

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA JUAN MISAEL SARACHO

FACULTAD DE HUMANIDADES

CARRERA DE PSICOLOGÍA



PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y BIENESTAR

PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD

AUTÓNOMA “JUAN MISAEL SARACHO” DE LA CIUDAD DE TARIJA.

POR:

VALDEZ BALDIVIEZO SILVIA ASUNTA

Trabajo de investigación presentado a consideración de la UNIVERSIDAD AUTÓNOMA “JUAN MISAEL SARACHO” como requisito para optar el grado académico de Licenciatura en Psicología”

TARIJA –BOLIVIA

2024

DEDICATORIA

A Dios, quien me ha brindado fuerza, sabiduría y resiliencia en cada paso de este camino académico y me permite estar con salud y nunca me deja sola en el camino de la vida.

A tí mamá mi hermosa estrella, aunque estés en el cielo iluminas mi camino.

A mi padre y hermanos German, Efar, Nelva Luz y Mary, por ser un ejemplo de perseverancia y lucha para no rendirme.

A todos los docentes por transmitirnos día a día sus conocimientos. Por último, a cada persona que forma parte de mi vida, porque su sola presencia me motiva a querer ser mejor cada día.

ÍNDICE DE CONTENIDO

Pág.

Resumen

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN

1.1 Planteamiento del problema.....	1
1.2 Justificación.....	8

CAPÍTULO II

DISEÑO TEÓRICO

2.1 Pregunta problema.....	11
2.2 Objetivos.....	11
2.2.1 Objetivo general.....	11
2.2.2 Objetivos específicos.....	11
2.3.1 Hipotesis general.....	11
2.3.2 Hipotesis específicas.....	12
2.4 Operacionalización de variables.....	13

CAPÍTULO III

MARCO TEÓRICO

3.1 Definición de procrastinación.....	15
3.2 Conceptualización de procrastinación académica.....	15
3.3. Causas de procrastinación académica.....	16
3.3.1 Distribución temporal de refuerzos y castigos.....	16
3.3.2 Reacción aversiva frente a la tarea.....	17
3.4 Modelos teóricos.....	17
3.4.1 Modelo conductual de procrastinación.....	17

3.4.2 Modelo cognitivo conductual de procrastinación.....	17
3.4.3 Modelo de procrastinación según ann busko.....	18
3.5 Dimensiones de la procrastinación académica.....	18
3.5.1 Autorregulación académica.....	18
3.5.2 Postergación de actividades.....	20
3.6 Bienestar psicológico.....	21
3.6 Teorías del bienestar psicológico.....	22
3.6.1 Teoría de la autodeterminación.....	22
3.6.2 Modelo teórico de ryff.....	22
3.7 Dimensiones del bienestar psicológico.....	22
3.7.1 Autoaceptación.....	23
3.7.2 Propósito en la vida.....	24
3.7.3 Relaciones positivas.....	25
3.7.4 Autonomía.....	27
3.7.5 Dominio del entorno.....	29
3.7.6 Crecimiento personal.....	30
3.8 Procrastinación académica y bienestar psicológico.....	31

CAPÍTULO IV

DISEÑO METODOLÓGICO

4.1 Area a la cual pertenece la investigación.....	34
4.2 Tipificación de la investigación.....	34
4.3 Población y muestra.....	36
4.3.1 Población.....	36
4.3.2 Muestra.....	38
4.4 Métodos, técnicas e instrumentos.....	41
4.4.1 Métodos.....	41

4.4.2 Técnicas.....	43
4.4.3 Instrumentos.....	44
4.4.3.1 Escala de procrastinación académica (epa) de busko.....	44
4.4.3.2 Escala de bienestar psicológico de ryff.....	46
4.5 Procedimiento.....	49
4.6 Cronograma.....	49

CAPÍTULO V

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

5.1 Analisis e interpretación.....	51
5.2 Resultados del primer objetivo.....	52
5.3 Resultados del segundo objetivo.....	64
5.4 Resultados del tercer objetivo.....	96
5.5 Resultados del cuarto objetivo.....	105

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 Conclusiones.....	128
6.2 Recomendaciones.....	113

