

FACULTAD DE HUMANIDADES

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

**Sentido de vida y procrastinación académica en
estudiantes de un instituto superior de
Huancayo-2021**

Diana Pilar Procil Flores

Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología

Huancayo, 2022

Repositorio Institucional Continental
Tesis digital



Esta obra está bajo una Licencia "Creative Commons Atribución 4.0 Internacional" .

Dedicatoria

A Dios, a mis padres y hermanas, por ser mi soporte en cada paso, por cuidar de mí y guiar mi camino.

A Yu, por su amistad incondicional, su buen humor, paciencia y carisma que acompañaron la culminación de este proceso académico.

Agradecimientos

A mis maestros de primaria, secundaria y educación superior, quienes han compartido conmigo sus conocimientos y experiencias que hoy me sirven para desempeñarme profesionalmente.

Al Programa Nacional de Becas y Crédito Educativo por ser parte fundamental de este proceso académico.

A mi asesora de tesis la Ps. Verónica, por su paciencia y dirección en el trabajo.

A los estudiantes del instituto, quienes respondieron voluntariamente los cuestionarios, base importante de la investigación.

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021). La investigación fue de enfoque cuantitativo de tipo básica, alcance descriptivo correlacional, diseño no experimental transversal. La muestra se conformó por 266 estudiantes de un instituto superior de Huancayo, pertenecientes al semestre académico 2021-II, del total de la muestra 182 fueron del género femenino y 84 del género masculino. Los instrumentos utilizados para recopilar los datos de la variable sentido de vida, fue el Test de Propósito en la Vida (PIL) del Dr. Crumbaugh y el Dr. Maholick (1969), traducido y adaptado al español por Noblejas (1994), y adaptado a Lima por Claudine Bartschi (1999). Asimismo, para la variable procrastinación académica se utilizó la Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Deborah Ann Busko (1998), adaptado a Lima por Sergio Dominguez Lara (2016). Además, los resultados en relación con el sentido de vida muestran que el 64,3 % de los estudiantes revelan alta orientación al sentido de vida; respecto a la procrastinación académica se evidencia que un 60.9 % de los estudiantes presenta una procrastinación académica media. En cuanto a la correlación se encontró una correlación inversa baja (-0,394) entre sentido de vida y procrastinación académica; asimismo se halló una correlación negativa baja entre las dimensiones de sentido de vida: experiencia de sentido, percepción de sentido, metas y tareas y dialéctica destino-libertad respecto a la procrastinación académica. En conclusión, el sentido de vida se asocia inversamente a la procrastinación académica, por lo que al descubrir o tener una alta orientación al sentido de vida, permite al educando aprovechar mejor sus oportunidades y afrontar los desafíos que la vida le plantea con mayor seguridad.

Palabras clave: sentido de vida, procrastinación académica, experiencia de sentido, percepción de sentido, metas y tareas, dialéctica destino-libertad.

Abstract

The objective of this research was to determine the relationship between sense of life and academic procrastination in students from an institute in Huancayo (2021). The research had a basic quantitative approach, descriptive correlational scope, non-experimental cross-sectional design. The sample consisted of 266 students from an institute in Huancayo, belonging to the academic semester 2021-II, of the total sample 182 were female and 84 were male. The instruments used to collect data on the sense of life variable were the Purpose in Life Test (PIL) by Dr. Crumbaugh and Dr. Maholick (1969) translated and adapted to Spanish by Noblejas (1994), adapted to Lima by Claudine Bartschi (1999) and for the academic procrastination variable, the Academic Procrastination Scale (EPA) by Deborah Ann Busko (1998), adapted to Lima by Sergio Dominguez Lara (2016) was used. The results in relation to the sense of life show that 64.3 % of the students show high orientation to the sense of life; regarding academic procrastination it is evident that 60.9 % of the students present medium academic procrastination. As for the correlation, a low inverse correlation (-0.394) was found between sense of life and academic procrastination; likewise, a low negative correlation was found between the dimensions of sense of life: experience of meaning, perception of meaning, goals and tasks, and destiny-freedom dialectic with respect to academic procrastination. In conclusion, meaning in life is inversely associated with academic procrastination, so that, by discovering or having a high orientation to meaning in life, it allows the learner to take better advantage of his opportunities and face the challenges that life poses with greater security.

Keywords: meaning of life, academic procrastination, experience of meaning, perception of meaning, goals and tasks, fate-freedom dialectic.

Índice de Contenidos

Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Resumen.....	iv
Abstract.....	v
Indice de contenidos	vi
Índice de Tablas	x
Introducción	xii
Capítulo I: Planteamiento del estudio	1
1.1. Planteamiento del problema	1
1.2. Problemas de Investigación.....	3
1.2.1. Problema general.....	3
1.2.2. Problemas específicos	3
1.3. Objetivos de la investigación	4
1.3.1. Objetivo general	4
1.3.2. Objetivos específicos.....	4
1.4. Hipótesis de la investigación.....	4
1.4.1. Hipótesis general	4
1.4.2. Hipótesis específicas	5
1.5. Variables.....	5
1.5.1. Operacionalización de Variables	6
1.6. Justificación e importancia.....	7
1.6.1. Justificación teórica.....	7
1.6.2. Justificación práctica	8
1.6.3. Justificación metodológica	8
Capítulo II: Marco Teórico	9
2.1. Antecedentes de estudio	9
2.1.1. Antecedentes internacionales	9
2.1.2. Antecedentes nacionales.....	11

2.1.3. Antecedentes regionales	14
2.2. Bases teóricas	17
2.2.1. Sentido de vida.....	17
2.2.1.1. Fundamentos filosóficos.....	17
2.2.1.2. El sentido de vida de Viktor Frankl.....	20
2.2.1.3. Supuestos fundamentales de la Logoterapia	20
2.2.1.4. Valores según Viktor Frankl.....	24
2.2.1.5. Dimensiones del sentido de vida	25
2.2.2. Procrastinación.....	27
2.2.2.1. Procrastinación General.....	27
2.2.2.2. Procrastinación Académica	28
2.2.2.3. Tipos de procrastinación.....	28
2.2.2.4. Ciclo de la procrastinación	29
2.2.2.5. Causas de la procrastinación.....	30
2.2.2.6. Modelos teóricos de la procrastinación académica	32
2.2.2.7. Dimensiones de la Procrastinación Académica	35
2.2.2.8. Procrastinación académica en educación superior	36
2.3. Marco conceptual	36
Capítulo III: Metodología	40
3.1. Método de investigación	40
3.2. Enfoque de investigación	40
3.3. Tipo de investigación	40
3.4. Alcance de la investigación.....	40
3.5. Diseño de la investigación.....	40
3.6. Población, muestra y técnica de muestreo	41
3.6.1. Muestra	41
3.6.1.1. Cálculo de la muestra	42
3.7. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos.....	44
3.7.1. Variable: Sentido de vida	44
3.7.1.1. Ficha Técnica del instrumento.....	44
3.7.1.2. Descripción del instrumento	45
3.7.1.3. Administración	45

3.7.1.4. Puntaje y Calificación.....	45
3.7.1.5. Adaptación	46
3.7.1.6. Validez y confiabilidad del Test Sentido de Vida.....	46
3.7.2. Variable: Procrastinación Académica.....	47
3.7.2.1. Ficha técnica del instrumento	47
3.7.2.2. Descripción del instrumento	48
3.7.2.3. Administración	48
3.7.2.4. Puntaje y Calificación.....	48
3.7.2.5. Adaptación	49
3.7.2.6. Validez y confiabilidad de la Escala de Procrastinación Académica	50
3.8. Procedimiento de recolección de datos	50
3.9. Técnicas de procesamiento y análisis de datos	51
3.10. Aspectos éticos.....	51
Capítulo IV: Resultados y Discusión	52
4.1. Presentación de resultados	52
4.1.1. Descripción de variables sociodemográficas	52
4.1.2. Resultados de sentido de vida.....	54
4.1.2.1. Dimensión experiencia de sentido	55
4.1.2.2. Dimensión percepción de sentido	55
4.1.2.3. Dimensión metas y tareas	56
4.1.2.4. Dimensión dialéctica destino-libertad.....	56
4.1.3. Resultado de procrastinación académica	57
4.1.3.1. Dimensión autorregulación académica	57
4.1.3.2. Dimensión de postergación de actividades	58
4.1.4. Prueba de normalidad estadística de los resultados	58
4.1.4.1. Prueba de normalidad de la variable sentido de vida	59
4.1.4.2. Prueba de normalidad de la variable procrastinación académica	60
4.1.5. Prueba de hipótesis general	62
4.1.6. Prueba de hipótesis específica 1	65
4.1.7. Prueba de hipótesis específica 2	66
4.1.8. Prueba de hipótesis específica 3	68
4.1.9. Prueba de hipótesis específica 4	70
4.2. Discusión de resultados.....	72
Conclusiones	80

Recomendaciones82

Referencias.....83

Anexos89

Índice de Tablas

Tabla 1: Operacionalización de la variable sentido de vida	6
Tabla 2: Operacionalización de la variable procrastinación académica	7
Tabla 3: Distribución de la población según ciclo académico y carrera profesional...41	
Tabla 4: Distribución de la muestra según ciclo académico y carrera profesional.....43	
Tabla 5: Coeficiente de confiabilidad para el Test Sentido de Vida.....47	
Tabla 6: Coeficiente de confiabilidad para la Escala de Procrastinación Académica .50	
Tabla 7: Estadísticos descriptivos de edad.....53	
Tabla 8: Frecuencias por género	53
Tabla 9: Frecuencias por estado civil.....53	
Tabla 10: Frecuencias según el número de hijos	54
Tabla 11: Frecuencias según el rol que desempeñan.....54	
Tabla 12: Resultados de los niveles de sentido de vida en los estudiantes de un instituto superior de Huancayo	54
Tabla 13: Resultados de los niveles de experiencia de sentido en los estudiantes de un instituto superior de Huancayo	55
Tabla 14: Resultados de los niveles de percepción de sentido en los estudiantes de un instituto superior de Huancayo	55
Tabla 15: Resultados de los niveles de metas y tareas en los estudiantes de un instituto superior de Huancayo	56
Tabla 16: Resultados de los niveles de dialéctica destino-libertad en los estudiantes de un instituto superior de Huancayo	56
Tabla 17: Resultados de los niveles de procrastinación académica en los estudiantes de un instituto superior de Huancayo	57
Tabla 18: Resultados de los niveles de autorregulación académica en los estudiantes de un instituto superior de Huancayo	57
Tabla 19: Resultados de los niveles de postergación de actividades en los estudiantes de un instituto superior de Huancayo	58

Tabla 20: Prueba de Kolmogorov Smirnov para una muestra con datos de la variable sentido de vida.....	60
Tabla 21: Prueba de Kolmogorov Smirnov para una muestra con datos de la variable procrastinación académica	61
Tabla 22: Baremos de interpretación del coeficiente de correlación.....	62
Tabla 23: Tabla cruzada entre sentido de vida y procrastinación académica	64
Tabla 24: Cálculo de correlación Rho de Spearman entre sentido de vida y procrastinación académica	64
Tabla 25: Tabla cruzada entre experiencia de sentido y procrastinación académica ..	65
Tabla 26: Cálculo de correlación Rho de Spearman entre experiencia de sentido y procrastinación académica	66
Tabla 27: Tabla cruzada entre percepción de sentido y procrastinación académica ...	67
Tabla 28: Cálculo de correlación Rho de Spearman entre percepción de sentido y procrastinación académica	68
Tabla 29: Tabla cruzada entre metas y tareas y procrastinación académica.....	69
Tabla 30: Cálculo de correlación Rho de Spearman entre metas y tareas y procrastinación académica	70
Tabla 31: Tabla cruzada entre dialéctica destino-libertad y procrastinación académica	71
Tabla 32: Cálculo de correlación Rho de Spearman entre dialéctica destino-libertad y procrastinación académica	72

Introducción

El presente estudio refiere al tema sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo. Martínez (2012) define el sentido de vida como la percepción de tipo afectivo-cognitiva de los valores que incitan al ser humano a actuar de un modo u otro ante una determinada circunstancia; asimismo Noblejas (1994) menciona que la vida tiene sentido en cualquier situación en el que la persona se encuentre, por lo que descubrir el sentido de vida conlleva a afrontar mejor las situaciones desafiantes. Por su parte, Quant y Sanchez (2012) definen la procrastinación académica como un patrón de conductas ligada al retraso en la entrega de tareas y actividades académicas.

Este tema fue de especial interés debido a que la pandemia trajo consigo cambios sustanciales en el estilo de vida afectando áreas significativas en las que se desenvuelve un ser humano: área académico, laboral, familiar y social; lo que generó cierta incertidumbre, zozobra y temor al enfrentarse a una nueva enfermedad y una nueva realidad como la escolarización en casa, teletrabajo, restricciones en el contacto físico con los demás familiares, amigos, compañeros; que es esencial para el cuidado de la salud mental (Rivera, 2021). Ante esta situación, Vilela, Sanchez y Chau (2021) plantean que enfrentarse a la virtualidad en el proceso de enseñanza aprendizaje, implica que el estudiante debe asumir un rol activo, es decir, , tiene que ser más autodisciplinado, responsable, autónomo y ser capaz de autorregularse de modo que pueda lograr sus metas y objetivos.

Existen investigaciones que muestran la relación de la procrastinación académica con variables psicológicas. Yarlequé et al. (2016) evidenciaron que aquellos estudiantes que presentan un nivel adecuado de bienestar psicológico exhiben menores

niveles de procrastinación académica; asimismo Uceda et al. (2017) hallaron que a mayor nivel de adicción a redes sociales, mayor nivel de procrastinación académica; también Rodríguez y Clariana (2016) indican que los estudiantes reducen sus niveles de procrastinación con el paso de los años, ello debido que a los más jóvenes les cuesta posponer gratificaciones inmediatas, aunque a largo plazo evite lograr metas significativas.

Otra preocupación incesante respecto al sentido de vida deviene de los resultados en diferentes instituciones internacionales y nacionales; Martínez y Castellanos (2013) encontraron que el 58 % de los estudiantes de una universidad colombiana muestran una orientación baja al sentido de vida; asimismo Chan (2021) encontró que un 51,1 % de estudiantes del sureste de México presentan niveles bajos y de incertidumbre de sentido de vida; de igual forma Huaranca (2020) obtuvo como resultado que el 53 % de estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo no definen un claro sentido en sus vidas; ello puede deberse a como menciona Zamudio (2021) a que el “vivir en una sociedad hedonista, donde se sobrevalora la inmediatez y la felicidad se traduce en abundancia, ha distanciado al ser humano de su sentido de existencia, confundiéndolo en encontrar sentido en el placer efímero” (p. 186).

