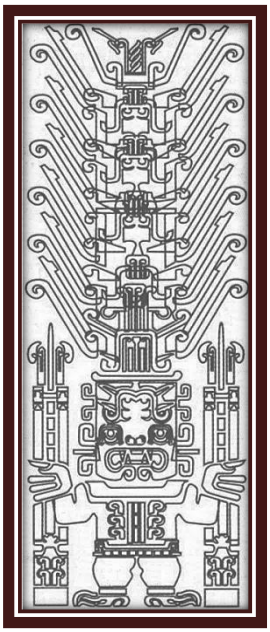
UNIVERSIDAD NACIONAL FEDERICO VILLARREAL

Escuela Universitaria de Posgrado



TESIS

“Procrastinación e inteligencia emocional en jóvenes con y sin empleo. Distrito de Lima, 2017”.

PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE:

MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA ORGANIZACIONAL

PRESENTADA POR:

FRANCO GUANILO, Roxana Lorena

LIMA - PERÚ

2018

AGRADECIMIENTOS

A Dios, mi guía y compañía espiritual.
A mis asesores por su invalorable orientación,
A mi familia y amigos por su incondicional apoyo.

DEDICATORIA

Con amor a mi querida familia;
especialmente a mis hijos Rossy, Arianna y Joaquín fuente inagotable de inspiración.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

UNFV

Índice de tablas

N°	TITULO DE LA TABLA	Pág.
1	Análisis de la normalidad de los datos ……	52
2	Análisis de la correlación entre inteligencia emocional y la procrastinación en jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima…….	53
3	Análisis descriptivo de la inteligencia emocional, en general y según dimensiones, en jóvenes con y sin empelo del distrito de Lima……	54
4	Niveles de la inteligencia emocional en general y según dimensiones, en jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima……	55
5	Análisis de la procrastinación en general y según dimensiones, en jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima……	57
6	Niveles de procrastinación en jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima……	57
7	Análisis comparativo de la inteligencia emocional según el sexo en jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima ……	59
8	Análisis comparativo de la inteligencia emocional según la edad de los jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima…….	60
9	Análisis comparativo de procrastinación en general y por dimensiones, según el sexo de jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima……	61
10	Análisis comparativo de procrastinación en general y por dimensiones, según la edad de los jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima…	62

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Índice de gráficos

N°	TITULO DE GRAFICO	Pág.
1	Representación gráfica de los niveles bajos de inteligencia emocional en general según dimensiones en jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima…….	57
2	Representación gráfica de los niveles altos de procrastinación a nivel general y académica en jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima……	59

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Procrastinación e inteligencia emocional en jóvenes con y sin empleo.

Distrito de Lima, 2017.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

UNFV

INDICE

PORTADA i
AGRADECIMIENTOS ii
DEDICATORIA ii
RESUMEN vii
ABSTRAC viii
INTRODUCCIÓN 9
CAPÍTULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA 13
1.1. Antecedentes 13
1.2. Planteamiento del problema 17
1.2.2. Formulación del problema 20
I.3. Objetivos 20
1.4. Justificación e importancia del trabajo 21
1.5. Alcances y limitaciones 22
1.6. Definición de variables 22
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO 23
2.1. Teorías generales 23
Bases teóricas 23
2.3. Marco conceptual 42
2.4. Hipótesis 45
CAPÍTULO III MÉTODO 46
3.1. Tipo de estudio 46
3.2. Diseño de investigación 46
3.3. Estrategias de prueba de hipótesis 46
3.4. Variables 48
3.5. Población 50
3.6. Muestra 50
3.7. Técnica de investigación 51
3.7.1. Instrumento de recolección de datos 51
3.7.2. Procedimiento y análisis de datos 54
CAPÍTULO IV PRESENTACIÓN DE RESULTADOS 56
CAPÍTULO V DISCUSIÓN 67
ANEXOS ..... **¡Error! Marcador no definido.**

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Procrastinación e inteligencia emocional en jóvenes con y sin empleo. Distrito de Lima, 2017.

FRANCO GUANILO, Roxana Lorena

RESUMEN

La investigación se desarrolló entorno a la relación de la inteligencia emocional (IE) y la procrastinación (PCR) en jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima; de dicha finalidad se pretende conocer el comportamiento de ambas variables por separado, y compararlas según sexo y edad. Se trató de un estudio con enfoque cuantitativo de tipo descriptivo-comparativo y correlacional; con diseño no experimental de corte transversal. Se empleó la escala de Procrastinación General y académica de Busco (1998) y el EQ-I BarOn Emotional Quotient Inventory. Entre los resultados más resaltantes se tiene una correlación muy significativa e inversa entre la IE y la PCR general y académica (p = 0.000). Los que no tienen empleo presentan nivel medio-bajo en IE y en dimensiones estado de ánimo, adaptabilidad e intrapersonal; tanto los que tienen empleo como los que no, tienden a manejar situaciones interpersonales y afrontan el estrés en nivel alto. Los que no tiene empleo, presentan nivel alto de procrastinación. Los hombres con empleo puntúan más en IE y adaptabilidad; las mujeres en IE, en adaptabilidad, en manejo de estrés y estado de ánimo. Los que tienen hasta 25 años y tienen empleo, puntúan más en IE, en adaptabilidad y manejo de estrés. Tanto hombres como mujeres y, los que tienen hasta 25 años y que no tienen empleo, procrastinan más comparados con los que tienen empleo.

Palabras Clave: Procrastinación, inteligencia emocional y, jóvenes con y sin empleo.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Procrastinación e inteligencia emocional en jóvenes con y sin empleo.

Distrito de Lima, 2017.

FRANCO GUANILO, Roxana Lorena

ABSTRAC

The research developed in relation to the relationship of emotional intelligence (IE) and procrastination (CRP) in youngsters with and without employment in the district of Lima; Of this aim is to know the behavior of both variables separately, and compare them according to sex and age. It was a study with quantitative approach of descriptive-comparative and correlational type; With non-experimental cross-sectional design. We used the General and Academic Procrastination scale of Busco (1998) and the EQ-I BarOn Emotional Quotient Inventory. Among the most salient results there is a very significant and inverse correlation between EI and general and academic CRP (p = 0.000). Those who do not have a job present medium-level in IE and in dimensions of mood, adaptability and intrapersonal; Both those who are employed and those who do not, tend to handle interpersonal situations and face stress at a high level. Those who are unemployed, have a high level of procrastination. Men in employment score more in IE and adaptability; Women in IE, in adaptability, in stress management and mood. Those who are up to 25 years old and have jobs, score more in IE, in adaptability and stress management. Both men and women, and those up to 25 years of age and unemployed, procrastinate more compared to those in employment.

Keywords: Procrastination, emotional intelligence and, youth with and without employment.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

INTRODUCCIÓN

La Organización Internacional del Trabajo (OIT) señala que el 8.1% de los habitantes de América Latina y el Caribe no tiene empleo, hay 25 millones de personas que buscan trabajo sin conseguirlo (Organización Internacional del Trabajo, 2016).

En la actualidad, el mercado laboral exige colaboradores capaces de adaptarse a las nuevas tecnologías, el trabajo en equipo, la presión, las competencias y los logros académicos son parte de esta nueva exigencia, se requiere un trabajador que no sea tradicional o clásico cuya característica principal era permanecer por mucho tiempo en una misma actividad laboral, el mundo laboral actual exige de una gran capacidad de adaptación al cambio.

El mundo moderno altamente competitivo y cambiante, se ubica en una realidad con múltiples alternativas, orientadas a la distracción, el acceso a la tecnología, la propensión a la comunicación a través de las redes sociales, aleja con facilidad a los jóvenes de actividades académicas y laborales, retrasando el cumplimiento de las mismas. Dicha conducta conlleva a postergar metas, estudios, trabajos, esto debido a realizar otras actividades que resultan siendo más atractivas y menos complejas.

Podemos decir que la procrastinación es esta tendencia a posponer, o retrasar la ejecución o finalización de una labor evitando las responsabilidades y tareas que la acompañan a desarrollar (Haycock, McCarthy & Skay, 1998; citado por Steel, 2007). Tendecia que la tecnologìa ha genrado esta conducta preponderante en los jovenes actuales.

Es entonces la procrastinación un retraso innecesario e irracional del inicio o conclusión de las tareas, retraso que suele generar una sensación de conflicto en el sujeto (Natividad 2014). Este fenómeno sigue representando una de las debilidades humanas

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

menos comprendidas, ya que no es reciente en el actuar humano, pues este concepto data de hace varios siglos, tanto en oriente como en occidente (Steel, 2007). Es muy habitual a pesar de que tiene un costo elevado, ya que los retrasos evitables generan pérdidas de productividad, además de causar estragos emocionales, principalmente afectando profundamente la autoestima. Es entonces la procrastinación aquella conducta que hace referencia, a un patrón cognitivo conductual caracterizado por la intención de realizar una tarea y la falta de diligencia para iniciarla, mantenerla o terminarla. Furlan, Heredia, Piemontesi & Tuckman, (2013).

A pesar de que la procrastinación no se relaciona directamente con la inteligencia emocional, resulta interesante relacionar ambas variables, durante estos últimos años, la inteligencia emocional juega un papel relevante en el comportamiento, ya que a través de ella se logra motivar, controlar impulsos, regular estados de ánimo y empatizar con los demás. Es el control y conocimiento de la inteligencia emocional la que permite comportamientos equilibrados y establecer relaciones saludables con los demás.

Al hacer una breve revisión del concepto de Inteligencia emocional se verá que es a principios de los noventa, que Mayer y Salovey mantienen la tendencia iniciada por Thorndike en los años veinte y perpetuada por otros grandes psicólogos como Weschsler (1940), Gardner (1983), Sternberg (1988; 1996). Citados por Molero, Saiz y Esteban (1998). En estas revisiones los investigadores, sin restarle importancia a los aspectos cognitivos, reconocían el valor esencial de ciertos componentes denominados "no cognitivos" es decir, factores afectivos, emocionales, personales y sociales que predecían nuestras habilidades de adaptación y éxito en la vida. Molero et al (1998).

Es en este contexto donde Mayer y Salovey (1993) proponen el concepto de Inteligencia emocional, promulgando una perspectiva de inteligencia más global, Gardner (1983) Sternberg (1988) Thorndike (1920) Weschler (1940).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Se propone como una forma de inteligencia genuina, basada en aspectos emocionales, que incrementa la capacidad del grupo clásico de inteligencias para predecir el éxito en diversas áreas vitales.

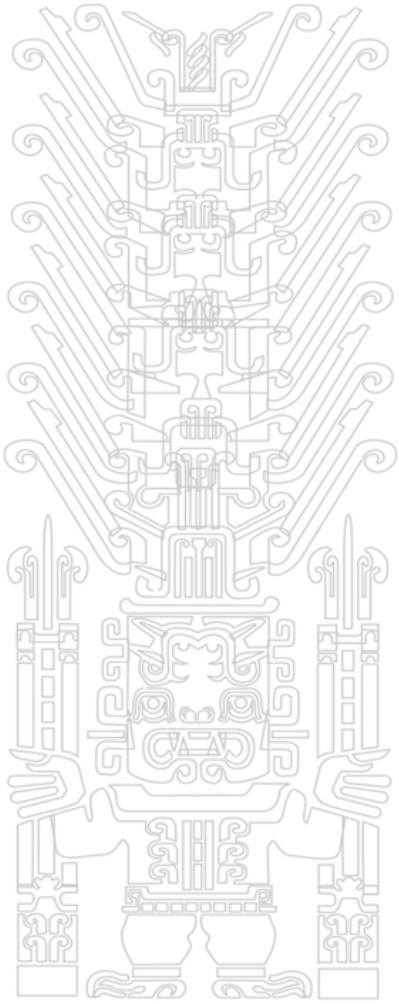
En la actualidad, aceptada como una inteligencia más Mayer, Caruso y Salovey (1999). Mayer, Salovey, Caruso y Sitarenios (2001). La Inteligencia emocional. se plantea como un acercamiento general, que incluye las habilidades específicas necesarias para comprender, regular y experimentar las emociones de forma más adaptativa Mayer y Salovey (1993).

La primera conceptualización de Salovey y Mayer definía la Inteligencia emocional como una parte de la inteligencia social que incluye la capacidad de controlar nuestras emociones y las de los demás, discriminar entre ellas y usar dicha información para guiar nuestro pensamiento y nuestros comportamientos. (Salovey y Mayer, 1990). Basados en estos conceptos es que nace la necesidad de relacionar la inteligencia emocional con la procrastinación con el propósito de determinar la relación entre la inteligencia emocional y procrastinación en jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima.

El estudio está dividido en seis capítulos. En el primero, se formula y describe el problema, se menciona los principales antecedentes relacionados con la investigación, se plantea los objetivos, la justificación de estudio, alcances, limitaciones, y las definiciones de las variables. En el segundo capítulo, Se aborda la descripción del Marco Teórico, dando énfasis en las teorías generales como a las bases teóricas, y finalmente, se manifiestan las hipótesis. En el tercer capítulo, se explica detalladamente el tipo y diseño de la investigación, se describe la estrategia de prueba de hipótesis, el esquema operacional de las variables, la descripción de la población, la determinación de la muestra, y finalmente se mencionan las técnicas de investigación que se utilizó. En el cuarto capítulo, se presentan los principales resultados que atienden a cada objetivo que se planteó. Por

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

último, en el quinto capítulo, se discute y contrasta cada uno de los resultados con los de otros investigadores y la teoría; para luego presentar las conclusiones dando a cada uno de los problemas planteados en forma de pregunta, de los cuales se desprende las recomendaciones y finalmente, la expone cada una de las referencias bibliográficas



Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Antecedentes

Internacionales

Pardo, Perilla & Salinas (2014). Investigadores Colombianos, desarrollaron un estudio titulado "Relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes de psicología", con la finalidad de describir la relación entre las variables psicológicas; procrastinación académica y ansiedad rasgo y la influencia de algunas variables sociodemográficas en relación con la postergación de actividades académicas. Para lo cual se aplicaron dos instrumentos: la escala de procrastinación académica (EPA) adaptada por Óscar Álvarez (2010) y el inventario auto descriptivo de ansiedad estado rasgo (IDARE). La muestra estuvo conformada por estudiantes de psicología de la ciudad de Bogotá-Colombia; 73 mujeres y 27 hombres, con edades comprendidas entre 18 y 37 años. En el análisis de resultados en general se encontró que las variables ansiedad-rasgo y procrastinación académica presentaban una correlación positiva, no obstante, las variables sociodemográficas con relación a la procrastinación académica no presentaron diferencias estadísticamente significativas.

Medina (2014). Desarrolló en Colombia un estudio denominado "Relación entre estilos de personalidad y niveles y razones de procrastinación académica en estudiantes universitario"; se utilizó el Inventario de Estilos de Personalidad de Millon y las Escalas de Procrastinación Académica de Tuckman y de valoración de la Procrastinación en estudiantes. Se identificaron correlaciones positivas entre la escala de Sumisión (11A) del MIPS y el Miedo al fracaso del PASS, Nivel de procrastinación del PASS, Nivel de procrastinación de Tuckman y las razones de indiferencia, apatía e inercia de Tuckman. Se estableció una correlación positiva entre la escala de Dominio (11B) del MIPS y la razón

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

de Demora de Tuckman. Al respecto no se encontraron estudios que pudieran soportar estos hallazgos; sin embargo, desde la experiencia de las autoras en el contexto universitario, se puede señalar que en estos sujetos predomina una actuación independiente que desconoce la opinión de los demás y por lo tanto, aunque finalmente puedan concluir la tarea tienden a dilatar su inicio o finalización. Finalmente, se identificaron correlaciones positivas entre la escala de Descontento de MIPS (12A) y el Miedo al fracaso del PASS, Aversión a la tarea del PASS, Nivel de procrastinación del PASS, Nivel de Procrastinación según escala de Tuckman y las razones de indiferencia, hábito, apatía, inercia y demora de Tuckman.

