, la interacción con otras personas cobra un valor muy importante, en concordancia con esto la primera figura que nos prueba o no son los cuidadores, quienes podrán ayudar a desarrollar el sentido de seguridad y pertenencia en el medio familiar; por lo mismo aquellos niños que son abrazados, besados y receptores de

palabras amables, de amor y de felicitación, tienden a una percepción inconsciente de que las personas que lo rodean lo aprobarán porque han sido merecedores de amor de las figuras primarias e importantes en sus etapas iniciales. Por lo mismo este componente hace referencia a las opiniones expresadas por otras personas sobre nosotros, las cuales complementan la valoración que realizamos de nosotros mismos. Estas expresiones de afecto o desagrado tienen un impacto significativo en la construcción de nuestra propia imagen.

Autoevaluación: Consiste en la capacidad de formar un juicio propio y analizar lo positivo o negativo de una actitud, acción o situación. Implica tomar conciencia de uno mismo, desarrollar un criterio propio y reflexionar sobre las normas y valores de la sociedad. Según la teoría de la Gestalt, el "darse cuenta" implica prestar más atención a nuestras experiencias para comprender a fondo lo que está sucediendo a nuestro alrededor y construir nuestro propio camino de manera adecuada. La autoevaluación es fundamental cuando se atraviesan circunstancias problemáticas, donde se amerita de una autoconciencia y sentido de responsabilidad interna maduros, a fin de no dar mérito de las de las desgracias personales a otras personas, sino buscar soluciones y reconocer los errores propios, para no caer en una victimización o necesidad de atribuir triunfos y derrotas de manera frecuente solo al exterior (Universidad del Pacífico, 2022).

Autoaceptación: Implica reconocer, aceptar y valorar todas las partes de uno mismo como un hecho objetivo. No se trata necesariamente de gustarse a uno mismo, sino de admitir todas las características físicas, emocionales y psicológicas, independientemente de si nos gustan o no. La autoaceptación es fundamental para tener una autoestima saludable, ya que sin ella nos encerramos en el autorrechazo, limitando nuestro crecimiento personal y nuestra capacidad para ser felices. La aceptación intrínseca facilita la proyección de una imagen de seguridad y equilibrio al tener la consciencia acerca de virtudes al igual que defectos, la cual no estará condicionada por la aprobación del exterior, por lo mismo los valores, principios y creencias no serán tan fáciles de doblegar y como tal la esencia será una característica poco contaminada por agentes exteriores.

Autorrespeto: Respetarse a uno mismo implica reconocer y apreciar todas las cualidades que nos generan respeto y admiración hacia nuestra propia persona. Consiste en comprender nuestra identidad, nuestro valor, y satisfacer nuestras necesidades sin autocastigarnos ni culparnos. Al practicar el autorrespeto, tomamos conciencia de nuestros propios criterios y valores, lo que nos permite tener una comprensión más profunda de nuestras necesidades y deseos, brindándonos una mayor determinación para lograr nuestras metas. Además, el autorrespeto ayuda a poner límites personales, con el objetivo de no vulnerar la dignidad y el bienestar de las personas.

2.2.5 Causas y consecuencias de alteraciones en la autoestima

La autoestima puede experimentar variaciones, ya sea disminuyendo o aumentando, debido a diversos eventos relacionados con la familia, la escuela, la comunidad y el entorno en general, dependiendo de la sensibilidad individual. Algunas personas, especialmente aquellas muy sensibles, pueden ver disminuir su autoestima ante gestos desagradables, frases negativas, pequeños incidentes familiares o críticas sociales. En el caso de los niños, que son particularmente susceptibles, las experiencias negativas, el miedo y los fracasos pueden afectar

negativamente su autoestima, mientras que los éxitos, relaciones positivas y el amor pueden fortalecerla.

Durante la infancia, el triángulo formado por el individuo, la madre y el padre desempeña un papel determinante en el desarrollo de una autoestima saludable en etapas posteriores. Estudios demuestran que, en algunos casos, los niños reciben significativamente más reprimendas que elogios, lo que puede afectar su autoestima de manera considerable, por esto la autoestima está fuertemente influenciada por la educación recibida, un ejemplo ilustrativo es hablar acerca de un niño, cuya autoestima se vio afectada negativamente debido a la constante crítica y prohibiciones impuestas por sus padres y maestros autoritarios durante su infancia. Este tipo de experiencias pueden dejar una marca duradera en la percepción de uno mismo, generando pensamientos limitantes y una actitud que perpetúa las creencias inculcadas por los demás. Es crucial que tanto el hogar como la escuela sean entornos positivos y estimulantes, donde los estudiantes se sientan bien y sean alentados a reflexionar y actuar. Es responsabilidad de padres, maestros y líderes crear un ambiente propicio para el crecimiento personal y emocional del estudiante, basado en la ternura y el amor (Acosta y Hernández , 2004).

Las personas con baja autoestima manifiestan su malestar de diversas formas a manera de mecanismo de defensa sobre su imagen debilitada y vulnerada, como mentir, quejarse, negarse a aprender, culparse a sí mismas y autodescalificarse. Por otro lado, aquellas con una autoestima alta encuentran motivación en el éxito y el progreso en diferentes aspectos de sus vidas, y muestran características positivas como seguridad, confianza, responsabilidad, expresividad y solidaridad. Las causas que pueden disminuir la autoestima son multicausales e incluyen el miedo, la tensión, los fracasos, las enfermedades, la angustia, la ansiedad, la disfunción sexual, las neurosis, el sobrepeso, el incumplimiento de metas y las adicciones, entre otras que se explicarán a detalle en los siguientes párrafos.

2.2.5.1 Características de una persona con alta autoestima

Las personas con alta autoestima tienen la capacidad de reconocer tanto sus habilidades como las áreas en las que pueden mejorar. Se sienten cómodas consigo mismas y expresan abiertamente sus opiniones sin temor a interactuar con los demás, por esto pueden identificar y comunicar sus emociones, participan activamente en las actividades de su entorno laboral o educativo, y son autosuficientes al enfrentar las diversas situaciones de la vida, ya sea brindando o solicitando apoyo. Les atraen los desafíos y no temen enfrentarse a ellos, aunque si tienen miedo, pero confían en las propias capacidades, mostrando consideración por los demás, disposición para colaborar y siendo creativos al abordar tareas desconocidas, buscando alcanzar sus objetivos, disfrutan de los aspectos divertidos de la vida propia y ajena, se aventuran en nuevas experiencias, mantienen la organización en sus actividades, buscan información cuando es necesario y defienden sus puntos de vista. Lo que hace que exista un equilibrio es reconocer sus errores, son conscientes de sus cualidades sin permitir la adulación excesiva, y trabajan en superar sus defectos, siendo responsables de sus acciones (Liderazgo y mercadeo, s.f.).

2.2.5.2 Características de una persona con baja autoestima

Las personas con baja autoestima suelen enfrentar dificultades en la toma de decisiones debido a su indecisión y temor exagerado a cometer errores. Su necesidad de estar completamente seguros antes de decidir limita su capacidad de acción; además, tienden a subestimarse, creyendo que no son capaces y carecen de conocimientos. No valoran sus propios talentos y, al compararlos con los de los demás, los perciben como pequeños, por lo mismo el miedo a lo nuevo y la aversión al riesgo los llevan a evitar situaciones desconocidas. Estas personas suelen experimentar ansiedad y nerviosismo, lo que las lleva a evadir situaciones que les generan angustia y temor. Su pasividad y falta de iniciativa los mantienen aislados, con escasas amistades y evitando participar en actividades sociales o laborales. Otro rasgo es el sentimiento de dependencia de otros para realizar tareas y tienden a darse por vencidos antes de intentar cualquier actividad.

La falta de satisfacción consigo mismas se refleja en la creencia de que no hacen nada bien. Tienen dificultades para reconocer y expresar sus emociones, y evitan la crítica debido a la falta de autovaloración. Experimentan sentimientos de culpa frente a resultados negativos y buscan culpables en otros. A menudo, desarrollan una percepción negativa de sí mismos, considerándose feos e ignorantes. Su actitud pesimista los lleva a creer que todo les saldrá mal, y tienden a buscar líderes en lugar de asumir responsabilidades. Estas personas perciben que causan mala impresión en los demás, les cuesta alcanzar metas, evitan esforzarse y sienten que no controlan su vida, a pesar de tener potencial para ser líderes naturales.

2.2.6 Importancia de la autoestima

Esta radica en diversas áreas, en primer lugar, facilita la superación de desafíos personales, ya que aquellos individuos con una autoestima elevada se sienten capaces de enfrentar exitosamente fracasos y situaciones problemáticas. Además, influye positivamente en el proceso de aprendizaje, ya que los estudiantes que mantienen una percepción positiva de sí mismos están más predispuestos a aprender y desarrollar competencias. Asimismo, la autoestima actúa como impulsor de la creatividad, evidenciando una mayor capacidad de creación en aquellos que confían en sí mismos (Barrera, 2012, como se citó en Enciso, 2019).