Bibliografía

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
TABLA N° 1	
Ítems: autorregulación académica – frecuencias y porcentajes.....	52
TABLA N° 2	
Ítems: postergación de actividades – frecuencias y porcentajes	54
TABLA N° 3	
Nivel de procrastinación académica	56
TABLA N° 4	
Nivel de autorregulación académica	59
TABLA N° 5	
Nivel de postergación de actividades	61
TABLA N° 6	
Ítems de la dimensión autoaceptación – frecuencias y porcentajes	64
TABLA N° 7	
Ítems de la dimensión propósito en la vida – frecuencias y porcentajes	67
TABLA N° 8	
Ítems de la dimensión relaciones positivas – frecuencias y porcentajes	69
TABLA N° 9	
Ítems de la dimensión autonomía – frecuencias y porcentajes	71
TABLA N° 10	
Ítems de la dimensión dominio del entorno – frecuencias y porcentajes	73
TABLA N° 11	
Ítems de la dimensión crecimiento personal – frecuencias y porcentajes	75
TABLA N° 12	
Nivel de la variable: bienestar psicológico	76

TABLA N° 13

Nivel de la dimensión: autoaceptación80

TABLA N° 14

Nivel de la dimensión: propósito en la vida82

TABLA N° 15

Nivel de la dimensión: relaciones positivas85

TABLA N° 16

Nivel de la dimensión: autonomía88

TABLA N° 17

Nivel de la dimensión: dominio del entorno90

TABLA N° 18

Nivel de la dimensión: crecimiento personal93

TABLA N° 19

Correlación entre la autorregulación académica y la autoaceptación96

TABLA N° 20

Correlación entre la autorregulación académica y el propósito en la vida97

TABLA N° 21

Correlación entre la autorregulación académica y las relaciones positivas99

TABLA N° 22

Coefficiente de correlación entre la autorregulación académica y la autonomía100

TABLA N° 23

Correlación entre la autorregulación académica y el dominio del entorno102

TABLA N° 24

Correlación entre la autorregulación académica y el crecimiento personal103

TABLA N° 25

Correlación entre la postergación de actividades y Autoaceptación105

TABLA N° 26

Correlación entre la postergación de actividades y el propósito en la vida106

TABLA N° 27

Correlación entre la postergación de actividades y las relaciones positivas108

TABLA N° 28

Coefficiente de correlación entre la postergación de actividades y la autonomía.....109

TABLA N° 29

Correlación entre la postergación de actividades y el dominio del entorno111

TABLA N° 30

Correlación entre la postergación de actividades y el crecimiento personal112

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura N° 1	
Nivel de procrastinación académica.....	56
Figura N° 2	
Nivel de autorregulación académica.....	59
Figura N° 3	
Nivel de postergación de actividades.....	62
Figura N° 4	
Nivel de bienestar Psicológico.....	77
Figura N° 5	
Nivel de la autoaceptación.....	80
Figura N° 6	
Nivel de propósito en la vida.....	83
Figura N° 7	
Nivel de relaciones positivas.....	85
Figura N° 8	
Nivel de Autoestima.....	88
Figura N° 9	
Nivel de Dominio del entorno.....	90
Figura N° 10	
Nivel de Crecimiento Personal.....	93
Figura N° 11	
Coeficiente de correlación entre la autorregulación académica y la autoaceptación.....	96
Figura N° 12	
Coeficiente de correlación entre la autorregulación académica y el propósito en la vida.....	98

Figura N° 13

Coeficiente de correlación entre la autorregulación académica y las relaciones positivas ..	99
---	----

Figura N° 14

Coeficiente de correlación entre la autorregulación académica y la autonomía.....	101
---	-----

Figura N° 15

Coeficiente de correlación entre la autorregulación académica y el dominio del entorno ..	102
---	-----

Figura N° 16

Coeficiente de correlación entre la autorregulación académica y el crecimiento personal..	104
---	-----

Figura N° 17

Coeficiente de correlación entre la postergación de actividades y Autoaceptación.....	105
---	-----

Figura N° 18

Coeficiente de correlación entre la postergación de actividades y el propósito en la vida..	107
---	-----

Figura N° 19

Coeficiente de correlación entre la postergación de actividades y las relaciones positivas..	108
--	-----

Figura N° 20

Coeficiente de correlación entre la postergación de actividades y la autonomía.....	110
---	-----

Figura N° 21

Coeficiente de correlación entre la postergación de actividades y el dominio del entorno..	111
--	-----

Figura N° 22

Coeficiente de correlación entre la postergación de actividades y el crecimiento personal ..	113
--	-----

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo N° 1

Escala de procrastinación académica de Busko.....130

Anexo N° 2

Escala de bienestar psicológico de Ryff..... 131

Anexo N° 3

Solicitud del número de estudiantes de las carreras de las facultades de la
U.A.J.M.S.....133

Anexo N° 4

Matriz de datos.....135