



Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura



Cátedra UNESCO  
Tecnologías de apoyo para la Inclusión Educativa



## REVISTA

### JUVENTUD Y CIENCIA SOLIDARIA:

En el camino de la investigación

# PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES

Paula Mayté Reyes Cortés



Mi nombre es **Paula Mayté Reyes Cortés**, tengo 15 años. Estudio en el décimo año de EGB de la Unidad Educativa particular Hermano Miguel de La Salle. Me gusta bailar ballet y tocar el piano. Quiero estudiar Medicina en la universidad.

## Resumen

Esta investigación tiene como propósito describir el grado de vinculación entre la procrastinación académica y la autoestima en adolescentes, así como determinar los niveles de las variables de estudio y describir la presencia de diferencias significativas de acuerdo con el sexo. Para ello se tomó una muestra de 138 estudiantes con edades de 13 a 15 años de ambos sexos pertenecientes al décimo año de EGB de la Unidad Educativa Particular Hermano Miguel de La Salle y se empleó la Escala de Procrastinación Académica (EPA), así como la escala de autoestima de Rosenberg. Para encontrar los objetivos propuestos, se utilizó la táctica asociativa de diseño transversal,

donde se desarrolló un análisis de percentiles, así como las pruebas t y r de Pearson. Los resultados mostraron niveles medios en procrastinación académica, postergación de actividades y autorregulación académica y niveles bajos en autoestima. Así también, se encontró que no existen diferencias significativas en las variables de acuerdo con el sexo. Por el contrario, se obtuvo que sí existe conexión significativa e inversa entre procrastinación académica, autorregulación académica y autoestima, mientras que entre postergación de actividades y autoestima no se presentó relación. Se concluye que los estudiantes de los dos sexos experimentan de manera parecida la procrastinación académica y la

autoestima, y se deduce que a más autoestima menos procrastinación y viceversa, a menos autoestima mayor procrastinación.

**Palabras clave:** procrastinación académica, autoestima, postergación de actividades, autorregulación académica, adolescencia

## Explicación del tema

La adolescencia es una etapa llena de desafíos, de muchos cambios e interrogantes para los seres humanos. Es una etapa que provee de innumerables alternativas para la formación y el desarrollo de puntos fuertes de las personas [1]. Durante este período, se desarrolla un sentido de responsabilidad hacia el futuro y bienestar propio [2]. Los cambios psicológicos tanto emocionales como conductuales [3] inciden en varios ámbitos, como el académico, donde la baja autoestima es causante de bajo rendimiento, afectando incluso en la vida cotidiana [4].

La procrastinación académica afecta a estudiantes ecuatorianos desde hace mucho tiempo [5]. Esta tiene una serie de implicaciones y consecuencias en el desempeño y rendimiento académico, razón por la cual, son parte importante del debate académico que llevan a cabo los especialistas en los entornos escolares [6]. Por lo tanto, resulta imperativo realizar una investigación que profundice más esta problemática estudiantil.

La procrastinación académica afecta a estudiantes ecuatorianos desde hace mucho tiempo [5]. Esta tiene una serie de implicaciones y consecuencias en el desempeño y rendimiento académico, razón por la cual, son parte importante del debate académico que llevan a cabo los especialistas en los entornos escolares [6]. Por lo tanto, resulta imperativo realizar una investigación que profundice más esta problemática estudiantil.

Existe una creciente tendencia a posponer voluntariamente funciones y trabajos académicos, los cuales deberían presentar los alumnos en un periodo de tiempo previamente establecido [7]. Esto quiere decir que el sistema que se encarga de dirigir la experiencia emocional, pensamientos orientados a metas, activación y conducta, fracasa [8]. El desempeño académico y la excelencia de las tareas presentadas se ven limitadas no solamente por el intelecto, sino también por factores

como la motivación y el nivel de involucramiento por parte de los estudiantes, los cuales son resultado de su autorregulación emocional [9].

Una vez planteados los antecedentes, se considera importante llevar a cabo un estudio exploratorio y correlacional entre la procrastinación académica y la autoestima en los estudiantes ecuatorianos [10]. Dado que la postergación de actividades puede acarrear consecuencias lamentables, como la deserción académica, el fracaso académico, el bajo desempeño académico y la baja autoestima, es relevante hacer una investigación sobre la procrastinación académica y la autoestima. Las personas que controlan su aprendizaje gestionan sus esfuerzos por aprender al ser conscientes de sus habilidades y limitaciones, y adoptan métodos de aprendizaje regidos por objetivos y tácticas [11].

Comúnmente, las personas que procrastinan suelen presentar síntomas depresivos y ansiosos, pensamientos negativos de sí mismos y respecto a su percepción de ejecutar actividades de manera efectiva y eficaz. La baja autoestima en la procrastinación tiene mucho que ver con la depresión, la ansiedad y otros trastornos que pueden afectar a los seres humanos [12]. Por otro lado, la procrastinación académica alta está asociada en un 100 % con la autoestima baja de los alumnos [13].