En otro aspecto, la autoestima determina la autonomía personal, ya que aquellos individuos que expresan confianza en sus propias habilidades están mejor capacitados para tomar decisiones de forma independiente. También contribuye a establecer una interacción social saludable, reflejándose la seguridad personal en relaciones sociales excelentes. Esto implica que un estudiante con autoestima elevada tiene mayores posibilidades de alcanzar éxito académico, dado que confía en su capacidad para aprender. Ante dificultades en el proceso de aprendizaje, supera los problemas con facilidad, persiste en la búsqueda de soluciones y vuelve a intentarlo incluso si los resultados no son los esperados. La confianza en sí mismo capacita al joven para utilizar todas sus habilidades en la creación de alternativas frente a diversas situaciones, tomando decisiones y solicitando ayuda si es necesario.

3.2 La autoestima y procrastinación

La procrastinación como un fenómeno examinado desde hace varios siglos, siempre ha sido relacionado con patrones negativos y emociones mal gestionadas, por el mecanismo de acción con el que se desenvuelve, es decir, dejar para después proyectos importantes por el sentimiento y creencias de un nivel superior e inalcanzable de la tarea a enfrentar, por lo que se decide tomar caminos más satisfactorios, no obstante el efecto placebo se termina y tarde o temprano el individuo se enfrentará a las emociones negativas como la culpa, ansiedad, frustración, depresión y otras.

A diferencia de sentir tristeza o enojo como emociones base por situaciones esporádicas, las emociones denominadas autoconscientes son producidas de forma consciente e intensificada por el tiempo postergado, son más vividas porque tienden a generar evaluaciones con nuestro entorno produciendo en la mayoría de casos: comparaciones nada favorables (solo defectos del sujeto equiparado con las virtudes de los demás), siendo esta descompensación uno de los principales factores para una autoestima malograda o sentimientos de autoeficacia muy pobre; es así como la procrastinación se relaciona y desencadena una serie de problemas psicosociales y adaptativos. Las personas con una autoevaluación negativa tienden a dudar de sus habilidades y temen el fracaso, lo que les lleva a posponer tareas importantes como una forma de evitar posibles fracasos y críticas, la ejecución de la procrastinación resulta en sentimientos de culpa y ansiedad a largo plazo, lo que perpetúa aún más la baja autoestima, de esta manera se forma un ciclo vicioso donde la inseguridad alimenta la postergación, y esta, a su vez, refuerza la percepción negativa de uno mismo (Oazian y Borders, 2022).

CAPÍTULO III. METODOLOGÍA

3.1 Enfoque de la Investigación

3.1.1 Cuantitativo

La presente investigación tuvo un enfoque cuantitativo, dado se aplicó instrumentos técnicos con un proceso sistematizado, de los cuales se analizó los datos numéricos obtenidos de los instrumentos confiables como válidos como: el test de autoestima de Rosenberg y la escala de procrastinación EPG, con la facilitación de datos exactos por medio del programa Excel y el programa estadístico SPSS que ayudó a la comparación de variables, sin la implicación de criterios subjetivos de la investigadora, con la finalidad de alcanzar los objetivos planteados de manera eficiente, de la presente investigación.

3.2 Diseño de la Investigación

3.2.1 No experimental

En su diseño fue no experimental, debido a que, se ejecutó sin la manipulación directa de ninguna variable (la autoestima y procrastinación), por lo mismo los instrumentos psicométricos el test de autoestima de Rosenberg y la escala de procrastinación EPG, se aplicaron sin alterar, ni cambiar los resultados, además como fueron hechos reales que ya sucedieron y no fue posible influenciar sobre ellos. Se realizó esta investigación con una muestra existente que fueron los estudiantes de Psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo.

3.3 Tipo de investigación

3.3.2 Por el lugar

3.3.2.1 De Campo

El presente estudio fue de campo porque se investigó en el lugar de los hechos que es la Universidad Nacional de Chimborazo ubicada en la ciudad de Riobamba en la provincia de Chimborazo, de los cuales se trabajó con los estudiantes de tercer y octavo semestre de la carrera de Psicopedagogía, como la procrastinación académica afectó a la autoestima de los estudiantes con los cuales se trabajó, en dicha institución se identificó el problema de la presente investigación, además se recibió la aceptación de los involucrados y permisos requeridos, conjuntamente con la autorización de las autoridades respectivas.

3.3.3 Por el tiempo

3.3.3.1 Transversal

El estudio fue transversal porque se desarrolló en un solo período de tiempo y con instrumentos psicométricos seleccionados que fueron: el test de autoestima de Rosenberg y la escala de procrastinación EPG, siendo aplicados una vez, para el análisis de las variables propuestas y con el fin de lograr los objetivos planteados.

3.3.4 Por los objetivos

3.3.4.1 Básica

Fue básica porque se dedicó al desarrollo científico para la identificación las leyes generales y la determinación el fenómeno de la procrastinación en la autoestima, ampliando la visión del fenómeno dando un aporte social, educativo y sobre todo se amplió el conocimiento teórico para responder a la interrogante de la correlación existente, sin la aplicación de los hallazgos. Al mismo tiempo se podrían considerar los hallazgos de esta investigación, para posteriores relacionadas con las variables de autoestima y procrastinación.

3.4 Nivel o alcance de la investigación

3.4.1 Descriptiva

Este alcance facilitó la descripción y entendimiento de la naturaleza del fenómeno de la procrastinación académica y la autoestima en los involucrados de la investigación, recogiendo información acerca de los conceptos, dimensiones, propiedades, tipos y modelos de las variables.

3.4.2 Correlacional

El alcance fue correlacional porque se determinó la existencia de la relación entre la procrastinación académica y la autoestima, utilizando el programa estadístico SPSS con la prueba estadística Pearson que identificó la relación entre dos variables estudiadas, a fin del cumplimiento de los objetivos.

3.5. Población y Muestra

3.5.1 Población

La población se constituyó en la totalidad de componentes que hacen parte del ámbito de una investigación, en esta investigación se consideró a los estudiantes de la carrera de Psicopedagogía de la institución de educación superior de la Universidad Nacional de Chimborazo, de la ciudad de Riobamba:

Tabla 1. *Población de estudio*

Extracto	Número	Hombres	Mujeres	Porcentajes
Estudiantes	258	72	186	100%
Total				100%

Fuente: Universidad Nacional de Chimborazo

Elaborado por: Paulina Vallejo Guijarro (2024)

3.5.2 Muestra

Se trabajó con tercero y octavo semestre de la carrera de Psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo, debido a que en estos semestres se encontró la problemática ya planteada y son más propensos a una tendencia procrastinadora de la cual se abordó en el trabajo de investigación.

Tabla 2. *Muestra de estudio*

Extracto	Número	Hombres	Mujeres	Porcentajes
Tercer Semestre	31	8	23	49.21%
Octavo Semestre	32	6	26	50.79%
Total	63	14	49	100%

Fuente: Universidad Nacional de Chimborazo

Elaborado por: Paulina Vallejo Guijarro (2024)

3.6. Técnicas e Instrumentos para la Recolección de Datos

La técnica e instrumento que se utilizaron en la presente investigación son:

Técnicas.

- **Psicométrica:** Esta técnica cuantitativa permitió el cumplimiento de los objetivos y sobre todo facilitó la correlación entre niveles de ambas variables.

Variable autoestima

- **Instrumento:** El test de autoestima de Rosenberg, es una escala de Likert bipolar con validez y fiabilidad, con diez preguntas dirigidas a la población adolescente y adulta (desde los 18 años en adelante), se aplica con rapidez, con el objetivo de determinar un nivel alto, medio y bajo de la autoestima.

Variable procrastinación

- **Instrumento:** El test de Procrastinación General (EPG), es una escala de Likert bipolar, creada por Lay en 1986, es un instrumento que consta de 20 preguntas, dirigidas a personas adultas y verifica el nivel alto, medio y bajo de la procrastinación.

3.7 Técnicas para Procesamiento de Interpretación de Datos

En este caso de la investigación cuantitativa se utilizó las técnicas que fue más propicia en base a la estadística que fue la prueba estandarizada Pearson del programa SPSS en el procesamiento de los datos de información obtenida, por medio de los instrumentos psicométricos, esto se complementó con la elaboración de representación gráfica de barras por medio de Excel, a partir del análisis y cumplimiento de actividades como:

- Búsqueda y adquisición de los instrumentos de recolección de datos (instrumentos psicométricos).
- Aplicación de técnica psicométrica para la variable independiente mediante el instrumento denominado Test de Procrastinación General (EPG).
- Aplicación de técnica psicométrica para la variable dependiente mediante el instrumento denominado Test de Autoestima de Rosenberg.

- Codificación de la información donde se realizó un primer ordenamiento de sus indicadores con sus respectivas categorías.
- Tabulación y representación gráfica de los resultados.
- Análisis e interpretación de los resultados obtenidos.

CAPÍTULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1 RESULTADOS

4.1.1 Número estudiantes varones y mujeres de la carrera de Psicopedagogía que formaron parte de la muestra.

Tabla 3. *Sexo de los estudiantes*

Sexo	Nº de estudiantes
Varones	14
Mujeres	49
Total	63

Fuente: Número de estudiantes.

Elaborado por: Paulina Vallejo Guijarro (2024)

4.1.2 NIVEL DE PROCRASTINACIÓN

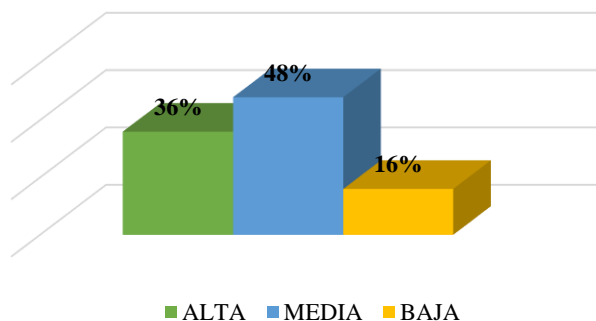
Tabla 4. *Nivel de procrastinación*

NIVEL DE PROCRASTINACIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE
ALTA	23	36%
MEDIA	30	48%
BAJA	10	16%
TOTAL	63	100%

Fuente: Datos obtenidos de la Escala de Procrastinación General (GP)

Elaborado por: Paulina Vallejo Guijarro (2024)

Figura 1. *Nivel de procrastinación*



Fuente: Datos obtenidos de la Escala de Procrastinación General (GP)

Elaborado por: Paulina Vallejo Guijarro (2024)

Análisis:

Los resultados obtenidos de la Escala de Procrastinación General indican que 30 estudiantes que representan el 48 % poseen un nivel medio de procrastinación, mientras que 23 personas que equivalen al 36% poseen niveles altos de dilación y 10 estudiantes que representan un 16% tienen un nivel bajo de procrastinación.

Interpretación:

Según los datos obtenidos casi la mitad de los estudiantes presentan un nivel promedio de procrastinación el cual indica que se da con recurrencia la práctica dilatoria, sin embargo, no es crónica, pero puede llegar a subir el nivel, si la autorregulación no se trabaja; por otro lado, una cantidad considerable de estudiantes tiene un nivel alto de procrastinación, este denota baja autorregulación y posibles problemas en su gestión cognitiva como emocional. Un grupo minoritario de estudiantes presenta un nivel bajo de procrastinación plasmando una autorregulación adecuada.

4.2.1.1 Nivel de procrastinación según el sexo

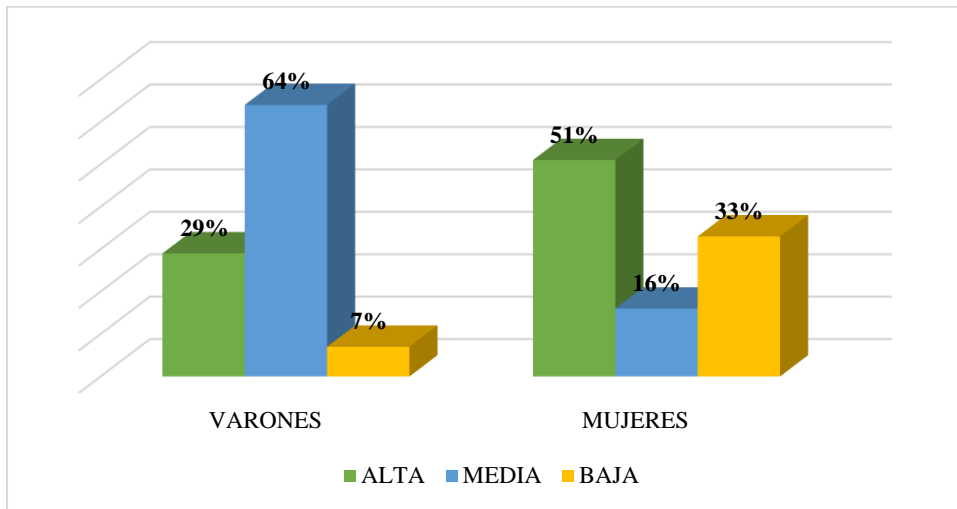
Tabla 5. *Nivel de procrastinación según el sexo*

RANGO	VARONES		MUJERES	
	FRECUENCIA	PORCENTAJE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
ALTA	4	29%	25	51%
MEDIA	9	64%	8	16%
BAJA	1	7%	16	33%
TOTAL	14	100%	49	100%

Fuente: Datos obtenidos de la Escala de Procrastinación General (GP)

Elaborado por: Paulina Vallejo Guijarro (2024)

Figura 2. Niveles de procrastinación según el sexo



Fuente: Datos obtenidos de la Escala de Procrastinación General (GP)

Elaborado por: Paulina Vallejo Guijarro (2024)

Análisis:

Según los datos obtenidos 14 varones que representan al 100% de varones universitarios de tercer y octavo semestre de Psicopedagogía, se establece que 4 varones correspondiente al 29% poseen un nivel alto de procrastinación; seguido de 9 varones equivalente al 64% tienen un nivel medio de dilación; y 1 varón correspondiente al 7% con un nivel bajo de procrastinación. Por otro lado 49 mujeres que representa al 100% de las mujeres universitarias de tercer y octavo semestre de Psicopedagogía, de las cuales 25 mujeres que representan el 51% quienes se encuentran en un nivel alto de procrastinación; seguido por 8 estudiantes mujeres que equivalen al 16% con un nivel medio de procrastinación; y finalmente 16 mujeres que conforman el 33% quienes se sitúan en un nivel bajo de dilación.

Interpretación:

Después de analizar los resultados, se deduce que las mujeres a diferencia de los hombres presentan un porcentaje mayor en cuando al nivel alto de procrastinación más, ya sea por situaciones externas o internas (como miedo al fracaso o motivación), en el nivel medio existe un porcentaje mayor en los varones que en las mujeres, más de la mitad de varones estudiantes tienden a la dilación como una práctica cotidiana; y en otra instancia en la procrastinación en el nivel bajo, las mujeres tienen un mayor porcentaje en contraste con los varones, indicando que un grupo de mujeres relativamente significativo tiene comportamientos dilatorios muy poco frecuentes en su vida cotidiana.

4.1.3 NIVEL DE AUTOESTIMA

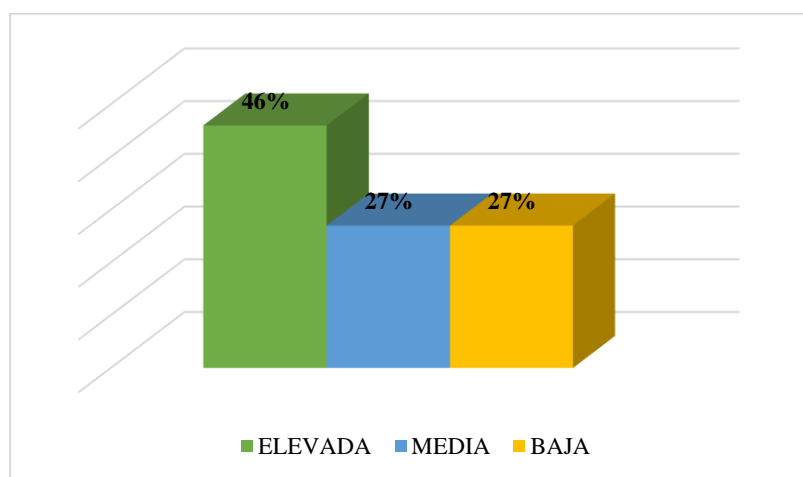
Tabla 6. Nivel de autoestima

NIVEL DE AUTOESTIMA	INTERVALO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
ELEVADA	30-40	29	46%
MEDIA	29-26	17	27%
BAJA	<25	17	27%
TOTAL		63	100%

Fuente: Datos obtenidos Test de Autoestima de Rosenberg.

Elaborado por: Paulina Vallejo Guijarro (2024)

Figura 3. Nivel de autoestima



Fuente: Datos obtenidos Test de Autoestima de Rosenberg.

Elaborado por: Paulina Vallejo Guijarro (2024)

Análisis:

De acuerdo con los datos obtenidos de los 63 estudiantes que representan al 100% de universitarios de tercero y octavo semestre de la carrera de Psicopedagogía, 29 estudiantes que equivalen al 46% presentan un nivel elevado de autoestima, por otro lado 17 estudiantes que corresponden al 27% presentan un nivel medio de autoestima, y finalmente 17 estudiantes que representan al 27% se sitúan en un nivel bajo de autoestima.