Los antecedentes para llevar a cabo la investigación muestran aportes teóricos sobre el sentido de vida en estudiantes universitarios y la correlación con otras variables psicológicas, al igual que la procrastinación académica respectivamente; sin embargo, no se hallaron estudios que correlacionen ambas variables, sentido de vida y procrastinación académica. Asimismo, Druet, Chan, Cisneros y Sevilla (2014) llevaron a cabo una investigación aplicada en el que mediante el uso de técnicas logoterapéuticas

como las siguientes: diálogo socrático, ejercicios de autodescubrimiento o fantasía guiada impulsaron la construcción o descubrimiento del sentido de vida de los participantes, de modo que al concluir las sesiones los estudiantes evidenciaron un claro fortalecimiento de su sentido de vida y pudieron emplear mejor sus recursos personales; por lo que recomiendan impulsar acciones para la formación integral de los estudiantes específicamente en las áreas emocional, construcción de valores y actitudes. Asimismo, Buendía (2020) desarrolló el estudio procrastinación académica y proyecto de vida en estudiantes de secundaria, en el cual evidenció que la elaboración del proyecto de vida se relaciona inversamente con la procrastinación académica, indicando que aquellos estudiantes que tienen un proyecto de vida claro son capaces de autorregular su conducta para reducir sus niveles de procrastinación. En vista de los aportes mencionados se planteó la investigación de enfoque cuantitativo, tipo básico, alcance descriptivo correlacional diseño no experimental transversal; de modo que esta investigación pueda servir de antecedente a futuros estudios y se pueda implementar estrategias en bien de la población estudiantil y su desarrollo personal.

La presente investigación tiene como objetivo determinar la relación que existe entre sentido de vida y procrastinación académica; asimismo entre las dimensiones de sentido de vida: experiencia de sentido, percepción de sentido, metas y tareas y dialéctica destino-libertad En relación con la variable procrastinación académica, con el fin de conocer si al percibir la existencia como significativa, el estudiante aprovechará de manera óptima sus recursos y reducirá los niveles de procrastinación académica. Como menciona Frankl (2004): “Obra así, como si vivieras por segunda vez y la primera vez lo hubieras hecho tan desacertadamente como estás a punto de hacerlo ahora” (p. 131).

La importancia del estudio radica en que permite dar a conocer nuevos datos científicos respecto a las variables estudiadas, asimismo este puede ser usado como antecedente ante futuras investigaciones de manera que se pueda ampliar el conocimiento teórico; así como plantear acciones de tipo preventivo promocional en la institución evaluada. El alcance de la investigación es a estudiantes de un instituto superior de Huancayo. Una de las limitaciones más evidentes es que no se encontraron estudios que correlacionen ambas variables como tal procrastinación académica y sentido de vida, asimismo la virtualidad para aplicar los cuestionarios impidió hasta cierto punto evidenciar la forma en la que los estudiantes desarrollaron las pruebas.

El estudio está estructurado en cuatro capítulos. El capítulo I: planteamiento del estudio aborda el planteamiento del problema, que contextualiza una de las problemáticas más comunes en estudiantes de educación superior por lo que se formula la siguiente pregunta: ¿cuál es la relación que existe entre sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021)?; asimismo se aborda la direccionalidad del trabajo mediante el planteamiento de objetivos, presenta las suposiciones del investigador respecto a las preguntas de investigación, se definen las variables de trabajo y se justifica la importancia del estudio.

El capítulo II: marco teórico aborda los antecedentes de la investigación, las bases teóricas y se plantea la definición de términos básicos. El capítulo III: Metodología de la investigación presenta el método, el enfoque, tipo, alcance y diseño de la investigación; así como el tamaño de la muestra y sus características. En el capítulo IV: resultados y discusión, se presenta los resultados de tipo descriptivo y correlacional del estudio, a través de tablas y prueba de hipótesis; asimismo se

contrastan los resultados con los antecedentes y la teoría. Por último, se presentan las conclusiones, recomendaciones y referencias bibliográficas.

Capítulo I

Planteamiento del Estudio

1.1. Planteamiento del Problema

El ámbito académico se ha convertido en una de las áreas más significativas de los seres humanos, ya que las exigencias de la sociedad son cada día mayores. Por tanto, Tintaya (2016) realizó un estudio en el que plantea la importancia de la educación, del proceso enseñanza-aprendizaje en la organización formativa de la personalidad del ser humano, por lo que se hace imprescindible enfocar y desarrollar estrategias en bien de una educación que implique el desarrollo socioemocional de los estudiantes; como menciona Lizcano (2014), los sistemas educativos presentan carencias para atender las dificultades de aprendizaje y problemas emocionales de los escolares y que lo fundamental es implantar un modelo bio-psico-socio-espiritual para generar bienestar. Asimismo, Quintana (2009), citado por Lizcano (2014), menciona que es necesario ampliar la perspectiva del ser humano en el ámbito educativo, a través de la implementación de estrategias que propicien la comprensión crítica de la realidad, la libertad y el mundo, pues como señala Frankl, la vida cobra sentido a través de lo que damos a la vida, de lo que tomamos de ella y de cómo respondemos libre y responsablemente ante ella.

Responder cuál es el sentido de la vida y la existencia humana surge constantemente durante la adolescencia y la juventud; ya que es aquí cuando el ser humano se encuentra en una etapa crucial de toma de decisiones; ya sea sobre que estudiar, sobre los proyectos que realizará y sobre todo como llevará su vida a partir de las obligaciones que demandará el pasar a la etapa de la adultez.

García (2010) citado por Zamudio (2021) tipifica la sociedad actual como “mundo Popeye”, ya que, las personas encuentran su fuerza interior al poseer objetos materiales que dan una creencia ilusoria de la felicidad en función de aquello que se adquiere o consume; Gottfried (2016) menciona que uno de los problemas más relevantes a los que se enfrenta la última mitad del siglo XX es el vacío existencial, este se puede manifestar en actitudes de aburrimiento, falta de interés, falta de control de su propia vida y carencia de metas vitales y falta de iniciativa para hacer algo o cambiar algo de su entorno, lo que conlleva un riesgo a conductas suicidas muy elevado (Planas, 2016); la Organización Mundial de la Salud (2021) reporta que cerca de 700 000 personas se suicidan cada año, este hecho es considerado como la cuarta causa de muerte de jóvenes de 15 a 19 años; asimismo informa que cerca del 77 % de suicidios sucede en países de ingresos bajos y medianos lo cual indica una gran preocupación y alerta sobre lo que puede y debe hacerse.

Uno de los problemas académicos que se presentan con mayor frecuencia en los estudiantes de educación superior es la procrastinación académica; la cual implica retrasar el inicio de una actividad o terminarla a último momento (Garzón y Gil, 2017). Por su parte, Domínguez-Lara y Campos-Uscanga (2017) mencionan que la procrastinación se puede generar por múltiples causas; sin embargo, la postergación de actividades y autorregulación académica son dos componentes relevantes al momento de procrastinar. La autorregulación académica permite al educando orientar su conducta a las metas propuestas y planificar lo necesario para conducirse a ella.

Por consiguiente, se puede mencionar que existe la probabilidad de que muchos de los estudiantes que procrastinan no han descubierto su propósito en la vida, lo que provoca en ellos conductas poco orientadas, demostrando comportamientos evasivos al

realizar sus tareas escolares que forman parte de los pequeños eventos que sumarán al objetivo que desean alcanzar, evadiendo responsabilidades y realizando actividades poco productivas en búsqueda de la satisfacción a corto plazo. Además, Gomez (2013) citado por Zamudio (2021) plantea que la sociedad actual posee un sin número de distractores por medio del internet, que genera en las personas cierto narcisismo, por lo que no ahondan en el conocimiento, buscan la inmediatez y la simplicidad, lo que genera una inadecuada interpretación del sentido de vida y de los valores que permiten al ser humano comportarse de manera coherente hacia la realización personal.

Es por ello que desde el enfoque psicológico se pretende dar a conocer una de las problemáticas actuales de estudiantes pertenecientes a la educación superior, para su posterior prevención e intervención desde edades tempranas. Por lo que se plantea la siguiente pregunta: ¿cuál es la relación que existe entre sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021)?

1.2. Problemas de Investigación

1.2.1 Problema general

¿Cuál es la relación que existe entre sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021)?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es la relación que existe entre experiencia de sentido y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021)?
- ¿Cuál es la relación que existe entre percepción de sentido y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021)?

- ¿Cuál es la relación que existe entre metas y tareas y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021)?
- ¿Cuál es la relación que existe entre dialéctica destino-libertad y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021)?

1.3. Objetivos de Investigación

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación que existe entre sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).

1.3.2. Objetivos específicos

- Determinar la relación que existe experiencia de sentido y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).
- Determinar la relación que existe entre percepción de sentido y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).
- Determinar la relación que existe entre metas y tareas y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).
- Determinar la relación que existe entre dialéctica destino-libertad y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).

1.4. Hipótesis de la Investigación

1.4.1. Hipótesis general

Existe relación inversa entre sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).

1.4.2. Hipótesis específicas

- La experiencia de sentido está relacionada inversamente con la procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).
- La percepción de sentido está relacionada inversamente con la procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).
- Las metas y tareas están relacionadas inversamente con la procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).
- La dialéctica destino-libertad está relacionado inversamente con la procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).

1.5. Variables

Variable 1: Sentido de vida

Dimensiones

Experiencia de sentido

Percepción de sentido

Metas y tareas

Dialéctica destino-libertad

Variable 2: Procrastinación académica

Dimensiones

Postergación de actividades

Autorregulación académica

1.5.1. Operacionalización de variables

Tabla 1

Operacionalización de la variable sentido de vida

Título preliminar: Sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de la ciudad de Huancayo (2021).		
Variable de estudio: Sentido de vida		
Definición conceptual: El sentido de vida se comprende como la percepción individual de estar orientado hacia un fin, hacia los valores y la comprensión personal del sentido, de cada situación y de la propia existencia; es decir confiere una función que realizar, proporcionando soporte interno a la existencia (Frankl, 2004).		
Dimensiones	Ítems	Escala de medición
Experiencia de sentido	2,5,1,9,19,20,17	Intervalo 112 o más: Sentido y propósito claro en la vida.
Percepción de sentido	11,16,4,6,10,12,9,20,17	92-111: Incertidumbre.
Metas y tareas	13,3,8,7,20,17,19	91 o menos: Baja orientación al sentido.
Dialéctica destino-libertad	14,15,18	

Tabla 2

Operacionalización de la variable procrastinación académica

Título preliminar: Sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de la ciudad de Huancayo (2021).		
Variable de estudio: Procrastinación académica		
Definición conceptual: Se define como el retraso innecesario e injustificado de las actividades relacionadas con el ámbito académico (Rodríguez y Clariana, 2016).		
Definición operacional: La procrastinación académica se define como la conducta de dilatar el tiempo en actividades gratificantes a corto plazo, dejando de lado las tareas de índole académico para último momento.		
Dimensiones	Ítems	Escala de medición
Postergación de actividades	1,6,7	Intervalo Alto 41-60
Autorregulación académica	2,3,4,5,8,9,10,11,12	Medio 21-40 Bajo 0-20

1.6. Justificación e Importancia**1.6.1. Justificación teórica**

La importancia del estudio radica en su finalidad que es conocer la relación entre sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de una institución de educación superior; los resultados permiten dar a conocer nuevos datos científicos, aportando teóricamente a la psicología y mejorando la comprensión de ambas variables. Si bien se cuenta con estudios previos sobre el impacto de proyecto de vida en la procrastinación académica y su relevancia de un claro proyecto sobre la acción y el

término de actividades asignadas, aún no se ha estudiado la relación entre sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de educación superior de Huancayo, por lo que conocer este vínculo aporta en la continuación de la línea de investigación y da un nuevo enfoque al área educativo para el planteamiento de posibles alternativas de solución ante la gran cantidad de estudiantes de nivel superior que procrastinan.

1.6.2. Justificación práctica

A nivel práctico, los hallazgos del estudio permiten plantear y desarrollar programas preventivos y estrategias de intervención en beneficio de la población estudiada; de esta manera se puede promover la mejora en cuanto al inicio, desarrollo y culminación de tareas académicas, lo que generó un adecuado desarrollo personal, académico, profesional ligado a la responsabilidad del estudiante de realizar acciones concretas vinculadas a su sentido de vida.

1.6.3. Justificación metodológica

Los resultados de la investigación permiten, a nivel metodológico, contar con un antecedente sobre la relación entre el sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de educación superior de Huancayo; de esta manera la información obtenida puede ser utilizada en futuras investigaciones para ampliar los conocimientos teóricos o plantear un programa de intervención en la población estudiantil en bien de su desarrollo personal y profesional.

Capítulo II

Marco Teórico

2.1 Antecedentes de Estudio

2.1.1. Antecedentes internacionales

Magaña, Zavala, Ibarra, T. Gómez y M. Gómez (2004) realizaron un estudio titulado “El sentido de vida en estudiantes de primer semestre de la Universidad de la Salle Bajío”, con el objetivo de valorar el sentido de vida de los estudiantes de nuevo ingreso y explorar las relaciones de los resultados obtenidos del sentido de vida con otras variables sociodemográficas. La muestra se conformó por un total de 723 estudiantes universitarios de primer ingreso con edades entre 16 a 27 años pertenecientes a 23 carreras. Para recopilar información se aplicó el Test de Sentido de Vida de Crumbaugh y Maholick. El estudio fue de tipo descriptivo y los resultados muestran que un 55,5 % de los alumnos presentan una clara definición de sentido de vida, mientras que un 33,3 % indefensión y un 11,2 % falta de sentido de vida. Se concluyó que la mayoría de los estudiantes pertenecientes al estudio tienen consolidado el sentido de vida, por lo que se ven a sí mismos como responsables de su propia vida, del crecimiento y sus potencialidades personales.

Chan (2021) desarrolló el estudio titulado “Sentido de vida: una herramienta en la formación de estudiantes universitarios en el sureste de México”, con el objetivo de evaluar el sentido de vida en estudiantes de primer ingreso a las carreras de ciencias sociales, económicas, administrativas y humanidades. Además, la muestra se conformó por un total de 551 alumnos de una universidad pública del sureste de México. Asimismo, el estudio fue de tipo descriptivo, diseño no experimental. Para la evaluación de la variable se utilizó el Test Sentido de vida (PIL). Los resultados evidencian que un

51,1 % de los evaluados presentan niveles bajos y de incertidumbre en el sentido de vida, siendo en una mayor proporción en las carreras de Historia, Arqueología, Antropología, Comercio, Turismo y Literatura Latinoamericana; por otro lado, el 48,9 % presenta niveles altos de sentido de vida destacando las carreras de Psicología, Comunicación Social, Economía, Educación e Idioma Inglés. En conclusión, se hace evidente la necesidad de implementar estrategias educativas que involucren aspectos socioemocionales, sociales y de descubrimiento para puedan ser capaces de tomar decisiones con libertad y responsabilidad, de forma que puedan concluir en una vida con propósito y de trascendencia.