## Procrastinación académica

La procrastinación es un patrón conductual de aplazar las tareas, trabajos o actividades asignadas, para más tarde. Surge después del éxito en la realización de un trabajo, tarea o actividad, que, por diversos factores, se la culminó en un tiempo corto, antes del plazo de entrega y no presentó consecuencias. Este comportamiento puede desencadenar en un estilo de vida de aplazamiento continuo de tareas y de decisiones y en consecuencia genera falta de bienestar e incomodidad personal [14].

La procrastinación es un problema social que se da en muchos contextos, teniendo repercusiones en diversos aspectos de la vida los seres humanos [15]. Se presenta en el ámbito académico, laboral, en el aseo personal, en las relaciones sociales, en la utilización del tiempo libre, etc. [10]. Usualmente se manifiesta cuando las personas no logran cumplir con un obje-

tivo planteado, pero en el caso contrario, se logra una mejor regulación emocional y eficiencia [16]. La procrastinación repercute en actividades cotidianas, disminuyendo la autonomía individual en lo que respecta al incumplimiento de sus obligaciones y deberes domésticos [17]. Así también, ya sea de manera directa o indirecta, afecta al bienestar físico y psicológico, debido al estrés que experimenta el individuo al posponer tareas y a los comportamientos poco saludables de sustituir las responsabilidades por actividades de gratificación instantánea [18].

La procrastinación académica (PA) consiste en el constante aplazamiento de tareas académicas obligatorias en cualquier nivel educativo y que se las pospone para el último minuto [14]. Es una constante en la vida cotidiana de los estudiantes, tanto que a veces afecta gravemente al rendimiento académico. El individuo piensa en realizar la tarea, no obstante conductualmente evade el inicio de la misma y a menudo justifica que no encuentra el lugar ni el tiempo para su realización, de esa manera concluye con una conducta de evasión optativa a una tarea específica [14]. El perfil de las personas que presentan procrastinación generalmente se caracteriza por tendencias perfeccionistas y rasgos impulsivos [15].

A menudo se la relaciona con la mala administración del tiempo y ausencia de autorregulación por parte de los alumnos [19]. Además, se la vincula con muchas deficiencias y patologías, tales como la ansiedad, depresión, estrés, el bajo rendimiento académico, etc. [10]. Así también, ha sido ligada con una baja capacidad de autocontrol [20], lo cual incide en las calificaciones, puntualidad de entrega de asignaciones, desenvolvimiento en clases, etc. Este mal hábito puede fomentar una inestabilidad emocional severa, debido a la acumulación de actividades [6]. La procrastinación académica posee dos variables, las cuales son: autorregulación académica y postergación de actividades. Por el contrario, la autorregulación académica es un proceso activo y constructivo mediante el cual los estudiantes establecen objetivos para su instrucción, pretenden autorregular su comportamiento, se monitorean y regulan comportamiento y cognición [21]. La autorregulación académica genera una mayor efectividad, basada en factores interrelacionados (emocionales,

motivacionales y de comportamiento) [22]. La postergación de actividades consiste en aplazar actividades que se tienen que realizar. Se trata de un comportamiento que se suele estar relacionado a cambios, incomodidades, exigencias ambientales y/o hastío al cumplimiento, ya sean en el ámbito académico, familiar, laboral, etc. Produce tensión, debido a un sentimiento de culpa, emoción desencadenante de niveles altos de ansiedad [23].

### **Autoestima**

La autoestima es la autovalía de una persona y la confianza en sí mismo, involucra emociones, pensamientos, sentimientos, ideas, experiencias adquiridas a lo largo de la vida [24]. Individuos con elevada autoestima se respetan a sí mismos, se valoran, buscan soluciones positivas a los problemas de su día a día, cambian de perspectiva, etc. [25]. Algunos términos utilizados para significar el concepto de autoestima son: autoaceptación, autoajuste, autovaloración, autoconcepto, autoimagen [26], [27], por su parte, definen la autoestima como el concepto que uno tiene de sí mismo, según unas cualidades que a sí mismos se atribuyen. No hay, por ahora, una posición unánime respecto a qué es la autoestima. De acuerdo con la literatura especializada, los rasgos de la personalidad influyen en la autoestima al incrementar la autoeficacia (capacidad para alcanzar con éxito los objetivos propuestos) y la valoración por parte de la familia, sus pares, las personas significativas o la comunidad en general [28]. Por otro lado, la autoestima es un aspecto que se forja desde el hogar, y se relaciona con el éxito o el fracaso académicos, resultando en que los alumnos repetidores de año tengan menos autoestima que los que no lo han hecho [29]. La importancia de la autoestima radica en que las personas que poseen altos índices de esta, afrontan de mejor manera los problemas e infunden seguridad a los demás [25], tienen una perspectiva más positiva de lo que les rodea y afrontan de mejor manera sucesos negativos, surgiendo en ellos respuestas adaptativas tras el fracaso [30]. A más autoestima, los síntomas de agotamiento y despersonalización disminuyen, y a su vez se presenta un aumento de los niveles de realización personal [31]. La procrastinación académica mantiene una conexión con la autoestima, dado que