Galarregui, Arana & Partarrieu (2011). En argentina, desarrollaron una investigación con la finalidad de presentar una revisión bibliográfica sobre Procrastinación en el ámbito académico y explorar su relación con Perfeccionismo. Se realizó una búsqueda bibliográfica en las siguientes bases de datos: PubMed, PsycINFO y EBSCO. Se revisaron artículos publicados entre los años 1990 y 2011 que evalúan Procrastinación académica y secundariamente su asociación con Perfeccionismo. Entre los resultados más relevantes es que diversos estudios reportan que la Procrastinación Académica es un fenómeno común entre estudiantes, variando los porcentajes de prevalencia de aquélla de un artículo a otro. Por otra parte, varios estudios señalan asociaciones específicas entre Procrastinación y Perfeccionismo en estudiantes. Se comparan los diversos resultados hallados y se discute sobre la relevancia del estudio de la Procrastinación en el ámbito académico y su relación con rasgos perfeccionistas.

Clariana, Cladellas, Badia & Gotzens (2011). Investigadores españoles, realizaron un estudio en su país, al que titularon "La influencia del género en variables de la personalidad que condicionan el aprendizaje: inteligencia emocional y procrastinación académica" con el fin de analizar la relación entre la procrastinación académica y la

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

inteligencia emocional, asimismo, determinarlos según edad y sexo. La investigación se desarrolló en 192 estudiantes de la carrera de psicología de UAB y la UIB. Se empleó la escala D de Demora Académica (Clariana & Martín, 2008) y el EQ–i (BAR–ON, 1997). Encontraron que existe una correlación negativa y significativa entre las variables centrales del estudio, específicamente entre la procrastinación y la inteligencia intrapersonal, el coeficiente emocional y el estado de ánimo. Los análisis comparativos muestran que la inteligencia intra e interpersonal es mayor en las mujeres que en los hombres, no obstante, éstos presentan mayores índices el manejo del estrés y la adaptabilidad.

Se busca establecer la relación entre estilos de personalidad y niveles y razones de la procrastinación académica en estudiantes universitarios de una universidad pública de Colombia, mediante el Inventario de Estilos de Personalidad de Millon y las Escalas de Procrastinación Académica de Tuckman y de valoración de la Procrastinación en estudiantes. Se utilizó un diseño de investigación no experimental de tipo transversal de carácter descriptivo correlacional. Se empleó el análisis factorial el cual determinó que los estilos de personalidad explican la no procrastinación académica.

Nacionales

Claux (2015). Realizó un estudio que tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre la procrastinación académica y la ansiedad ante las evaluaciones. La muestra estuvo conformada por 130 estudiantes de una universidad privada de Lima, 68 de Ingeniería Revisar y 62 de Comunicaciones. Se utilizaron la Escala de Procrastinación Académica de Solomon & Rothblum (1984) y la escala de Reacción ante las Evaluaciones de Sarason (1984), ambas traducidas para este estudio. A través de un análisis factorial se identificaron los principales factores para cada escala, encontrándose tres que explican las

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

razones para procrastinar: creencias sobre falta de recursos, reacción negativa ante expectativas o exigencias propias o del entorno y falta de energía para iniciar la tarea; y tres sobre las reacciones ante las evaluaciones: pensamientos negativos antes y durante las evaluaciones, pensamientos irrelevantes y distractores, y síntomas fisiológicos de malestar. Los resultados confirmaron la correlación entre las razones para procrastinar y los factores de las reacciones ante las evaluaciones, en especial, con los pensamientos negativos. Además, las mujeres obtuvieron promedios más altos en el factor de síntomas fisiológicos de malestar; en contraste, los hombres obtuvieron mayor puntaje en la procrastinación de ciertas actividades académicas. No se encontró diferencia significativa en el puntaje global de razones de procrastinación según facultad de estudios. Sin embargo, los alumnos de Ingeniería percibieron en mayor grado la postergación de la tarea como un problema y reportaron una mayor procrastinación al realizar tareas de tipo académico-administrativas.

Carranza & Ramírez (2013). Hicieron un trabajo de investigación con el propósito de determinar el nivel de procrastinación en los estudiantes universitarios de la Universidad Peruana Unión sede Tarapoto. Se hizo en una muestra de 302 sujetos, ambos sexos entre 16 y 25 años. Se utilizó un diseño no experimental de tipo descriptivo. Instrumentos: Cuestionario de la Procrastinación creado por Ramírez, Tello y Vásquez (2013). Las propiedades psicométricas del instrumento indican que es válido y confiable. Los resultados evidencian que 33.7% de los estudiantes de la Universidad Peruana Unión pertenece al género femenino; de otro lado se aprecia que un 44% de estudiantes universitarios se ubican entre las edades de 16 y 20 años de edad respectivamente y quienes presentan mayores niveles de procrastinación. Asimismo, los estudiantes de la Facultad de Ingeniería y Arquitectura son quienes presentan un nivel alto de procrastinación (15.9%).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Alegre (2013). Hizo un trabajo de investigación al cual tituló "Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana" cuyo objetivo fue establecer la relación entre la autoeficacia y la procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. La muestra se obtuvo por un procedimiento no probabilístico, incidental, evaluándose a 348 alumnos universitarios, siendo el 50.6% de sexo masculino y el 49.4% femenino, y de acuerdo con el tipo de gestión, el 70.1% pertenecía a universidades particulares, mientras que el 29.9% a universidades estatales. Se evaluó la muestra con la Escala de Autoeficacia y la Escala de Procrastinación Académica, las cuales evidenciaron tener propiedades psicométricas de confiabilidad, según el método de consistencia interna, y validez de constructo, mediante el análisis factorial exploratorio. Se aceptó la hipótesis formulada debido a que el coeficiente de correlación obtenido entre ambas variables de estudio fue negativo (-.235) y significativo ($p < .000$) pero bajo.

Álvarez, O. (2010) estudió la presencia de la procrastinación general y académica en un grupo de estudiantes de secundaria (n=235) de ambos géneros pertenecientes a colegios no estatales de Lima metropolitana, para lo cual se utilizó la escala de procrastinación general y académica de Busko (1998). Sobre la base del análisis de los resultados se encontró que la procrastinación académica era mayor que la general, y no existían diferencias significativas según rol de género y el grado de estudios.

1.2. Planteamiento del problema

Retrasar y postergar asuntos pendientes, es una conducta propia del ser humano, conducta que se conoce como procrastinación, en algunas personas los niveles de esta variable están más acentuadas. En líneas generales es muy habitual en las personas a pesar

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

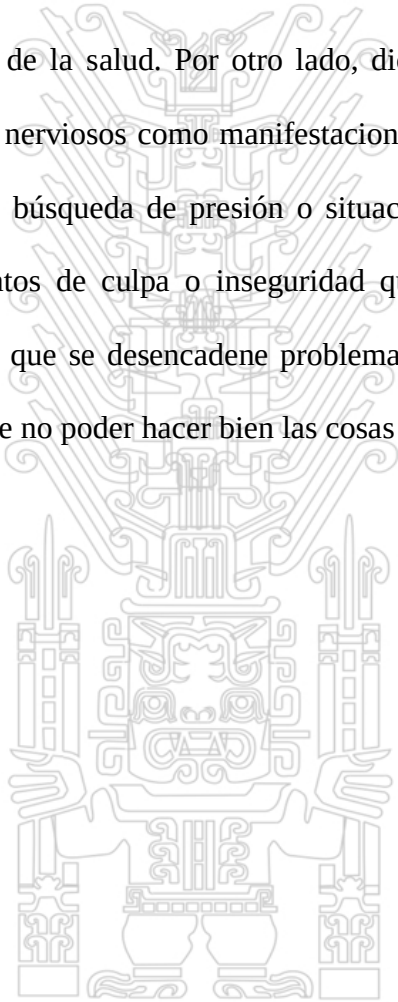
de que las consecuencias no son favorables ya que los retrasos evitables generan pérdidas de productividad, además de causar estragos emocionales, principalmente afectando la autoestima. Investigadores alemanes, son los que han estudiado a fondo este fenómeno y han llegado a la conclusión que las personas se comportan así porque creen que el día de mañana será más adecuado para poner en práctica lo planeado. Y también han demostrado que la tendencia a procrastinar es menor si se plantea la tarea en términos muy concretos y específicos. Es decir, las tareas que queremos que se lleven a cabo mejor y a las que más importancia otorgamos son las que más frecuentemente demoramos. Más que pereza, lo que hay detrás de la procrastinación es un exceso de perfeccionismo. (Blas, 2010).

En los Estados Unidos, en la actualidad, las estimaciones señalan que dos de cada cinco personas han experimentado a consecuencia de la procrastinación, problemas notablemente complejos en su vida y, 1 de cada 4 personas evidencia problemas graves de procrastinación debido a que éste problema se volvió crónico. En líneas generales se sabe que este problema se suele tener mayor prevalencia en personas adultas, aun así, debe saberse que tiene su origen en la adolescencia. Nuevas evidencias señalan que las personas que llevan cursando estudios superiores, tienden a desarrollar mayores índices de este problema**.** El comportamiento disfuncional de la procrastinación académica se caracteriza por la excusa o justificación de los retrasos, asimismo, tienden a evitar la culpa cuando el sujeto se encuentra frente a una tarea académica (Furlan, Heredia, Piemontesi & Tuckman, 2013).

En contextos latinoamericanos, se ha encontrado que cerca del 20% de los adultos admite que procrastinan en tareas rutinarias; alrededor del 25% de la población adulta no estudiante reporta que la procrastinación es un problema significativo; y en el 40% de los casos ello ha causado pérdidas financieras tanto en el nivel personal como en el organizacional. (Muntadá, Pros, Martín & Busquets, 2011).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

En el año 2009, en Guatemala, se realizaron estudios sobre las causas y consecuencias que pueden llevar a una persona a ser procrastinador, concluyendo que estas son muy diversas y como anteriormente se había mencionado en otras investigaciones esa es la razón que sea un tema tan difícil de analizar y explicar. La mayor parte de las causas que llevan a procrastinar suelen ser psicológicas y en minoría las que son simplemente por pereza y desidia. En ese mismo año, Sobalvarro (2009) señala que las consecuencias de la procrastinación recaen en distintas áreas como la económica, académica, sociales, sentimentales, psicológicas y de la salud. Por otro lado, dicho autor indica que también puede terminar en problemas nerviosos como manifestaciones de la ira, ansiedad, un alto estrés emocional, frustración, búsqueda de presión o situaciones de alta exigencias baja autoestima y hasta sentimientos de culpa o inseguridad que terminan en depresión. Y clínicamente, hay riesgo para que se desencadene problemas de colon, colitis y gastritis; que son productos del estrés de no poder hacer bien las cosas y a tiempo.



Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

1.2.2. Formulación del problema

General

¿Cuál será la relación entre la procrastinación e inteligencia emocional en jóvenes con y sin empleo. Distrito de Lima, 2017?

Específicos

1. ¿Cuál será el nivel de inteligencia emocional que presentan los jóvenes con y sin empleo?
2. ¿Cuál será el nivel de procrastinación general y académica que presentan los jóvenes con y sin empleo?
3. ¿Cuál será el nivel de inteligencia que presentan los jóvenes con y sin empleo, según variables sociodemográficas como sexo, edad?
4. ¿Cuál será el nivel de procrastinación que presentan los jóvenes con y sin empleo, según variables sociodemográficas como sexo, edad?

I.3. Objetivos

General

Determinar la relación entre la inteligencia emocional y procrastinación en jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima.

Específicos

1) Identificar el nivel de inteligencia emocional que presentan los jóvenes con y sin empleo.
2) Identificar el nivel de procrastinación general y académica que presentan los jóvenes con y sin empleo.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

3) Describir los niveles de inteligencia que presentan los jóvenes con y sin empleo, según variables sociodemográficas como sexo, edad

4) Describir los niveles de procrastinación que presentan los jóvenes con y sin empleo, según variables sociodemográficas como sexo, edad.

1.4. Justificación e importancia del trabajo

Con los resultados de la investigación, se tuvo información nueva y tangible respecto a la relación que hay entre las variables estudiadas, y sobre ello, se implementó medidas de prevención para los jóvenes universitarios preparándolos desde la etapa del colegio, así mismo se crearon diseños de intervención regularizadora para enfrentar y combatir este trastorno en personas que lo presentan en niveles altos.

Con la investigación, se abrieron nuevas puertas a la realidad que se desarrolla en nuestro medio, debido a que no es un tema arduamente estudiado y con falta de material informativo e investigaciones al respecto.

Principalmente por que los estudiantes actualmente disponen de tecnología de manera permanente y ese factor genera que se acreciente la conducta de la procrastinación, la investigación permite que se desarrollen habilidades y estrategias conducentes a controlar y monitorear dicha conducta.

En la medida que se investigue sobre las variables mencionadas, será posible generar mayor conocimiento y mejores oportunidades para optimizar el desempeño y la productividad en las organizaciones.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

1.5. Alcances y limitaciones

Alcances

El estudio se desarrolla en torno a la evaluación de la inteligencia emocional y procrastinación en sus diferentes dimensiones: general y académica dentro de jóvenes de la ciudad de Lima. La investigación abarca a la población económicamente activa con edades desde 15 a 29 años.

Limitaciones

Entre las limitaciones más resaltantes se tiene a la atención que se puede recibir por parte los jóvenes, con el fin de que responda adecuadamente y sin el factor "aburrimiento". Por otro lado, se tiene a la posible manipulación del joven con la finalidad de generar una tendencia determinada a voluntad, sesgando la realidad.

1.6. Definición de variables

- **Procrastinación General**: Tendencia a demorar o evitar tareas en general que deben ser completadas en cierto periodo de tiempo. Retraso innecesario e irracional en el inicio o culminación de la actividad a realizar.
- **Procrastinación Académica**: Tendencia de siempre o casi siempre posponer las tareas académicas que se le asignan a los alumnos.
- **Inteligencia emocional**: Variedad de aptitudes, competencias y habilidades no cognitivas que influyen en la capacidad de un individuo para lograr el éxito en su maneja de las exigencias y presiones del entorno.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

CAPÍTULO II
MARCO TEÓRICO

2.1. Teorías generales

Bases teóricas

2.1.1. La inteligencia

El término “inteligencia” puede implicar diversos significados y por tanto confusión en su delimitación por la gran variedad de definiciones que de ella hay. En la Psicología, esta preocupación por la inteligencia surgió fundamentalmente debido al establecimiento de las diferentes individualidades y las capacidades de éxito de los sujetos en las tareas que emprendían. Por ejemplo, las habilidades necesarias para sobrevivir como un africano, difieren de las que exige una profesión de arquitecto, pero eso no hace a una de ellas más relevante que la otra, sino que por el contrario ambas son igualmente importantes.

Uno de los primeros en definir la inteligencia fue Alfred Binet en 1905, quien asume que la inteligencia brinda adaptaciones tendiendo a elegir y mantener una dirección psíquica definida. Esta investigación trató de predecir qué alumnos de la escuela de primaria de Paris tendrían éxito y cuales fracasarían. Desde aquella época hasta nuestros días las diversas investigaciones han variado considerablemente, en cuanto a su definición de la inteligencia. Williams Stern, señala que inteligencia es la capacidad personal para enfrentarse a nuevas demandas o problemas, mediante el empleo apropiado del pensamiento (Goleman, 2012).

Por otro lado, Wechsler y Harting (2012) advierte que la inteligencia es la suma o capacidad global que permite comprender el mundo, pensar en forma racional y emplear los recursos en forma efectiva cuando se enfrentan desafíos. Vale decir, que la inteligencia no es una facultad o capacidad, sino que es una suma de capacidades llamadas aptitudes y

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

habilidades que tiene una persona para resolver problemas nuevos de manera original y satisfactoria planteados en situaciones diferentes de la vida.

La inteligencia fue estudiada por diversos autores, Gardner (1983) plantea un enfoque diferente respecto a la inteligencia humana y sostiene toda una nueva propuesta en donde incluye una gama en la clasificación de la inteligencia, en donde encontramos la inteligencia musical, la inteligencia cinestésico- corporal, inteligencia, la inteligencia lógico-matemática, la inteligencia lingüística, la inteligencia espacial, la inteligencia interpersonal y la inteligencia intrapersonal. en relación a la clasificación de las dos últimas estarían dentro de los que autores como Salovey y Mayer denominarían la Inteligencia Emocional.

2.1.1.1. Teoría de la Inteligencia emocional

Existen muchas teorías sobre la inteligencia, desde distintos enfoques. Este estudio se centrará en la inteligencia emocional.