Martínez y Castellanos (2013) desarrollaron la investigación titulada “Percepción de sentido de vida en universitarios colombianos”, cuyo objetivo fue describir la percepción de sentido de vida en alumnos colombianos de Bogotá, en una muestra de 695 participantes, de los cuales el 31.1 % eran varones y el 68.9 % mujeres, con una edad promedio de 22.17 años, a los cuales se aplicó, la Escala Dimensional de Sentido de Vida. El estudio fue de tipo descriptivo-transversal. Los resultados advierten niveles bajos de sentido de vida en los estudiantes universitarios con un total de 58 %, mientras que el 42 % restante presentó niveles medios y altos de percepción de sentido de vida; en cuanto a las áreas académicas se evidenció niveles bajos en las carreras de Comunicación Social y Psicología, en este último específicamente un 47 %; por otro lado, los estudiantes de las carreras de Medicina Humana y Enfermería denotan en una mayor proporción una alta percepción de sentido de vida. En conclusión, las variables sociodemográficas como edad y género no son estadísticamente significativas En relación con la variable sentido de vida; a diferencia de lo encontrado en las carreras cursadas, en el que estudiantes de Medicina y Enfermería perciben un alto sentido de

vida contrario a los estudiantes de Ingeniería, Psicología y Comunicación Social quienes perciben un bajo sentido de vida.

García-Alandete, Gallego-Pérez y Pérez-Delgado (2009) realizaron un estudio titulado “Sentido de vida y desesperanza: un estudio empírico”, con el objetivo de corroborar la relación existente entre sentido de vida y desesperanza, en una muestra de 302 personas, 99 varones y 203 mujeres. Para recopilar información aplicaron dos pruebas psicológicas, el Test de Sentido de Vida de Crumbaugh y Maholic y la Escala de Desesperanza de Beck, Weissman, Lester y Trexler. La investigación fue de enfoque cuantitativo y diseño correlacional. Además, los resultados evidencian una correlación estadísticamente significativa entre las variables, de modo que a niveles inferiores de desesperanza mayores niveles de sentido de vida; por lo que aquellas personas que se encuentran en una situación de logro de sentido de vida mantienen un nivel nulo o mínimo de desesperanza (49,34 % del total), asimismo, aquellos sujetos que se encuentran en una situación de vacío existencial se hallan con un nivel alto de desesperanza (0,66 % del total). Se concluyó que la desesperanza es un indicador relevante en el riesgo suicida; debido a la significativa relación entre vacío existencial y desesperanza por lo que niveles altos de vacío existencial devendría un alto riesgo suicida.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Buendía (2020) desarrolló un estudio titulado “Procrastinación académica y proyecto de vida en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima”, el cual tuvo como objetivo principal determinar la relación entre ambas variables. La metodología fue de enfoque cuantitativo, no experimental y diseño correlacional. La muestra se conformó por 243 alumnos, 105 mujeres y 138 varones de cuarto y quinto

de secundaria de una institución educativa del distrito de Ate, Lima. Los instrumentos para recopilar información fueron los siguientes: un cuestionario sociodemográfico, la Escala de Procrastinación Académica (EPA; Busko, 1998) y la Escala de Evaluación de Proyecto de Vida (EEP; García, 2002). Los resultados muestran una correlación inversamente significativa entre proyecto de vida y la dimensión autorregulación académica; asimismo, se evidenció un 61.3 % de estudiantes que presentan dificultades para regularse académicamente y un 53,5 % postergan sus tareas; por otro lado, el 33.7 % presenta índices altos de construcción de sus proyectos de vida. En conclusión, la procrastinación académica se relaciona inversamente con la construcción del proyecto de vida de los estudiantes; así también se halló mejores puntuaciones en la construcción del proyecto de vida en el género femenino.

Arboccó (2017) desarrolló el estudio “El sentido de vida y los valores interpersonales en universitarios estudiantes de la carrera de psicología”, con el objetivo de identificar la relación entre el nivel de sentido de vida y los valores interpersonales en universitarios estudiantes de la carrera de psicología. Asimismo, la investigación fue de tipo correlacional y diseño transversal comparativo. La muestra se conformó por un total de 277 participantes matriculados a la modalidad presencial semestre académico 2017 de la facultad de psicología de la Universidad Inca Garcilazo de la Vega; a quienes se aplicó el Cuestionario de Valores Interpersonales SIV de Leonard Gordon y el Inventario de propósito en la vida de Crumbaugh y Maholick. Los resultados muestran que un 41,9 % de los estudiantes presenta alta orientación al sentido de vida, es decir, , que en aproximado 4 de cada 10 alumnos tienen metas claras en su vida; así mismo ellos niveles de sentido de vida aumentan con el paso de los años de estudio y el avance de la carrera. En conclusión, se evidencia la existencia de relación entre sentido de vida y valores interpersonales.

Yarlequé et al. (2016) desarrollaron el estudio titulado “Procrastinación, estrés y bienestar psicológico en estudiantes de educación superior de Lima y Junín”; cuyo objetivo fue determinar la relación entre las tres variables. La muestra se conformó por 1006 estudiantes de universidades e institutos públicos y privados de Lima y Huancayo. Además, la investigación fue de tipo aplicada, nivel descriptivo, diseño comparativo-correlacional. Los instrumentos de evaluación utilizados fueron la prueba de procrastinación de Iparraguirre, Bernardo y Javier, el Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés de Salazar y Sánchez y la Escala de Bienestar Psicológico. Los resultados muestran que no existe correlación entre las tres variables; sin embargo, se encontró diferencias en el bienestar psicológico en estudiantes con altos y bajos niveles de procrastinación académica; respecto a la última variable se evidencia que un 36,90 % de los estudiantes de la muestra presentó niveles intermedios de procrastinación académica; mientras que un 33,13 % de los estudiantes evaluados procrastinan pocas veces y un 9,13 % procrastinan muy pocas veces; estos hallazgos no difieren entre estudiantes de institutos y universidades públicos y privados. En conclusión, los estudiantes en su mayoría presentaron niveles intermedios de procrastinación académica; mientras que 20 de cada 100 estudiantes procrastinan en un nivel alto; los participantes con mayor nivel de procrastinación tienden a presentar menor nivel de bienestar psicológico.

Uceda, et al. (2017) desarrollaron la investigación titulada “Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y postgrado de Lima”, el objetivo principal fue establecer la relación entre procrastinación y redes sociales en alumnos de pregrado y posgrado. La muestra fue de 402 estudiantes, a quienes se les aplicó la Escala de Procrastinación y el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales.

El diseño de investigación fue transeccional-correlacional. Los resultados muestran que los estudiantes de pregrado presentan un 75,6 % de procrastinación en el nivel medio y únicamente un 10,8 % un nivel bajo; a diferencia de los estudiantes de postgrado que un 60,5 % presenta nivel medio de procrastinación y el 25 % nivel bajo. En conclusión, existe relación directa entre procrastinación y adicción a redes sociales, lo cual indica que a mayores niveles de adicción a redes sociales mayores niveles de procrastinación académica; la red utilizada con mayor frecuencia fue el Facebook; asimismo se halló que los estudiantes de pregrado procrastinan más que los estudiantes de posgrado.

Plasencia (2021) desarrolló el estudio titulado “Procrastinación Académica y Expectativas hacia el futuro en estudiantes de una universidad pública de Trujillo” con el objetivo de determinar la relación entre ambas variables. La investigación fue cuantitativa, descriptiva correlacional, diseño no experimental de corte transversal. La muestra se constituyó por 459 universitarios de 16 a 40 años. Para recopilar los datos se utilizó la Escala de Expectativas de futuro (EFFA) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA). Los resultados evidencian una correlación negativa entre procrastinación y expectativas hacia el futuro; la dimensión autorregulación académica presenta una relación directa con las expectativas económicas, académicas, de bienestar personal y expectativas familiares; mientras que por el contrario la dimensión postergación de actividades presenta una relación inversa con las dimensiones antes mencionadas. Se concluyó que existe mayor tendencia a procrastinar académicamente cuando se tiene menor expectativa del futuro.

2.1.3. Antecedentes regionales

Mejía, Ruíz-Urbina, Benites-Gamboa y Pereda-Castro (2018) desarrollaron una investigación titulada “Factores académicos asociados a la procrastinación” con el

objetivo de establecer los componentes académicos asociados a la procrastinación en general. El estudio fue de tipo transversal analítico, como parte de una prueba piloto que pretende precisar los niveles de procrastinación en estudiantes de distintas universidades del Perú. La muestra se conformó por un total de 5812 estudiantes, a quienes se les aplicó el Cuestionario de Procrastinación General que constaba de 13 preguntas cerradas en formato Likert, la mediana de edad de los participantes fue de 20 años. Los resultados evidenciaron que los estudiantes del sexo masculino procrastinan con mayor frecuencia, también aquellos que tenían menor edad y un menor promedio ponderado en el semestre anterior ($p < 0,001$); por otro lado, las carreras de ciencias de la salud y derecho mostraban menores frecuencias de procrastinación. En conclusión, se puede mencionar que los estudiantes que cursan carreras con mayor exigencia académica como ciencias de la salud o derecho son los que menos procrastinan; asimismo las actitudes de procrastinación más frecuentes fueron por distraerse fácilmente, el desagrado de seguir pautas estrictas y el no llegar a tiempo a las reuniones.

Huaranca (2020) realizó la investigación titulada “Rendimiento académico y sentido de vida en estudiantes de psicología de la Universidad Continental”, que pretendía determinar la correlación entre ambas variables. La metodología del estudio fue de enfoque cuantitativo, diseño correlacional. El tamaño de la muestra fue de 280 estudiantes de diferentes semestres, a los cuales se aplicó el Test de Sentido de Vida (PIL) de Crumbaugh y Maholick (1969), para medir la variable rendimiento académico utilizaron los promedios ponderados finales del semestre académico 2018-II. Los resultados denotan que un 53 % de los participantes no presentan un sentido claro en la vida, por otro lado, en relación con el promedio ponderado se encontró que un 4,3 % obtuvo un promedio académico menor a 10. En conclusión, no se evidenció una

relación estadísticamente significativa entre sentido de vida y rendimiento académico en los estudiantes de la carrera profesional de psicología de la Universidad Continental; sin embargo, se halló una relación significativa entre la dimensión logro académico y construcción del sentido de vida.

Veliz, Tarazona, Aliaga y Romero (2016) desarrollaron la investigación titulada “Procrastinación académica en estudiantes de educación en Lenguas, Literatura y Comunicación: características, modos y factores”, con el objetivo de determinar el grado y los factores que intervienen en la procrastinación académica. La muestra estuvo conformada por 169 estudiantes entre varones y mujeres matriculados en el semestre académico 2015-II. La investigación fue básica con diseño descriptivo simple. Los instrumentos utilizados para evaluar las variables fueron los siguientes: la Escala de Procrastinación Académica de Tuckman y el Cuestionario Sociocultural de Procrastinación Académica. Los resultados muestran que un 71 % de los evaluados presenta altos niveles de procrastinación académica, mientras que un 20,7 % niveles medio y únicamente un 8,3 % presenta un nivel bajo, los factores de procrastinación más comunes son las siguientes: el factor económico, familiar, social, hábitos de estudio y medios de comunicación; respecto a las dimensiones de procrastinación académica se halló que los estudiantes suelen procrastinar más por activación (69,2 %) que por indecisión o evasión, indicando que existe graves problemas en cuanto al compromiso, la voluntad y disciplina para organizar sus actividades y tareas escolares.

2.2. Bases Teóricas

2.2.1. Sentido de vida

2.2.1.1. Fundamentos filosóficos

Desde la antigüedad, el hombre se ha cuestionado sobre una variabilidad de problemas y cuestiones fundamentales como la esencia del ser humano, su finalidad en el mundo, el conocimiento, la verdad, la moral, la mente, la religión. A raíz de estos cuestionamientos, surgieron diversas corrientes filosóficas que intentaron dar respuesta a estas problemáticas. Grondin (2012) menciona que en la edad antigua existían formulaciones clásicas que respondían y explicaban el sentido de vida; es así que refiere a Aristóteles un filósofo clásico, quien plantea que los seres humanos buscan por naturaleza la felicidad, tal como posteriormente menciona Santo Tomás, quien se cuestiona sobre el fin último del ser humano al cual responde es conseguir la beatitud humana, la felicidad.

Tobias y García-Valdecasas (2009) refieren que el pensamiento, la filosofía e incluso la psicología ha sido influenciada por el “espíritu de la época”; es así que las teorías psicológicas enmarcadas dentro de la tercera fuerza de Viena se producen en paralelo dentro de Estados Unidos, al movimiento antibelicista y las protestas contra la guerra de Vietnam y el movimiento a favor de los derechos civiles comandados por Martín Luther King; mientras que en Europa se produce mayo del 68 y la primavera de Praga. A partir de las experiencias vividas en aquellas épocas se crean modelos humanísticos-existenciales que surgen como alternativa ante el psicoanálisis y el conductismo ya que los psicólogos pertenecientes a esta área consideraban que la psicología descuidó en gran medida los atributos humanos y sus potencialidades. De esta manera la “tercera fuerza” surge del movimiento norteamericano de la psicología humanista y la tradición fenomenológica-existencial de Europa.

Los antecedentes del modelo humanista-existencial tienen como base a filósofos del movimiento romántico quienes consideraban que se debe estudiar completamente al ser humano, sin limitarse a la racionalidad o a las ideas empíricas determinadas; para esta corriente el principio de bienestar es definida como la capacidad de vivir honestamente según la naturaleza y los sentimientos de cada uno (Tobías y García-Valdecasas, 2009). Asimismo, Cañas (2000) menciona que Rosseau, el padre del romanticismo, consideraba que la única diferencia entre el ser humano y los animales es que el hombre es poseedor de una libre voluntad, asimismo resalta la importancia del hombre de elegir a través de la voluntad y no de la razón. Por su parte, Goethe indica que la humanidad responde a una exigencia doble: en un principio la asunción plena de la condición humana como parte del desarrollo de su capacidad, potencialidad y superación de sus posibilidades para alcanzar un pleno desarrollo (Guyot, 1968). De igual manera, Schopenhauer considera que el fin único de todos los fenómenos, la esencia del mundo y el núcleo fundamental de su filosofía es la voluntad, esta llega a través del cuerpo; por lo que para el filósofo los seres humanos son más que seres pensantes o seres cognoscentes, son seres volentes (Pérez, 1999).

Otro de los movimientos que se interesaba por dar a conocer la importancia y promover el significado de la vida y la capacidad de elegir con libertad es el existencialismo, estos pensadores se encargaron de estudiar el libre albedrío, la capacidad de elección, la existencia humana y la responsabilidad personal (Tobías y García-Valdecasas, 2009). Sooren Kierkegaard representante del existencialismo, fue uno de los primeros filósofos en romper con la filosofía tradicional, de esta manera propone poner énfasis a lo individual o lo relacionado con uno mismo; por lo tanto, el concepto de hombre se descubre por una experiencia personal, caracterizada en esencia por el miedo o la muerte, esta tragedia se confronta al ser humano con la posibilidad de

elegir acciones, es decir, el hombre es libre en cuanto a las decisiones ineludibles que toma (Croquevielle, 2009). Asimismo, Karl Jaspers manifiesta que el ser humano está en constante búsqueda de sí mismo, confrontando la enfermedad, la muerte y el miedo, de ahí es que conoce sus límites y comprende que la muerte, la lucha y la desesperación son indisolubles, por lo que considera que cada ser humano es capaz de reflexionar sobre su elección existencial.