esta última es un factor que interfiere en el desempeño académico, es decir en la manera en la que el estudiante realiza sus actividades. Sin embargo, cuando por problemas personales, familiares o de otra índole, los niveles de autoestima disminuyen, en algunos casos se opta por postergar las actividades académicas, lo cual desencadena en un bajo rendimiento [32], ausencia de autocontrol y responsabilidad, deserción académica; factores que a la larga traen consecuencias en muchos aspectos de la vida [33]. Para evitar la procrastinación académica, dentro y fuera de las aulas de clases, es necesario tomar en cuenta acciones enfocadas en la autoeficacia, fomento en la confianza en sí mismos y en sus habilidades, y así promover el fortalecimiento de la autoestima [34]. Por consiguiente, las personas que cuentan con índices altos de autoestima se enfocan en sus deberes y obligaciones, confían en sí mismos y pretenden dirigir sus esfuerzos a resultados beneficiosos [35]; lo cual disminuye los niveles de procrastinación pues su correlación es una vía de doble sentido, ya que a menor autoestima mayor procrastinación y viceversa [36]. Este estudio se realiza con la intención de analizar lo perjudicial que pueden ser estos dos factores si llegan a niveles altos (procrastinación académica y baja autoestima), y a su vez aportar información y servir de guía para las futuras investigaciones acerca del tema en mención. Para el efecto, se tomó una muestra de 138 estudiantes de entre 13 a 15 años de edad: 65,2 % hombres y 34,8 % mujeres, y se empleó un modelo teórico junto con una estrategia asociativa y diseño transversal [37]. El presente proyecto tiene como objetivo general determinar el grado de relación

entre la procrastinación académica y la autoestima en adolescentes, y como objetivos específicos: describir el grado de vinculación entre autorregulación académica y la postergación de actividades con la autoestima en dicha población. También, determinar si hay diferencia significativa entre las variables estudiadas y describir los niveles de cada variable.

### Diseño Metodológico

La presente investigación posee a una estrategia asociativa de diseño correlacional transversal debido a que se pretende describir la conexión entre la procrastinación académica y la autoestima, en adolescentes.

### Diseño muestral

La población está constituida por los estudiantes de 10 EGB de la Unidad Educativa Particular Hermano Miguel de La Salle de Cuenca, esto es un total de 173 estudiantes de los paralelos A, B, C y D de la institución. La selección de la muestra fue de tipo no probabilística, por conveniencia, ya que se pretende alcanzar a 173 participantes los cuales deben ser estudiantes de ambos sexos, de 10 EGB de la institución educativa, con edades de entre 13 y 15 años. Finalmente se logró una muestra de 138 estudiantes, 65,2 % hombres y 34,8 % mujeres, lo que manifiesta una gran presencia masculina en los cursos encuestados en la institución. Su edad media fue de 14,11 años. Entre los estudiantes encuestados participaron estudiantes del décimo A (29,7 %), de décimo B (19,6 %), de décimo C (21 %) y de décimo D (29,7 %).

**Tabla 1.** Datos demográficos

Variable	N	%
<b>Sexo</b>		
Hombre	90	65.2
Mujer	48	34.8
<b>Grado</b>		
10mo A	41	29.7
10mo B	27	19.6
10mo C	29	21.0
10mo D	41	29.7
<b>Edad</b>	<b>Media (DE)</b>	<b>Rango</b>
	14.11 ( $\pm 0.335$ )	13-15

Dentro de los criterios de evaluación, se tomaron en cuenta solamente estudiantes de 10 EGB, pertenecientes y matriculados en el año 2022 - 2023, que estén dentro del rango de edad establecido y únicamente estudiantes que estén presentes al momento de la evaluación.

### Técnicas de recolección de datos

El proceso de recopilación de datos para esta investigación se llevó a cabo con la autorización correspondiente de la institución y de igual manera con el consentimiento informado de cada estudiante. Además, el método para la recolección de datos fue de tipo encuesta virtual, para ello se utilizó un formulario de preguntas de Google. El instrumento de evaluación tuvo una hoja de autorización informando acerca de la participación de cada estudiante, la misma que detalló la aceptación del permiso correspondiente, los objetivos de esta investigación, la ratificación del anonimato y el tiempo necesario para realizar toda la encuesta. El instrumento también tuvo una sección de datos demográficos y las dos escalas evaluativas, una para evaluar la procrastinación académica (EPA) y otra para medir la autoestima, el instrumento finalizó con el agradecimiento a cada participación. La Escala de Procrastinación Académica (EPA) fue diseñada por [38], y luego adaptada al español por [39]. Tiene 12 ítems [40] y emplea una escala Likert de 5 opciones para responder a los ítems (nunca, pocas veces, a veces, casi siempre y siempre) [14]. La EPA está compuesta de dos dimensiones correlacionadas: autorregulación académica (ítems: 2, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 14) y postergación de actividades (ítems: 1, 8, 9), se destacan los ítems 3, 4, 15, 16 [19]. El análisis factorial confirmatorio realizado refleja que la EPA posee una estructura bifactorial ( $X^2 > .05$  [ $p < .01$ ]; GFI = .953; AGFI = .931; IFI = .930; CFI = .930; RMSEA = .066), con un ajuste reducido de 12. La escala de autoestima de Rosenberg o escala EAR fue inventada por el sociólogo Rosenberg en 1965 [41], está conformada por 10 ítems, cinco en sentido positivo (ítems 1, 3, 4, 7 y 10) y cinco en sentido negativo (ítems 2, 5, 6, 8 y 9), las mismas se responden mediante una escala Likert de 4 opciones (muy en desacuerdo, en desacuerdo,