Interpretación:

De los resultados obtenidos se establece que un porcentaje importante de estudiantes, presentan un nivel alto de autoestima, es decir tienen una estima normal y equilibrada, sin caer en características de sobrestima (egocéntricas); por otro lado, menos de la mitad contemplan un nivel medio en el cual la autopercepción no presenta daños graves, no obstante, ciertos acontecimientos melancólicos pueden afectar y disminuir la misma, por lo mismo es sustancial que se trabaje, a fin de lograr una autoestima equilibrada. Las otras personas representan menos de la mitad al igual que el anterior nivel plasman un rango bajo representado la posible existencia de problemas significativos en la autoestima.

4.3.1.1 Nivel de autoestima según el sexo

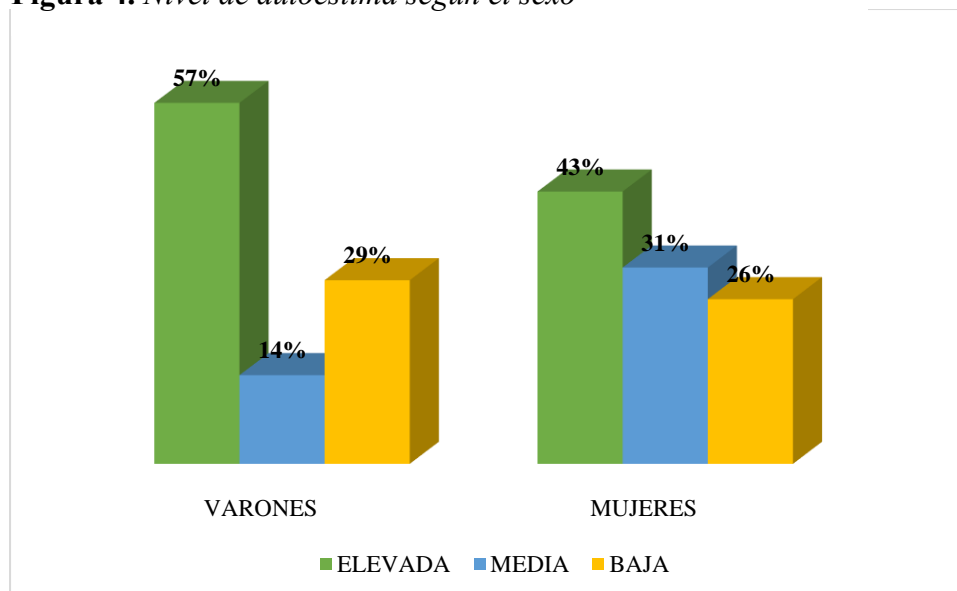
Tabla 7. Nivel de autoestima según el sexo

RANGO	VARONES		MUJERES	
	FRECUENCIA	PORCENTAJE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
ELEVADA	8	57%	21	43%
MEDIA	2	14%	15	31%
BAJA	4	29%	13	26%
TOTAL	14	100%	49	100%

Fuente: Datos obtenidos Test de Autoestima de Rosenberg.

Elaborado por: Paulina Vallejo Guijarro (2024)

Figura 4. Nivel de autoestima según el sexo



Fuente: Datos obtenidos Test de Autoestima de Rosenberg.

Elaborado por: Paulina Vallejo Guijarro (2024)

Análisis:

Según los datos obtenidos 14 varones que representan al 100% de varones universitarios de tercer y octavo semestre de Psicopedagogía, se establece que 8 varones correspondiente al 57% poseen un nivel elevado de autoestima; seguido de 2 varones equivalente al 14% tienen un nivel medio de autoestima; y 4 varones correspondiente al 29% con un nivel bajo de autoestima. Por otro lado 49 mujeres que representa al 100% de las mujeres universitarias de tercer y octavo semestre de Psicopedagogía, de las cuales 21 mujeres que representan el 43% quienes se encuentran en un nivel elevada de autoestima; seguido por 15 estudiantes mujeres que

equivalen al 31% con un nivel medio de autoestima; y finalmente 13 mujeres que conforman el 26% quienes se sitúan en un nivel bajo de autoestima.

Interpretación:

Después de analizar los datos obtenidos se contempla que en el nivel elevado ambos sexos contemplan porcentajes similares, en los cuales ambos tienen un número representativo y casi la mitad de ellos tienen pensamientos positivos hacia sí mismos y se ven como personas valiosas merecedoras de respeto y amor. En el nivel medio de autoestima existe un porcentaje un poco más alto en las mujeres que en los varones, es decir, las mujeres tienen una consciencia más equilibrada del valor intrínseco, aunque si existen factores adversos puede tornarse inestable; y en el nivel bajo ambos sexos tienen porcentajes similares y con un número relativamente importante, indicando que este grupo de personas tiene valoraciones negativas y no se sienten merecedores o aptos de lograr metas.

4.1.4 CORRELACIÓN DE ENTRE LA PROCRASTINACIÓN Y AUTOESTIMA

Tabla 8. *Correlación de entre la procrastinación y autoestima*

		Correlación	
		Nivel de autoestima	Nivel de procrastinación
Rho de Spearman	Nivel de autoestima	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	-,134
		N	.
	Nivel de procrastinación	Coefficiente de correlación	63
		Sig. (bilateral)	-,134
		N	63
	Nivel de autoestima	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,296
		N	.

Fuente: Datos obtenidos del programa estadístico SPSS

Elaborado por: Paulina Vallejo Guijarro (2024)

Análisis:

Por medio de la correlación de Spearman, realizada en el programa SPSS se obtiene que el coeficiente de correlación tiene un valor de -0.134, por lo que existe una relación negativa muy baja entre las variables, y por lo tanto no habría una relación significativa entre la autoestima y procrastinación.

Interpretación:

El coeficiente de correlación indica una relación negativa poco significativa, lo que señala que es casi nula la relación entre la autoestima y la procrastinación, además es negativa lo cual significa que mientras una variable decrece otra incrementa, en este caso mientras la procrastinación tiende a aumentar la autoestima decrece de manera insignificante.

5.2 DISCUSIÓN

El normalizar ciertas situaciones produce cada vez un efecto menor de consciencia sobre las consecuencias sean positivas o negativas, por lo mismo el nivel de impacto es menor, además las actitudes negativas se constituyen en malos hábitos, una parte del cerebro se automatiza a ejecutar acciones que se repiten con mucha frecuencia, afectando la estructura de la vida de las personas que los practican.

En los resultados también se podría poner en discusión el postulado de la validación propia como la afectividad no se fundamenta en la productividad o lo que hace, dando como resultado aspectos positivos como: la autodeterminación de virtudes y defectos no se encuentra fundamentada en las actividades que no siempre obtienen resultados positivos; y una autoestima establecida en creencias sólidas sobre sí mismos, facilitará la toma de mejores decisiones como la resiliencia en momentos difíciles. Por otro lado, los aspectos negativos también resaltan como: la autopercepción distorsionada de merecimiento, de que, a pesar de no cumplir actividades significativas para alcanzar los logros direccionados, soy merecedor de ellos; y puede pasar por alto a la procrastinación en el cotidiano vivir, sin tener la consciencia plena de lo negativa que podría llegar a ser.

Este estudio se puede contrastar con las ideas anteriores, a manera de que la mayoría de mujeres del estudio tienen una tendencia más alta a procrastinar, pero al mismo tiempo conservan una autoestima alta, no obstante, los hombres a pesar de tener una autoestima alta en su mayoría tienden a una autoestima media; se puede llegar a la presuposición (por el número disparejo de varones y mujeres en el estudio) lo cual puede indicar que por ideas culturales el varón se ve un poco más forzado a construir su valor por medio del hacer o trabajo (proveer), a diferencia de las mujeres que se les concibe como cuidadoras o formadoras sociales. Pero no se puede dejar de lado que ambos sexos tienen una tendencia a tener como hábito la dilación.

CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

- Se logró identificar el nivel de procrastinación de los estudiantes universitarios de la carrera de Psicopedagogía de tercero y octavo semestre de la Universidad Nacional de Chimborazo, el 48% de estudiantes universitarios presentan un nivel medio de procrastinación siendo casi parte de su vida cotidiana la postergación irracional, esta se va a ejecutar en situaciones de ansiedad, estrés o que impliquen una carga cognitiva significativa. Con un porcentaje un poco más bajo de 36%, pero al mismo tiempo relevante se encuentran un grupo de personas en un nivel alto de procrastinación algo importante a destacar del estudio habiendo múltiples causas como la presión por la culminación de estudios superiores u otros como la mala planificación de tiempo, este comportamiento inadaptable, a la final puede producir problemas en todos los aspectos y como universitarios puede afectar a la misma universidad en cuanto a perder materias o el retraso de varios procesos como titulación, vinculación, prácticas u entre otros. En el nivel bajo se encuentran un número poco significativo de personas con un porcentaje de 16%; es decir que la muestra de personas estudiada en su mayoría tiende a tener comportamientos de procrastinación de manera habitual y frecuente, muy pocas presentan pocos o casi nada de actos con una dilación irracional.
- Se determinó que los niveles de autoestima en los estudiantes universitarios de la carrera de Psicopedagogía tercero y octavo semestre de la Universidad Nacional de Chimborazo, el 46% presentan niveles elevados de autoestima denotando una valoración positiva y aceptación de sí mismos sana como equilibrada, por otra parte en el nivel medio se encuentra un 27% de los estudiantes, donde existe cierto desequilibrio ante situaciones de estrés o cuestionamiento de la propia valía persona, al igual el sentido del merecimiento se ve afectado, por último en el nivel bajo un 27% de estudiantes lo poseen, denotando posibles problemas en la percepción de su valía y un concepto personal muy pobre.
- Se determinó que la relación entre la autoestima y la procrastinación en los estudiantes universitarios de la carrera de Psicopedagogía tercero y octavo semestre de la Universidad Nacional de Chimborazo, es poco significativa y negativa con un coeficiente de $-0,13$, indicando que estas dos variables no se correlacionan entre sí y además tienen una relación inversa; la información obtenida a destacar es la existencia de casi el mismo número de personas estudiadas con un nivel alto de autoestima tienen un nivel medio de procrastinación, pudiendo entender que integrar a la cotidianidad la procrastinación causa una disminución de sentimientos negativos al momento en el que se ejecuta, siendo menos perjudicial solo para la autovaloración estimada a corto plazo.

5.2 Recomendaciones

- Se recomienda trabajar con una muestra mayor y si es posible con un número similar de cada sexo, para captar las diferencias entre ellos de manera más certera y alcanzar una comparación o correlación más exacta en el estudio.

- Se sugiere crear una consciencia de forma individual del nivel de procrastinación y mantenerse en una escala menor, debido a que en un nivel medio de procrastinación se podría propiciar un nivel alto causando mayores posibilidades de caer en problemas psicosociales, por lo común que resulta tener una dilación de manera habitual y no se le considera como una verdadera dificultad para el desarrollo integral de las personas, utilizando el principio de prevención, a fin de evitar un problema a un grado mayor.
- El estudiar las causas juntamente con otra variable podrían esclarecer el porqué de su relación o no, al mismo tiempo descubrir si existe relación en una dimensión de las variables contrastadas, también se podría acercarse más a las variables causales como consecuentes, lo cual podría ayudar a encontrar una posible solución de una de las problemáticas estudiadas.

BIBLIOGRAFÍA

- Acosta , R., y Hernández , A. (2004). *La autoestima en la educación*. Lima. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83601104>: Untitled Document.
- Atalaya, C., y García, L. (2019). Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista de Investigación en Psicología*, <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/download/17435/14661/60798>.
- Ayala, A., y Villanueva, W. (2019). *La procrastinación académica, teorías, elementos y modelo*. Lima. <https://pdfs.semanticscholar.org/2e1b/ec8908e226c3c37d5aadabef8278a8ff9276.pdf>: Universidad Peruana Unión.
- Ayala, A., Rodríguez, R., Villanueva, W., Hernández, M., y Madeleine, C. (2018). *La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos*. Perú. <https://doi.org/10.17162/ripa.v1i2.1308>: Paideia.
- Bejarano, P., y Schult, N. (2023). Uso de redes sociales y procrastinación en estudiantes universitarios: una revisión sistemática . *Universidad Mayor San Marcos. Revista peruana de investigación e innovación educativa.*, <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/repie/article/view/24035> .
- Brando, C. (2020). *Nuevas perspectivas en procrastinación. Desarrollo conceptual y empírico en estudiantes de enfermería*. Barcelona. <https://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/670412/cbg1de1.pdf?sequence=1&isAllowed=y>: Universidad Autónoma de Barcelona.
- Bustanza, A. (2021). *Procrastinación y Autoestima en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería ingresantes en el semestre 2019-II a la Universidad Andina del Cusco*. Perú- Cusco. https://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12557/4311/Ailang_Tesis_maestr%C3%ADa_2021.pdf?isAllowed=y&sequence=1: Universidad Andina del Cusco.
- Cabezas, J. (2022). Procrastinación en estudiantes de la carrera de Psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo. *Universidad Nacional de Chimborazo*, <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/9853>.
- Cárdenas, P., Hernández, G., y Cajigal, E. (2021). Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios de una Institución Pública: Caso de la Facultad de Ciencias Educativa. *Revista RedCA* .
- Carranza, J., y Flores, V. (2023). La autoestima y su relación con la autoeficacia en estudiantes universitarios . *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.339>.
- Castro, S. (2023). Autoconcepto y Autoestima, ¿cuáles son sus diferencias? *Instituto europeo de psicología positiva*, <https://www.iepp.es/autoconcepto-y-autoestima/#:~:text=La%20autoestima%20es%20el%20concepto,listos%2C%20no>.

- Chavez, D., y Moreno, L. (2022). *Procrastinación académica y dependencia al dispositivo móvil en estudiantes universitarios. Escuela Superior Politécnica de Chimborazo. .* Riobamba.
<http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/10097/1/Chavez%20Contreras%2c%20D%20y%20Moreano%20Jara%2c%20L%20%282022%29.%20Procrastinaci%3b3n%20acad%3a9mica%20y%20dependencia%20al%20dispositivo%20m%3b3vil%20en%20estudiantes%20universitarios>.
- Díaz, J. (2019). Procrastinación: Una Revisión de su Medida y sus Correlatos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación* , <https://doi.org/10.21865/RIDEP51.2.04>.
- Enciso, K. (2019). La autoestima y su influencia en el rendimiento escolar del área de comunicación de los estudiantes del nivel secundaria, de la Institución Educativa N° 88114 “San Martín de Porras”, La Victoria – Huarmey, 2018. *Universidad César Vallejo*,
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/41185/Enciso_VKB.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
- Estrada, E., Mamani, D., Manrique, Y., Gallegos, N., Paredes , Y., y Quispe, R. (2022). Procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de educación superior pedagógica. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, https://www.revistaavft.com/images/revistas/2022/avft_4_2022/9_procrastinacion_academica.pdf.
- Estremadoiro, B., y Schulmeyer, M. (2021). Procrastinación académica en estudiantes universitarios. *Revista Aportes de la Comunicación y la Cultura*, http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2306-86712021000100004&script=sci_arttext.
- Haji, E. (2020). *LA PROCRASTINACIÓN CONSECUENCIA DEL USO EXCESIVO DE LAS REDES SOCIALES EN JÓVENES UNIVERSITARIOS DE 18 A 22 AÑOS*. Lima.
<https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/7c1a91bb-4745-4d82-a1a1-c59399be4ee4/content>: Universidad San Ignacio de Loyola.
- Hidalgo, S., Martínez, I., y Sospedra, M. (2022). Autoestima y procrastinación en el ámbito académico: un meta-análisis. *Revista Fuentes*, <https://doi.org/10.12795/revistafuentes.2022.19907> .
- Laguna, N. (2017). *LA AUTOESTIMA COMO FACTOR INFLUYENTE EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO* . Tolima.
<https://repository.ut.edu.co/server/api/core/bitstreams/f399f325-df05-43ef-81f4-2fcaa6428a67/content>: UNIVERSIDAD DEL TOLIMA.
- Liderazgo y mercadeo. (s.f.). *Autoestima*.
<http://www.dene.ugto.mx/respaldo1/Contenido/MaterialDidactico/amezquita/Lecturas/Autoestima.pdf>: Universidad de Guanajuato.
- Oazian, J., y Borders, A. (2022). La Ruminación media los efectos únicos de la versidad y la culpa en la dilación? *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, <https://link.springer.com/article/10.1007/s10942-022-00466-y>.
- Ocampo, M. (2019). *PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA: UNA CONSECUENCIA EMOCIONAL DE LA EVALUACIÓN*.