Albert Camus reflexiona sobre “si la vida merece ser vivida”, bajo esta cuestión Camus piensa que el ser humano está en búsqueda constante de su por qué en la vida, de esta manera centra su interés en la libertad y la dignidad humana (Ordoñez, 2010). Por su parte, Nietzsche, magnifica la noción de poder, ya que para él el propósito de vivir es dominar, sobreponerse o tener una voluntad fuerte; la voluntad para el filósofo es conseguir lo deseado dejando de lado la razón (Ghanem y Gil, 2013).

La fenomenología se refiere en términos generales a la metodología que se centra en la experiencia cognitiva mientras sucede, sin intentar descomponerla en partes; por lo que puede ser entendida como el estudio filosófico de las estructuras de la conciencia, intentando resolver lo siguiente: ¿cómo se relaciona la conciencia y sus contenidos con el mundo externo? ¿Cómo se puede distinguir los fenómenos mentales de los físicos? y ¿cómo se puede distinguir los fenómenos mentales entre sí? (Tobías y García-Valdecasas, 2009).

Husserl y Heidegger poseen la convicción de que las crisis y conflictos de la vida de los individuos y la historia proceden del conflicto presente en la profundidad del ser (Chvatik, 2010); de esta manera se puede comprender que practicar la fenomenología es implicarse personalmente, es asumir un compromiso en sí mismo como un “instrumento” de conocimiento que requiere de apertura, coraje, paciencia y confianza (Croquevielle, 2009).

2.2.1.2. El sentido de vida de Viktor Frankl

La logoterapia es considerada como la tercera escuela de psicoterapia de Viena, después del psicoanálisis de Sigmund Freud y la psicología individual de Alfred Adler, mediante esta nueva visión se pretende rehumanizar la psicología.

Viktor Frankl profundiza el estudio del término “sentido de vida”, aportando de manera sistemática, reflexiva y específica este constructo; a partir de ello surge una nueva propuesta teórica “la logoterapia”. Esta propuesta fue desarrollada por el autor a lo largo de su vida; sin embargo, lo consolidó en el periodo de tiempo que permaneció en los campos de concentración de los nazis, durante la Segunda Guerra Mundial.

Ortiz (2012) menciona que la logoterapia ha permitido vislumbrar la definición de sentido de vida que puede llegar a ser más comprensible con la frase de Nietzsche: “Quien tiene un por qué vivir, encontrará casi siempre cualquier cómo” (p. 109).

2.2.1.3. Supuestos fundamentales de la logoterapia

La libertad de la voluntad

Frankl (2003) menciona que la libertad de la voluntad se obtiene a través de la experiencia inmediata. Actualmente, los únicos que creen que la voluntad no es libre son aquellos pacientes que opinan que su voluntad ha sido manipulada o los filósofos deterministas. Los filósofos deterministas, por su parte, creen que los seres humanos experimentamos la libertad como si fuera libre; sin embargo, esta no es más que un autoengaño; sin embargo, la visión de libertad de estos últimos y de la propuesta por Frankl difieren en si la experiencia lleva o no al ser humano a la verdad.

Asimismo, es importante recalcar que la libertad de un ser finito como lo es el ser humano recae en una libertad con límites; así, el hombre no estará exento de condicionantes biológicos, psicológicos o sociológicos; pero será libre de decidir sobre su actitud para con ellos. El hombre a diferencia de los animales entra en una dimensión

noética en la que es capaz de reflexionar sobre el mundo y sobre sí mismo, es decir, posee la capacidad de distanciarse, vinculadas a la conciencia y la autoconciencia, por lo que puede ser juez de sus propios actos (Frankl, 2003).

Voluntad de sentido

La voluntad de sentido constituye una fuerza primaria en la vida del hombre, caracterizada por ser única y específica con el fin de satisfacer la voluntad propia. Asimismo, es importante mencionar que el sentido y los valores no son simples mecanismos de defensa, sino más bien forman parte de los ideales y el propósito de la existencia, ya que el ser humano es capaz de vivir y morir por ellos (Frankl, 2003).

Asimismo, Frankl (2003) refiere que la voluntad de poder como principio básico del psicoanálisis y la voluntad de poder planteada por Adler se derivan de la voluntad de sentido; a raíz de ello aclara estos términos mencionando que el poder es el medio para el fin, mientras que el placer surge como resultado de la realización del sentido. Frankl estaba convencido que la intención directa de hallar o conseguir lo que se quiere, nos aleja más de eso que buscamos, por lo que considera que nadie debe ni puede luchar por encontrar su identidad de manera directa, sino más bien puede ser hallada a partir del compromiso con algo mayor que sí mismo; es decir, con la causa que hizo suya.

El sentido de la vida

El sentido de vida se comprende como la percepción individual de estar orientado hacia un fin, hacia los valores y la comprensión personal del sentido, de cada situación y de la propia existencia; es decir confiere una función que realizar, proporcionando soporte interno a la existencia (Frankl, 2004). El sentido de vida difiere en cada ser humano, por tanto, no debe ser entendido como una formulación abstracta; sino más bien como el sentido concreto de la vida de una persona en un momento

determinado. En otras palabras, la vida cuestionará al hombre sobre sí mismo y este responderá de una única forma, de su propia vida y con su propia vida, de esta manera se comprende que la esencia de la existencia del hombre es la autotranscendencia y parte de la capacidad de responder responsablemente a las situaciones que la vida demanda y plantea en cada situación particular (Frankl, 2004).

Por otra parte, es importante mencionar que el logoterapeuta no puede ni debe prescribir un sentido a sus pacientes; lo que sí puede es describir lo que sucede cuando un hombre experimenta una situación significativa; ello se logra mediante la fenomenología, dado que permite al logoterapeuta ampliar el campo visual del paciente con el objetivo de realzar los sentidos y los valores y este pueda redireccionar su vida. Además, plantea que la vida puede cobrar sentido a través de lo siguiente: lo que damos a la vida, lo que tomamos del mundo (experiencia y valores) y por el planteamiento que hacemos (Frankl, 2003).

El hombre es un ser dotado de responsabilidad, por lo que será el mismo el encargado de descubrir y hallar el sentido concreto de su existencia. Asimismo, Viktor Frankl hace hincapié en que el sentido de la existencia ha de buscarse en el mundo, no dentro de la *psique* del ser humano; de igual manera la autorrealización no debe ser situada como una meta en sí misma, ya que estaríamos considerando al mundo como una simple expresión de uno mismo. Ser hombre significa trascender la existencia, trascenderse a sí mismo, es decir, estar preparado hacia algo o alguien distinto de uno mismo, así cita a Karl Jaspers, quien menciona la siguiente frase “Lo que el hombre es, lo es por la causa que él ha hecho suya” (p. 25). De acuerdo con lo que plantea en la logoterapia se puede hallar el sentido de vida, mediante la realización de una acción, acogiendo las donaciones de la existencia o por el sufrimiento (Frankl, 2003).

Frustración existencial

Frankl (2004) señala que la frustración existencial surge cuando el ser humano no es capaz de encontrar un propósito significativo en su vida; enmarcada por la pérdida de libertad o responsabilidad sobre su voluntad y sobre sí mismo, el hombre experimenta la pérdida de sus anhelos y aspiraciones. Esta frustración existencial puede dar curso a una neurosis, a lo que llama Frankl, neurosis noógena, es decir, una neurosis que surge de lo psicológico, de la existencia humana o problema existencial manifestada a menudo por la frustración en la voluntad de sentido.

La frustración existencial no es en sí patológica, ya que es parte del ser humano preocuparse por encontrarle un sentido valioso a su existencia; por lo que la labor del logoterapeuta es guiar al paciente a través de su crisis espiritual que generará desarrollo y crecimiento interior (Frankl, 2004).

Vacío existencial

Frankl (2004) señala que el ser humano atraviesa por un vacío existencial a raíz en un principio por el sentimiento de pérdida de los instintos básicos de la vida animal, que le generaban seguridad, y que ahora está obligado a elegir; así también surge por la pérdida de las tradiciones y costumbres en la vida moderna actual.

El filósofo Schopenhauer menciona que el vacío existencial se debe a que el ser humano atraviesa por estados de aburrimiento que oscilan entre extremos de tensión y aburrimiento. Esto se evidencia actualmente en el comportamiento del hombre cuando este desea hacer lo que otros hacen o sigue y hace lo que otros desean que haga ignorando lo que le gustaría hacer en realidad (Frankl, 2004).

Muchas veces el vacío existencial se presenta en conductas que aparentan ser adaptativas; como la expresión de la voluntad de poder, de tener dinero o en ocasiones

la voluntad de placer que desencadena un desenfreno de la libido. Por esto, conviene destacar que, para evitar que una persona recaiga es necesario dotar de sentido su vacío existencial, desde esta perspectiva se afirma que: “Toda terapia debe ser, además, logoterapia, aunque sea en un grado mínimo” (Arnold y Gasson, 1954 citado por Frankl, 2004, p. 130).

2.2.1.4. Valores según Viktor Frankl

Sosa y Moreno (2021) definen los valores como una cualidad que exhibe un bien o a su vez una cualidad que adjudica un bien, de modo que puede ser actualizado y caracterizado por cada individuo. El ser humano es un ser valorante En relación con lo que percibe de su historia personal y su contexto actual.

La diferencia entre sentido y valor radica en que el sentido guía al hombre a afrontar libre y responsablemente una situación en particular; mientras que un valor es un ente ideal o universal abstracto que atrae al hombre a realizarla; por lo que Guberman y Pérez (2005), citados por Sosa y Moreno (2021), indican que el sentido es el valor encarnado, es decir, los valores

Asimismo, Frankl (2004) revela que existen tres formas de encontrar sentido en la existencia, estos son a través de valores de creación, de vivencia o experiencia y de actitud.

Valores creativos o el sentido del trabajo

Sosa y Moreno (2021) indican que estos valores se expresan a través de actos, como un proyecto, sueño o tarea que permite dejar huella en la vida. El trabajo permite al ser humano enlazarse con su comunidad y autotranscender mediante la singularidad e irrepetibilidad de aquello que da en bien de los demás.

Valores vivenciales o experienciales

Noblejas (1994) menciona que el carácter único de la persona y de su propia vida “puede descubrirse también por experiencias concretas de encuentro con otras personas, con la belleza, la verdad, el arte” (p. 126).

Los valores vivenciales permiten al ser humano ser acogido por el universo, por los otros; uno de los valores vivenciales que se experimentan con mayor frecuencia es el amor, este valor permite al ser humano percibirse como un ser singular e insustituible en su ser así y no ser de otro modo; el amor permite al ser amado actualizar y potenciar sus capacidades personales (Frankl, 2004).

Valores de actitud

El sentido de vida se descubre también cuando el ser humano se enfrenta a una situación inevitable, de modo que debe asumir una actitud frente a ella; este valor no reside en sí en el sufrimiento, sino más bien en la actitud que tomamos frente a ella (Frankl, 2004).

Asimismo, Frankl (2004) menciona que el sufrimiento evitable debe combatirse con los remedios oportunos; el no hacerlo así sería síntoma de masoquismo, no de heroísmo. Es decir, , el hombre está llamado a darle significado a su existencia mediante, los valores de creación y valores vivenciales.

2.2.1.5. Dimensiones del sentido de vida

El test Purpose in Life del Dr. James Crumbaugh y del Dr. Leonard Maholick se basa en los supuestos de la teoría que propone Viktor Frankl; por lo que a través de la validación de esta prueba se intenta evocar respuestas relacionadas al sentido de vida

y la frustración existencial, para ello describen cuatro dimensiones (Crumbaugh y Maholick, 1964).

Experiencia de sentido

Hace referencia a la capacidad del ser humano de hacerse consciente y responsable de su existencia, es decir, , son un conjunto de valoraciones específicas sobre la vivencia diaria y el sentir a la existencia personal.

Percepción de sentido

Las preguntas relacionadas a esta dimensión se orientan a captar el conjunto de razones o motivos que percibe el ser humano para vivir y hacerse cargo de su propia vida; asimismo de advertir si la vida que está viviendo es valiosa en sí misma o frente a la realidad externa.

Metas y tareas

Esta dimensión está ligada al establecimiento de metas u objetivos ligados a acciones específicas para alcanzarlas; por lo que el sentido de responsabilidad jugará un papel importante en el desarrollo de aquellas acciones. Además, comprende visualizar el presente y futuro, como el cumplimiento de cada meta, objetivo o tarea.

Dialéctica destino-libertad

Las interrogantes correspondientes a esta dimensión involucran la tensión entre destino y libertad del hombre; es decir, , se percibe la tensión entre el destino, como algo preestablecido donde la voluntad del hombre no interviene; mientras que la libertad se expresa en la voluntad de decidir cómo actuar frente a la vida. Comprende además como el ser humano confronta la muerte que es un acontecimiento inevitable (Huaranca, 2020).

2.2.2. Procrastinación

La palabra *procrastinación* deriva etimológicamente del verbo *procrastinare* que significa ‘posponer o demorar una actividad conscientemente’; por otro lado, deriva también del término en griego antiguo *akrasia*, que significa ‘realizar algo en contra del propio juicio’ (Steel, 2007).

En el verbo inglés *procrastinate* se combina el adverbio *pro* que significa ‘hacia delante’ con la terminación *cras* o *crastinus* que significa ‘para mañana’, el cual significa en conjunto postergar de manera habitual ciertas tareas que debieran ser hechas (Alegre, 2014).

Rodríguez y Clariana (2016) citan a Steel y Ferrari (2012), los cuales definen la procrastinación como la carencia o déficit de los procesos de regulación, lo que genera la demora consciente de tareas antes planeadas.

Por otra su parte, Ellis y Knaus (1977) precisan la dilación académica como el aplazamiento de actividades que se tenía planificado realizar, lo que generó como resultado: autolimitación, frustración y hostilidad.

2.2.2.1 Procrastinación general

Álvarez (2010) señala que el término *procrastinación* es un constructo polisémico, estudiado, desarrollado y clasificado por diversos autores; sin embargo, todos ellos coinciden que la procrastinación es el aplazamiento a la demora.

Por su parte, Steel (2007), citado por Quant y Sánchez (2012), menciona que la dilación se evidencia y se hace presente en distintas áreas del quehacer humano, como el laboral-profesional, político, bancario o educativo; un claro ejemplo se daría en personas que no asumen cargos que impliquen altos niveles de responsabilidad u otros que postergan la toma de decisión en la aprobación de leyes o proyectos.

2.2.2.1. Procrastinación académica

Álvarez (2010) define la procrastinación académica como la predisposición a retrasar siempre o casi siempre cierta actividad académica; de igual manera experimentan ansiedad asociada a la postergación de aquella tarea.

Por ende, se define la procrastinación académica como, posponer las actividades o tareas académicas antes previstas para ser realizadas en último momento.