de acuerdo, muy de acuerdo) [42]. La confiabilidad de la escala superó el 80 en las dimensiones, por otro lado, el análisis factorial reveló al constructo como unidimensional ( $X^2 (238) = 35.23$ ;  $p < .05$ ;  $X^2/df = 1.48$ ; GFI = .92; RMR = .06; RMSEA = .06; AIC = 477.28), esto demuestra que la escala tiene propiedades psicométricas adecuadas para su uso [43]. Técnicas estadísticas para el procesamiento de la información El procesamiento de datos para esta investigación seguirá tres pasos, primero un análisis de contenido para las escalas; segundo, se desarrollará un análisis descriptivo, con medidas de tendencia central, asimetría y curtosis; tercero, un análisis inferencial para hallar los objetivos donde se realizará los análisis de correlaciones. El programa a usar, para el análisis estadístico será el SPSS versión 26.

### Aspectos éticos

Para el desarrollo de este estudio se solicitará el permiso del comité de investigación de la institución, además se buscará la aprobación de cada estudiante evaluado y de la institución. También se mantendrá el anonimato y el consentimiento informado para cada estudiante. De igual manera especificaremos que los datos recogidos solamente serán para el uso de esta investigación y, por último, se manifestará que no existe conflicto de interés.

### Resultados

Esta investigación tuvo como finalidad determinar los niveles de procrastinación académica y autoestima en adolescentes, así también determinar si hay diferencias significativas de acuerdo con el sexo y por último mostrar la relación entre las variables planteadas. Seguidamente, se aprecian los resultados recolectados.

Con respecto al análisis descriptivo, la segunda tabla refleja los niveles generales de las variables de procrastinación académica y autoestima, donde se pudo apreciar que la variable procrastinación y sus dimensiones presentan más incidencia en los niveles medios (AA con 39,9 %; P con 44,9 %; PA con 46,4 %), por otro lado, la autoestima presentó más incidencia en el nivel bajo con 44,2 %.

**Tabla 2.** Niveles de procrastinación académica y autoestima

Variables	Bajo	%	Medio	%	Alto	%
AA	50	36.2	55	39.9	33	23.9
P	46	33.3	62	44.9	30	21.7
PA	42	30.4	64	46.4	32	23.2
A	61	44.2	39	28.3	38	27.5

Los niveles de significancia en la prueba t, indican que no se hallan diferencias significativas en cuanto a la autorregulación académica ( $t=,402$ ;  $p>0,05$ ), postergación de actividades ( $t=-,443$ ;  $p>0,05$ ), procrastinación académica ( $t=,154$ ;  $p>0,05$ ) y en la autoestima ( $t=,914$ ;  $p>0,05$ ) según el sexo de los estudiantes. Esto demuestra que los adolescentes, tanto hombres como mujeres, pasan por situaciones parecidas en lo que se refiere a dichas variables.

**Tabla 3.** Prueba t para las variables según el sexo

Variable	Sexo				Prueba t	
	Hombre		Mujer		t	p
	M	DE	M	DE		
<b>AA</b>	24.34	7.27	23.88	6.10	0.402	0.688
<b>P</b>	9.01	3.53	9.27	2.72	-0.443	0.630
<b>PA</b>	33.36	8.56	33.15	7.10	0.154	0.878
<b>A</b>	28.37	3.80	27.81	3.15	0.914	0.363

Fuente: Autora

Dentro de la asimetría y la curtosis se evidenciaron resultados con valores de  $\pm 3$ , por lo cual se procedió a realizar el coeficiente de correlación de Pearson ( $r$  de Pearson), en donde los datos muestran la relación de la procrastinación académica y sus variables con la autoestima, donde se puede evidenciar una relación inversa entre autoestima y autorregulación académica ( $r=-,285$ ) y procrastinación académica ( $r=-,215$ ). Estos valores indican que a mayor autoestima menor es la procrastinación académica y viceversa, y de manera similar con la autorregulación académica. Por otro lado, se observa una relación entre la autoestima y la postergación de actividades (Ver tabla 4).

**Tabla 4.** Asimetría, curtosis y correlación  $r$  de Pearson de procrastinación académica, sus dimensiones y la autoestima

Variables	g1	g2	4
<b>1. Autorregulación académica</b>	-0.013	0.353	-0.285**
<b>2. Postergación</b>	0.023	-0.604	0.069
<b>3. Procrastinación académica</b>	-0.253	0.580	-0.215*
<b>4. Autoestima</b>	1.047	2.409	1

Fuente: Autora

## Conclusiones

Dada la interrelación de la procrastinación académica y las situaciones individuales, este estudio, explica la conexión entre la variable de la procrastinación académica y la autoestima en estudiantes de 10 EGB de la Unidad Educativa Particular Hermano Miguel de La Salle de Cuenca. Así también se describieron los niveles de la procrastinación académica y sus variables con la autoestima, así como la diferencia significativa entre las variables principales.