El término "inteligencia emocional" fue utilizado por primera vez en 1990 por los psicólogos Peter Salovey de la Universidad de Harvard y John Mayer de la Universidad de New Hampshire. Esta teoría tiene una notable influencia de Gardner, pero demuestra peculiaridades pues responde inquietudes que quedaron sueltas con respecto al uso de los test psicométricos y a las diferencias individuales. Ellos definieron la Inteligencia Emocional como "la capacidad para supervisar los sentimientos y las emociones de uno/a mismo/a y de los demás, de discriminar entre ellos y de usar esta información para la orientación de la acción y el pensamiento propios" (Salovey y Mayer, 1990, p.189)

Son ellos mismos los que definen la inteligencia emocional como un subconjunto de la inteligencia social, la cual comprende la capacidad de controlar emociones propias y

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

discriminar entre ellas, permitiendo a través de su uso, dirigir pensamientos y acciones. Salovey y Mayer (1990).

La inteligencia emocional puede concebirse como un conjunto de características interrelacionadas entre sí que pueden explicar la personalidad de una persona que tiene una interpretación distinta a la que se da con el CI; la inteligencia emocional está vinculada con el rendimiento y logro académico y profesional (Bar-On, 2000; Goleman, 1995, 1998; McCrae, 2000); en síntesis, se puede decir que la inteligencia emocional es la capacidad que tiene una persona para procesar, entender e interpretar información emocional (Mayer, Caruso y Salovey, 2000; Mayer, Caruso, Salovey y Sitarenios, 2003). Como señalan autores como Pérez, Petrides y Furnham (2005) nos encontramos ante dos realidades diferenciadas, una que considera la IE como una habilidad y otra como un rasgo de personalidad. Partiendo de esta dualidad, cada una de ellas presenta unos factores y unos instrumentos de evaluación diferenciados.

El término inteligencia emocional se refiere a la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los ajenos, de motivarnos y de manejar bien las emociones, en nosotros mismos y en nuestras relaciones con los demás. Determina la manera en que nos relacionamos y entendemos el mundo. (Goleman, 2015)

A) **Estructura de la inteligencia emocional**

A.1.) Aptitudes personales (Intrapersonal)

- Autoconocimiento Emocional: Saber qué se siente en cada momento, **reconocer un sentimiento mientras éste se presenta es la clave de la inteligencia emocional. La falta de habilidad para reconocer nuestros propios sentimientos nos deja a**

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

merced de nuestras emociones. Las personas con esta habilidad consiguen conducir mejor sus vidas.

- Autorregulación (autocontrol emocional): Es la habilidad de lidiar con los propios sentimientos, adecuándolos a cualquier situación. De manera que uno no caiga en el nerviosismo, sino que permanezca tranquilo, que se puedan afrontar los sentimientos de miedo y que uno se recupere rápidamente de los que son negativos.
- Automotivación: utilizar nuestras preferencias más profundas para orientarnos y avanzar hacia los objetivos, para tomar iniciativas y ser muy efectivos y para perseverar frente a los contratiempos y las frustraciones.

A.2.) Aptitudes sociales (Interpersonal)

Estas aptitudes determinan el manejo de las relaciones interpersonales.

- Empatía (Reconocimiento de las emociones ajenas): significa entender lo que las otras personas sienten, ser capaces de ver las cosas desde su perspectiva, ponerse en su lugar y cultivar la afinidad con una amplia diversidad de personas.
- Habilidades sociales (Habilidad para las relaciones interpersonales): Manejar bien las emociones en una relación e interpretar adecuadamente las situaciones y las redes sociales; interactuar sin dificultar, utilizar estas habilidades para persuadir y dirigir, negociar y resolver disputas, para la cooperación y el trabajo en equipo

2.1.2. Procrastinación

La procrastinación (del latín: pro, adelante, y crastinus, referente al futuro), postergación o posposición es la acción de postergar actividades que forman parte de los

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

deberes u obligaciones que deben de atenderse, reemplazándolas por actividades de menos importancia. El diccionario de la Real Academia de la Lengua Española define la palabra "procrastinar" sencillamente como "diferir, aplazar".

En el presente apartado, se expondrá brevemente la evolución histórica del estudio de lo que ahora se conoce como procrastinación, a pesar de haber sido estudiado en diversos contextos, no se puede negar que es relativamente joven el interés en mencionado constructo, el cual sigue siendo entendido como un comportamiento asociado a las últimas generaciones, denominada en primera instancia como dilación, la cual fue estudiada y revisada, a pesar de ello continúa presentando cuestionamientos.

Las revisiones que hacen referencia a la dilación, explicaban esta como una conducta que no generaba mayor dificultad en el logro de los objetivos, sin embargo, es a partir de la revolución industrial que se comprende como un aspecto negativo de la conducta, ya que genera demoras en la consecución de los objetivos.

Para enfatizar en la característica disfuncional de la dilación Solomon y Rothblum (1984) la refieren como la conducta de retrasar innecesariamente la conducta hasta el punto de generar malestar. Mientras que Lay (1986) la define como una tendencia irracional desde la perspectiva cognitiva – conductual.

En relación a la dilación (Özer, 2011; Tice y Baumeister, 1997; Wang y Englander 2010) concluyen diciendo que la dilación ha sido considerada por muchos autores como un comportamiento auto limitante que conduce a la pérdida de tiempo, al incremento del estrés y, en el ámbito académico a un bajo rendimiento.

Reforzando la misma idea se encontró que la dilación crónica se relaciona con una serie de rasgos, incluyendo baja autoestima y alta depresión, neurosis, autoconciencia, ansiedad social, olvido, desorganización, falta de competitividad, impulsividad

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

disfuncional, rigidez conductual y falta de energía (Beswick, Rothblum y Mann, 1988, Ferrari, 2004). Por tanto, se podía definir la dilación como un retraso innecesario de una tarea relevante y oportuna. (Ferrari, O'Callahan y Newbegin, 2004).

Según Knaus (2000, citado en Natividad 2014) en relación a la dilación, la describe como un enemigo antiguo, afirma que se desarrolló en paralelo a la civilización humana, habiéndose originado hace millones de años, cuyas referencias las encontramos en el código de Hammurabi a través del establecimiento de una fecha límite para presentar una queja.

Natividad (2014) Menciona que el primer análisis histórico sobre la procrastinación se le atribuye a Milgram (1992) quien lo caracteriza como un fenómeno que corresponde a las sociedades actuales, modernas y orientadas a la tecnología, incluso la denomina "enfermedad moderna ". En la actualidad la procrastinación es vista como un comportamiento inadecuado, dado que vivimos en un entorno en donde la gran mayoría de las actividades están vinculadas a la eficiencia, a la rapidez de la adaptación al cambio y la competitividad.

En concordancia con los autores diremos entonces que la procrastinación es una conducta frecuente en las sociedades contemporáneas actuales. (Ferrari, Johonson & Mc. Cown, 1995). Según lo expuesto por Ferrari *et al* (1995). Menciona que procrastinación hace referencia a un patrón cognitivo conductual, caracterizado por la intención de hacer una tarea y una falta de diligencia para empezarla, desarrollarla y/o finalizarla, en el que el proceso se acompaña de sentimientos de ansiedad, inquietud y abatimiento.

Señala en su investigación Álvarez, O. (2010) que una conducta se mantiene cuando es reforzada, es decir, las conductas persisten por sus consecuencias (Skinner, 1977). Por

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

ese motivo, se infiere que las conductas de postergación persisten e incrementan dado que han pasado por un proceso de reforzamiento.

Mientras la visión cognitiva-conductual, Ellis y Knaus (1977) la procrastinación se debe a que, la persona posee creencias irracionales sobre lo que implica terminar una tarea adecuadamente, en ese sentido, tiende a plantearse metas altas y poco reales, que por lo general lo llevan al fracaso. Es entonces que, al intentar calmar esas consecuencias emocionales, demoran el inicio de las tareas hasta que no sea factible completarlas de manera apropiada, evitando así cuestionar sus habilidades y capacidades. (Álvarez 2010),

Por otro lado sostiene Steel (2011) desde que apareció por primera vez la palabra procrastinación, no está referido simplemente a posponer algo, sino a posponerlo irracionalmente de forma voluntaria, a pesar de creer que esa dilación será perjudicial así mismo.

Numerosos estudios realizados con muchos miles de personas han establecido que la impulsividad y los rasgos de personalidad, como la poca meticulosidad, bajo autocontrol y gran propensión a la distracción son el núcleo de la procrastinación. Stell (2011).

Encontraremos en los trabajos sustentados originalmente por Busko (1998) quien definía la procrastinación como la tendencia irracional de retrasar o evitar las tareas pendientes, estudios basados en los trabajos de Flett, Blankteins y Koledin (1992) referido por (Chan 2011).

Los autores Hsin Chun, A & Nam Choi J. (2005) diferenciaron dos tipos de procrastinadores; procrastinadores pasivos, contra procrastinadores activos. Los procrastinadores pasivos son procrastinadores en el sentido tradicional. Están paralizados por su indecisión para actuar y no completar las tareas a tiempo. En contraste, los procrastinadores activos son un tipo "positivo" de procrastinador. Prefieren trabajar bajo

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

presión, y toman decisiones deliberadas para postergar. Dichos autores refieren que, los resultados actuales demuestran, aunque los procrastinadores activos dilatan al mismo grado que los procrastinadores pasivos, son más similares a los no procrastinadores que a los procrastinadores pasivos en términos de uso intencional del tiempo, control del tiempo, confianza en la autoestima, estilos de afrontamiento y resultados.

Se ha demostrado que las personas que procrastinan tienden a sufrir más estrés y a presentar una peor salud mental en general, además de realizar menos conductas de búsqueda de ayuda (Stead, Shanahan & Neufeld, 2010). Esto abre un tema interesante y de enorme relevancia en el ámbito de la terapia psicológica, pues existe una gran discrepancia entre el número de personas que sufren de algún tipo de problema de salud mental y las que por ello acuden a terapia. La procrastinación podría ser, como apuntan algunos estudios recientes, un factor esencial en este asunto.

Algunos autores, como por ejemplo Contreras, H., Mori, E., Lam, N., Gil, E., Hinostroza, W., Rojas, D., Espinoza, E., Torrejón, E., Conspira, C. (2011), consideran que la procrastinación coloca a las personas en actividades poco rentables, repercutiendo en su desempeño académico y laboral, así como en su calidad de vida, implicando una poca valoración de su propio tiempo.

En ocasiones se ha hablado de que la procrastinación se puede entender como algo positivo en determinados contextos, ya que podría funcionar como un mecanismo adaptativo de prevención de riesgos al afrontar tareas cuyos resultados son inciertos. (Angarita, Sánchez & Barreiro, 2010).

Según lo referido por Chan (2011), la procrastinaciòn tiene una serie de caracteristicas que tiene como base la responsabilidad, que se inicia en el desarrollo de la persona en sus pautas de crianza y educaciòn, en la que los jovenes pueden sertirse atraidos por actividades

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

placentereas, como el juego la diversiòn u otras que los lleven a algun tipo de adicción, sea tecnologica o personal. Por otro lado en base a los estudios realizados, se han planteado tipologias de este perfil, que derivan en dos estilos: los procrastinadores ocasionales y los procratinadores cotidianos, estos ùltimos con carasteristicas de problemas personales y de relación socal.

También es importante recalcar que, en la procrastinación, la persona tiene intención de realizar en el momento la tarea en cuestión que está aplazando. Por lo tanto, no se considera la acción de aplazar una tarea estratégicamente con buenos motivos, llamada en ocasiones procrastinación o aplazamiento activo o estratégico. Respecto a este aspecto, en un estudio, Corkin, Yu y Lindt (2011), encontraron que un mayor nivel de aplazamiento estratégico se encontraba asociado incluso a un mayor nivel de autoeficacia y a mejores notas académicas.

La actividad pendiente que es procrastinada es necesaria o importante para la persona que realiza dicho aplazamiento (Glick & Orsillo, 2015), su realización es voluntaria y no impuesta desde fuera (Flett, Stainton, Hewitt, Sherry & Lay, 2013) y, por último, a pesar de tener conocimiento de las consecuencias adversas de la acción de procrastinar, la persona que presenta este problema, lo hace. (Michinov, Brunot, Le Bohec, Juhel & Delaval, 2011).

2.1.3. Características y causas de la procrastinación

Existen numerosas variables cuya relación con la procrastinación se ha estudiado sobradamente. Sin embargo, a veces los resultados han sido contradictorios y, sobre todo, la mayoría de estas investigaciones han ido en paralelo, pero de manera mayoritariamente independiente entre sí. Por ello, existe una cantidad ingente de estudios, la mayoría desde

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

la psicología diferencial, que relacionan la procrastinación con determinado rasgo o variable y que carecen de una adecuada estructura que los conecte. En los siguientes apartados se expondrán la información más importante que se ha encontrado sobre la mayoría de las principales características, causas y tipos de la procrastinación. (García, 2012)

2.1.3.1. Enfoques Teóricos de la Procrastinación

Enfoque Psicodinámico

El enfoque psicodinámico propone que la experiencia infantil es un factor decisivo de la personalidad adulta, explica la influencia de los procesos mentales inconscientes sobre el comportamiento y el conflicto interno como raíz subyacente de la mayoría de conductas (Matlin, 1995).

Ferrari et al, (1995) refiere que la perspectiva psicoanalítica se ha enfocado en las practicas incorrectas de la crianza de los hijos, así mismo Birner (1993) las raíces de la procrastinación sería un problema relacionado con algún asunto no resuelto durante el crecimiento y la madurez.

Por otro lado Burka y Yuen (1983) indica que existirían dos patrones familiares básicos: Familias en las cuales existe mucha presión hacia el éxito y familias que dudan de la habilidad del niño para conseguirlo. En ambos casos desarrolla una influencia perjudicial sobre la autoestima, por lo tanto, la procrastinación no sería un mal hábito sino una forma de expresar un conflicto interno con la intención de proteger la autoestima.

Para autores como Flett, Blankstein y Martin (1995) el auto concepto negativo y el pobre sentimiento de valía personal, juegan un papel de suma importancia en a la auto imagen de sujeto que procrastina. Sugieren los autores que una crianza inadecuada facilitaría un

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

apego ansioso entre el niño y el cuidador. Este tipo de situaciones a en las primeras experiencias de vida conduce a conductas con déficit en la autoestima con características de personalidad que incluyen tendencia a procrastinar.

Teorias Conductuales

Las teorías conductistas explican la procrastinaciòn basandose en la conocida ley del efecto. Se plantea en resumen que aquellas personas que han sido recompensadas en conductas de procrastinación persistiran en hacerlo.

Kotler (2009) refiere que la dilación refleja la necesidad de nuestro cerebros a sentrise bien “ahora” en vez de esperar a cosechar recompensas futuras. Diversos estudios reflejan este concepto de recompensa engañosa. Salomon y Rothblum (1984) refieren que los estudiantes procrastinaban tareas que encontraban desagradables. Por otro lado Mc.Cown y Johnson (1989) informan que lo hacian para implicarse en ciertas actividades que les resultaban más reforzantes en el estudio.

Natividad (2014) propone que la teoria conductista resulta atractiva, pero no permite explicar por qué no todos los estudientes eligen siempre la recompensa a corto plazo, frente a las del largo plazo. Dicho de otra forma, por qué no todos los sujetos son procrastinadores crónicos o presentan la dilación como rasgo. Se tendría que recurrir a la ejecución de investigaciones más profundas para su explicación.

Teorías Cognitivas Conductuales

Respecto es este enfoque encontramos que Ellis y Knus (1977) identificaban la procrastinaciòn como el resultados de tres causas básicas, autolimitación, baja tolerancia a la frustración y hostilidad, estas causas entendidas como manifestacions caracteristicas de

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

un estilo cognitivo que implica una vsiòn distrocianada de uno mismo, de los demás y del mundo.

Las autolimitaciones refiere Ellis y Knus (1977) a como las personas se minusvaloran mediante pensamientos autocriticos y autoafirmaciones negativas y despectivas. Dentro de un inadecuado ciclo el procrastinador se devalua a sì mismo por sus conductas pasadas y presentes de procrastinación, devaluación que suscita más los aplazamientos , asì como los sentimientos de ansiedad y depresión. En base a ello la procrastinación deriva por uan parte de creencias excesivamente estrictas, es decir perfeccionismo y por otro lado de uan visión de autovalia.