2.2.2.3. Tipos de procrastinación

Esporádica

La procrastinación académica de tipo esporádica refiere a la conducta dilatoria relacionada con una inadecuada gestión del tiempo para la elaboración de tareas planificadas.

Crónica

Schouwenburg (2004), citado por Rodríguez y Clariana (2016), da a conocer que este tipo de procrastinación se manifiesta conductualmente como un hábito generalizado de dilatar el tiempo evitando la consagración al estudio. Por su otra parte, Ferrari (1992) y Ferrari, Barnes & Steel (2009) distinguen dos tipos de procrastinadores.

Arousal

Este tipo de procrastinador retrasa las tareas con el objetivo de experimentar emociones que indican obtiene mejores resultados al trabajar bajo presión; es decir, se trata de una persona que percibe y recibe refuerzos positivos en un grado alto al desarrollar una actividad en contrareloj. Además, Ferrari (1995) describe que la procrastinación crónica se desarrolla debido al padecimiento de ciertos trastornos psicológicos como la ludopatía, la depresión, estados ansiosos o dependencia a algún tipo de sustancia.

Evitativo

A diferencia del tipo arousal, el procrastinador de tipo evitativo aplaza las actividades académicas, debido a la percepción de sus limitaciones y de alguna manera evitar el fracaso.

2.2.2.4. Ciclo de la procrastinación

La procrastinación genera en el individuo y en su vida en general cierta zozobra e inestabilidad, debido a que sienten poco control respecto a sus acciones, les invade la frustración, inclusive a menudo pierden la noción del tiempo en actividades poco productivas aplazando tareas relevantes.

Guzmán (2013) propone un ciclo de la procrastinación basado en el tipo de pensamiento que ha desarrollado una persona que procrastina, ya que, como menciona, encontró ciertas generalidades y patrones que repiten muchas personas al retrasar ciertas tareas.

Paso 1: “Esta vez empezaré con tiempo”; cuando se asigna una tarea o el individuo desea realizar alguna acción, este tiene la esperanza de iniciar a tiempo, aunque puede considerar ciertas limitaciones para concluir con aquella actividad, considera en algún momento a corto plazo iniciará y concluirá con éxito; sin embargo, el tiempo transcurre.

Paso 2: “Tengo que empezar pronto”; es en este momento en el que el individuo es consciente que de alguna manera tiene que iniciar la actividad ya que cada día le quede menos tiempo, ello le puede generar ansiedad.

Paso 3: “¿Qué pasa si no empiezo?”; la ansiedad se intensifica en el individuo al notar que el comienzo temprano se ha abandonado; por lo que surgen pensamientos catastróficos visionando el futuro como un fracaso absoluto con el miedo de que nunca se logrará iniciar lo que se ha propuesto; los pensamientos dicen lo siguiente: “Debería

haber iniciado antes con esta actividad” “¿Qué estoy haciendo?” “Estoy haciendo de todo menos lo que debería hacer, concluir este trabajo” “Realmente no puedo disfrutar de nada” “Espero nadie se entere, eso me avergüenza”

Paso 4: “Todavía estoy a tiempo”; a pesar de lo vivenciado en el paso 3, se sigue manteniendo la expectativa irracional que en algún momento se iniciará la tarea y se concluirá con éxito.

Paso 5: “A mí me sucede algo”, los individuos consideran que el problema son ellos mismos y que probablemente son así porque tienen un problema dentro de ellos y que las demás personas tienen.

Paso 6: “La decisión final: hacer o no hacer”; en esta instancia el individuo debe tomar una decisión de hacer o no hacer la actividad asignada ya que el plazo se está venciendo. En el caso el individuo decide no hacer; se debe a los pensamientos “no puedo soportarlo más”, el malestar general y la ansiedad son tan intensos que se vuelven insoportables y se tiene la idea de que en el poco tiempo que queda no se logrará concluir la actividad; así mismo se tiene el pensamiento; “para que intentarlo”. Por otra parte, si se decide hacer la actividad propuesta, surgen pensamientos “no puedo seguir esperando”, la presión de terminar lo antes posible es insoportable por lo que se intenta realizar la actividad; luego surgen pensamientos como “esto no está tan mal... ¿por qué no he empezado antes?”, el individuo se sorprende de que aquello que le generaba tanta ansiedad no es tan terrible ya que consiguió iniciar y se siente aliviado por ello; por último surge la idea de “acáballo ya y punto”.

2.2.2.5. Causas de la procrastinación

Procrastinación y procesos motivacionales

Grunschel, Patrzek y Fries (2013) distinguen que los procesos motivacionales con parte determinante de la procrastinación académica: consideran como motivos

internos al estado de salud mental y físico, cognición, creencias individuales, experiencias de aprendizaje, personalidad y percepción de la tarea. Por otra parte, consideran como motivos externos a la ejecución en sí de la actividad, tiempo empleado y factores externos.

Procrastinación y creencias metacognitivas

La metacognición permite al individuo observar y evaluar su conducta, por lo que las creencias e interpretaciones sobre uno mismo le permite enfrentar situaciones problemáticas. Rothblum, Solomon y Murakami (1986) mencionan que la dilación académica se relaciona con variables como el tiempo para desarrollar la tarea asignada, los episodios ansiosos, depresivos, pensamientos disfuncionales, catastróficos y la decisión de evitar la realización de estas, sin embargo, hacen énfasis en los aspectos emocionales del individuo, específicamente en la ansiedad ante exámenes y el estrés.

Por su parte, Quant y Sanchez (2012) consideran que la procrastinación está íntimamente ligada a la estima personal, el déficit de confianza en sí mismo y el autocontrol, además de comportamientos de desorganización y gestión del tiempo.

Procrastinación y autoeficacia

Bandura, en su teoría de la autoeficacia, destaca que el individuo desarrolla juicios sobre sí mismo, sus aptitudes, capacidades como fuente mediadora para alcanzar metas y tomar decisiones; por lo que considera que el bajo sentido de autoeficacia se debe al miedo a equivocarse o fracasar.

Procrastinación y gestión del tiempo

Ayala, Rodríguez, Villanueva, Hernández y Campos (2020) señalan que las razones frecuentes por las que procrastinan los alumnos son las siguientes: la dificultad al establecer y cumplir horarios, así como la percepción del mismo sobre su desempeño y competencias en su quehacer académico.

Procrastinación y perfeccionismo

Natividad (2014) señala que existe una relación estrecha entre perfeccionismo y procrastinación; el perfeccionismo se define como el estilo de personalidad caracterizado por el establecimiento de metas con estándares elevados y poco realistas y la excesiva valoración de uno mismo, evitando y preocupándose por no cometer errores. Ambos constructos se relacionan por su elevado nivel de creencias irracionales, angustia y miedo al fracaso.

El instrumento Multidimensional Perfectionism Scale (MPS) permite operacionalizar la perfección de modo que pueda ser más comprensible la relación entre ambas variables; este consta de dos componentes: personal y social. La procrastinación se correlaciona con el perfeccionismo socialmente prescrito, pero no con el autoorientado o el orientado a otros; ya que como ocurre con el perfeccionista socialmente prescrito, los procrastinadores consideran que los demás los evalúan constante y estrictamente para que sean “perfectos”.

2.2.2.6. Modelos teóricos de la procrastinación académica

La procrastinación académica ha sido abordada desde diversos enfoques teóricos. Estos explican aspectos relevantes en el proceso de dilación académica. En una primera instancia, la teoría psicodinámica plantea la importancia de las experiencias tempranas en la construcción de la personalidad; por su parte, los modelos cognitivo-conductuales enfatizan las creencias irracionales (Balkis, Duru, 2012; Steel, 2007; citado por Natividad, 2014) de los procesos de autorregulación cognitiva, motivacional y conductual sobre la procrastinación (Pintrich, 2000; citado por Natividad, 2014)

Teoría psicodinámica

Los enfoques psicodinámicos destacan la importancia de la infancia y las experiencias tempranas en la formación de la personalidad adulta, así también consideran como factor determinante la influencia de los procesos mentales inconscientes sobre la conducta.

Freud consideraba que la ansiedad señala un peligro inminente para el *yo*, que debe ser evitado o contrarrestado; y que para hacerlo se debe conciliar las exigencias del *ello* y la sociedad (*superyó*) con el objetivo de conseguir la homeostasis, ello a través de los mecanismos de defensa, en este sentido todas las conductas estarán motivadas por los instintos (Schultz y Ellen, 2009). Por su parte, Natividad (2014) sugiere que determinadas tareas al ser percibidas como amenazantes para el *ego*, por el miedo al fracaso, surge la procrastinación como un mecanismo de defensa.

A su vez, Sommer (1990), como se citó en Natividad (2014), señala que la procrastinación académica es una conducta de tipo manifiesta que expresa rebelión ante las figuras de autoridad, que en edades tempranas referían a los padres; es así que, al llegar a la escuela, el estudiante procrastina como un acto de rebeldía privada contra su docente (autoridad).

Teoría motivacional

Esta teoría sustentada por Steel y König (2006), citados por Ayala et ál. (2020), proponen unificar la teoría económica con la teoría motivacional para un mejor entendimiento del comportamiento humano; por lo que recalcan que para evitar la procrastinación se tiene que presentar una “motivación alta” seguida de una “expectativa” de éxito con un “valor” suficiente para realizar la tarea; si se cumple adecuadamente esto la procrastinación no se llevara a cabo.

motivación = expectativa x valor

1+ impulsividad x retraso

Teoría conductual

La teoría conductual de procrastinación se relaciona con las teorías de aprendizaje, en la que, debido a la ley del efecto, las personas procrastinan, porque fueron recompensadas y que, por el contrario, los individuos que no han sido recompensados abandonan esta conducta rápidamente.

Skinner propone el modelo conductual en el que una conducta se conserva por ser reiterativa y los efectos de recompensa gratificantes; por lo tanto, la procrastinación implica la ejecución de tareas que conlleven a la satisfacción a corto plazo; este comportamiento se ve reforzado implícitamente por premios en breves periodos de tiempo (como se citó en Atalaya y García, 2019); además este modelo afirma que los individuos posponen sus actividades por considerarlas poco atractivas (Quant y Sanchez, 2012).

Teoría cognitivo conductual

El modelo cognitivo conductual enfatiza que la procrastinación se genera por un conjunto de creencias irracionales de las personas; en el que se plantean objetivos demasiados altos y poco realistas, presentan inseguridad relacionada al temor al fracaso y la autocrítica acompañados de malestar emocional. Desde esta perspectiva, las personas procrastinan para evitar el malestar emocional con el fin de no cuestionar sus habilidades y capacidades respecto al desarrollo de la actividad (Manzanares, 2018).

A su vez, Steel (2007), como se citó en Manzanares (2018), señala que la procrastinación se debe a una falla en el proceso de autorregulación; ya que este permite activar y mantener pensamientos, conductas y emociones que se orientan a conseguir metas personales.

Mientras que Busko (1998) alude a que el principal indicador de la procrastinación académica es el perfeccionismo, para el cual, a través del modelo factorial estudia la serie de variables que intervienen en este proceso. El esquema trabajado por el autor maneja diez variables de tipo exógenas: la psicológica social (autoridad parental y autoeficacia), la social demográfica (nivel socioeconómico, estado civil, número de hermanos y comunidad de origen) y las variables individuales (edad, sexo, nivel de estudios); por otra parte, señala tres variables de tipo endógenas: el logro académico, el perfeccionismo auto orientado y la procrastinación académica (Fuentes, 2018).

2.2.2.7. Dimensiones de la procrastinación académica

La escala de Procrastinación Académica (EPA), elaborada por Ann Busko y posteriormente revisada y adaptada por Domínguez-Lara, García y Centeno (2016), consideran dos dimensiones para medir esta variable.

Postergación de actividades

Se puede definir como la tendencia a aplazar el inicio o el desarrollo de una responsabilidad asignada en un intervalo de tiempo; esta demora puede deberse a la carencia de motivación o el deseo de no hacerlo (Quant y Sánchez, 2012).

Autorregulación académica

Se puede entender como el proceso activo y constructivo en el que las personas se plantean objetivos, planes, motivaciones de aprendizaje, ello implica la planificación, control en las áreas cognitivas, motivacionales de conducta y contexto (Elvira-Valdés y Pujol, 2012).

2.2.2.8. Procrastinación académica en la educación superior

Chan (2011) señala que concluir la educación superior, en la actualidad, conlleva muchos retos, tanto durante el proceso académico, como posterior a ello; estos retos se asocian a la formación profesional, personal y aspectos emocionales del estudiante. Uno de los tantos desafíos que enfrenta es la procrastinación académica, debido a que influye en la toma de decisiones; es decir, seguir con los estudios o satisfacer los requerimientos del entorno.

A su vez, Natividad (2014) sostiene que la procrastinación académica presenta una prevalencia e incidencia alta en estudiantes universitarios que no se reduce con el transcurso del tiempo; así se asocia al miedo a fracasar o a una pobre gestión del tiempo. Otros estudios realizados por Rothblum et ál. (1986) especifican la relevancia de los niveles de ansiedad y estrés y una menor percepción de control sobre sus estados emocionales que conlleva a los estudiantes a procrastinar; este autor menciona también que los procrastinadores tienen una tendencia hacia un locus de control externo

2.3. Marco conceptual

2.3.1. Motivación extrínseca. Se define como el accionar frente a estímulos externos; estos pueden ser otras personas o el entorno mismo. Esta fuerza que impulsa al individuo a actuar se dará ante una serie de condiciones dispuestas; ya sea alguien capacitado para generar motivación o el ambiente (Soriano, 2001)

2.3.2. Motivación intrínseca. Se define como aquel estímulo que activa al sujeto cuando él así lo desea para realizar aquello que desea (Soriano, 2001)

2.3.3. Procrastinación general. Ferrari (1995), como se citó en Álvarez (2010), define este término como la acción de dilatar el inicio, desarrollo y culminación de una tarea lo que generó malestar subjetivo y estados emocionales de insatisfacción.

2.3.4. Procrastinación académica. Es la demora innecesaria e injustificada de actividades que se relacionan con el estudio (Rodríguez y Clariana, 2016).

2.3.5. Metacognición. García (2012) cita a Pozo, Monereo y Castelló (2005), quienes mencionan que el término metacognición fue acuñado por Flavell (1987), el cual hace referencia a un proceso cognitivo superior en el que se requiere de un alto grado de nivel de consciencia y supervisión activa para gestionar otros procesos cognitivos simples.

2.3.6. Autorregulación académica. García (2012) refiere que la autorregulación académica se puede entender como la acción reguladora que ejerce un individuo con el objetivo de cuestionar, organizar, planear y evaluar su proceso de aprendizaje; esta acción se llevará a cabo cuando el estudiante se conozca a sí mismo, sus emociones, limitaciones, fortalezas o estrategias que emplea para aprender.

2.3.7. Postergación de actividades. Se puede definir como la tendencia a demorar el inicio o el desarrollo de una responsabilidad asignada en un intervalo de tiempo; esta demora puede deberse a la carencia de motivación o el deseo de no hacerlo (Quant y Sánchez, 2012).