En este estudio se describió los niveles de las variables, presentándose niveles medios en procrastinación académica y en sus dimensiones y niveles bajos en la autoestima. Datos similares fueron hallados por [44] donde la variable de la autoestima presentó el porcentaje más elevado en nivel bajo. En cuanto a la variable de la procrastinación académica [45] extrajo resultados que reflejan mayor porcentaje en nivel medio bajo, semejantes a los hallados en este estudio.

Esto quiere decir que los estudiantes en la adolescencia tienden a presentar baja autoestima, esto debido a los múltiples cambios psicológicos y la necesidad de pertenecer a un grupo. Se pretendía presentar diferencias significativas en adolescentes por sexo, sin embargo, los estudiantes varones y mujeres no manifiestan diferencias significativas en procrastinación académica y autoestima, esto quiere decir que, en este estudio, ambos sexos experimentan de forma similar las variables. Algo parecido muestran los resultados hallados por [46] en Ambato-Ecuador, donde referente a la procrastinación académica no se hallaron diferencias significativas ( $p>,05$ ) al comparar la variable entre ambos sexos. Por otro lado, en lo que respecta a la autoestima en Cuenca, [47] manifiestan que al comparar esta variable con el sexo, no se presentó una diferencia significativa. También [48] en cuanto a la procrastinación académica, no halló diferencia significativa al comprar esta

variable con el sexo, en niveles medios del 16 % en el sexo masculino y 30 % en el sexo femenino, y en niveles bajos 13 % masculino y 29 % femenino.

Respecto a la variable de la autoestima, no halló diferencia significativa según el sexo, con un nivel medio, 17 % masculino y 29 % femenino, lo que da a entender que los adolescentes en estas edades, en ambos sexos se manifiesta similar la procrastinación académica y la autoestima, debido a que tanto hombres como mujeres en la etapa de la adolescencia se encuentran en un constante desarrollo lo que hace que experimenten de manera parecida este tipo de factores. Respecto al grado de vinculación entre las variables de la autorregulación académica y la autoestima, se pudo evidenciar una correlación inversa y significativa entre ambas variables ( $r=-,285$ ), contrario a [49] que afirma que la autorregulación académica contribuye en el crecimiento de la autoestima.

En consecuencia, estas dos variables están relacionadas [50] también confirma la relación entre ambas variables, exponiendo que la autorregulación individual protege la autoestima y motiva el mejoramiento académico. Otro ejemplo de esto son los datos recolectados en Trujillo-Perú por [36] en una muestra de 40 estudiantes universitarios de entre 19 y 30 años de edad, donde se manifestó una correlación débil de ,341 con la Rho de Spearman. Esta correlación inversa, presente en este trabajo, se puede deber a la geografía y las edades de los participantes, así también porque los adolescentes en estas edades siguen en un proceso de organización de actividades tanto académicas como cotidianas.

En cuanto al grado de vinculación entre las variables postergación de actividades con la autoestima, no se aprecia una relación entre estas dos variables, similar a lo hallado por [51] Lima-Perú, en una muestra de 720 estudiantes de secundaria, con edades de 11 a 19 años de edad, en la cual se presentó una relación significativa ( $p<0.05$ ) y baja  $r=,20$ . Asimismo, en cuanto a la autoestima social con la variable postergación manifestó una correlación inversa, no significativa ( $p>0.05$ ) y muy baja. Además, [52] en Lima-Perú, encuentra resultados parecidos a los hallados en el presente estudio, en una muestra de 143 estudiantes, con edades de entre 15 y 19 años, donde no se encontró una relación entre ambas variables, con una relación muy baja del  $r=,091$ . Esto quiere decir que en los preadolescentes y adolescentes la postergación y la autoestima no están relacionadas entre sí, esto se debe a que, en estas edades llenas de cambios de todo tipo, los estudiantes, aunque posean un buen nivel de autoestima, tienden a postergar tareas porque no creen estar a la altura del desafío que

supone el realizar la actividad propuesta [38].

Por último, se pretendió describir la conexión entre procrastinación académica y autoestima en adolescentes, la misma que manifestó una correlación en sentido negativo y significativa ( $r=-,215$ ), similar a los resultados encontrados por Sandoval Colque (2021) quien concluyó que sí existe una relación significativa entre los niveles de procrastinación académica y autoestima en estudiantes de secundaria. Así también lo concluye [53] en India, con una muestra de 255 estudiantes, manifestándose una relación positiva débil ( $r=,25$ ) y significativa entre las variables de procrastinación académica y autoestima en estudiantes de odontología. Sin embargo, [54] en Pakistán, obtuvo una conexión no significativa ( $r=,02$ ;  $p=,66$ ) entre dichas variables. Así mismo [55] presentó una relación negativa y significativa de la procrastinación académica y la autoestima ( $r=-,401$ ). Otro ejemplo de la correlación entre ambas variables es el trabajo [44] en Tumbes-Perú, en una muestra de 100 estudiantes con edades de 17 y 23 años, en donde halló una correlación negativa y significativa ( $r=-,468$ ).