En cuanto a la segunda causa de la procrastinació según Ellis y Knaus (1977) sería la baja tolerancia a la frustración, la incapacidad de tolerar molestias, contratiempos o demora en la satisfacción de deseos, en base a esta a esta creencia autolimitadora, los individuos eligen aplazar la tarea.

Para culminar Ellis y Knaus (1977) refieren que la tercera causa de la procrastinaciòn sería la hostilidad, la cual caracterizan como un reclamación irracional contra todos aquellos relacionados con la tarea que se aplazó. Los sujetos pueden postergar la realización como una expresión indirecta, ianpropiada y autoperjudicial de ira y hostilidad hacias las personas asociadas a dicha tarea.

Natividad (2014) menciona que la perspectica congnitiva conductual, relaciona la procrastinaciòn con la autoregulación académica, la autoregulación entendida como el proceso que permite a los estudiantes activar y mantener pensamientos, conductas y sentimientos orientados a la consecuciòn de sus metas.

2.1.5. Tipos de procrastinación

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

En los últimos años se han publicado diversos estudios que contemplan la existencia de varios tipos diferenciables de procrastinación. Los tres principales tipos son los siguientes: el tipo arousal frente al tipo evitativo, por un lado y, por el otro, el tipo decisional. Esta taxonomía fue ideada y concebida por Clariana, et al. (2011) cuando trataba de comparar algunas escalas de evaluación de la procrastinación desarrolladas con anterioridad. Estas escalas eran la General Procrastination Scale de Lay (1986) y el Adult Inventory of Procrastination de McCown y Johnson's (1989). Dado que en sus análisis encontraba que la correlación existente entre estas escalas era casi nula, concluyó que éstas medían dos tipos diferentes de procrastinación: el tipo arousal la primera y el tipo evitativo la segunda. Posteriormente, Ferrari añadió un tercer tipo denominado tipo decisional, basándose en el Decisional Procrastination Questionnaire de Mann (1982).

En los siguientes apartados se explica brevemente en qué hipótesis se basan estas distinciones y las conclusiones que se derivan.

A) Procrastinador tipo arousal:

Para Becerra (2012), señala que los niveles altos de búsqueda de sensaciones corresponden a un procastinador de tipo orousal, se caracteriza por un alto nivel de búsqueda de sensaciones que procrastina porque ansía obtener un "subidón" por la compleción de una tarea en el último momento. Es decir, se refiere a una persona que es altamente reforzada de modo positivo en la acción de la realización de alguna actividad pendiente en un corto periodo de tiempo y a contrarreloj para lo que se ha programado en un mayor tiempo**.** El contexto desafiante que genera una situación de alto riesgo de fracaso, genera en la persona una sensación estimulante que necesitan. Lo que hace alusión a ceirtas expresiones tales como, "trabajo mejor a última hora" (Sirois & Pychyl, 2013).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

B) Procrastinador tipo evitativo

Al contrario que el tipo arousal, el procrastinador tipo evitativo busca principalmente no enfrentarse a la tarea en cuestión (Becerra, 2012). La motivación puede adoptar varias formas, a saber: hay tareas, que por la aversión que causan de forma natural, se evitan; otros se posponen para siempre por el temor de ser incapaces de cumplirlos, lo cual es un miedo a la restricción.

C) Procrastinador tipo decisional

Ambos tipos de procrastinación anteriormente expuestos podrían considerarse formas conductuales de ésta, en los que lo que posponemos son tareas. Estos dos tipos se contraponen al tercer tipo, el decisional, ya que, en éste, es la toma de una decisión lo que se llega a procrastinar. (Becerra, 2012).

Se ha considerado importante exponer de manera concisa los tipos de procrastinación descritos por Ferrari, ya que algunos de los estudios a los que haré referencia a lo largo del trabajo han sido realizados tomando esta taxonomía como referente y, por lo tanto, es necesario conocerla. Sin embargo, eso no significa que este sistema clasificatorio no haya sido puesto en duda y, recientemente, algunos estudios parecen concluir que esta división de tipos puede, en realidad, no ser tal y no diferenciar realmente entre tipos claramente distintos de procrastinadores.

Sirosis & Pychyl (2013) desafían la existencia del tipo arousal como entidad diferenciada y como subtipo de procrastinación. Los objetivos de su trabajo de investigación fueron determinar, por un lado, si la General Procrastination Scale mide realmente un tipo de procrastinación caracterizado por el arousal y, por otro, si la personalidad relacionada con el tipo arousal (medida aquí por la búsqueda de sensaciones, la extraversión y el índice de

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

reductor) tiene relación con las creencias respecto a los motivos para la procrastinación académica. El índice de reductor se basa en la teoría de los reductores/aumentadores de Shu & Gneezy (2010) que afirma que las personas responden de manera diferente a la misma cantidad de estimulación sensorial. Según esta teoría, existen personas "reductoras" que necesitan una mayor estimulación sensorial; por eso puntuar alto en esta medida está relacionado con la búsqueda de sensaciones y con la extraversión. La conclusión del estudio de Pychyl y Simpson es que la General Procrastination Scale de Lay, en la que se basó Ferrari para crear el tipo arousal, no mide realmente lo supuesto. Además, los sujetos con una personalidad caracterizada por el arousal no es un predictor ni de la procrastinación ni de las creencias que los procrastinadores tienen sobre la motivación de su procrastinación. Por lo tanto, concluyen los autores, las personas que justifican su conducta procrastinadora en base a un deseo de obtención de estimulación por trabajar mejor bajo presión o en el último momento, parecen estar "engañándose" a sí mismos o simplemente es esta la explicación que estas personas han encontrado. Pero estas personas no son más que una mínima porción de todos los procrastinadores. Los autores consideran que estos resultados contradicen la existencia del tipo arousal de Ferrari.

Asimismo, un metaanálisis muy reciente con un análisis factorial exhaustivo concluyó que la taxonomía tripartita no existe y en realidad se debe a un análisis erróneo en el trabajo de Ferrari de 1992 (Steel, 2013). Para este autor, las medidas hasta aquí comentadas, que supuestamente apoyaban el modelo de tres tipos, se solapan y se puede extraer un único factor para la procrastinación, que se caracteriza por el aplazamiento irracional de tareas (Steel, 2013). Éste puede ser medido de manera mucho más válida con la Pure Procrastination Scale, creada directamente a partir de dicho estudio (Steel, 2013). Aun así, el autor reconoce que existe la posibilidad de que se pueda distinguir un tipo de procrastinación predecisional de uno postdecisional, en función de si lo que se pospone es

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

la decisión de realizar una acción en sí, o el acto de realizarla una vez tomada la decisión de actuar, lo cual podría tener importantes implicaciones de cara a la intervención terapéutica (Steel, 2013).

Por lo tanto, podemos concluir que existe evidencia muy reciente y potente que contradice este modelo tripartito de la procrastinación y, sin duda alguna, es un cambio que abre nuevas posibilidades en la comprensión del fenómeno de cara a la investigación futura. Aun así, los principales autores defensores de los diferentes tipos de procrastinación siguen investigando estas diferencias y existen numerosos estudios recientes que siguen haciendo esta distinción.

2.2.1.3. La procrastinación como rasgo de personalidad

Una de las preguntas fundamentales que un investigador en psicología debe formularse respecto a la procrastinación es si se trata de un rasgo de personalidad. Hay estudios que así lo indican. Algunos estudios estadísticos parecen demostrar que se trata de un rasgo estable tanto transituacionalmente como temporalmente, además de tener una importante carga genética (Steel, 2013). Steel (2013) afirma que el rasgo de "procrastinación" se solapa considerablemente con el de "responsabilidad" del modelo de los 5 grandes de Costa y McCrae (1993). Sin embargo, los análisis factoriales realizados sobre esta cuestión revelan que el factor "responsabilidad" es más amplio que el concepto "procrastinación", pero que éste puede ser considerado la faceta más central del primero (Steel, 2013). Por todo ello, es lógico que las personas con una alta procrastinación suelan puntuar muy bajo en la escala de responsabilidad.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Además, se ha estudiado la relación entre el acto de procrastinar y diferentes rasgos de personalidad. Muchos de los siguientes apartados abordan aspectos relacionados con la personalidad del procrastinador.

2.2.2. La procrastinación desde la psicología clínica

La perspectiva de la psicología clínica tiene una relación especial con la procrastinación, pues es la que se encargará de ayudar a las personas que tienen un problema de este tipo y solicitan ayuda para solventarlo. Por lo tanto, se ocupará especialmente de las consecuencias de la procrastinación que tengan relevancia clínica, de la sintomatología asociada, etc. Obviamente, hace mucho tiempo que la humanidad lucha con la procrastinación y no cabe duda de que mucha gente hubiera necesitado y necesita ayuda para superarla, sólo que históricamente esta ayuda ha venido de otras fuentes, como los líderes espirituales y, actualmente, está muy repartida por coaches, consejeros y demás prácticas relacionadas con la psicología, pero, en última instancia, ajenas a nuestra disciplina.

La causa de esta situación, en mi opinión, reside en gran parte en la poca atención que ha recibido la procrastinación en el ámbito académico de la psicología, que ha llevado a un cuerpo de conocimientos desestructurado y poco práctico. A estas alturas, la relevancia de la procrastinación como problema que afecta a la vida de las personas a muchos niveles se encuentra más que probada, lo que se refleja en un enorme aumento de interés reciente. Esto es una buena noticia, pero falta seguir investigando, sobre todo para desarrollar unos buenos programas de intervención especializados para aquellos casos que requieren una atención clínica adecuada. Es el deber de la psicología clínica que exija el lugar que le corresponde respecto a esta problemática y, para ello, debe ganárselo.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

2.2.2.1. La procrastinación como trastorno mental

Todo esto nos lleva a una inevitable cuestión: ¿debe la procrastinación ser considerada un trastorno mental? La pregunta es sumamente compleja y, por ende, la respuesta debe serlo. Cualquier respuesta posible tendrá numerosas implicaciones, algunas positivas y otras negativas, pero, en todo caso, es nuestra obligación intentar solventar esta cuestión.

La medida en que la procrastinación afecta negativamente al bienestar emocional y psicológico, debe adquirir una mayor relevancia clínica para poder recibir el tratamiento correspondiente. Por otro lado, como ocurre con muchos otros casos parecidos, soy consciente de las implicaciones negativas que tiene "convertir" la procrastinación en un trastorno mental. Es importante aclarar que no es mi objetivo discutir aquí todas las vicisitudes del actual modelo médico-biológico predominante en la promoción y mantenimiento de la salud mental, ya que este tema es muy complejo por sí mismo y existe numeroso debate al respecto.

Por un lado, definir la procrastinación como trastorno mental conllevaría una importante estigmatización por parte de quienes la padezcan. De manera semejante a como ocurre en prácticamente todos los trastornos mentales que consideramos entidades diagnósticas hoy día, el mero hecho de llamar a un fenómeno "trastorno mental" tiene varios efectos sobre el individuo. Para empezar, desplaza el locus de control del usuario desde el interior hacia el exterior. Es decir, la persona pasa de ser actor a ser paciente, sujeto, receptor. Hemos visto que en la procrastinación es habitual justificar de las maneras más irracionales la propia conducta disfuncional.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Por lo tanto, decirle a un procrastinador que tiene un trastorno mental es darle una excusa perfecta para no ponerle freno a su problema. Sin embargo, este punto tiene su lado positivo, pues serviría de reconocimiento del sufrimiento que realmente ocasiona en muchas personas este problema, ayudando en la comprensión de este fenómeno y en el desarrollo de programas terapéuticos adecuados, facilitando que aquellas personas que padezcan por ello busquen ayuda y, en última instancia, la reciban. De este modo, de alguna manera podríamos decir que también existe cierta desestigmatización del procrastinador, pues se empezaría a concienciar de que la propia conducta que, como hemos visto, causa muchos problemas de autoconcepto por rechazo a sí mismo, no es debida a causas completamente constitucionales como pueda ser "la vagancia" ni otras razones de tipo igual de culpabelilizadoras. Se aclararía que la procrastinación tiene unas causas y una historia en cada sujeto y, por lo tanto, una posible vía de solución. La culpabilidad por el mismo hecho de procrastinar aumenta el afecto negativo y reduce el autoconcepto. Por lo tanto, contribuye por sí misma al aumento de la procrastinación. Wohl, Pychyl, Bennett (2010) demostraron que perdonarse a sí mismo por procrastinar es un buen comienzo para combatir la procrastinación, al reducir el afecto negativo a corto plazo, evitar la rumiación negativa y fomentar un enfoque orientado a la tarea en el futuro próximo. Esto puede ser un buen indicio de cómo enfocar la intervención terapéutica en este ámbito.

La primera propuesta de objetivar conceptualmente la procrastinación, definiendo unos criterios diagnósticos para la relevancia clínica, se llevó a cabo recientemente en una conferencia por parte de Engberding, Frings, Höcker, Wolf y Rist (2011). Estos autores consideran que es necesario construir unos criterios diagnósticos que diferencien adecuadamente la procrastinación clínicamente relevante (patológica, severa, que requiere tratamiento) de la procrastinación menos relevante, situacional o temporal u otras formas.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Los autores afirman que, aunque existe un solapamiento diagnóstico importante con el TDAH y con la depresión, este solapamiento no es suficientemente grande como para no considerar la procrastinación como un problema en sí mismo.

2.3. Marco conceptual

a) Procrastinación:

- **Procrastinación General**: Tendencia a demorar o evitar tareas en general que deben ser completadas en cierto periodo de tiempo.
- **Procrastinación Académica**: Tendencia de siempre o casi siempre posponer las tareas académicas que se le asignan a los alumnos.

b) Inteligencia emocional: es definida por el autor del I-CE (Bar-On, 1997) como una variedad de aptitudes, competencias y habilidades no cognitivas que influyen en la capacidad de un individuo para lograr el éxito en su maneja de las exigencias y presiones del entorno. Las habilidades no cognitivas y las destrezas se desarrollan con el tiempo, cambian a través de la vida y pueden mejorar con el entrenamiento, los programas remediables y las técnicas terapéuticas (Ugarriza, 2001).

Los principales componentes conceptuales de la Inteligencia Emocional son**:**

- Componente Intrapersonal (CIA): Área que reúne los siguientes componentes:
  - Comprensión emocional de sí mismo (CM): La habilidad para percatarse y comprender nuestros sentimientos y emociones, diferenciarlos y conocer el porqué de los mismos.
  - Asertividad (AS): La habilidad para expresar sentimientos, creencias, y pensamientos sin dañar los sentimientos de los

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

demás; y defender nuestros derechos de una manera no destructiva.

- Autoconcepto (AC): La habilidad para comprender, aceptar y respetarse a sí mismo, aceptando nuestros aspectos positivos y negativos, como también nuestras limitaciones y posibilidades.
- Autorrealización (AR): La habilidad para realizar lo que realmente podemos, queremos y disfrutamos de hacerlo.
- Independencia (IN): Es la habilidad para autodirigirse, sentirse seguro de sí mismo en nuestros pensamientos, acciones y ser independientes emocionalmente para tomar nuestras decisiones.

- Componente Interpersonal (CIE): Área que reúne los siguientes componentes:
  - Empatía (EM): La habilidad de percatarse, comprender, y apreciar los sentimientos de los demás.
  - Relaciones Interpersonales (RI): La habilidad para establecer y mantener relaciones mutuas satisfactorias que son caracterizadas por una cercanía emocional e intimidad.
  - Responsabilidad Social (RS): La habilidad para demostrarse a sí mismo como una persona que coopera, contribuye y que es un miembro constructivo del grupo social.

- Componente de Adaptabilidad (CAD): Área que reúne los siguientes componentes:

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

- Solución de Problemas (SP): La habilidad para identificar y definir los problemas como también para generar e implementar soluciones efectivas.
- Prueba de la realidad (PR): La habilidad para evaluar la correspondencia entre lo que experimentamos (lo subjetivo) y lo que en realidad existe (lo objetivo).
- Flexibilidad (FL): La habilidad para realizar un ajuste adecuado de nuestras emociones, pensamientos y conductas a situaciones y condiciones cambiantes.
- Componente del Manejo del Estrés (CME): Área que reúne los siguientes componentes:
- Tolerancia al Estrés (TE): La habilidad para soportar eventos adversos, situaciones estresantes, y fuertes emociones sin "desmoronarse", enfrentando activa y pasivamente el estrés.
- Control de Impulsos (CI): La habilidad para resistir o postergar un impulso o tentaciones para actuar y controlar nuestras emociones.