2.3.8. Sentido de vida. El sentido de vida se comprende como la percepción individual de estar orientado hacia un fin, hacia los valores y la comprensión personal del sentido, de cada situación y de la propia existencia; es decir confiere una función que realizar, proporcionando soporte interno a la existencia (Frankl, 2004).

2.3.9. Experiencia de sentido. Hace referencia a la capacidad del ser humano de hacerse consciente y responsable de su existencia, es decir, son un conjunto de valoraciones específicas sobre la vivencia diaria y el sentir a la existencia personal.

2.3.10. Percepción de sentido. Esta dimensión se orienta a captar el conjunto de razones o motivos que percibe el ser humano para vivir y hacerse cargo de su propia

vida; asimismo de advertir si la vida que está viviendo es valiosa en sí misma o frente a la realidad externa.

2.3.11. Metas y tareas. Esta dimensión está ligada al establecimiento de metas u objetivos ligadas a acciones específicas para alcanzarlas; por lo que el sentido de responsabilidad jugará un papel importante en el desarrollo de aquellas acciones. Además, comprende visualizar el presente y futuro, como el cumplimiento de cada meta, objetivo o tarea.

2.3.12. Dialéctica destino-libertad. Las interrogantes correspondientes a esta dimensión involucran la tensión entre destino y libertad del hombre; es decir, se percibe la tensión entre el destino, como algo preestablecido donde la voluntad del hombre no interviene; mientras que la libertad se expresa en la voluntad de decidir cómo actuar frente a la vida. Comprende además como el ser humano confronta la muerte que es un acontecimiento inevitable (Huaranca, 2020).

2.3.13. Logoterapia. Proviene del griego *logos* que equivale a sentido, y *therapeuin* que indica cuidar, atender; por lo que puede definirse como un tipo de psicoterapia centrada en el descubrimiento por parte del ser humano de la gama de significados y valores que le dan un sentido a su vida (Noblejas, 1994).

2.3.14. Voluntad de sentido. Frankl (2004) define la voluntad de sentido como la fuerza primaria que impulsa al hombre en la búsqueda de su propósito de vida.

2.3.15. Vacío existencial. Castro (2000) define este término como la pérdida de sentimiento de que la vida es significativa. Por su parte, Frankl (2004) plantea que el vacío existencial se manifiesta por un estado de aburrimiento.

2.3.16. Libertad de la voluntad. Noblejas (1994) define la libertad como la capacidad del hombre de autodistanciarse no sólo del mundo sino también de sí mismo.

Asimismo, Frankl (1987), citado por Noblejas (1994), menciona que el hombre es libre ante su modo de ser, para ser de otra manera.

2.3.17. Responsabilidad. Se define como la capacidad del hombre para asumir su historia, sus decisiones y actos (Noblejas, 1994).

2.3.18. Valores. Sosa y Moreno (2021) definen los valores como una cualidad que exhibe un bien o a su vez una cualidad que adjudica un bien, de modo que puede ser actualizado y caracterizado por cada individuo.

Capítulo III

Metodología

3.1. Método de Investigación

El método de investigación utilizado fue el método científico. Hernández, Fernández y Baptista (2014) plantean que el método científico está determinado por un conjunto de procesos en los que se establecen problemáticas de índole científico y se comprueban hipótesis.

3.2. Enfoque de la Investigación

El presente estudio es de enfoque cuantitativo, ya que tuvo como finalidad medir variables relacionadas a problemas de investigación, estudiados de manera secuencial y organizada, iniciando con la delimitación del tema, el planteamiento del problema, objetivos e hipótesis de investigación (Hernández et al., 2014).

3.3. Tipo de la Investigación

El tipo de investigación es básica, esto debido a que se orientó a generar nuevo conocimiento respecto a las variables estudiadas en una población específica; la recopilación de datos fue sistemática y organizada (Hernández y Mendoza, 2018).

3.4. Alcance de la Investigación

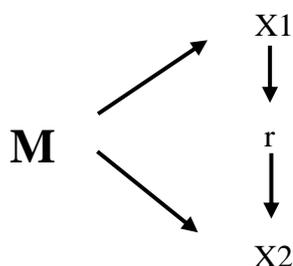
El alcance de la investigación fue descriptivo correlacional, en tanto que se recolectó los datos, se reportó la información sobre las variables y se pretendió encontrar el grado de asociación entre las variables procrastinación académica y sentido de vida (Hernández, et al., 2014).

3.5. Diseño de la Investigación

El diseño de la investigación es no experimental de corte transversal, debido que se midió las variables en su contexto en un momento determinado, para luego ser

analizados; sin la posibilidad de manipular alguna de las variables (Hernández, et al. 2014).

Responde al siguiente esquema:



Donde:

M = Muestra

X1 = Variable sentido de vida

X2 = Variable procrastinación académica

r = Relación

3.6. Población, Muestra y Técnica de Muestreo

La población está constituida por un total de 859 estudiantes de un instituto de educación superior de la ciudad de Huancayo, pertenecientes al semestre académico 2021 II; los cuales se distribuyen de la siguiente manera:

Tabla 3

Distribución de la población según ciclo académico y carrera profesional

Ciclo	Carrera profesional							Total
	Administración de Empresas	Computación e Informática	Contabilidad	Enfermería Técnica	Mecánica Automotriz	Producción Agropecuaria	Técnica en Farmacia	
II	95	50	51	50	43	46	49	384
IV	61	25	31	46	21	15	47	246
VI	60	26	27	31	22	26	37	229
Total	216	101	109	127	86	87	133	859

3.6.1. Muestra

La muestra representativa se determinó mediante el muestreo probabilístico; para esto, Ñaupas, Mejía, Novoas y Villagómez (2014) mencionan que este tipo de

muestreo posibilita a todos los participantes de la población tener la misma posibilidad de ser elegidos, lo cual permite determinar el nivel de confianza y error de muestreo.

El tipo de muestreo que se aplicó en este estudio fue el muestreo estratificado, el cual permite comparar los resultados entre los segmentos de la población (Hernández, et ál, 2014).

$$n = \frac{Z^2 pq \cdot N}{(N - 1)e^2 + Z^2 \cdot pq}$$

Donde:

n = muestra

p= probabilidad de éxito 0,5

q= probabilidad de fracaso 0,5

E= nivel de error 0,05

N= población

Z= nivel de confianza, 95 % el cual equivale a 1,96 o en un 99 % de confianza equivale 2,58.

3.6.1.1. Cálculo de la muestra

Con un nivel de confianza del 95 % y un margen de error de 5 %, la muestra fue la siguiente

$$n = \frac{Z^2 pq \cdot N}{(N - 1)e^2 + Z^2 \cdot pq}$$

Reemplazando valores:

$$n = \frac{(1.96)^2(0.5)(0.5).859}{(859 - 1)(0.05)^2 + (1.96)^2 \cdot (0.5)(0.5)}$$

$$n = \frac{824.9836}{3.1054}$$

$$n \approx 265.6609$$

Redondeando $n = 266$

Por lo que la muestra representativa de la población de estudiantes del instituto de educación superior es de 266 estudiantes.

A continuación, se hallará la muestra proporcional de cada carrera y ciclo académico utilizando la siguiente fórmula:

$$nh = \frac{Nh}{N}(n)$$

Donde:

Nh = subpoblación o grupo

N = población total

n = muestra total

nh = muestra de los grupos

Tabla 4

Distribución de la muestra según ciclo académico y carrera profesional

Ciclo	Carrera profesional							Total
	Administración de Empresas	Computación e Informática	Contabilidad	Enfermería Técnica	Mecánica Automotriz	Producción Agropecuaria	Técnica en Farmacia	
II	29	15	16	15	13	14	15	117
IV	19	8	10	14	7	5	15	78
VI	19	8	8	10	7	8	11	71
Total	67	31	34	39	27	27	41	266

Criterios de inclusión

- Estudiantes de las diferentes carreras y ciclos académicos que acuden regularmente a clases durante el periodo académico 2021-II.
- Estudiantes que estén de acuerdo en participar en la investigación plasmando su aprobación en el consentimiento informado.

Criterios de exclusión

- Estudiantes matriculados que no asisten a clases, durante el periodo académico 2021-II.
- Estudiantes que no estén de acuerdo en participar del estudio.
- Estudiantes que dejen en blanco algún ítem o marquen dos opciones de respuesta.

3.7. Técnicas e Instrumentos para la Recolección de Datos

3.7.1. Variable: sentido de vida

Para obtener datos sobre la variable sentido de vida en los estudiantes del instituto superior se administró el instrumento psicológico Propósito Vital, el cual fue aplicado de forma colectiva con una duración promedio de 10 minutos, la participación fue de forma voluntaria plasmada en la aceptación del consentimiento informado. Los datos obtenidos fueron usados únicamente con fines académicos.

3.7.1.1. Ficha técnica del instrumento

Nombre original	: Propuse in life test
Nombre traducido	: Test de Propósito Vital o Test de Sentido de Vida
Autores	: Dr. James Crumbaugh y Dr. Leonard Maholick
Adaptación española	: Ángeles Noblejas (1994)
Adaptación limeña	: Claudine Bartschi (1999)
Edades de aplicación	: 16 años en adelante
Formas de aplicación	: Individual o colectiva
Duración de la prueba	: de 10 a 15 minutos
Área que evalúa	: sentido de vida y vacío existencial

3.7.1.2. Descripción del instrumento

La prueba psicológica Sentido de Vida (PIL) fue desarrollada por el Dr. James Crumbaugh y el Dr. Leonard Maholick (Frankl, 2003); que tiene como objetivo evocar respuestas relacionadas con el grado en el que una persona experimenta su sentido en la vida. Consta de 20 preguntas en escala tipo Likert, y se responde en formato de elección dicotómica, que permite al individuo elegir entre valores de 1, siendo el más bajo y 7 el más alto.

El test puede ser aplicado a partir de los 16 años de edad de forma individual o colectiva, no considera un tiempo límite sin embargo dura en aproximado 10 minutos.

La prueba consta de tres partes; en la parte B, se pide al evaluado completar una serie de frases relacionadas al sentido de vida, mientras que en la parte C que exprese libremente su situación vital; ambas no se cuantifican, sino más bien sirven para una interpretación clínica. Además, la parte A es la única parte cuantitativa del test, la cual es utilizada para los diversos estudios de investigación.

3.7.1.3. Administración

Se entrega la prueba al evaluado y se pide que marque el número que se aproxime más a la afirmación que mejor describa su caso o con el que más se identifica, asimismo se les menciona que eviten las respuestas neutras (4) y realicen valoraciones entre los dos extremos (1 y 7)

3.7.1.4. Puntaje y calificación

La puntuación total se obtiene a través de la suma directa de los valores que el evaluado eligió en las 20 afirmaciones; el puntaje más alto es de 140, y el más bajo es de 20. Los intervalos para la interpretación de las categorías son las siguientes:

Alta orientación al sentido en la vida	112 puntos o más
Incertidumbre	Puntajes entre 92-111
Baja orientación al sentido de vida	91 puntos o menos

3.7.1.5. Adaptación

El test de Sentido en la Vida ha sido adaptado en diversos países, su adaptación española se realizó por Angeles Noblejas (1994), mientras que la limeña fue desarrollada por Claudine Bartschi (1999).

Por su parte, Crumbaugh y Maholick estudiaron la confiabilidad a través del método división por mitades y obtuvieron como resultado una correlación de Pearson de 0.81 y un coeficiente de 0.90 corregido (Huaranca, 2020). En Lima, Bartschi (1999) empleó la prueba PIL en su tesis “Evaluación del propósito en la vida y búsqueda de metas noéticas en estudiantes universitarios”, hallando resultados análogos en la adaptación e indicando que el instrumento cuenta con validez y confiabilidad, por lo que su uso es acertado (Arboccó, 2018).

3.7.1.6. Validez y confiabilidad del Test Sentido de Vida (PIL)

El test de Sentido de Vida (PIL), presenta validez de contenido a través de criterio de jueces; este instrumento fue revisado por tres psicólogos expertos. La aceptación por parte de dos jueces fue de 100 % y de un juez del 90 %. El promedio de valoración mediante la V de Aiken fue de 0.97, lo cual indica que la prueba posee excelente validez de contenido.

Tabla 5

Coefficiente de confiabilidad para el Test Sentido de Vida (PIL)

Estadística de confiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,949	20

En la tabla 5 se observa que la prueba de confiabilidad determinada por el alfa de Cronbach para el Test Propósito en la Vida (PIL) fue de 0,949, lo que indica un índice alto de confiabilidad.

3.7.2. Variable: procrastinación académica

Para obtener datos sobre la variable procrastinación académica en los estudiantes del instituto de educación superior, se aplicó el instrumento psicológico Escala de Procrastinación Académica, el cual fue administrado de forma colectiva con la participación voluntaria plasmada en la aceptación del consentimiento informado. La duración máxima de la evaluación fue de 20 minutos aproximadamente. Los datos obtenidos han sido usados únicamente con fines académicos.

3.7.2.1. Ficha técnica del instrumento

Nombre original : Escala de procrastinación académica

Autores : Deborah Ann Busko (1998)

Adaptación Limeña : Sergio Alexis Domínguez Lara (2016)

Formas de aplicación : Individual y colectivo

Duración de la prueba : de 10 a 15 minutos

Objetivo : Medir el nivel de procrastinación académica en estudiantes de educación superior.

3.7.2.2. Descripción del instrumento

La escala de Procrastinación Académica (EPA) cuenta con 12 ítems distribuidos en dos dimensiones: postergación de actividades y autorregulación académica, la primera dimensión cuenta con tres ítems y la segunda con nueve, los puntajes obtenidos en ambas dimensiones se cuantifican directamente, lo que indica que, a mayor puntaje obtenido, el estudiante presenta mayores niveles de procrastinación académica.

La escala es de tipo Likert por lo que cuenta con cinco opciones de respuesta: siempre (5), casi siempre (4), a veces (3), pocas veces (2) y nunca (1).

3.7.2.3. Administración

Se entrega la escala y se menciona que en el protocolo encontrará enunciados que tienen como finalidad evaluar la forma en la que enfrenta y organiza sus actividades académicas, por lo que es necesario que responda de acuerdo a como se siente, piensa o actúa la mayoría de las veces en una escala de *nunca, casi nunca, a veces, casi siempre y siempre*.

3.7.2.4. Puntaje y calificación

La interpretación de los puntajes es directa, los puntajes varían de 0 a 60, lo que indica que, a menor puntaje obtenido, menor presencia de la conducta evaluada e inversa. Domínguez-Lara (2016) propone intervalos de puntuación de forma práctica para las dimensiones de la escala; en cuanto a la dimensión autorregulación académica indica que los puntajes mayores de 35 indican un nivel elevado mientras que puntuaciones por debajo de 27 indican un nivel bajo; por otra parte, respecto a la dimensión postergación de actividades, las puntuaciones mayores que 9 indican un nivel alto, mientras que una puntuación menor que 7 indicaría un nivel bajo.