Concluyendo, el estudio se centra en la importancia de comprender la relación entre la procrastinación académica y la autoestima en adolescentes, con el fin de concientizar sobre las consecuencias perjudiciales de la procrastinación y baja autoestima. Parece ser que muchos de los individuos investigados muestran un nivel medio en procrastinación y bajo de autoestima. Además, se observa que los estudiantes de ambos sexos experimentan de manera similar la procrastinación académica y la autoestima. Con ello concluimos que a más autoestima menos procrastinación y viceversa, a menos autoestima mayor procrastinación.

Una limitación del estudio fue la dificultad de coordinar con las horas de clases adecuadas para realizar la encuesta a los participantes, lo que retrasó el análisis de datos. Para próximas investigaciones es esencial tener en cuenta variables que ayuden a entender de mejor manera la procrastinación académica, como la motivación académica, adicción a las redes sociales, autoeficacia, dependencia a dispositivos móviles, Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH), así como variables que expliquen la autoestima negativa como depresión o bullying. Asimismo, se recomienda ampliar el tamaño de la muestra para obtener resultados representativos y generalizables.

## Agradecimientos

Agradezco a mi profesor Anthony Ayala y a toda mi familia por haberme brindado apoyo en la realización de este trabajo investigativo.

## Referencias

- [1] UNICEF, «¿Qué es la adolescencia? | UNICEF». Accedido: 25 de mayo de 2024. [En línea]. Disponible en: <https://shorturl.at/fCZPN>
- [2] D. Gutierrez Fernández, «“Autoestima y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa particular Fleming de la ciudad del Cusco - 2021”», UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA, 2021.
- [3] S. Pineda y M. Aliño, «El concepto de adolescencia», Manual de prácticas clínicas para la atención integral a la salud de la adolescencia, vol. 1, pp. 15-23, 2013.
- [4] J. D. Baldeón Molina, «“Influencia de la autoestima en el bajo rendimiento académico de las estudiantes de primero de bachillerato del Colegio Consejo provincial de Pichincha”», Quito, 2015.
- [5] V. G. Martínez y M. P. S. Payró, «Procrastinación académica entre estudiantes de cursos en línea. Validación de un cuestionario», Apertura: Revista de Innovación Educativa, vol. 11, n.o 2, pp. 1-21, 2019, doi: <http://dx.doi.org/10.32870/Ap.v11n2.1673>.
- [6] D. M. Quant y A. Sánchez, «Procrastinación, Procrastinación Académica: Concepto e Implicaciones», Revista Vanguardia Psicológica, vol. 3, n.o 1, pp. 45-59, 2012.
- [7] F. Tarazona, J. N. Romero, I. M. Aliaga, y M. F. Veliz, «Procrastinación académica en estudiantes de educación en Lenguas, Literatura y Comunicación: Características, modos y factores», Horizonte de la Ciencia, vol. 6, n.o 10, pp. 185-194, 2016.
- [8] Nonnan. Milgram, «El retraso: una enfermedad de los tiempos modernos», Boletín de psicología, n.o 35, pp. 83-102, 1992.
- [9] J. J. Maquilón Sánchez y F. Hernández Pina, «Influencia de la motivación en el rendimiento académico de los estudiantes de formación profesional.», Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado, vol. 14, n.o 1, pp. 81-100, 2011.
- [10] L. D. Angarita Becerra, «Aproximación a un concepto actualizado de la procrastinación», Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología, vol. 5, n.o 2, pp. 85-94, 2012.
- [11] V. A. Cuzco Mogrovejo y J. M. Zhiña Brahona, «Autorregulación del aprendizaje en adolescentes tardíos de tercero de bachillerato de la institución educativa Herlinda Toral en el periodo académico 2019 - 2020», Universidad de Cuenca, 2020.
- [12] D. E. Cahuana Cuti, «Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Arequipa, 2019», Universidad Peruana Unión, 2019.
- [13] A. L. Bustinza Béjar, «Procrastinación y Autoestima en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería ingresantes en el semestre 2019-II a la Universidad Andina del Cusco», Universidad Andina del Cusco, 2021.
- [14] R. Moreta-Herrera y T. Durán-Rodríguez, «Propiedades psicométricas de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) en estudiantes de psicología de Ambato, Ecuador», Salud & Sociedad, vol. 9, n.o 3, pp. 236-247, 2018, doi: [10.22199/s07187475.2018.0003.003](https://doi.org/10.22199/s07187475.2018.0003.003).
- [15] S. A. Ramirez Ayala, «La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos», Universidad Peruana Unión, 2019.
- [16] P. A. Camacho Bonilla, «“Autorregulación emocional y procrastinación académica en estudiantes de las carreras relacionadas a ciencias de la salud y ciencias sociales de la ciudad de Ambato.”», Pontificia Universidad Católica del Ecuador, 2018.
- [17] C. Atalaya Laureano y L. García Ampudia, «Procrastinación: Revisión Teórica», Revista de Investigación en Psicología, vol. 22, n.o 2, pp. 363-378, 2020, doi: [10.15381/rinvp.v22i2.17435](https://doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17435).
- [18] J. N. Pilamunga Rea, «Procrastinación y regulación emocional en estudiantes de bachillerato durante el periodo 2021-2022», Universidad Central del Ecuador, 2022.
- [19] M. R. Zumárraga Espinosa y G. Cevallos Pozo, «Evaluación psicométrica de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la Escala de Resiliencia Académica (ARS-30) en personas universitarias de Quito-Ecuador», Revista Educación, vol. 45, n.o 1, pp. 346-366, 2020, doi: [10.15517/revedu.v45i1.42820](https://doi.org/10.15517/revedu.v45i1.42820).
- [20] A. Rodríguez y M. Clariana, «Procrastinación en Estudiantes Universitarios: Su Relación con la Edad y el Curso Académico», Revista Colombiana de Psicología, vol. 26, n.o 1, pp. 45-60, 2017, doi: [10.15446/rcp.v26n1.53572](https://doi.org/10.15446/rcp.v26n1.53572).
- [21] M. A. Elvira-Valdés y L. Pujol, «Autorregulación académica y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de reciente ingreso», Venezuela, 2012.
- [22] M. García Martín, «La autorregulación académica como variable explicativa de los procesos de aprendizaje universitario», Profesorado, vol. 16, n.o 1, pp. 203-221, 2012.
- [23] D. Pardo, L. Perilla, y C. Salinas, «Relación entre pro-

- crastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes de psicología», Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología, vol. 14, n.o 1, pp. 31-44, 2014.
- [24] K. P. Giraldo y M. J. Arango Holguín, «Autoestima proceso humano», Revista electrónica Psyconex, vol. 9, n.o 14, pp. 1-9, 2017.
- [25] V. M. Quispe Rojas, «La autoestima», Universidad César Vallejo, 2017.
- [26] A. D. Lojano Alvarado, «“Cómo influye la autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes de tercer año de Educación Básica de la Escuela Fiscomisional Cuenca en el área de Matemáticas, en el período 2015-2016”», Universidad Politécnica Salesiana sede Cuenca, 2017.
- [27] E. Estévez López, B. Martínez Ferrer, y G. Musitu Ochoa, «La autoestima en adolescentes agresores y víctimas en la escuela: La perspectiva multidimensional», Intervención Psicosocial, vol. 15, n.o 2, 2006, doi: 10.4321/s1132-05592006000200007.
- [28] H. Simkin y M. Pérez-Marín, «Personalidad y Autoestima: Un análisis sobre el importante papel de sus relaciones», Terapia psicológica, vol. 36, n.o 1, pp. 19-25, 2018, doi: 10.4067/s0718-48082017000300015.
- [29] E. Navarro-Pardo, J. M. Tomás, y A. Oliver, «Factores personales, familiares y académicos en niños y adolescentes con baja autoestima», Boletín de psicología, n.o 88, pp. 7-26, 2006.
- [30] C. Rodríguez Naranjo y A. Caño González, «Autoestima en la adolescencia: análisis y estrategias de intervención», International Journal of Psychology and Psychological Therapy, vol. 12, n.o 3, pp. 389-403, 2012.
- [31] R. González Cabanach, A. Souto Gestal, C. Freire Rodríguez, R. Fernández Cervantes, y L. González Doniz, «La autoestima como variable protectora del burnout en estudiantes de fisioterapia», Estudios Sobre Educacion, vol. 30, pp. 95-113, 2016, doi: 10.15581/004.30.95-113.
- [32] S. Hidalgo-Fuentes, I. Martínez-Álvarez, y M. J. Sospedra-Baeza, «Autoestima y procrastinación en el ámbito académico: un meta-análisis.», revista-fuentes, vol. 1, n.o 24, pp. 77-89, 2022, doi: 10.12795/revista-fuentes.2022.19907.
- [33] C. Brando-Garrido, J. Montes-Hidalgo, J. T. Limonero, M. J. Gómez-Romero, y J. Tomás-Sábado, «Relación de la procrastinación académica con la competencia percibida, el afrontamiento, la autoestima y la autoeficacia en estudiantes de enfermería», Enfermería Clínica, vol. 30, n.o 6, pp. 398-403, nov. 2020, doi: 10.1016/j.enfcli.2019.07.012.
- [34] J. N. Pilamunga Rea, «Procrastinación y regulación emocional en estudiantes de bachillerato durante el periodo 2021-2022.», 2022, Accedido: 25 de mayo de 2024. [En línea]. Disponible en: <https://shorturl.at/Bfkbr>
- [35] M. L. Naranjo Peneira, «Autoestima: Un Factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo», Revista Electrónica «Actualidades Investigativas en Educación», vol. 7, n.o 3, pp. 01-32, 2007.
- [36] A. del P. Salgado Rivera, «Procrastinación Académica En Los Niveles De Autoestima En Estudiantes Del Tercer Ciclo De Una Universidad De Trujillo 2019.», Universidad César Vallejo, 2019.
- [37] M. Ato, J. J. López, y A. Benavente, «Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología», Anales de Psicología, vol. 29, n.o 3, pp. 1038-1059, 2013, doi: <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.29-3.178511>.
- [38] D. A. Busko, «Causes and consequences of perfectionism and procrastination: a structural equation model», Universidad de Guelph, 1998.
- [39] Ó. R. Álvarez, «Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria», Revista Persona, vol. 13, pp. 159-177, 2010.
- [40] S. A. Dominguez Lara, G. Villegas García, y S. B. Centeno Leyva, «Procrastinación académica: Validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada», Liberabit, vol. 20, n.o 2, pp. 293-304, 2014.
- [41] D. L. DuBois, «Self-Esteem , Adolescence», pp. 953-961, 2003, doi: [https://doi.org/10.1007/978-1-4615-0195-4\\_138](https://doi.org/10.1007/978-1-4615-0195-4_138).
- [42] A. Bueno-Pacheco, S. Lima-Castro, P. Arias-Medina, E. Peña-Contreras, M. Aguilar-Sizer, y M. Cabrera-Vélez, «Estructura Factorial, Invarianza y Propiedades Psicométricas de la Escala de Autoestima de Rosenberg en el Contexto Ecuatoriano», Revista Iberoamericana de Diagnostico y Evaluacion Psicologica, vol. 3, n.o 56, pp. 87-100, 2020, doi: 10.21865/RIDEP56.3.07.
- [43] A. S. Sandoval Colque, «Autoestima y Procrastinación Académica en estudiantes de nivel secundaria de la Institución Educativa Guillermo Auza Arce, Tacna 2021», Universidad privada de Tacna facultad de educación, ciencias de la comunicación y humanidades Escuela profesional de humanidades, 2021.
- [44] M. L. Echaccaya Borda, «Propiedades psicométricas de la escala dificultades en la regulación emocional en español (DERS-E) en adolescentes de Lima», Reposi-