- Componente del Estado de Ánimo en General (CAG): Área que reúne los siguientes componentes:
  - Felicidad (FE): La habilidad para sentirse satisfecho con nuestra vida, para disfrutar de sí mismo y de otros y para dividirse y expresar sentimientos positivos.
  - Optimismo (OP): La habilidad para ver el aspecto más brillante de la vida y mantener una actitud positiva a pesar de la adversidad y los sentimientos negativos.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

2.4. Hipótesis

Hipótesis general

Los jóvenes, tanto con empleo como los que no lo tienen, que tienden a presentar mayores índices de inteligencia emocional suelen procrastinar menos tanto en actividades cotidianas como académicas.

Hipótesis especificas

1) En general, los jóvenes con empleo tienden a tener mayor nivel de inteligencia emocional comparados con los que no tienen empleo.
2) En general, los jóvenes con empleo tienden a procrastinar menos, tanto en actividades cotidianas como académicas, comparados con los que no tiene empleo.
3) Tanto hombres como mujeres con empleo presentan mayor nivel de inteligencia emocional comparados que aquellos que no tienen empleo. Los jóvenes con empleo hasta los 25 años tienen mayor nivel de inteligencia emocional con los que tiene más de 25 años.
4) Tanto hombres como mujeres, que no tienen empleo tienden a procrastinar más comparados con aquellos que tienen empleo. Esta tendencia se da del mismo modo, según la edad.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

CAPÍTULO III
MÉTODO

3.1. Tipo de estudio

El estudio es de enfoque cuantitativo debido a que se recurrió al conteo de datos y a procesos matemático estadísticos para dar respuesta al problema de investigación; es de descriptivo-comparativo correlacional, puesto que se describirán los fenómenos tal cual aparece en el contexto, se comparó según jóvenes con y sin empleo, en los que se correlacionó los índices de procrastinación e inteligencia emocional.

3.2. Diseño de investigación

La metodología empleada sigue los lineamientos del diseño no experimental con corte transversal dado que no manipula deliberadamente ninguna variable para ver efectos en la otra; la información será recogida en un lo momento determinado de tiempo. (Hernández, Fernández & Baptista, 2010)

3.3. Estrategias de prueba de hipótesis

- **Estadística descriptiva**: Fundamentalmente se utilizarán las medidas de tendencia central, dispersión, tablas y gráficos. Esto permitirá conocer y entender la forma cómo se vienen comportando los datos en cada variable.

- **Prueba no paramétrica:**

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Ji cuadrado**.** (X^2). Es una prueba estadística para evaluar hipótesis acerca de la comparación de proporciones categóricas de una variable. Tiene otra función que no será empleada en este estudio que está vinculada con la relación entre dos variables categóricas, no consideradas relaciones causales. A su vez cada variable se subdivide en dos o más categorías".

$X^2 = \sum \frac{(o-e)^2}{e}$	Ho = No existe duferencias H1 = Existe diferencias Si p ≤ 0.05→Rechazo Ho	g.l. = (Tf – 1) (Tc – 1)

U de Mann-Whitney. Prueba no paramétrica aplicada a dos muestras independientes. Es, de hecho, la versión no paramétrica de la habitual prueba t de Student. Se usa para comprobar la heterogeneidad de dos muestras ordinales.

Para calcular el estadístico *U* se asigna a cada uno de los valores de las dos muestras su rango para construir

$$U_1 = n_1 n_2 + \frac{n_1(n_1+1)}{2} - R_1$$

$$U_2 = n_1 n_2 + \frac{n_2(n_2+1)}{2} - R_2$$

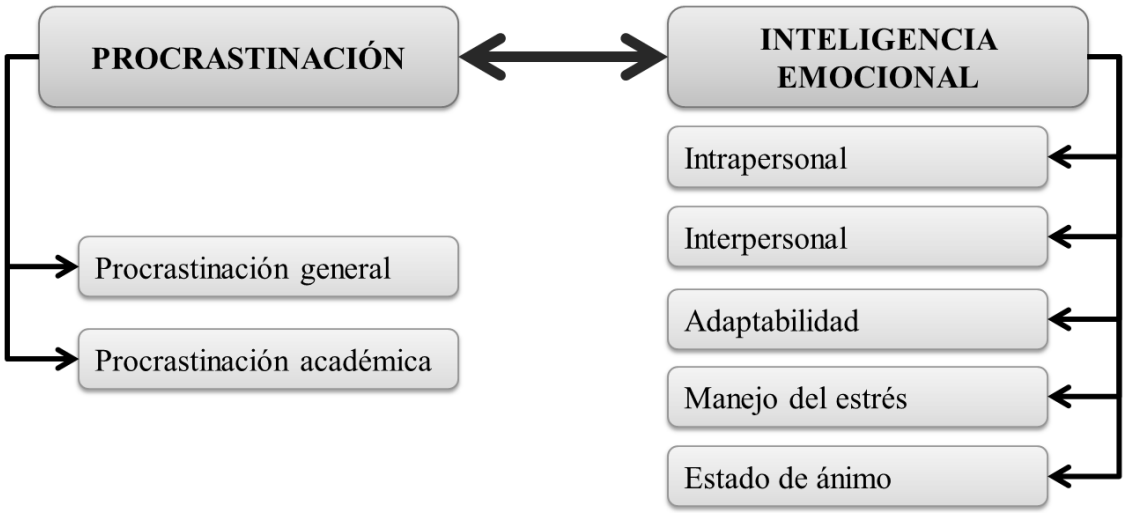
Donde n1 y n2 son los tamaños respectivos de cada muestra; R1 y R2 es la suma de los rangos de las observaciones de las muestras 1 y 2 respectivamente.

El estadístico U se define como el mínimo de U1 y U2.

Los cálculos tienen que tener en cuenta la presencia de observaciones idénticas a la hora de ordenarlas. No obstante, si su número es pequeño, se puede ignorar esa circunstancia.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

3.4. Variables



Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Operacionalización de variables

Var.	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Categorización	
					Medida	Valores
Procrastinación	Tendencia a demorar o evitar tareas en general que deben ser completadas en cierto periodo de tiempo.	Es una variable que se mide a través de dos dimensiones: general conformada por 13 ítems, que se puntúan mediante una escala de tipo Likert de cinco puntos; académica compuesta por 16 ítems, que se puntúan mediante una escala de tipo Likert de cinco puntos.	Procrastinación general	Retrasar trabajos Seguir pautas Cumplir decisiones Perder de tiempo Puntualidad Distracción	Ordinal	Siempre Casi siempre A veces Casi nunca Nunca
			Procrastinación académica	Asistencia a clases Entrega de trabajos Hábitos de estudios Búsqueda de apoyo Motivación		
Inteligencia Emocional	Variedad de aptitudes, competencias y habilidades no cognitivas que influyen en la capacidad de un individuo para lograr el éxito en su maneja de las exigencias y presiones del entorno.	Variable que incluye 133 ítems cortos y emplea un grupo de respuestas de cinco puntos. Dónde: 1 significa Rara vez, 2 =Pocas veces, 3 =Algunas veces, 4 =Muchas veces y 5 =Muy frecuentes o siempre.	Intrapersonal	-Comprensión emocional de sí mismo (CM) -Asertividad (AS) -Autoconcepto (AC) -Autorrealización (AR) -Independencia (IN)	Ordinal	Nunca Poco Regular Mucho Siempre
			Interpersonal	-Empatía (EM) -Relaciones Interpersonales (RI) -Responsabilidad Social (RS)		
			Adaptabilidad	-Solución de Problemas (SP) -Prueba de la realidad (PR) -Flexibilidad (FL)		
			Manejo del estrés	-Tolerancia al Estrés (TE) -Control de Impulsos (CI)		
			Estado de ánimo	-Felicidad (FE) -Optimismo (OP)		

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

3.5. Población

La población estará conformada por 41 608 jóvenes que pertenecen a la población económicamente activa con edades desde 15 a 29 años, del distrito de Lima, según los datos del INEI.

3.6. Muestra

Para el cálculo de la muestra se empleó la técnica probabilística de determinación muestral para una sola población.

$$n = \frac{n_o}{1 + \frac{n_o}{N}} \quad \Rightarrow \quad n_0 = \frac{Z^2}{4E^2}$$

n = Tamaño de la muestra	n_o = Tamaño de la muestra sin ajustar
N = Tamaño de Población	E = Error (5%). 0.05
	Z = Valor de la distribución normal
	95 % ---- 1,96
	99 % ---- 2,58

$$n = \frac{\frac{Z^2}{4E^2}}{1 + \frac{\frac{Z^2}{4E^2}}{N}} = \frac{\frac{1.96^2}{4(0.05)^2}}{1 + \frac{\frac{1.96^2}{4(0.05)^2}}{N}} = 380.654625402 \cong 381$$

Así, la cantidad mínima necesaria para la muestra fue de 381, considerándose un caso más a fin de seleccionar, a través del muestreo no probabilístico intencional, proporciones iguales tanto para el grupo de los jóvenes con empleo (191) y sin empleo (191).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Inclusión

- Cuya información de su DNI pertenezca al distrito de Lima
- Jóvenes que no tengan problemas de salud que impida que brinde la información correcta.
- Jóvenes con edades desde 18 a 29 años.

Exclusión

- Que tenga problemas mentales que limite la información.

3.7. Técnica de investigación

3.7.1. Instrumento de recolección de datos

A) Escala de Procrastinación General y académica de Busco (1998)

Fue desarrollada por Busko (1998), para estudiar las causas y consecuencias del perfeccionismo y la procrastinación. El instrumento original se aplicó a 112 estudiantes de pregrado de la Universidad de Guelph (33 hombres y 79 mujeres). La edad promedio fue de 22.36 años y los alumnos pertenecían al primero y al tercer ciclo de Ciencias sociales, con una cantidad de 59 y 53 jóvenes respectivamente. Así, por su construcción y redacción, el mismo puede ser aplicado a adolescentes y jóvenes.

A.1.) Escala de Procrastinación General (EPG)

La escala se puede aplicar individual o colectivamente. Por lo general, la respuesta a los cuestionarios es de entre 7 y 10 minutos, y el tiempo total y la aplicación del objetivo de la prueba no pueden exceder los 15 minutos. Consta de 13 ítems, todas cerradas, lo que nos

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

permite evaluar con fiabilidad la tendencia al aplazamiento general. Todos los reactivos fueron evaluados usando una escala de Likert de cinco

A.2.) Escala de Procrastinación Administrativa (EPA)

Se puede aplicar de forma individual o colectiva. Por lo general, la respuesta al cuestionario es entre 8 y 12 minutos, y el tiempo total del objetivo generalmente no excede los 17 minutos. Consta de 16 elementos, todos los cuales están cerrados, lo que nos permite evaluar con fiabilidad la tendencia al aplazamiento académico. Todos los reactivos se evaluaron usando una escala de Likert de cinco puntos.

- **Validez:** La validez será determinada mediante el criterio de jueces, obteniéndose los valores de aceptación mediante la V de Akien. Luego, para la EPG se realizó un análisis factorial exploratorio, cuyos resultados manifestaron la reproducción del constructo teórico, con el 45.27% de la varianza explicada. Para la EPA se reprodujo el constructo teórico con el 65.09% de la varianza explicada.

- **Fiabilidad:** Busko (1998) reportó que, para la evaluación de la fiabilidad, utilizó la consistencia interna a través del coeficiente Alfa de Crombach. Los resultados indican que se obtuvo un coeficiente alfa para la procrastinación general de 0.82 y de 0.86 para la académica. Los errores de medición obtenidos alcanzaron valores de 0.191 y 0.123, respectivamente.

B) EQ-I BarOn Emotional Quotient Inventory

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

El Inventario de Cociente Emocional y Social de BarOn (I-CE), es un instrumento moderno, que puede evaluar el potencial para el desempeño de conciliadores extrajudiciales a través de los diferentes factores de la inteligencia emocional.

El I-CE cuenta con pautas interpretativas de los resultados. Los puntajes directos son convertidos a puntajes derivados (resultados estándar) o Cociente Emocional (CE), que nos va a indicar cómo está desarrollada la capacidad emocional de la persona, en forma general, en las cinco áreas compuestas y en las quince áreas individuales.

Empleamos los Cocientes Emocionales (CE o Resultado Estándar) y su respectiva pauta interpretativa proporcionados por BarOn (1997).

Este instrumento evalúa 15 subcomponentes conceptuales de la inteligencia emocional, Estos 15 subcomponentes del I-CE también pueden ser vistos desde una perspectiva topográfica, que los organiza a través de tres tipos de factores: Factores Centrales, que se relacionan con Factores Resultantes y que a su vez se conectan y dependen de los Factores de Soporte.

Los Factores Centrales lo constituirían: el Conocimiento de sí mismo, la asertividad, la empatía, la prueba de la realidad y el control de impulsos. Estos factores se relacionan con los Factores Resultantes que son: la solución de problemas, la autorrealización, la felicidad y las relaciones interpersonales. Ambos factores (Centrales y Resultantes) se conectan o apoyan en los siguientes Factores de Soporte: Independencia, Responsabilidad Social, Optimismo, Flexibilidad, Tolerancia al Estrés y el Autoconcepto.

El Inventario de Cociente Emocional de BarOn - ICE (BarOn, 1997) incluye 133 ítemes cortos y emplea un grupo de respuestas de cinco puntos. Se requiere aproximadamente de 30 a 40 minutos para completarlo; sin embargo, no existen límites de tiempo impuestos. El ICE de BarOn es adecuado para individuos de 16 años o más. La evaluación genera los

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

resultados de tres escalas de validez, un resultado CE total, resultados de cinco escalas compuestas y los resultados de quince subescalas del CE.

- **Validez:** Los diversos estudios de validez del I-CE básicamente están destinados a demostrar cuán exitoso y eficiente es este instrumento, en la evaluación de los que se propone. Nueve tipos de estudio de validación: Validez de contenido, aparente, factorial, de constructo, convergente, de grupo – criterio, discriminante y validez predictiva ha sido conducida en seis países en los últimos 17 años.

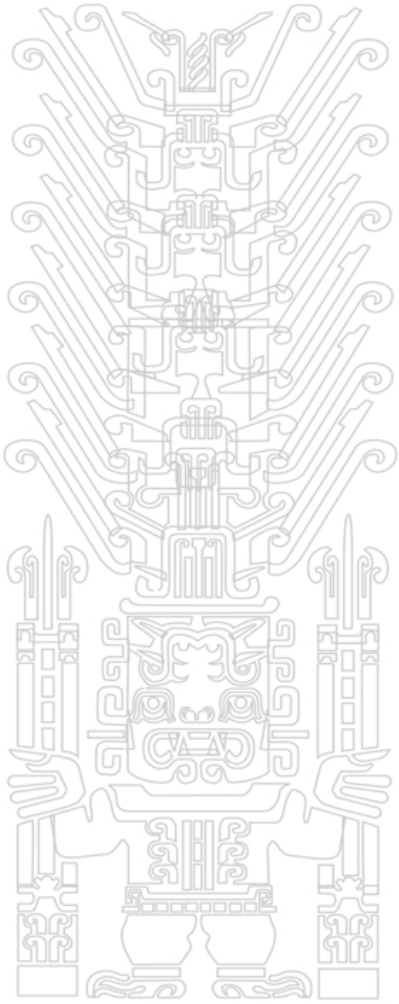
- **Fiabilidad:** Los estudios de confiabilidad ejecutados sobre el I-CE en el extranjero se han centrado en la consistencia interna y la confiabilidad re-test. Los coeficientes alfa promedio de Cronbach son altos para casi todos los subcomponentes, el más bajo 0.69 fue Responsabilidad Social y el más alto 0.86 para Compresión de sí mismo. Para la muestra peruana los coeficientes alfa de Cronbach se observan que la consistencia interna para el inventario total es muy alto 0.93, para los componentes del I-CE, oscila entre 0.77 y 0.91. Los más bajos coeficientes son para los subcomponentes de Flexibilidad 0.48, Independencia y Solución de Problemas 0.60. Los trece factores restantes arrojan valores por encima de 0.70

3.7.2. Procedimiento y análisis de datos

Luego de recoger la información a través de los instrumentos, los datos fueron procesados con el apoyo de un software estadístico con la finalidad de recurrir a los procesos estadísticos tanto descriptivos como inferencial. Como parte de ello, luego de

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

demostrar que los datos no proceden de una distribución normal, se recurrió al empleo de pruebas no paramétricas para el contraste de hipótesis.



Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

CAPÍTULO IV

PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

Tabla 1.
Análisis de normalidad de los datos

			Inteligencia emocional						Procrastinación	
			IA	IE	AD	ME	AG	I_CE	General	Académica
Con empleo	N		191	191	191	191	191	191	191	191
	Parámetros normales	Media	100.60	119.95	102.71	109.55	101.39	105.49	1.19	1.30
		D.S.	14.20	14.80	15.39	16.01	15.37	16.23	.48	.34
	Máx. dif. Extrem.	Abs.	.112	.201	.107	.093	.132	.117	.087	.192
		+	.063	.189	.087	.078	.108	.061	.087	.192
		-	-.112	-.201	-.107	-.093	-.132	-.117	-.060	-.153
	Estadístico de prueba		.112	.201	.107	.093	.132	.117	.087	.192
	p		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.001	.000
Con empleo	N		191	191	191	191	191	191	191	191
	Parámetros normales	Media	93.02	117.18	93.09	104.01	95.51	97.37	1.66	1.56
		D.S.	14.85	17.16	14.22	13.59	15.70	15.96	.58	.39
	Máx. dif. Extrem.	Abs.	.108	.178	.093	.093	.139	.113	.140	.069
		+	.068	.178	.093	.060	.076	.081	.140	.055
		-	-.108	-.144	-.068	-.093	-.139	-.113	-.067	-.069
	Estadístico de prueba		.108	.178	.093	.093	.139	.113	.140	.069
	p		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.027

Con la finalidad de determinar si los datos proceden de una distribución normal, fueron sometidos a la prueba de normalidad de Kolmogórov – Smirnov, donde los resultados de probabilidad ($p \leq 0.05$) señalan que los datos procedentes tanto de "con empleo" y "sim empleo" no se ajustan a la curva normal.

Sobre esta información, se da paso las técnicas estadísticas no paramétricas.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Tabla 2.
Análisis de correlación entre la inteligencia emocional y la procrastinación en jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima.

		Con empleo		Sin empleo	
		Procrastinación general	**Procrastinación académica**	**Procrastinación general**	**Procrastinación académica**
Intrapersonal	Rho	-.433**	-.331**	-.490**	-.325**
	p	.000	.000	.000	.000
Interpersonal	Rho	-.194**	-.418**	-.240**	-.215**
	p	.007	.000	.001	.003
Adaptabilidad	Rho	-.347**	-.298**	-.522**	-.289**
	p	.000	.000	.000	.000
Manejo del estrés	Rho	-.361**	-.171*	-.461**	-.245**
	p	.000	.018	.000	.001
Estado de ánimo	Rho	-.347**	-.272**	-.478**	-.291**
	p	.000	.000	.000	.000
I_CE	Rho	-.450**	-.345**	-.509**	-.337**
	p	.000	.000	.000	.000

En la tabla 2 observamos los resultados de la evaluación de correlación entre la inteligencia emocional y la procrastinación (en general y académica) que presentan los jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima. Las valoraciones de probabilidad de la prueba Rho de Spearman señalan que existe una correlación muy significativa y de manera inversa, esto con una asociación a nivel medio débil entre la inteligencia emocional y la procrastinación tanto en general (-.450**) como académica (-.345**) en los jóvenes con empleo; con la misma fuerza de asociación se observa entre la inteligencia emocional y la procrastinación académica en los jóvenes sin empleo (-.337**); se observa también asociación media fuerte entre la inteligencia emocional y la procrastinación general (-.509**).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Tabla 3.
Análisis descriptivo de la inteligencia emocional, en general y según dimensiones, en jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima.

GRUPO	Grupo	N	Media	Mediana	Desv. Est.	Prueba
Intrapersonal	Con empleo	191	100.60	102.00	14.20	U=13031.5; W=31367.5
	Sin empleo	191	93.02	97.00	14.85	p=0.000
Interpersonal	Con empleo	191	119.95	126.00	14.80	U=16772.0; W=35108.0
	Sin empleo	191	117.18	120.00	17.16	p=0.168
Adaptabilidad	Con empleo	191	102.71	106.00	15.39	U=11687.5; W=30023.5
	Sin empleo	191	93.09	93.00	14.22	p=0.000
Manejo del estrés	Con empleo	191	109.55	110.00	16.01	U=14364.5; W=32700.5
	Sin empleo	191	104.01	105.00	13.59	p=0.000
Estado de ánimo	Con empleo	191	101.39	103.00	15.37	U=14332.5; W=32668.5
	Sin empleo	191	95.51	96.00	15.70	p=0.000
Inteligencia emocional	Con empleo	191	105.49	108.00	16.23	U=12973.5; W=31309.5
	Sin empleo	191	97.37	100.00	15.96	p=0.000

Con la finalidad de determinar si existen diferencias significativas entre las puntuaciones de las medianas obtenidas por los jóvenes con y sin empleo, respecto a la inteligencia emocional y según dimensiones, los datos fueron sometidos a la prueba no paramétrica U de Mann Whitney. Las valoraciones de probabilidad muestran que las puntuaciones medianas evaluadas son significativamente diferentes ($p \leq 0.05$) tanto en general como en las dimensiones a favor de los jóvenes con empleo, excepto en la dimensión "interpersonal" donde no observaron diferencias significativas ($p > 0.05$). (Ver figura 1)

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Tabla 4.
Niveles de la inteligencia emocional en general y según dimensiones. en jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima.

	Grupo		Bajo	Medio	Alto	Prueba
Intrapersonal	Con empleo	f	32	128	31	X^2=97.518; gl=2;
		%	16.8	67.0	16.2	p=0.000
	Sin empleo	f	52	130	9	X^2=118.188; gl=2;
		%	27.2	68.1	4.7	p=0.000
Interpersonal	Con empleo	f	5	60	126	X^2=115.298; gl=2;
		%	2.6	31.4	66.0	p=0.000
	Sin empleo	f	13	55	123	X^2=96.796; gl=2;
		%	6.8	28.8	64.4	p=0.000
Adaptabilidad	Con empleo	f	35	95	61	X^2=28.400; gl=2;
		%	18.3	49.7	31.9	p=0.000
	Sin empleo	f	64	108	19	X^2=62.209; gl=2;
		%	33.5	56.5	9.9	p=0.000
Manejo del estrés	Con empleo	f	15	107	69	X^2=67.141; gl=2;
		%	7.9	56.0	36.1	p=0.000
	Sin empleo	f	25	123	43	X^2=85.487; gl=2;
		%	13.1	64.4	22.5	p=0.000
Estado de ánimo	Con empleo	f	33	117	41	X^2=67.518; gl=2;
		%	17.3	61.3	21.5	p=0.000
	Sin empleo	f	50	128	13	X^2=108.262; gl=2;
		%	26.2	67.0	6.8	p=0.000
Inteligencia emocional	Con empleo	f	28	122	41	X^2=81.497; gl=2;
		%	14.7	63.9	21.5	p=0.000
	Sin empleo	f	46	141	4	X^2=154.754; gl=2;
		%	24.1	73.8	2.1	p=0.000

Con la finalidad de determinar si existen diferencias significativas entre las proporciones correspondientes a los niveles de inteligencia emocional, en general y según dimensiones; los datos fueron sometidos a la prueba chi cuadrado, cuyas valoraciones de probabilidad presentadas en la tabla 4, señalan que dichas proporciones son significativamente diferentes, existiendo un predominio del nivel medio en cuanto a la inteligencia emocional, en general (con= 63.9%; sin= 73.8%), intrapersonal (con= 67.0%; sin= 68.1%), adaptabilidad (con= 49.7%; sin= 56.5%), manejo del estrés (con= 56.0%; sin= 64.4%), estado de ánimo (con= 61.3%; sin= 67.0%) para los jóvenes con o sin empleo del distrito de Lima. Así mismo se observa que un predominio significativo del nivel alto para la dimensión "interpersonal" (con=66.0; sin=64.4).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

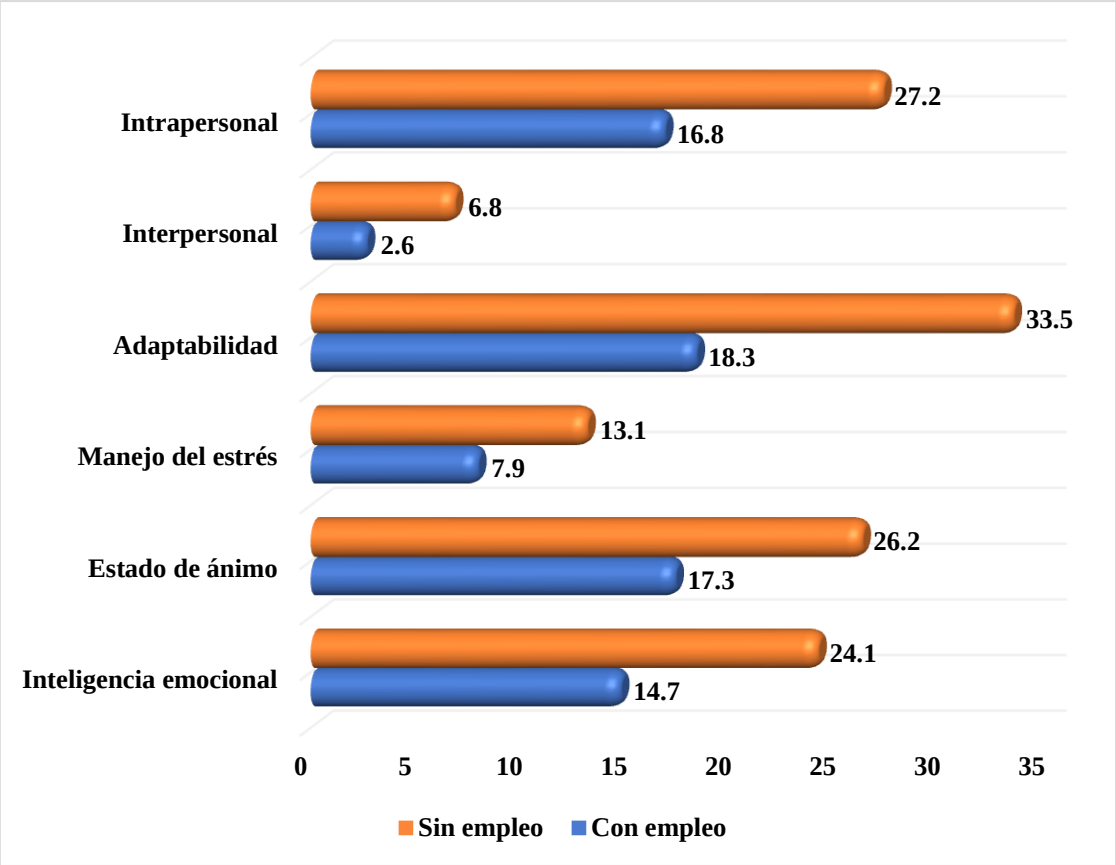


Figura 2:

Representación gráfica de los niveles bajos de inteligencia emocional en general y según dimensiones. en jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima

Se observa mayores dificultades en los jóvenes sin empleo, respecto a la inteligencia para adaptarse (33.5%), seguido del estado de ánimo (26.2%) e inteligencia emocional en general (24.1%).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Tabla 5.
Análisis de la procrastinación en general y según dimensiones. en jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima.

Procrastinación	Grupo	N	Media	Mediana	Desv. Est.	Prueba
General	Con empleo	191	1.1865	1.1538	.48312	U=9544.50; W=27880.5
	Sin empleo	191	1.6641	1.5385	.57505	p=0.000
Académica	Con empleo	191	1.2988	1.2500	.34331	U=10024.50; W=28360.50
	Sin empleo	191	1.5613	1.5333	.38677	p=0.000

En tabla 5, se presentan los resultados comparativos entre las valoraciones de las medianas obtenidas por los jóvenes con y sin empleo, en cuanto a la procrastinación general y académica. Los resultados de probabilidad de la prueba empleada indican que dichas valoraciones medias son diferentes de manera significativa, a favor de los jóvenes sin empleo; de modo que se observan mayores índices de procrastinación tanto en general como académico en este grupo de jóvenes comparados con los que tienen empleo ($p \leq 0.05$).

Tabla 6.
Niveles de Procrastinación en jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima.

	Grupo		Bajo	Medio	Alto	Prueba
General	Con empleo	f	123	53	15	X^2=94.283; gl=2;
		%	64.4	27.7	7.9	p=0.000
	Sin empleo	f	53	93	45	X^2=20.775; gl=2;
		%	27.7	48.7	23.6	p=0.000
Académico	Con empleo	f	131	48	12	X^2=20.775; gl=2;
		%	68.6	25.1	6.3	p=0.000
	Sin empleo	f	53	94	44	X^2=22.314; gl=2;
		%	27.7	49.2	23.0	p=0.000

En la tabla 6, se observan que las valoraciones de probabilidad señalan que dichas categorías son diferentes significativamente, de modo predomina el nivel bajo de procrastinación tanto en general (64.4%) como académico (68.6%) en los jóvenes con empleo, mientras que predomina el nivel medio en los jóvenes sin empleo (general = 48.7%; académico = 49.2%).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

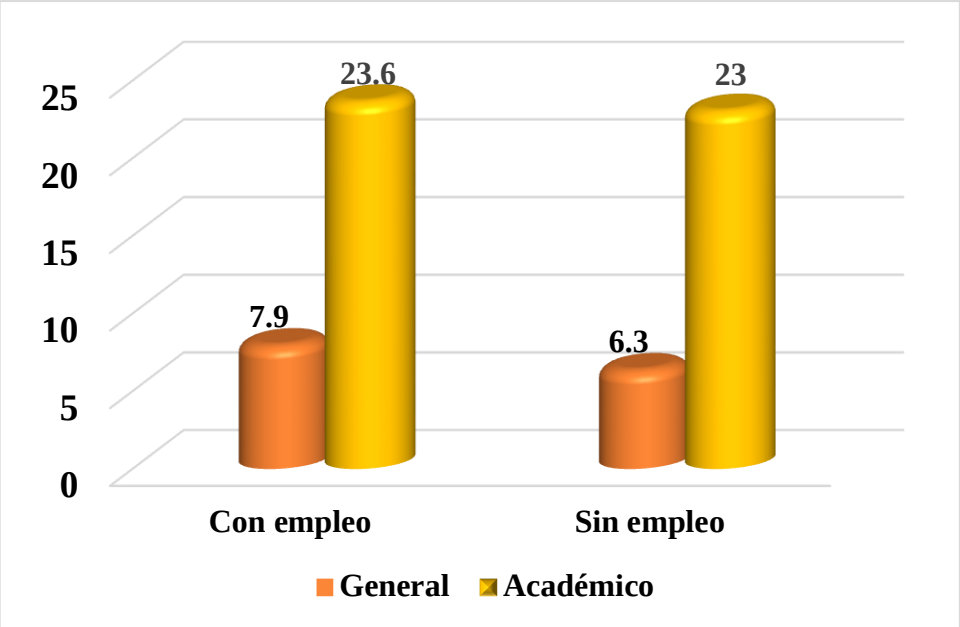


Figura 3:

Representación gráfica de los niveles altos de procrastinación a nivel general y académica. en jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima

Se observa que la procrastinación académica presenta proporciones altas, tanto para los jóvenes con y sin empleo (23.6%; 23%).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Tabla 7.
Análisis comparativo de la inteligencia emocional según el sexo de los jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima.