- https://www.researchgate.net/publication/337570594_Procrastinacion_academica_una_consecuencia_emocional_de_la_evaluacion: Researchgate.
- Pérez, H. (2019). *Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal*. Puebla. <https://www.alternativas.me/attachments/article/190/2.%20Autoestima,%20teor%C3%ADas%20y%20su%20relaci%C3%B3n%20con%20el%20%C3%A9xito%20personal.pdf>: Alternativas psicológicas.
- Picho, N., Quincho, N., y Salaman, M. (2020). *Procrastinación académica: una revisión descriptiva de la literatura*. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/10383/1/IV_FHU_501_TI_Picho_Quincho_Salaman_2020.pdf: Universidad Continental.
- Quant, D., y Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica. Universidad Católica de Colombia.*, <https://es.scribd.com/document/221997136/Autoestima-y-Procrastinacion-pdf>.
- Salazar, D., y Uriegas, M. (2006). *Autoestima desde un enfoque humanista: diseño y aplicación de un programa de intervención*. Ciudad de México. <http://200.23.113.51/pdf/23181.pdf>: Universidad Pedagógica Nacional.
- Salgado, A. (2019). *Procrastinación académica en los niveles de autoestima en estudiantes del tercer ciclo de una Universidad de Trujillo 2019*. Trujillo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37766/salgado_ra.pdf?sequence=1&isAllowed=y: Universidad de Trujillo.
- Sánchez, A. (2010). Procrastinación académica: un problema en la vida universitaria. *Fundación Dialnet*, <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3717321>.
- Suárez, J. (2022). Teorías sobre la procrastinación y su incidencia en la gerencia educativa. *Revista "Ventana Científica"*, <https://dicyt.uajms.edu.bo/revistas/index.php/ventana-cientifica/article/download/1531/1532>.
- Universidad del Pacífico. (25 de Mayo de 2022). *Elementos, componentes e importancia de la autoestima*. Obtenido de Universidad del Pacífico: <https://admisión.up.edu.pe/blog/formacion-componentes-e-importancia-de-la-autoestima/#:~:text=La%20autoestima%20personal%20es%20la,confianza%20y%20su%20bienestar%20emocional>.
- Zumárraga, M., y Cevallos, G. (2022). Autoeficacia, procrastinación y rendimiento académico en estudiantes universitarios de Ecuador. *Revista de Educación Alteridad*, <https://alteridad.ups.edu.ec/index.php/alteridad/article/view/5516>.

ANEXOS

Anexo 1. Resolución administrativa aprobación de tema y designación de tutor/a académico



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN,
HUMANAS Y TECNOLOGÍAS

DECANATO



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y TECNOLOGÍAS

RESOLUCIÓN ADMINISTRATIVA No. 0229- DFCEHT-UNACH-2023

Dra. Amparo Cazorla Basantes
DECANA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN HUMANAS Y TECNOLOGÍAS

CONSIDERANDO:

Que, el Estatuto de la Universidad Nacional de Chimborazo, en su Art. 144, literal a) expresa: "Decano, máxima autoridad académica de la Facultad, responsable de la gestión estratégica";

Que, el Estatuto de la Universidad Nacional de Chimborazo, en su Art. 146, numeral 16, determina que es atribución del decano de la Facultad resolver las solicitudes de personal académico, administrativo y estudiantes que no sean competencia expresa de órganos de mayor jerarquía";

Que, el Reglamento de Titulación de la Universidad Nacional de Chimborazo, aprobado por el Consejo Universitario, en sesión de fecha 29 de junio del 2021, en su Art. 20, literal b), párrafos 3 y 4, determina: "La Dirección de Carrera remitirá al Decanato la propuesta de asignación de tutores para su aprobación, en un término de hasta dos días a partir de haber elaborado la propuesta de asignación de tutores."; **Una vez aprobada la propuesta de designación de tutores, el Decanato notificará, a través de la correspondiente resolución, la designación de tutor al estudiante y al profesor tutor, en un término de hasta tres días a partir de haber recibido la propuesta de asignación de tutores." El formato de subrayado y negrita, me corresponde;**

Que, mediante Oficio 154-PSPFCEHT-UNACH-2023, el Mgs. Juan Carlos Marcillo Coello, Director de la Carrera de Psicopedagogía, en la parte pertinente de la comunicación expresa: "Para su conocimiento y fines pertinentes, me permito hacer la entrega de la TEMAS DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN Y SUGERENCIA DE DOCENTES TUTORES de los estudiantes de séptimo semestre periodo 2023-1S para proyectos de investigación, para su respectiva revisión y aprobación, como se dispone en el CAPÍTULO III: DE LAS OPCIONES PARA LA TITULACIÓN EN LAS CARRERAS VIGENTES DE LA UNACH CONFORME AL REGLAMENTO DE RÉGIMEN ACADÉMICO 2013 y 2019. Las reformas al presente Reglamento fueron estudiadas, analizadas y aprobadas por el H. Consejo Universitario, en sesión de fecha 10 de agosto de 2022, con RESOLUCIÓN No. 0248-CU-UNACH-SE-ORD-17-08-2022 Artículo 24.- Del procedimiento para la evaluación del informe final del trabajo de investigación";

Que, revisado el trámite correspondiente, el proceso cumple con las exigencias pertinentes;

En ejercicio de las atribuciones que le confiere la normativa legal correspondiente:

RESUELVE:

Aprobar la propuesta de designación de tutores de los Proyectos de Investigación, de los estudiantes de séptimo semestre período 2023-1S, de la carrera de Psicopedagogía, en base al

Campus* La Dolorosa*

Av. Eloy Alfaro y 10 de Agosto

Teléfono: (593-3) 3730910 - Ext 2205



listado remitido por el señor Director de Carrera, mediante Oficio 154-PSPFCEHT-UNACH-2023, conforme el siguiente detalle:

No.	APELLIDOS Y NOMBRES	TEMAS	TUTOR / TUTORA
1	AGUAGUIÑA LLONGO JOHANA DANIELA	AGRESIVIDAD EN LOS ADOLESCENTES DE SEGUNDO DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA MILENIO, DEL CANTÓN PENIPE	DR. PATRICIO MARCELO GUZMÁN YUCTA
2	AGUIRRE SANCHEZ MARIA JOSE	MOTIVACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE VINCULACIÓN A LA SOCIEDAD DE LAS CARRERAS DE PSICOPEDAGOGÍA Y EDUCACIÓN INICIAL DE LA UNACH	MGS. FABIANA MARÍA DE LEÓN NICARETTA
3	ALVARO PANCHO DAVID OSWALDO - <i>Cambio de tutor</i>	LA MOTIVACIÓN POR EL APRENDIZAJE EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA DR. GABRIEL GARCÍA MORENO	MGS. SANDRA SOFIA CHAVES YEPEZ
4	AMORES GALLEGOS DANIELA MONSERRATH	FACTORES QUE INTERVIENEN EN EL DESARROLLO DE LA LECTOESCRITURA EN NIÑOS Y NIÑAS DE LA UNIDAD EDUCATIVA MIGUEL ÁNGEL LEÓN PONTÓN.	DR. VICENTE RAMON UREÑA TORRES
5	ANILEMA CURICHUMBI KURI SISA	DISLEXIA EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA CICALPA DEL CANTÓN COLTA	DR. VICENTE RAMON UREÑA TORRES
6	AVALÓS SALAZAR DANIELA PAOLA	DESARROLLO DE FUNCIONES BÁSICAS PARA EL RENDIMIENTO ESCOLAR EN NIÑOS DE CUATRO A CINCO AÑOS.	MGS ARACELY CAROLINA RODRIGUEZ VINTIMILLA
7	BACULIMA ORDOÑEZ DIEGO MATEO	PSICOMOTRICIDAD EN ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA INTERNACIONAL LICEO IBEROAMERICANO DE LA CIUDAD DE RIOBAMBA Y DE LA UNIDAD EDUCATIVA LEOPOLDO FREIRE DEL CANTÓN CHAMBO	MGS. PACO FERNANDO JANETA PATIÑO
8	BENALCAZAR NARANJO SIBONEY ALEJANDRA	HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA ESPECIALIZADA SORDOS DE CHIMBORAZO	MGS. TAPIA AREVALO MYRIAN ALICIA
9	BOLAÑOS DONOSO JESSICA VALERIA	HABILIDADES SOCIALES Y DESEMPEÑO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA DE LA UNACH	DR. VICENTE RAMON UREÑA TORRES
10	CALDERON GUADALUPE ANDRES ISMAEL		
11	UZHO CASTRO CRISTINA ISABEL	ASERTIVIDAD Y TRABAJO EN EQUIPO EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA DE LA UNACH	MGS. FABIANA MARÍA DE LEÓN NICARETTA
12	CANO MIRANDA PRISCILA SALOME	TÉCNICAS PARA SUPERAR LA DISGRAFÍA EN NIÑOS DE PRIMER AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA MIGUEL ÁNGEL LEÓN PONTÓN	DR. VICENTE RAMON UREÑA TORRES
13	CHACHA ARTEAGA DAMARIS EVELYN	RAZONAMIENTO NUMÉRICO EN NIÑOS DE TERCERO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA	MGS. SANDRA SOFIA CHAVES YEPEZ <i>Cambio de tutor</i>