A continuación, se presenta los intervalos de interpretación general para la Escala de Procrastinación Académica:

Alto	41-60
Medio	21-40
Bajo	0-20

3.7.2.5. Adaptación

El instrumento original desarrollado por Deborah Ann Busko (1998), citado por Álvarez (2010), evaluó la confiabilidad haciendo uso de la consistencia interna a través del Coeficiente de Alfa de Cronbach, los resultados evidenciaron un coeficiente de fiabilidad para la procrastinación general de 0,82 y de 0,86 para la procrastinación académica.

A su vez, Domínguez, Villegas y Centeno (2014) analizaron las propiedades psicométricas del instrumento Psicológico Procrastinación Académica (EPA) con la participación de 379 estudiantes universitarios. Se determinó la validez mediante el análisis factorial exploratorio lo que indica que la escala presenta una estructura bifactorial, asimismo se obtuvo una matriz de correlaciones significativa ($p < .01$) y un KMO de .812, valor considerado adecuado.

Por su parte, Domínguez-Lara (2016) realizó un estudio, en el cual sintetizó los datos normativos y los intervalos de interpretación de la Escala de Procrastinación Académica (EPA), para esto contó con la participación de 717 alumnos de edades entre 17 y 54 años. El análisis factorial confirmatorio realizado en la prueba indica que los datos se ajustan a las dimensiones y los coeficientes de confiabilidad son altas en la

dimensión de postergación de actividades ($\omega = .811$; $H=.894$) y en la dimensión de autorregulación académica ($\omega= .892$; $H=.914$).

3.7.2.6. Validez y confiabilidad de la Escala de Procrastinación Académica (EPA).

La Escala de Procrastinación Académica (EPA) presenta validez de contenido a través de juicio de expertos; este instrumento fue revisado por tres psicólogos expertos en el área educativa y docencia superior. La aceptación por parte de los jueces fue del 100 %. El promedio de valoración mediante la V de Aiken fue de 1, lo cual indica que la prueba posee una excelente validez de contenido.

Tabla 6

Coefficiente de confiabilidad para la Escala de Procrastinación académica (EPA)

Estadística de confiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,730	12

En la Tabla 6 se observa que la prueba de confiabilidad determinada por el alfa de Cronbach para la Escala de Procrastinación Académica fue de 0,730, lo que indica un índice bueno de confiabilidad.

3.8. Procedimiento de Recolección de Datos

En primer lugar, se seleccionó a los estudiantes para la aplicación de las pruebas psicológicas, luego se conformó un grupo integrado por delegados de todas las carreras y ciclos académicos, luego se organizó una reunión Meet, donde se explicó el objetivo de la investigación, el consentimiento informado y en qué consistía el desarrollo del

cuestionario, al finalizar se absolvieron las dudas y se envió el formulario de Google con la indicación que compartieran el enlace con sus compañeros de aula respectivamente.

3.9 Técnicas de Procesamiento y Análisis de Datos

Para el procesamiento y análisis estadístico se utilizó el programa estadístico Statistical Package for Social for Social Sciences (SPSS-static) versión 25. Se utilizó la estadística descriptiva para el procesamiento de datos del tipo de promedio, desviación estándar y porcentajes, mientras que para la prueba de hipótesis la estadística inferencial.

Para contrastar la hipótesis de normalidad de la muestra se utilizó la prueba estadística Kolmogórov-Smirnov. Para las pruebas de hipótesis general y específicas se aplicó el estadístico Rho de Spearman, en el cual se analizó el índice del coeficiente de correlación y el nivel de significancia para aceptar o rechazar la hipótesis nula.

3.10. Aspectos éticos

Antes de iniciar la recolección de datos se solicitó la aprobación del Comité de Ética en Investigación de la Universidad Continental, posterior a ello se explicó a los participantes sobre los alcances de la investigación y la confidencialidad de los datos recabados, asimismo se presentó el consentimiento informado.

Capítulo IV

Resultados y Discusión

4.1. Presentación de Resultados

En este capítulo se presentan los datos obtenidos de las variables sociodemográficas y las variables de estudio, sentido de vida y procrastinación académica, los cuales fueron obtenidos mediante la aplicación de los instrumentos de evaluación, Test de Sentido de Vida (PIL) y Escala de Procrastinación Académica (EPA). Se realizó la prueba de Kolmogórov-Smirnov para identificar la normalidad estadística de la muestra; asimismo se presentará la prueba de hipótesis general e hipótesis específicas con sus respectivos análisis correlacional.

El estudio se desarrolló con la participación de 266 estudiantes de un instituto superior de Huancayo pertenecientes al semestre académico 2021-II; de los cuales 117 fueron de segundo semestre, 78 de cuarto y 71 de sexto. En relación con la carrera profesional, 67 fueron de administración de empresas, 27 de mecánica automotriz, 27 de producción agropecuaria, 34 de contabilidad, 31 de computación e informática, 41 de técnica en farmacia y 39 de enfermería técnica. A continuación, se presentan los resultados de la investigación.

4.1.1. Descripción de variables sociodemográficas

Los estadígrafos utilizados para el procesamiento de datos de las variables sociodemográficas fueron las medidas de tendencia central como la media, desviación estándar, mínimo y máximo; asimismo se empleó tablas de frecuencias y porcentajes.

Tabla 7

Estadísticos descriptivos de edad

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. Desviación
Edad	266	17	50	22,58	5,755

En la Tabla 7 se observa los resultados de las variables sociodemográficas; del total de la muestra estudiada (N=266), la edad osciló entre los 17 y 50 años, con una media de 22,58 y una desviación estándar de 5,755.

Tabla 8

Frecuencias por género

	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	182	68,4
Masculino	84	31,6
Total	266	100,0

En la tabla 8 se observa que del total de participantes, el 68.4 % fue del género femenino; y el 31.6 %, del género masculino.

Tabla 9

Frecuencias por estado civil

	Frecuencia	Porcentaje	
Estado civil	Soltero	222	83,5 %
	Conviviente	26	9,8 %
	Casado	15	5,6 %
	Divorciado	3	1,1 %

En la Tabla 9 se evidencia que el estado civil predominante en los estudiantes fue soltero, con un 83.5 %; mientras que el 9,8 %, conviviente; el 5,6 %, casado; y únicamente un 1,1 % divorciado.

Tabla 10

Frecuencias según la cantidad de hijos

	Frecuencia	Porcentaje
Sí	59	22,2
No	207	77,8
Total	266	100,0

En la tabla 10, se evidencia que 77,8 % de los encuestados no tienen hijos y solo el 22,2 % sí tiene; siendo la cantidad máxima de hijos 3.

Tabla 11

Frecuencias según el rol que desempeñan

	Frecuencia	Porcentaje
Doble rol (estudia/trabaja)	Sí	182 68,4 %
	No	84 31,6 %

En la tabla 11 se evidencia que, en relación con el doble rol de los estudiantes, un mayor porcentaje representado por el 68,4 % trabaja y estudia, mientras que un 31,6 % solamente se dedica a estudiar.

4.1.2. Resultados de sentido de vida

Tabla 12

Resultados de los niveles de sentido de vida en los estudiantes de un instituto superior de Huancayo

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Baja orientación al sentido de vida	36	13,5 %	13,5 %
Incertidumbre	59	22,2 %	35,7 %
Alta orientación al sentido en la vida	171	64,3 %	100,0 %
Total	266	100,0 %	

En la tabla 12 se observa que el 64,3 % de los estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021) presentan alta orientación al sentido en la vida; el 22,2 %, incertidumbre al sentido en la vida; y el 13,5 %, baja orientación al sentido de vida.

.4.1.2.1. Dimensión experiencia de sentido

Tabla 13

Resultados de los niveles de experiencia de sentido en estudiantes de un instituto superior de Huancayo

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Bajo	11	4,2 %	4,2 %
Medio	61	22,9 %	27,10 %
Alto	194	72,9 %	100,0 %
Total	266	100,0 %	

En la tabla 13 se observa que el 72,9 % de los estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021) muestran un alto nivel de experiencia de sentido, mientras que un 22,9 % presenta un nivel medio y un 4,2 % un nivel bajo.

4.1.2.2. Dimensión percepción de sentido

Tabla 14

Resultados de los niveles de percepción de sentido en los estudiantes de un instituto superior de Huancayo

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Bajo	13	4,9 %	4,9 %
Medio	41	15,4 %	20,3 %
Alto	212	79,7 %	100,0 %
Total	266	100,0 %	

En la tabla 14 se observa que un 79,7 % de los estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021) muestran alta percepción de sentido; el 15,4 %, un nivel medio; y un 4,9 %, un nivel bajo.

4.1.2.3. Dimensión metas y tareas

Tabla 15

Resultados de los niveles de metas y tareas en los estudiantes de un instituto superior de Huancayo

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Bajo	5	1,9 %	1,9 %
Medio	36	13,5 %	15,4 %
Alto	225	84,6 %	100,0 %
Total	266	100,0 %	

En la tabla 15 se observa que un 84,6 % de los estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021) muestra un alto nivel de claridad hacia el cumplimiento de metas y tareas; mientras que un 13,5 %, una claridad media del cumplimiento de metas y tareas; y un 1,9 %, un nivel bajo.

4.1.2.4. Dimensión dialéctica destino libertad

Tabla 16

Resultados de los niveles de dialéctica destino-libertad en estudiantes de un instituto superior de Huancayo

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Bajo	11	4,1 %	4,1 %
Medio	76	28,6 %	32,7 %
Alto	179	67,3 %	100,0 %
Total	266	100,0 %	

En la tabla 16 se observa que un 67,3 % de estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021) presenta un nivel alto frente a la dimensión destino libertad, mientras que un 28,6 % presenta un nivel medio en la dimensión destino libertad y un 4,1 % muestra un bajo nivel en la dimensión destino libertad.

4.1.3. Resultados de procrastinación académica

Tabla 17

Resultados de los niveles de procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Bajo	101	38,0 %	38,0 %
Medio	162	60,9 %	98,9 %
Alto	3	1,1 %	100,0 %
Total	266	100,0 %	

En la tabla 17 se observa que un 60,9 % de estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021) presentan un nivel medio de procrastinación académica, mientras que un 38,0 % muestra un nivel bajo y únicamente un 1,1 % presenta un nivel alto.

4.1.3.1. Dimensión autorregulación académica

Tabla 18

Resultados de los niveles de autorregulación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Alto	260	97,7 %	97,7 %
Medio	4	1,5 %	99,2 %
Bajo	2	,8 %	100,0 %
Total	266	100,0 %	

En la Tabla 18 se observa que un 97,7 % de los estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021) presenta un nivel alto de autorregulación académica; mientras que un 1,5 %, un nivel medio de autorregulación académica, y únicamente un 8 %, un nivel bajo.

4.1.3.2. Dimensión de postergación de actividades

Tabla 19

Resultados de los niveles de postergación de actividades en los estudiantes de un instituto superior de Huancayo

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Bajo	132	49,6 %	49,6 %
Medio	110	41,4 %	91 %
Alto	24	9,0 %	100,0 %
Total	266	100,0 %	

En la tabla 19 se observa que un 49,6 % de los estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021) presenta un nivel bajo en la dimensión postergación de actividades; mientras que un 41,4 %, un nivel medio; y un 9 %, un nivel alto.

5.1.4. Prueba de normalidad estadística de los resultados

Para realizar la prueba de normalidad estadística de los datos recabados de las variables sentido de vida y procrastinación académica se utilizó el estadístico Kolmogorov-Smirnov procesado con el programa estadístico SPSS versión 25.

4.1.4.1 Prueba de normalidad de la variable sentido de vida

a. Formulación de hipótesis

H₀: Los datos de la variable sentido de vida tienen una distribución estadísticamente normal.

H₁: Los datos de la variable sentido de vida no tiene una distribución estadísticamente normal.

b. Nivel de significancia:

$$\alpha = 0,05 = 5 \%$$

c. Estadístico de prueba:

Kolmogorov-Smirnov

d. Regla de decisión:

- Si los datos de la variable sentido de vida tienen $p \geq 0,05$ entonces se acepta la hipótesis nula: “las distribuciones son normales”.
- Si los datos de la variable sentido de vida tienen un $p < 0,05$ entonces rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna: “las distribuciones no son normales”

e. Cuadro de resultados

Tabla 20

Prueba de Kolmogórov-Smirnov para una muestra con datos de la variable sentido de vida

		Sentido de vida	Percepción de sentido	Experiencia de sentido	Metas y tareas	Dialéctica destino libertad
N		266	266	266	266	266
Parámetros normales ^{a,b}	Media	114,21	51,84	39,05	41,71	16,85
	Desv.	21,163	10,670	8,217	7,200	3,619
Desviación						
Máximas diferencias extremas	Absoluto	,111	,148	,118	,156	,126
	Positivo	,111	,148	,113	,156	,126
	Negativo	-,110	-,138	-,118	-,141	-,119
Estadístico de prueba		,111	,148	,118	,156	,126
Sig. asintótica(bilateral)		,000 ^c	,000 ^c	,000 ^c	,000 ^c	,000 ^c

a. La distribución de prueba es normal.

b. Se calcula a partir de datos.

c. Corrección de significación de Lilliefors.

f. Decisión

Los datos de la variable sentido de vida obtuvieron un p-valor de 0,000 menor que el nivel de significando 0,05 por lo que se afirma que la distribución de los datos de la variable sentido no tiene una distribución paramétrica en la muestra.

4.1.4.2 Prueba de normalidad de la variable procrastinación académica

a. Formulación de hipótesis

H₀: Los datos de la variable procrastinación académica tienen una distribución estadísticamente normal.

H₁: Los datos de la variable procrastinación académica no tiene una distribución estadísticamente normal.

b. Nivel de significancia

$$\alpha = 0,05 = 5 \%$$

c. Estadístico de prueba

Kolmogorov-Smirnov

d. Regla de decisión

- Si los datos de la variable procrastinación académica tienen $p \geq 0,05$ entonces se acepta la hipótesis nula: “las distribuciones son normales”.
- Si los datos de la variable procrastinación académica tienen un $p < 0,05$ entonces rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna: “las distribuciones no son normales”

e. Cuadro de resultados

Tabla 21

Prueba de Kolmogórov-Smirnov para una muestra con datos de la variable procrastinación académica

		Procrastinación académica
N		266
Parámetros normales ^{a,b}	Media	22,96
	Desv. desviación	6,261
Máximas diferencias extremas	Absoluto	,068
	Positivo	,068
	Negativo	-,042
Estadístico de prueba		,068
Sig. asintótica(bilateral)		,005 ^c

a. La distribución de prueba es normal.

b. Se calcula a partir de datos.

c. Corrección de significación de Lilliefors.

f. Decisión

Los datos de la variable procrastinación académica tienen un p-valor de 0,005 menor que el nivel de significando 0,05 por lo que se afirma que la distribución de los datos de la variable procrastinación académica no es normal.

Tanto los datos de la variable sentido de vida como los datos de la variable procrastinación académica no tienen distribuciones normales; ello conlleva a utilizar una prueba no paramétrica, que para este trabajo de investigación fue el estadístico rho de Spearman.