SEXO		GRUPO	N	Media	Mediana	Desv. Est.	Prueba
Hombre	Intrapersonal	Con empleo	95	97,00	100,00	14,41	U=3534,0; W=8094,0
		Sin empleo	95	91,65	95,00	14,46	p=0.010
	Interpersonal	Con empleo	95	116,33	123,00	17,06	U=4285,0; W=8845,0
		Sin empleo	95	115,17	119,00	18,14	p=0.544
	Adaptabilidad	Con empleo	95	98,52	99,00	16,26	U=3309,0; W=7869,0
		Sin empleo	95	91,42	93,00	13,35	p=0.001
	Manejo del estrés	Con empleo	95	105,14	104,00	16,90	U=4056,0; W=8616,0
		Sin empleo	95	102,64	104,00	12,95	p=0.228
	Estado de ánimo	Con empleo	95	97,32	96,00	16,26	U=3983,5; W=8543,5
		Sin empleo	95	94,02	95,00	15,04	p=0.162
	Inteligencia emocional	Con empleo	95	100,83	102,00	17,69	U=3535,0; W=8095,0
		Sin empleo	95	95,46	100,00	14,99	p=0.010
Mujer	Intrapersonal	Con empleo	96	104,16	102,00	13,11	U=3020,0; W=8627.0
		Sin empleo	96	94,36	97,00	15,17	p=0.196
	Interpersonal	Con empleo	96	123,53	129,00	11,13	U=4148,5; W=8804,5
		Sin empleo	96	119,17	124,00	15,97	p=0.226
	Adaptabilidad	Con empleo	96	106,86	107,00	13,31	U=2541,0; W=7197,0
		Sin empleo	96	94,74	96,00	14,92	p=0.000
	Manejo del estrés	Con empleo	96	113,93	113,00	13,83	U=3137,5; W=7793,5
		Sin empleo	96	105,36	107,00	14,13	p=0.000
	Estado de ánimo	Con empleo	96	105,43	109,00	13,33	U=3218,0; W=7874,0
		Sin empleo	96	96,99	103,00	16,27	p=0.000
	Inteligencia emocional	Con empleo	96	110,09	108,00	13,18	U=3027,0; W=7683,0
		Sin empleo	96	99,25	102,00	16,73	p=0.000

Con la finalidad de comparar las valoraciones de las medianas obtenidas por los jóvenes con y sin empleo de acuerdo al sexo, respecto a la inteligencia emociona en general y según dimensiones, se empleó la prueba no paramétrica U de Mann Whitney. La cual indica que, para los hombres, las valoraciones de probabilidad señalan que existen diferencias significativas en general y las dimensiones intrapersonal y adaptabilidad, favoreciendo al grupo de los hombres con empleo ($p \leq 0.05$). Respeto al grupo de las mujeres se observó diferencias significativas en general y en las dimensiones de adaptabilidad, manejo de estrés y estado de ánimo ($p \leq 0.05$).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Tabla 8.

Análisis comparativo de la inteligencia emocional según la edad de los jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima.

GRUPO		Edad	N	Media	Mediana	Desv. Est.	Prueba
Hasta 21	Intrapersonal	Con empleo	50	95,88	100,00	14,42	U= 2097,0; W= 7047,0
		Sin empleo	99	92,25	97,00	14,87	p=0.128
	Interpersonal	Con empleo	50	114,02	111,00	15,00	U= 2387,5; W= 3662,5
		Sin empleo	99	113,95	119,00	16,96	p=0.724
	Adaptabilidad	Con empleo	50	97,56	94,00	14,49	U= 1718,0; W= 6668,0
		Sin empleo	99	89,21	90,00	12,25	p=0.002
	Manejo del estrés	Con empleo	50	106,72	104,00	12,79	U= 2242,5; W= 7192,5
		Sin empleo	99	103,98	104,00	13,89	p=0.349
	Estado de ánimo	Con empleo	50	99,56	108,00	13,86	U=2002,0; W=6952,0
		Sin empleo	99	94,77	95,00	15,79	p=0.057
	Inteligencia emocional	Con empleo	50	100,00	102,00	15,14	U= 1601,5; W= 3947,5
		Sin empleo	99	95,21	100,00	15,65	p=0.003
De 22 a 25	Intrapersonal	Con empleo	67	99,84	102,00	14,65	U= 2095,0; W= 4441,0
		Sin empleo	68	91,50	95,00	14,75	p=0.395
	Interpersonal	Con empleo	67	121,75	133,00	16,61	U= 2095,0; W= 4441,0
		Sin empleo	68	120,62	130,00	18,09	p=0.395
	Adaptabilidad	Con empleo	67	100,94	104,00	13,24	U= 1702,5; W= 4048,5
		Sin empleo	68	95,16	96,00	14,88	p=0.011
	Manejo del estrés	Con empleo	67	108,09	111,00	16,42	U= 1828,0; W= 4174,0
		Sin empleo	68	102,49	104,00	11,61	p=0.047
	Estado de ánimo	Con empleo	67	101,51	102,00	17,49	U= 1862,5; W= 4208,5
		Sin empleo	68	95,38	96,00	15,50	p= 0.067
	Inteligencia emocional	Con empleo	67	104,93	108,00	15,81	U= 1649,5; W= 3995,5
		Sin empleo	68	97,78	105,00	15,58	p=0.006
De 25 a +	Intrapersonal	Con empleo	74	104,47	105,00	12,65	U= 725,0; W= 1025,0
		Sin empleo	24	100,46	104,50	13,35	p=0.177
	Interpersonal	Con empleo	74	122,32	129,00	11,69	U= 863,0; W= 1163,0
		Sin empleo	24	120,75	124,00	12,65	p=0.835
	Adaptabilidad	Con empleo	74	107,80	115,00	16,43	U= 668,0; W= 968,0
		Sin empleo	24	103,21	103,00	14,24	p=0.069
	Manejo del estrés	Con empleo	74	112,80	113,50	17,19	U= 764,0; W= 1064,0
		Sin empleo	24	108,46	110,00	16,83	p=0.303
	Estado de ánimo	Con empleo	74	102,53	96,00	14,33	U= 778,0; W= 1078,0
		Sin empleo	24	98,96	104,00	16,09	p=0.362
	Inteligencia emocional	Con empleo	74	109,70	111,00	16,32	U= 704,0; W= 1004,0
		Sin empleo	24	105,08	109,00	16,48	p=0.127

Los resultados de la tabla 8 indican que existen diferencias significas entre las valoraciones de las medianas, siendo así que para el grupo de los jóvenes cuyas edades oscilan hasta los 21 años las valoraciones de probabilidad son significativamente diferente en cuanto a la inteligencia emocional en general y la dimensión adaptabilidad, favoreciendo al grupo de los jóvenes con empleo ($p \leq 0.05$). Así mismo, se puede observar que los jóvenes cuyas edades oscilan entre 22 y 25 años, y cuentan con empleo, evidencian diferencias significativas a favor de los que tienen empleo, en la inteligencia emocional en general y las dimensiones de manejo de estrés y adaptabilidad ($p \leq 0.05$). Finalmente, aquellas cuyas edades oscilan de 25 años a más, no evidencian diferencias significativas ($p > 0.05$).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Tabla 9.
Análisis comparativo de procrastinación en general y por dimensiones, según el sexo de los jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima.

GRUPO		SEXO	N	Media	Mediana	Desv. Est.	Prueba
Hombre	General	Con empleo	95	1.21	1.08	0.45	U= 2110.0; W=6670.0 p=0.000
		Sin empleo	95	1.71	1.54	0.54	
	Académico	Con empleo	95	1.36	1.31	0.37	U= 2806.0; W=73366.0 p=0.000
		Sin empleo	95	1.57	1.53	0.40	
Mujer	General	Con empleo	96	1.16	1.23	0.52	U= 2655.0; W=7311.0 p=0.000
		Sin empleo	96	1.62	1.54	0.61	
	Académico	Con empleo	96	1.24	1.25	0.31	U= 2194.0; W= 6850.0 p= 0.000
		Sin empleo	96	1.55	1.53	0.37	

Dentro la tabla 9, se observan los resultados comparativos de procrastinación según el sexo de los jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima. Donde las valoraciones de probabilidad de la prueba no paramétrica U de Mann Whitney, indican que existe diferencias significativas entre las puntuaciones medias correspondientes a los hombres y mujeres con empleo y sin empleo, siendo así que, para ambos casos se observan mayores índices de procrastinación tanto general como académica a favor de aquellos sin empleo (P ≤ 5).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Tabla 10.
Análisis comparativo de procrastinación en general y por dimensiones, según la edad de los jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima.

GRUPO		Edad	N	Media	Mediana	Desv. Est.	Prueba
Hasta 21	General	Con empleo		1.37	1.31	0.46	U=1663,0; W=2938,0 p=0.001
		Sin empleo		1.69	1.54	0.56	
	Académico	Con empleo		1.47	1.31	0.46	U=1835,5; W=3110,5 p=0.010
		Sin empleo		1.63	1.56	0.39	
De 22 a 25	General	Con empleo		1.20	1.15	0.45	U=1028,5; W=3306,5 p=0.000
		Sin empleo		1.73	1.69	0.60	
	Académico	Con empleo		1.21	1.25	0.33	U=1090,5; W=3368,5 p=0.000
		Sin empleo		1.51	1.44	0.36	
25 años a +	General	Con empleo		1.05	1.00	0.49	U=548,0; W=3323,0 p=0.005
		Sin empleo		1.39	1.23	0.52	
	Académico	Con empleo		1.26	1.25	0.19	U=684,0; W=3459,0 p=0.089
		Sin empleo		1.43	1.56	0.40	

En la tabla 10 se observa que las valoraciones de probabilidad señalan que existen diferencias significativas entre las medias de procrastinación de acuerdo a la edad de los jóvenes con y sin empleo, siendo así que paras los jóvenes de edades hasta 21 años, y entre 22 y 25 años, dichas valoraciones medias son diferentes de manera significativa, a favor de los jóvenes sin empleo ($P \leq 5$). Respecto al grupo de los jóvenes de 25 años a más se evidencian diferencias significativas sólo en la procrastinación general, en favor de los jóvenes de sin empleo.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

CAPÍTULO V
DISCUSIÓN

Discusión

Luego de procesar la información y obtener los principales resultados, en este capítulo se contrastan dichos resultados con los hallazgos de otros autores y la teoría que sustentan las variables centrales de la investigación.

El estudio se llevó a cabo en torno a la relación entre la procrastinación y la inteligencia emocional en los jóvenes con y sin empleo del distrito de Lima. Para atender a esta finalidad, los datos, luego de confirmar que no proceden de una distribución normal, fueron sometidos a la prueba no paramétrica Rho de Spearman cuyos resultados muestran que, tanto en los jóvenes con empleo como en los que no lo tienen, existe una correlación muy significativa de manera inversa entre la inteligencia emocional y la procrastinación general y académica, es decir, en términos generales los jóvenes que tienden a tener mayores índices de inteligencia emocional, suelen postergar menos sus actividades generales como académicas.

Clariana (2011), encuentra resultados similares en su estudio realizado en España, donde encuentra existe correlación negativa entre la procrastinación y la Inteligencia intrapersonal, el Estado de ánimo y el Coeficiente emocional; se observa lo contrario en cuanto a la dimensión interpersonal, adaptabilidad y manejo del estrés.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

El primer objetivo específico estuvo centrado en conocer el comportamiento de la variable "inteligencia emocional" en general y según dimensiones. Dado que la investigación se desarrolla a modo de comparación entre los jóvenes con y sin empleo, los datos fueron sometidos a la prueba U de Mann Whitney, cuyas valoraciones de probabilidad muestran que los índices de inteligencia emocional en general y en todas las dimensiones (excepto en interpersonal) son significativamente más en los jóvenes con empleo. El análisis porcentual de los niveles de inteligencia emocional, revela que en el grupo de los jóvenes que no tienen empleo, la inteligencia emocional en general y en las dimensiones de "intrapersonal", "adaptabilidad" y "estado de ánimo" hay una tendencia hacia el nivel bajo; por otro lado, tanto en éste mismo grupo como en los que tienen empleo, tienen una tendencia hacia el nivel alto en la dimensión "Manejo del estrés" y un predominio del nivel alto en la dimensión "Interpersonal". En síntesis, los jóvenes sin empleo tienen mayores limitaciones respecto a la inteligencia de adaptabilidad (33.5%) seguido de la inteligencia intrapersonal (27.2%), del estado de ánimo (26.2%) y, la inteligencia emocional en general (24.1%).

La segunda finalidad especifica de la investigación, estuvo ligada a conocer el comportamiento de la variable "procrastinación" en general y académica. Los resultados comparativos entre los jóvenes con y sin empleo determinaron que, según las valoraciones de probabilidad, existen de manera significativas mayores índices de procrastinación en los jóvenes sin empleo. La evaluación porcentual de los niveles de procrastinación, estadísticamente se demuestra que, en los jóvenes con empleo, predomina el nivel bajo de procrastinación, tanto en general como académico; por otro, se observa el predominio significativo de nivel medio de procrastinación (general y académico) en los jóvenes sin empleo. Cabe mencionar que poco menos de la cuarta parte de los jóvenes sin empleo tienen nivel alto de procrastinación, tanto en general (23.6%) como académico (23.0%),

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

mientras que, de los jóvenes con empleo, solo el 7.9% tiene nivel alto de procrastinación general y sólo el 6.3% tiene nivel alto de procrastinación académica.

Sobre estos resultados, cabe mencionar que antes de que se definiera el concepto de "procrastinación", se hablaba de la evitación a voluntad e innecesaria de un tiempo determinado para el cumplimiento de las tareas pendientes. Se puede entender como una característica negativa de una persona. En otras palabras, hace referencia a la postergación voluntaria de tareas que deben ser culminadas en un tiempo previamente establecido.

Medina (2014) el 82,7% de los estudiantes se clasifica como no procrastinador y el 17,3% de la misma, se clasifica como procrastinador. Del total de estos últimos, la mitad de los estudiantes usualmente utiliza como razón para justificar su comportamiento el miedo al fracaso y la otra mitad, la aversión a la tarea (8,6%).

Claux (2015), en su investigación hecha en la ciudad de Lima, específicamente en una universidad particular, señala que la mayoría de estudiantes obtuvo puntajes dentro del nivel bajo y promedio bajo de procrastinación.

El tercer objetivo específico de la investigación, se plantó con la finalidad de describir la inteligencia emocional presentes en los jóvenes con y sin empleo, según variables sociodemográficas como sexo y edad.

Para atender a este objetivo, los datos fueron sometidos a la prueba no paramétrica U de Mann Whitney, puesto que ha de comprarse valoraciones de las medianas entre los jóvenes con y sin empleo, por sexo. Los resultados indican que, en el grupo de los hombres, los que tienen empleo muestran mayores índices de inteligencia emocional en general, así como en la inteligencia de adaptabilidad e intrapersonal; del mismo modo, en el grupo de las mujeres, las que tienen empleo, tienen significativamente mayores índices de inteligencia

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

emocional en general, así como en las dimensiones de manejo de estrés, estado de ánimo y adaptabilidad.

Clariana (2011), en su estudio manifiesta que, en España, las mujeres tienen valores significativamente más altos que los hombres en la inteligencia intrapersonal, así como la inteligencia interpersonal. Los hombres, por otro lado, logran resultados significativamente más altos que las mujeres en el manejo del estrés y el estado de ánimo.

La evaluación comparativa de la inteligencia emocional según los jóvenes con y sin empleo por grupos de edad muestra que en el grupo de los que tienen hasta 21 años, los que tienen empleo tienen mayores índices de inteligencia emocional en general y en la dimensión de adaptabilidad; en el grupo de los que tienen de 22 a 25 años, los que tienen empleo muestran mayores índices de inteligencia emocional en general y en las dimensiones de adaptabilidad y manejo de estrés; no se observaron diferencias significativas entre las puntuaciones de la mediana de los jóvenes con y sin empleo que tienen más de 25 años.

La última finalidad especifica de la investigación estuvo vinculada con la descripción de la procrastinación en general y académica, según sexo y edad.

Los resultados comparativos de la procrastinación en general y académica según sexo, muestra que, tanto en el grupo de los hombres como en el de las mujeres, los que no tienen empleo muestran mayores índices de procrastinación tanto en general como académica. De ello, se puede observar que los jóvenes que no tienen empleo, sean hombres o mujeres, suelen postergar más sus actividades comparados con los que tienen empleo.

Clariana (2011), en España y, Claux (2015) y Alvarez (2010) en Lima, Perú; no encuentran diferencias significativas entre hombres y mujeres según la procrastinación. Carranza en Tarapoto, encuentra que las mujeres presentan mayores niveles de procrastinación.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Los resultados comparativos de la procrastinación en general y académica entre los jóvenes con y sin empleo según grupos de edad, señala que los jóvenes que tienen hasta 25 años de edad y que no tienen empleo, presentan mayores índices de procrastinación general y académica; y los que tienen más de 25 años, tienden a tener mayores índices de procrastinación general. No se observa diferencia significativa entre las valoraciones de las medinas correspondientes a la procrastinación académica entre jóvenes con y sin empleo.