- torio Institucional - UCV, 2020, Accedido: 25 de mayo de 2024. [En línea]. Disponible en: <https://shorturl.at/Kb1Ks>
- [45] B. Estremadoiro Parada y M. K. Schulmeyer, «Procrastinación académica en estudiantes universitarios», *Aportes*, vol. 1, n.o 30, pp. 51-65, 2022, doi: 10.56992/a.v1i30.17.
- [46] E. A. Cevallos Bosquez, «Relación entre la edad, año escolar y procrastinación académica en una muestra de adolescentes de una institución educativa en la ciudad de Salcedo», 2019.
- [47] W. G. Sigüenza Campoverde, E. Quezada Loaiza, y M. L. Reyes Toro, «Autoestima en la adolescencia media y tardía», *Espacios*, vol. 40, n.o 15, p. 19, 2019.
- [48] S. J. Porras Valladolid, «Autoestima y procrastinación académica en estudiantes de la escuela profesional de estomatología de la Universidad a las Peruanas – filial Tumbes - 2016», Universidad Alas Peruanas, 2016.
- [49] Q. E. Mamani Quispe, «Efectividad de un programa tutorial en la autorregulación del comportamiento de los alumnos de educación secundaria de un colegio privado confesional», *Apuntes Universitarios*, vol. 7, n.o 2, pp. 23-33, 2017, doi: 10.17162/au.v7i2.193.
- [50] P. R. Pintrich, «A conceptual framework for assessing motivation and self-regulated learning in college students», *Educational Psychology Review*, vol. 16, n.o 4, pp. 385-407, 2004, doi: 10.1007/s10648-004-0006-x.
- [51] J. A. Núñez Sánchez, «Autoestima y Procrastinación en un grupo de estudiantes vulnerables del Nivel Secundaria de una Institución Educativa del distrito de Rímac, 2021», Universidad César Vallejo, 2021. doi: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/69838>.
- [52] J. A. Dueñas Torres, «Correlación entre procrastinación y autoestima personal en estudiantes del quinto de secundaria de la I.E. (J.E.C.) San Martín de Socabaya - Arequipa», Universidad inca Garcilaso de la Vega, 2018.
- [53] P. Babu, Km. Chandra, M. Vanishree, y N. Amritha, «Relationship between academic procrastination and self-esteem among dental students in Bengaluru City», *Journal of Indian Association of Public Health Dentistry*, vol. 17, n.o 2, p. 146, 2019, doi: 10.4103/jiaphd.jiaphd18218.
- [54] S. S. Batool, S. Khursheed, y H. Jahangir, «Academic procrastination as a product of low self-esteem: A mediational role of academic self-efficacy», *Pakistan Journal of Psychological Research*, vol. 32, n.o 1, pp. 195-211, 2017.
- [55] E. Duru y M. Balkis, «The roles of academic procrastination tendency on the relationships among self doubt, self esteem and academic achievement», *Egitim ve Bilim*, vol. 39, n.o 173, pp. 274-287, 2014.