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN,
HUMANAS Y TECNOLOGÍAS

DECANATO

en movimiento



14	CHAVEZ PEREZ EMILIA CAROLINA	LA ATENCIÓN PASIVA EN EL PROCESO DE APRENDIZAJE DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO	DR. PATRICIO MARCELO GUZMÁN YUCTA
15	CHOTO CASTILLO JOSELYN NAYELY	LENGUAJE ORAL EN LOS PROCESOS DE LECTOESCRITURA EN NIÑOS DE SEGUNDO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA "LA SALLE".	MGS. SANDRA SOFIA CHAVES YEPEZ
16	CISNEROS ESPIN MISHHELL ALEJANDRA	TRASTORNO DEL LENGUAJE ORAL Y ESCRITO EN LOS NIÑOS DE 7 A 8 AÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA MILENIO, DEL CANTÓN PENIPE	MGS. NAVAS FRANCO LOURDES ELIZABETH
17	DONOSO LARA ANDREA FERNANDA	LATERALIDAD EN EL DESARROLLO DE LA LECTOESCRITURA EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA FISCOMISIONAL SAN VICENTE DE PAÚL	MGS. ARACELY CAROLINA RODRIGUEZ VINTIMILLA
18	ESCOBAR LOBATO ISMAEL FRANCISCO	LIDERAZGO Y HABILIDADES PARA LA VIDA EN ESTUDIANTES DE BACHILLERATO	DR. JORGE WASHINGTON FERNANDEZ PINO
19	FREIRE ORTIZ DOMENICA NICOL	ESTABILIDAD EMOCIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO	MGS. GARCIA NEIRA ISRAEL ANTONIO
20	IZURIETA TISALEMA JOHANA ELIZABETH	MOTIVACIÓN POR EL APRENDIZAJE EN ESTUDIANTES DE NIVELACIÓN DE LA CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA DE LA UNACH	MGS. POMBOZA FLORIL CRISTINA ALEXANDRA
21	LLANGARI MARTINEZ DELIA ERNESTINA	MÉTODOS PARA LA PREVENCIÓN DE EMBARAZO NO DESEADO EN ADOLESCENTES	DR. CLAUDIO EDUARDO MALDONADO GAVILANEZ
22	LLIQUIN SAIGUA YESENIA ESTHEFANIA	EJERCICIOS DE ARTICULACIÓN DE FONEMAS Y PALABRAS PARA LA PREVENCIÓN DE LA DISLALIA EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA MIGUEL ÁNGEL LEÓN PONTÓN.	DR. VICENTE RAMON UREÑA TORRES
23	LOPEZ GUAMAN ALISSON DANIELA	LA RELACIÓN PARENTAL EN EL DESARROLLO EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA MILENIO, PENIPE.	DR. CLAUDIO EDUARDO MALDONADO GAVILANEZ
24	LOPEZ BASANTES ANGELICA ESTEFANIA	APTITUDES PSICOMOTRICES EN LOS ESTUDIANTES DE PREESCOLAR DE LA UNIDAD EDUCATIVA CAPITÁN EDMUNDO CHIRIBOGA GONZÁLEZ	MGS. PACO FERNANDO JANETA PATIÑO
25	MINTA GUALLI JENNY MARISOL	MOTRICIDAD FINA Y DESARROLLO SENSORIAL EN ESTUDIANTES DE PREESCOLAR	MGS. PACO FERNANDO JANETA PATIÑO
26	NIAMA CASTILLO ANTONELLA KATYUSKA	SATISFACCIÓN VOCACIONAL EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA DE LA UNACH	DR. VICENTE RAMON UREÑA TORRES
27	PIURI IDROVO CINTHYA GABRIELA	ESTILOS DE COMUNICACIÓN EN LAS RELACIONES INTERPERSONALES DE ESTUDIANTES DE PSICOPEDAGOGÍA DE LA UNACH	MGS. ARACELY CAROLINA RODRIGUEZ VINTIMILLA
28	POMAGUALLI ROMO BRIGITHE ANAHI	ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN LOS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO	DR. JORGE WASHINGTON FERNANDEZ PINO

Campus* La Dolorosa*

Av. Eloy Alfaro y 10 de Agosto

Teléfono: (593-3) 3730910 - Ext 2205



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN,
HUMANAS Y TECNOLOGÍAS

DECANATO

en movimiento



29	SIGCHO MIRANDA DANIELA ESTHEFANIA	MADUREZ ESCOLAR EN NIÑOS Y NIÑAS DE PREESCOLAR DE LA UNIDAD EDUCATIVA LICTO	DR. VICENTE RAMON UREÑA TORRES
30	SINALUISA URQUIZO WILSON ANDRES	LA ATENCIÓN Y MEMORIA DE TRABAJO EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA MIGUEL ÁNGEL LEÓN PONTÓN	DR. PATRICIO MARCELO GUZMÁN YUCTA
31	URDIALES BERRONES SABRINA ARACELY	DESTREZAS MATEMÁTICAS BÁSICAS EN LOS INFANTES DE BÁSICA ELEMENTAL	MGS ARACELY CAROLINA RODRIGUEZ VINTIMILLA
32	VALLEJO GUIJARRO PAULINA GEOVANNA -	LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y LA AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA CARRERA DE PSICOPELAGOGÍA DE LA UNACH	MGS. LUZ ELISA MORENO ARRIETA
33	VARGAS GUASHCO MAICOL ISRAEL	HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOPELAGOGÍA DE LA UNACH	MGS FABIANA MARÍA DE LEÓN NICARETTA
34	VELASTEGUI MOYA DAYRA NIKOL	ATENCIÓN EN EL APRENDIZAJE DE LA LECTOESCRITURA EN NIÑOS DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA SIMÓN RODRÍGUEZ	DRA. PATRICIA CECILIA BRAVO MANCERO
35	ZURITA CARRILLO JENNYFER GABRIELA	ORIENTACIÓN TEMPORO- ESPACIAL EN EL DESARROLLO DE LA LECTOESCRITURA EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA	MGS TAPIA AREVALO MYRIAN ALICIA
36	CAZCO BUSTAMANTE KATERIN MAYTE	COORDINACIÓN VISOMOTRIZ PARA EL APRENDIZAJE DE LA ESCRITURA EN NIÑOS DE PREPARATORIA DE LA UNIDAD EDUCATIVA JOSÉ MARÍA ROMAN FREILE	MGS TAPIA AREVALO MYRIAN ALICIA

Dada en la ciudad de Riobamba, a los veintitrés días del mes de mayo de 2023

Dra. Amparo Cazoria Basantes, PhD.
DECANA

c.c. Archivo

Revisado por: Dra. Amparo Cazoria.
Elaborado por: Mgs. Zola Jácome.

Funcionarios que reciben	Fecha de recepción	Firma
Director/a de carrera	23-05-2023	

Campus* La Dolorosa*

Av. Eloy Alfaro y 10 de Agosto

Teléfono: (593-3) 3730910 - Ext 2205

Anexo 2. Visto bueno del Perfil del Proyecto de Investigación



Dirección
Académica
VICERRECTORADO ACADÉMICO



VISTO BUENO DEL PERFIL DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

En la Ciudad de Riobamba, a los 21 días del mes de Junio de 2023, luego de haber revisado y analizado la validez científica y vialidad del proyecto de investigación presentada por el estudiante **PAULINA GEOVANNA VALLEJO GUIJARRO** con CC: **0605329846** de la carrera **PSICOPEDAGOGÍA** y dando cumplimiento a los criterios metodológicos exigidos, se emite el **VISTO BUENO DEL PERFIL DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN** titulado **“LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO”**, que corresponde al dominio científico **“Desarrollo socio económico y educativo para el fortalecimiento de la institucionalidad democrática y ciudadana”** y alineado a la línea de investigación **“Ciencias de la educación y formación profesional/ no profesional”**, por lo tanto se autoriza la presentación del mismo para los trámites pertinentes.

Mgs./Luz Elisa Moreno Arrieta

TUTORA PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Anexo 3. Acta de aprobación del Perfil del proyecto de Investigación



Dirección
Académica
VICERRECTORADO ACADÉMICO



ACTA DE APROBACIÓN PERFIL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

En la Ciudad de Riobamba, a los 21 días del mes de junio de 2023 se reúnen los miembros de la Comisión de Carrera, quienes luego de haber revisado y analizado la petición presentada por la estudiante **PAULINA GEOVANNA VALLEJO GUIJARRO** con CC: 06053298406, de la carrera **PSICOPEDAGOGÍA** y dando cumplimiento a los criterios metodológicos exigidos, emiten el **ACTA DE APROBACIÓN** del **PERFIL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN** titulado "**LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y AUTOESTIMA EN LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO**", que corresponde al dominio científico "**DESARROLLO SOCIOECONÓMICO Y EDUCATIVO PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA INSTITUCIONALIDAD DEMOCRÁTICA Y CIUDADANA**" y alineado a la línea de investigación "**CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL / NO PROFESIONAL**".

Mgs. Juan Carlos Marcillo
DIRECTOR CARRERA

Mgs. Luz Elisa Moreno
MIEMBRO COMISION DE CARRERA

Mgs. Israel García
MIEMBRO COMISION DE CARRERA



Anexo 4. Test de autoestima de Rosenberg

ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG

Indicación: Cuestionario para explorar la autoestima personal entendida como los sentimientos de valía personal y de respeto a sí mismo.

Codificación proceso: 1.1.1.2.1.1.4. Autoestima (CIPE- α).

Administración: La escala consta de 10 ítems, frases de las que cinco están enunciadas de forma positiva y cinco de forma negativa para controlar el efecto de la aquiescencia Autoadministrada.