Conclusiones

1) Tanto los jóvenes con y sin empleo tienden a postergar menos sus actividades cotidianas y/o académicas, en la medida que desarrollen una inteligencia emocional favorable.
2) Los jóvenes que tiene empleo, suelen tener mayor inteligencia emocional, comprados con los que no tienen empleo, no obstante, presentan dificultades en cuanto a la inteligencia intrapersonal. Los jóvenes sin empleo, por lo general tienen problemas para identificar sus debilidades y fortalezas, además, tienen dificultades para adaptarse a nuevas situaciones, por ello suele predominar en ellos un mal estado de ánimo. Es preciso decir que tanto los que tienen como los que no tienen empleo, tienden a manejar favorablemente el estrés.
3) Los jóvenes sin empleo, tienden a postergar más sus actividades cotidianas y académicas pendientes, comparados con los que sí tienen empleo.
4) Los jóvenes que tienen empleo y que son hombres destacan en tener mayor inteligencia emocional en general, asimismo, tienen la capacidad de identificar sus fortalezas y debilidades, asimismo, se adaptan con facilidad a nuevas circunstancias. Por otro lado, las mujeres que tienen empleo, mostraron mejores

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

resultados en cuando a la inteligencia emocional en general, de manera específica, destacan en adaptarse fácilmente ante nuevas circunstancias, manejan mejor las situaciones de estrés, y tienden a estar en mejor estado de ánimo, comparadas con las que no tienen empleo. Los jóvenes que tiene hasta 25 años y que están empleados, tienen mayor inteligencia emocional; de manera específica, sobre todo en situaciones donde deben de adaptarse rápidamente y manejan mejor el estrés, comparados con los que no tienen empleo. Es preciso mencionar que en los que tienen de 22 a más años, tienden a tener inteligencia emocional similar tanto los que tienen como los que no tienen empleo.

5) Tanto hombres como mujeres que no tienen empleo, suelen postergar más sus actividades cotidianas y/o académicas; del mismo modo lo hacen todos los jóvenes que tienen hasta 25 años. No obstante, los que tienen más de 25 años, sólo tienden a postergar más sus actividades cotidianas, comparados con los que tienen empleo.

Recomendaciones

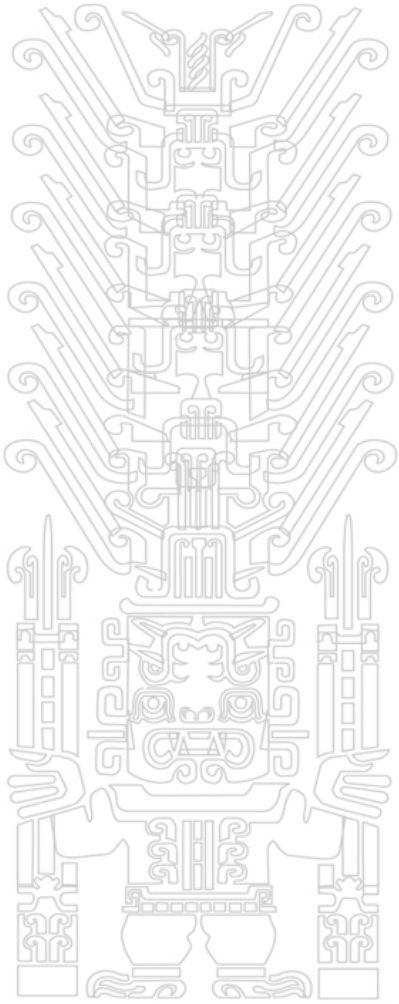
1) A la comunidad científica: realizar estudios de réplica en otros contextos sean académicos, organizacionales, con el fin de establecer comparaciones entre los resultados obtenidos en este estudio.

2) Desde un punto de vista práctico; evaluar periódicamente la procrastinación y la inteligencia emocional, con el fin de organizar talleres o programas de intervención para la aumentar los niveles inteligencia emocional en lo jóvenes.

3) En el nivel educativo elaborar actividades académicas y educativa que permitan conocer y reconocer tanto el nivel de la inteligencia emocional, como los niveles de

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

procrastinación en jóvenes estudiantes, con el objetivo que las controlen y las mejoren continuamente.



Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alegre, A. (2013). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Revista de Educación y Psicología de la USIL. 1* (2), 57 – 82.

Álvarez, O. (2011). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana. *Revista persona, 09* (13): 159 – 177.

Angarita, D., Sánchez, A., & Barreiro, E. (2010). Relación entre los niveles y tipos de procrastinación académica y el rendimiento académico en estudiantes de psicología de la Fundación Universitaria Konrad Lorenz. *Fundación Universitaria Konrad Lorenz, Bogotá. Colombia*.

BarOn, R. & Parker, J. (2000). EQi: YV BarOn Emotional Quotient Inventory: Youth version. Technical manual. Toronto: Multi-Health Systems Inc.

Beswick, G., Rothblum, E.D., & Mann, L. (1988). Psychological antecedents of student procrastination. *Australian Psychologist*, 23, 207 - 217

Becerra, L. (2012). Aproximación a un concepto actualizado de la procrastinación. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*,*5*(2), 85-94.

Birner, L. (1993). Procrastination: Its role in transference and countertransference *Psychoanalytic Review, 80,* 541-558.

Blas, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona: Revista de la Facultad de Psicología*, (13), 159-177.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Busko, D. (1998). Causes and consequences of perfecttinist and procrastination: A structural equation model. Tesis de maestría no publicada. Guelph, Ontario: University of Guelph.

Burka, J & Yuen, L. (1983). Procrastination. Why you do, what to do about it. Cambridge: Da Capo.

Carranza, R. & Ramírez, A. (2013). Procrastinación y características demográficas asociados en estudiantes universitarios. *Revista Apuntes universitarios 3* (2), 95-108.

Chan, L. (2011). Procrastinación académica como predictor en el rendimiento académico en jóvenes de educación superior. *Temática Psicológica*, *7*(1), 53-62.

Clariana, M., Cladellas, R., Badia, M. & Gotzens C. (2011). *La influencia del género en variables de la personalidad que condicionan el aprendizaje: inteligencia emocional y procrastinación académica.* Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 14 (3), 87–96.

Claux, M. (2015). *Procrastinación académica y ansiedad frente a las evaluaciones en estudiantes universitarios.* (Tesis de licenciatura). Pontificia Universidad Católica, Perú.

Contreras, H., Mori, E., Lam, N., Gil, E., Hinostroza, W., Rojas, D., Espinoza, E., Torrejón, E., & Conspira, C. (2011). Procrastinación en el estudio: exploración del fenómeno en adolescentes escolarizados Lima Metropolitana, Perú. *Revista Peruana de Epidemiología*, *15*(3), 1-5.

Corkin, D. M., Yu, Y., & Lindt, S. F. (2011). Comparing active delay and procrastination from a self-regulated learning perspective. *Learning and Individual Differences*, *21*(5), 602-606.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Costa Jr, P. T., & McCrae, R. R. (2013). The five-factor model of personality and its relevance to personality disorders. *Personality and Personality Disorders: The Science of Mental Health*, *7*, 17.

Hsin Chun Chu, A & Nam Choi, J. (2015). Rethinking Procrastination: Positive Effects of "Active" Procrastination Behavior on Attitudes and Performance. *The Journal of Social Psychology*, 145(3), 245-264.

Engberding, M., Frings, E., Höcker, A., Wolf, J., & Rist, F. (2011). Is procrastination a symptom or a disorder like other Axis-1-disorders in the DSM. In *Steps towards delineating a case definition. Presentation given at the 7th Biennial Conference on Procrastination, Amsterdam, The Netherlands*.

Ellis, A. & Knaus, W. (1977). Overcoming procrastination. Nueva York: Signet Books.

Flett, G., Stainton, M., Hewitt, P. L., Sherry, S. B., & Lay, C. (2012). Procrastination automatic thoughts as a personality construct: An analysis of the procrastinatory cognitions inventory. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, *30*(4), 223-236.

Furlan, L. Heredia, D. Piemontesi, S. & Tuckman, B. W. (2013). Análisis factorial confirmatorio de la adaptación argentina de la escala de procrastinación de Tuckman (ATPS). *Perspectivas en Psicología*, *9*(3).

Ferrari, J.R., Johnson, J.L., & McCown, W.G. (1995). Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment. New York: Plenum Press.

Ferrari, J.R., O'Callahan, J., & Newbegin, I. (2004). Prevalence of procrastination in the United States, United Kingdom, and Australia: Arousal and Avoidance delays among adults. *North American Journal of Psychology*, 6, 1-6.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Freud, S. (1926). *Inhibitions, Symptoms, and Anxiety* (Standar Edition, 5, 509-630). London: Hogarth Press.

Galarregui, M., Arana, F. & Partarrieu, A. (2011). Procrastinación académica y su relación con perfeccionismo. Neuropsicología y Psicología Cognitiva. III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVIII. Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

García, C. A. (2012, January). Estudiantes de Medicina con Procrastinación Académica: Estudio Descriptivo Desde la Teoría del Análisis Transaccional. In*3rd International Congress of Medical Education*.

Glick, D. M., & Orsillo, S. M. (2015). An investigation of the efficacy of acceptance-based behavioral therapy for academic procrastination. *Journal of Experimental Psychology: General*, *144*(2), 400.

Goleman, D. (2012). *Inteligencia emocional*. Editorial Kairós.

Goleman, D. (2015). *El cerebro y la inteligencia emocional: nuevos descubrimientos*. Maria Cavalieri.

González-Brignardello, M. P., & Sánchez-Elvira-Paniagua, Á. (2013). ¿Puede amortiguar el Engagement los efectos nocivos de la Procrastinación Académica? *acción psicológica*, *10*(1), 115-134.

Gustavson, D. E., Miyake, A., Hewitt, J. K., & Friedman, N. P. (2014). Genetic Relations Among Procrastination, Impulsivity, and Goal-Management Ability Implications for the Evolutionary Origin of Procrastination. *Psychological science*, *25*(6), 1178-1188.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Haycock, L. Mc.Carthy, P. & Skay, C. (1998). Procrastination in College Students: Tha Role of self-effcicacy and Anxiety. *Jornal of Counseling and Development*. 76, 317-324.

Hernández Sampieri, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación (5ª ed.)*. México, D. F.: McGraw-Hill Interamericana.

Klassen, R., Kra WCH u K, L., lynCH, L. and raJani, S. Academic procrastination of undergraduates: low self-efficacy to selfregulate predicts higher levels of procrastination. En: Contemporary Educational Psychology; 2007.

Klassen, R., Kra WCH u K, L., lynCH, L. and raJani, S. Academic procrastination of undergraduates: low self-efficacy to selfregulate predicts higher levels of procrastination. En: Contemporary Educational Psychology; 2007.

Lay, C. (1986). At last, my research article on procrastination. Journal of Research in Personality, 20, 474-495.

McCrae. R. R., Costa. P. T. Jt. & Piedmont, R. L. (1993). Folk concepts. natural language. and psychological constructs: The California Psychological Inventory and the five-factor model. Joltma1 of Personalifv and Social Psychologj: 6 I, 1-26.

Medina, M. & Güicha A. (2014). Relación entre estilos de personalidad y niveles y razones de procrastinación académica en estudiantes universitarios. *Rev. psicol. Arequipa. 4* (2): 171 – 190.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Michinov, N., Brunot, S., Le Bohec, O., Juhel, J., & Delaval, M. (2011). Procrastination, participation, and performance in online learning environments.*Computers & Education*, *56*(1), 243-252.

Mayer, J. D. Salovey, P. (1993). The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*, 17 pp. 433-442.

Mayer, J. Salovey, P. Caruso, D. (1999): MSCEIT Item Booklet (Research Version 1.1.) Toronto, Canada: Multi-Health Systems.

Mayer, J. Salovey, P. Caruso, D. Sitarenios, G. (2001): Emotional intelligence as a standard intelligence. Emotion, 1, 232-242.

Matlin, M. (1995) *Psychology (Second Edition).* Fort Worth, TX: Harcourt Brace College Publishers.

Molero, C., Saiz, E. y Esteban, C. Revisión histórica del concepto de inteligencia: Una aproximación a la inteligencia emocional. Revista *Latinoamericana de Psicología*, 30 (1998), pp. 11-30.

Muntada, M. C., Pros, R. C., Martín, M. D. M. B., & Busquets, C. G. (2011). La influencia del género en variables de la personalidad que condicionan el aprendizaje: inteligencia emocional y procrastinación académica. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, *14*(3), 87-96.

Natividad, L. (2014). Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios. (Tesis Doctotal). Universidad de Valencia. España

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

UNFV

Organización Mundial de Salud (2016). Desempleo aumentó en forma abrupta en América Latina y el Caribe. Recuperado de: http://www.ilo.org/americas/sala-de-prensa/WCMS_538081/lang--es/index.htm .

Ôzer, B. (2011). A Cross Sectional Study on Procrastinanation Who Procrastine more? International Conference on Education, *Research and Innovation. IPEDR*, 18, 34-37

Pardo, D., Perilla, L. & Salinas, C. (2014). Relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes de psicología. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología. 14* (1): 31 – 44

Prieto, M.D., Ferrándiz, C., Ferrando, M., Sáinz, M., Bermejo, R. & Hernández, D. (2008). Inteligencia emocional en alumnos superdotados: un estudio comparativo entre España e Inglaterra. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*. 15, 297–320.

Real Academia Española, (2001*). Diccionario de la Lengua española* (22ª edic.) Madrid, España.

Rothblum, E. D.; Solomon, L. J. & Murakami, J. (1986). Affective, cognitive, and behavioral differences between high and low procrastinators. Journal of Counseling Psychology, 33, 387-394.

Salovey, P. & Mayer, J.D. (1990). "Emotional Intelligence*". Imagination, cognition and personality*, 9, 185-211.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Sirois, F., & Pychyl, T. (2013). Procrastination and the priority of short-term mood regulation: Consequences for future self. *Social and Personality Psychology Compass*, *7*(2), 115-127.

Skinner, B.F. (1977). Ciencia y conducta humana. Barcelona: Fontanella.

Sobalvarro, C. C. (2009). La toma de decisión y la procrastinación. In *Trabajo presentado en el XXXII Congreso Internacional de Psicología de la Sociedad Interamericana de Psicología, Guatemala. Resumen recuperado de http://dspace. universia. net/bitstream/2024/627/1/159_Sobalvarro_Guzman_Carm en_Cristina. pdf*.

Stead, R., Shanahan, M. J., & Neufeld, R. W. (2010). "I'll go to therapy, eventually": Procrastination, stress and mental health. *Personality and Individual Differences*, *49*(3), 175-180.

Steel, C. (2013). *Hungry city: How food shapes our lives*. Random House.

Steel, P. (2011). *Procrastinación.* Barcelona. España: Grijalbo,

Steel, P. (2007). The nature of procrastination: a metaanalytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. Psychological Bulletin, 33(1), 65-85

Solomon, L. J. & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 503-509.

Tice, D y Baumeister, R. (1997). Longitudinal study of procrastination, performance, stress, and health: The costs and benefits of dawdling.

Ugarriza, N. & Pajares. L. (2004). Adaptación y estandarización del Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn ICE: NA, en niños y adolescentes. Manual técnico. Lima: Edición de las autoras. Psychological Science, 8, 454–458

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis
UNFV

Wang, Z. y Englander, F. (2010). A crossdisciplinary perspective on explaining student performance in introductory statistics - What is the relative impact of procrastination? *College Student Journal*, *44*(2), 458-471.

Wechsler, D., & Härting, C. (2012). *Wechsler-Gedächtnistest: WMS-IV*. Pearson.

Wohl, M. J., Pychyl, T. A., & Bennett, S. H. (2010). I forgive myself, now I can study: How self-forgiveness for procrastinating can reduce future procrastination. *Personality and Individual Differences*, *48*(7), 803-808.

Wolters, C. A., & Corkin, D. M. (2012). Procrastination and learning. In *Encyclopedia of the Sciences of Learning* (pp. 2697-2700). Springer US.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

UNFV