Interpretación:

De los ítems 1 al 5, las respuestas A a D se puntúan de 4 a 1. De los ítems del 6 al 10, las respuestas A a D se puntúan de 1 a 4.

De 30 a 40 puntos: Autoestima elevada. Considerada como autoestima normal.

De 26 a 29 puntos: Autoestima media. No presenta problemas de autoestima graves, pero es conveniente mejorarla.

Menos de 25 puntos: Autoestima baja. Existen problemas significativos de autoestima.

Propiedades psicométricas La escala ha sido traducida y validada en castellano. La consistencia interna de la escalas se encuentra entre 0,76 y 0,87. La fiabilidad es de 0,80

ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.				
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.				
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.				
4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.				
5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a.				
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.				
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.				
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				
10. A veces creo que no soy buena persona.				

Anexo 5. Test de procrastinación EPG

Instrucciones

A continuación, se presenta una serie de enunciados sobre sus actividades. 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. Marque todas las frases teniendo en cuenta las siguientes alternativas: Nunca (1) - Pocas Veces (2) - A veces (3) - Casi siempre (4) - Siempre (5).

N.º	EPG	1	2	3	4	5
1	Frecuentemente me doy cuenta que estoy haciendo tareas que me había propuesto hacer con anterioridad					
2	A menudo me pierdo conciertos, sucesos deportivos o lo que me gusta porque no he conseguido comprar las entradas a tiempo					
3r	Cuando planeo una fiesta hago los preparativos necesarios con suficiente antelación					
4r	Cuando es hora de levantarse por la mañana, la mayoría de las veces lo hago inmediatamente					
5	Puedo dejar una carta sin enviar varios días después de haberla escrito					
6r	Devuelvo las llamadas de teléfono con prontitud					
7	Tardo varios días en realizar trabajos, incluso los que sólo requieren sentarse y hacerlos					
8r	Suelo tomar decisiones lo más pronto posible					
9	Generalmente me demoro en comenzar el trabajo que tengo que hacer					
10	Cuando viajo, tengo que darme prisa para llegar al aeropuerto o estación a una hora apropiada					

11	Cuando me preparo para salir, rara vez tengo que hacer algo en el último momento					
12	Cuando estoy haciendo un trabajo que debo presentar, con frecuencia pierdo tiempo haciendo otras cosas					
13r	Si llega una cuenta por una cantidad pequeña, la pago inmediatamente					
14r	Devuelvo pronto una petición donde se ruega una contestación rápida después de recibirla					
15r	Tengo una tarea acabada antes de lo necesario					
16	Siempre parece que acabo haciendo las compras de los regalos de cumpleaños en el último minuto					
17	Usualmente compro, incluso lo esencial, en el último momento					
18r	Suelo terminar todas las cosas que planeo hacer en el día					
19	Estoy continuamente diciendo: "lo haré mañana"					
20r	Suelo ocuparme de todas las cosas que tengo que hacer antes de sentarme y relajarme por la noche					
21	Me preparo con anticipación para los exámenes					
22	Intento mejorar mis hábitos de estudio					
23	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido					
24	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio					
25	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra					
26	Me tomo el tiempo para revisar mis tareas antes de entregarlas					
27	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea					

Anexo 6. Matriz de Consistencia

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y TECNOLOGÍAS
CARRERA: PSICOPELAGOGÍA

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO – TEMA: La procrastinación académica y la autoestima en los estudiantes universitarios de la Universidad Nacional de Chimborazo.
AUTORA: Vallejo Guijarro Paulina Geovanna **TUTORA:** Mgs. Fabiana de León

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	2. OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN	3. HIPÓTESIS	4. MARCO TEÓRICO	5. METODOLOGÍA	6. TÉCNICAS E IRD – INSTR-RECOLEC-DATOS
1.1. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA • ¿Cómo la procrastinación académica y la autoestima tienen influencia en los estudiantes universitarios de Psicopedagogía?	2.1 OBJETIVO GENERAL • Analizar la procrastinación académica y la autoestima en los estudiantes universitarios de Psicopedagogía de la UNACH.	3.1 HIPÓTESIS GENERAL • H1: El alto nivel de procrastinación produce un bajo nivel de autoestima de los estudiantes universitarios de Psicopedagogía.	4.1 Variable independiente: • La procrastinación - Definición - Tipos de procrastinación - Causas de la procrastinación académica	5.1 Enfoque o corte Cualitativo, mixto 5.2 Diseño No experimental 5.3 Tipo de investigación • Por el nivel-alcance: Diagnóstico, exploratorio, Descriptivo, Correlacional, y/o Explicativo • Por el objetivo: Básica • Por el tiempo: Transversal-Transaccional • Por el lugar: De campo, Bibliográfica, Documental	6.1 Variable independiente: Técnica: Psicométrica Instrumento: Escala de procrastinación general (GP). Descripción general: Consto de 40 ítems que miden el nivel de procrastinación y se aplica en universidades.
1.2. PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN • ¿En qué nivel de procrastinación general se encuentran los estudiantes universitarios de Psicopedagogía? • ¿Cuál es el nivel de autoestima que poseen los estudiantes universitarios de Psicopedagogía? • ¿Existe alguna relación entre la procrastinación académica y la autoestima en los estudiantes universitarios de Psicopedagogía?	2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS • Establecer el nivel de procrastinación en el que se encuentran los estudiantes universitarios de Psicopedagogía. • Verificar el nivel de autoestima que tienen los estudiantes universitarios de Psicopedagogía. • Identificar la relación entre la procrastinación y la autoestima en los estudiantes universitarios de Psicopedagogía.	3.2 HIPÓTESIS DE TRABAJO • H1: La mayoría de estudiantes universitarios de Psicopedagogía tienen una alta tendencia a procrastinar. • H2: La mayoría de estudiantes presentan un nivel bajo de autoestima. • H3: Se pronostica que a mayor procrastinación menor nivel de autoestima.	4.2 Variable dependiente: • La autoestima - Definición - Tipos de autoestima - Elementos que la conforman	5.4 Unidad de análisis • Población de estudio: 8 ^{to} y 9 ^{to} Semestre • Tamaño de Muestra: 40 5.5 Técnicas e IRD 5.6 Técnicas de Análisis e Interpretación de la Información.	6.2 Variable dependiente: Técnica: Psicométrica Instrumento: Escala de autoestima de Rosenberg Descripción general: La escala tiene 10 ítems que evalúan el nivel de la autoestima y se aplicará los universitarios.

Anexo 7. Matriz de Operacionalización de variables



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y TECNOLOGÍAS
CARRERA: PSICOLOGÍA EDUCATIVA, ORIENTACIÓN VOCACIONAL Y FAMILIAR



ASIGNATURA: PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN II (TUTORÍAS)
 CURSO: OCTAVO SEMESTRE A

PERÍODO ACADÉMICO: 2023-25
 FECHA: 11 DE DICIEMBRE DE 2023

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES: INDEPENDIENTE

TÍTULO – TEMA: La procrastinación académica y la autoestima en los estudiantes universitarios de la carrera de Psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo.
AUTOR/A: Vallejo Guijarro Paulina Geovanna

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	SUBDIMENSIONES SUBESCALA	INDICADORES	ITEMS	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
Variable Independiente: LA PROCRASTINACIÓN: Es el acto consciente e intencional de aplazar actividades en otras percibidas como menos difíciles. Después de esta práctica existen sentimientos de culpabilidad que afectan de manera emocional, física y psicológica.	Auto-regulación	Organización de tiempo	La organización de tiempo a fin de lograr cumplir todas las actividades necesarias para alcanzar un objetivo.	¿Considera que la autorregulación en la gestión de tiempo produce que los estudiantes tiendan a procrastinar?	Técnica • Test psicométrico - Descripción general: Es un test de 38 preguntas. Instrumento La escala de procrastinación general consta de 40 ítems para estudiantes desde los 18 años en adelante.
		Control de actividades	La organización de actividades según la prioridad de las mismas.	¿Cómo gestionan las actividades los estudiantes hace que procrastinen de manera más frecuente?	
	Percepción	Difícil	Cuando una tarea es percibida como difícil por el cerebro busca evitar, esa actividad.	¿Perceber las tareas como difíciles produce que procrastinen más los estudiantes?	
		Satisfactorio	Cuando una tarea es satisfactoria la recompensa produce que se repita con más frecuencia.	¿Si una actividad es más satisfactoria tiende a ser más frecuente?	
	Emocional	Sentimientos de culpa	El no cumplir con actividades, trae sentimientos de culpa al no lograr los pasos de los objetivos a largo plazo.	¿Produce sentimientos de culpa procrastinar?	
		Sentimientos de insuficiencia	El no haber podido cumplir con las tareas, el sentido de suficiencia se ve bastante afectado.	¿Se pone en duda la auto-suficiencia cuando se procrastina?	

Anexo 8. Aplicación de los instrumentos psicométricos