4.1.5. Prueba de hipótesis general

La relación entre las variables sentido de vida y procrastinación académica en los estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021) se estudió mediante la aplicación del estadístico rho de Spearman procesado con el programa estadístico SPSS versión 25.

Para la interpretación del coeficiente de correlación rho se Spearman se utiliza la siguiente tabla propuesta por Hernández et. al (2014) que se muestra a continuación:

Tabla 22

Baremos de interpretación del coeficiente de correlación

Magnitud de correlación	Interpretación
-1,00	Correlación negativa perfecta
-0,90	Correlación negativa muy fuerte
-0,75	Correlación negativa considerable
-0,50	Correlación negativa media
-0,25	Correlación negativa baja
-0,10	Correlación negativa muy baja
0,00	No existe correlación entre las variables

+0,10	Correlación positiva muy baja
+0,25	Correlación positiva baja
+0,50	Correlación positiva media
+0,75	Correlación positiva considerable
+0,90	Correlación positiva muy fuerte
+1,00	Correlación positiva perfecta

Fuente: Hernández, et al. (2014)

a. Formulación de las hipótesis

H₀: No existe relación inversa entre sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).

H₁: Existe relación inversa entre sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).

b. Nivel de significancia

$$\alpha = 0,05 = 5 \%$$

c. Estadístico de prueba

Rho de Spearman

d. Regla de decisión

- Si $p \geq 0,05$ entonces se acepta la hipótesis nula.
- Si $p < 0,05$ entonces rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis

alterna.

e. Tabla de resultados

Tabla 23

Tabla cruzada entre sentido de vida y procrastinación académica

		Sentido de vida		
		Baja orientación al sentido de vida	Incertidumbre	Alta orientación al sentido de vida
Procrastinación académica	Bajo	1,9 %	6,0 %	30,1 %
	Medio	11,3 %	15,8 %	33,8 %
	Alto	0,4 %	0,4 %	0,4 %

En la tabla 23 se observa que un 33,8 % de los estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021) presentan alta orientación al sentido de vida y media procrastinación académica; mientras que un 30,1 % muestra alta orientación al sentido de vida y baja procrastinación académica.

Tabla 24

Cálculo de correlación Rho de Spearman entre sentido de vida y procrastinación académica

		Sentido de vida	Procrastinación académica
Rho de Spearman	Sentido de vida	Coefficiente de correlación	1.000
		Sig. (bilateral)	-.394**
		N	266
	Procrastinación académica	Coefficiente de correlación	-.394**
	Sig. (bilateral)	.000	1.000
	N	266	266

f. Decisión

Los resultados muestran un $\rho = -0,394$ con un p-valor menor a 0,05 (0,000), esto indica una correlación negativa baja; por tanto, se acepta la hipótesis alterna (H1) que menciona que existe relación inversa entre sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).

4.1.6. Prueba de hipótesis específica 1

a. Formulación de hipótesis

Ho: La experiencia de sentido no está relacionado inversamente con la procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).

H1: La experiencia de sentido está relacionado inversamente con la procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).

b. Nivel de significancia

$$\alpha = 0,05 = 5 \%$$

c. Estadístico de prueba

Rho de Spearman

d. Regla de decisión

- Si $p \geq 0,05$ entonces se acepta la hipótesis nula.
- Si $p < 0,05$ entonces rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

e. Tabla de resultados

Tabla 25

Tabla cruzada entre experiencia de sentido de vida y procrastinación académica

		Experiencia de sentido		
		Bajo	Medio	Alto
Procrastinación académica	Bajo	1,1 %	4,1 %	32,7 %
	Medio	2,6 %	18,4 %	39,8 %
	Alto	0,4 %	0,4 %	0,4 %

En la tabla 25 se muestra que un 39,8 % de los estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021) presenta un nivel alto de experiencia de sentido y mediana procrastinación académica, mientras que un 32,7 % muestra un nivel alto de experiencia de sentido y un nivel bajo de procrastinación académica.

Tabla 26

Cálculo de correlación Rho de Spearman entre experiencia de sentido y procrastinación académica

			Procrastinación académica	Experiencia de sentido
Rho de Spearman	Procrastinación académica	Coefficiente de correlación	1.000	-,389**
		Sig. (bilateral)		.000
	Experiencia de sentido	N	266	266
Rho de Spearman		Coefficiente de correlación	-,389**	1.000
		Sig. (bilateral)	.000	
		N	266	266

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

f. Decisión

El análisis arrojó una rho= -0.389 (p-valor = 0.000), esto indica una correlación negativa baja, además, debido a que el p-valor es menor al nivel de significancia (0.05) se acepta la hipótesis alternativa, que menciona que la experiencia de sentido de vida está relacionada inversamente con la procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).

4.1.7. Prueba de hipótesis específica 2

a. Formulación de hipótesis

Ho: La percepción de sentido no está relacionado inversamente con la procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).

H1: La percepción de sentido está relacionado inversamente con la procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).

b. Nivel de significancia

$$\alpha = 0,05 = 5 \%$$

c. Estadístico de prueba

Rho de Spearman

d. Regla de decisión

- Si $p \geq 0,05$ entonces se acepta la hipótesis nula.
- Si $p < 0,05$ entonces rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

e. Tabla de resultados

Tabla 27

Tabla cruzada entre percepción de sentido y procrastinación académica

		Percepción de sentido		
		Bajo	Medio	Alto
Procrastinación académica	Bajo	0,8 %	3,4 %	33,8 %
	Medio	3,8 %	12,0 %	45,1 %
	Alto	0,4 %	0,0 %	0,8 %

En la tabla 27 se observa que un 45,1 % de los estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021) presenta un nivel alto de percepción de sentido y un nivel medio de procrastinación académica; mientras que un 33,8 %, un nivel bajo de procrastinación académica y un nivel alto de percepción de sentido.

Tabla 28

Cálculo de correlación Rho de Spearman entre percepción de sentido y procrastinación académica

			Procrastinación académica	Percepción de sentido
Rho de Spearman	Procrastinación académica	Coefficiente de correlación	1.000	-,367**
		Sig. (bilateral)		.000
		N	266	266
	Percepción de sentido	Coefficiente de correlación	-,367**	1.000
		Sig. (bilateral)	.000	
		N	266	266

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

f. Decisión

Se halló un rho = -0,367 (p-valor = 0.000), donde se evidencia una correlación negativa baja con un p-valor menor al nivel de significancia (0.05), esto indica que se acepta la hipótesis alternativa. Por tanto, se concluye que la percepción de sentido de vida está relacionada inversamente con la procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).

4.1.8. Prueba de hipótesis específica 3

a. Formulación de hipótesis

H₀: Las metas y tareas no está relacionado inversamente con la procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).

H₁: Las metas y tareas está relacionado inversamente con la procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).

a. Nivel de significancia

$$\alpha = 0,05 = 5 \%$$

b. Estadístico de prueba

Rho de Spearman

c. Regla de decisión

- Si $p \geq 0,05$ entonces se acepta la hipótesis nula.
- Si $p < 0,05$ entonces rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

d. Tabla de resultados

Tabla 29

Tabla cruzada de metas y tareas y procrastinación académica

		Metas y tareas		
		Bajo	Medio	Alto
Procrastinación académica	Bajo	0,4 %	1,5 %	36,1 %
	Medio	1,1 %	11,7 %	48,1 %
	Alto	0,4 %	0,4 %	0,4 %

En la tabla 29 se observa que el 48,1 % de los estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021) muestra un nivel alto del cumplimiento de metas y tareas y mediana procrastinación académica; mientras que un 36,1 % presenta baja procrastinación académica y niveles altos del cumplimiento de metas y tareas.

Tabla 30

Cálculo de correlación Rho de Spearman entre metas y tareas y procrastinación académica

			Procrastinación académica	Metas y tareas
Rho de Spearman	Procrastinación académica	Coefficiente de correlación	1.000	-,416**
		Sig. (bilateral)		.000
	Metas y tareas	N	266	266
Rho de Spearman		Coefficiente de correlación	-,416**	1.000
		Sig. (bilateral)	.000	
		N	266	266

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

e. Decisión

Se obtuvo un rho = -0,416 (p-valor=0,000), donde se evidencia una correlación negativa baja con un p-valor menor al nivel de significancia (0.05), esto indica que se acepta la hipótesis alternativa. Por tanto, se concluye que las metas y tareas están relacionados inversamente con la procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).

4.1.9. Prueba de hipótesis específica 4

a. Formulación de hipótesis estadística

H₀: La dialéctica destino-libertad no está relacionado inversamente con la procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).

H₁: La dialéctica destino-libertad está relacionado inversamente con la procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).

b. Nivel de significancia

$$\alpha = 0,05 = 5 \%$$

c. Estadístico de prueba

Rho de Spearman

d. Regla de decisión

- Si $p \geq 0,05$ entonces se acepta la hipótesis nula.
- Si $p < 0,05$ entonces rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

e. Tabla de resultados

Tabla 31

Tabla cruzada entre dialéctica destino libertad y procrastinación académica

		Dialéctica destino libertad		
		Bajo	Medio	Alto
Procrastinación académica	Bajo	0,8 %	8,3 %	28,9 %
	Medio	3,0 %	20,3 %	37,6 %
	Alto	0,4 %	0,0 %	0,8 %

En la tabla 31 se observa que un 37,6 % de los estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021) muestra niveles altos en la dimensión destino libertad; mientras que su nivel de procrastinación es mediano; a su vez un 28,9 % muestra niveles altos de dialéctica destino libertad y niveles bajos de procrastinación académica.

Tabla 32

Cálculo de correlación Rho de Spearman entre dialéctica destino libertad y procrastinación académica

			Procrastinación académica	Dialéctica destino libertad
Rho de Spearman	Procrastinación académica	Coefficiente de correlación	1.000	-,239**
		Sig. (bilateral)		.000
		N	266	266
	Dialéctica destino libertad	Coefficiente de correlación	-,239**	1.000
		Sig. (bilateral)	.000	
		N	266	266

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

f. Decisión

El análisis muestra una $\rho = -0,239$ ($p\text{-valor}=0,000$), donde se evidencia una correlación negativa baja con un $p\text{-valor}$ menor al nivel de significancia (0.05), esto indica que se acepta la hipótesis alternativa. Por tanto, se concluye la dialéctica destino-libertad está relacionado inversamente con la procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).

4.2. Discusión de Resultados

En la actualidad no se encontraron estudios que relacionen ambas variables como tal, sentido de vida y procrastinación académica; cada una fue estudiada de manera independiente o en correlación con otras variables.

Los resultados relacionados al sentido de vida muestran que un 64,3 % de los estudiantes evaluados cuentan con un sentido claro en la vida, a diferencia del 22,2 % quienes muestran incertidumbre en el sentido de vida y un 13,5 % niveles bajos de

sentido de vida estos resultados coinciden con el obtenido por Magaña, Zavala, Ibarra, Gómez y Gómez (2004), quienes realizaron una investigación en estudiantes de primer semestre pertenecientes a 23 carreras de la Universidad de la Salle Bajío; los resultados muestran que el 55,5 % de los participantes presentan un propósito claro de vida, mientras que un 33,3 % se ubica en la zona de indefinición y un 11,2 % muestra falta de sentido de vida.

Por otra parte, esta investigación al obtener un puntaje mayoritario de estudiantes que presentan un sentido de vida claro en sus vidas (64,3 %) difiere del estudio de Martínez y Castellanos (2013), quienes realizaron la investigación percepción de sentido de vida en universitarios colombianos, con una muestra de 695 participantes, en la cual hallaron que un 58 % de los evaluados presentan niveles bajos y medio bajos de percepción de sentido de vida; mientras que el 42 % restante presentó niveles medios y altos de percepción de sentido de vida. Asimismo, Chan (2021) encontró que el 51,5 % de los estudiantes universitarios presenta incertidumbre y baja orientación al sentido de vida, asimismo, Huaranca (2020) desarrolló un estudio en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de una universidad privada, encontrando que un 53,6 % no cuenta con un sentido claro de vida; lo cual evidencia que la mayoría de los estudiantes no define aun un sentido de vida lo que genera en ellos sentimientos de insatisfacción y frustración incidiendo negativamente en el establecimiento de compromisos.

Los resultados en relación con la procrastinación académica muestran que un 60,9 % presenta un nivel medio; mientras que un 38,0 %, un nivel bajo; y únicamente 1.1 %, un nivel alto de procrastinación académica. Estos resultados coinciden con el estudio de Uceda, et al. (2017), donde hallaron que un 75,6 % de los estudiantes

universitarios de pregrado procrastinan en un nivel medio, similar a los estudiantes de postgrado, quienes lo hacen medianamente en un 60,5 %; ello indicaría que los estudiantes de educación superior en general tienden a postergar y retrasar sus tareas académicas; respecto a las dimensiones de la procrastinación académica, este estudio evidenció que un 97, % de los estudiantes presenta un nivel alto de autorregulación académica, mientras que en la dimensión postergación de actividades, se evidencia que un 49,6 % tiene un nivel bajo, un 41,4 %, un nivel medio; y el 9,0 %, un nivel alto. Esto evidencia que si bien los estudiantes del instituto de Huancayo pueden planificar y organizar sus actividades, tienen dificultad para ejecutarlas (50.4 %). Asimismo, Yarlequé et al. (2016), en su estudio sobre “Procrastinación, estrés y bienestar psicológico en estudiantes de institutos y universidades públicas y privadas de Lima y Junín”, encontró que en un mayor porcentaje representado por el 36,90 % presentó niveles intermedios de procrastinación académica, mientras que un 33,13 % procrastinan en un nivel bajo, estos hallazgos no difieren entre estudiantes de institutos y universidades públicos y privados.

El objetivo general de la investigación fue determinar la relación que existe entre sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021). Los resultados muestran un índice de correlación $\rho = -0,394$ con un p-valor menor a 0,05 (0,000), esto indica una correlación negativa baja. Por tanto, se acepta la hipótesis alterna (H1) que menciona que existe relación inversa entre sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021); lo cual denota que presentar alta orientación al sentido de vida posibilita que los niveles de procrastinación académica disminuyan.

Frankl (2004) define el sentido de vida como el grado en el que las personas experimentan una vida significativa asociada a la percepción y vivencia de la libertad y responsabilidad; asimismo manifiesta que es la voluntad de sentido la fuerza primaria que empuja al hombre a buscar un sentido a su existencia manifestada través de la realización de los valores; por lo que una persona con alta orientación al sentido de vida es capaz de afrontar cada situación particular de manera responsable y en congruencia con aquello que se le es encomendado en cuanto a sacarle el mejor provecho a sus potencialidades y a su vida como si se tratara de una gran oportunidad, en función de: Si no lo hago yo, ¿quién lo hará?, si no lo hago ahora, ¿cuándo será el momento de hacerlo?, si no lo hago para mí mismo, ¿quién soy? (Fizzotti, 1997, citado por Noblejas, 1994). De esta manera se evidencia que presentar un propósito de vida claro y significativo permite dar dirección a la vida y dejar de lado prácticas efímeras para el cumplimiento de las responsabilidades académicas, laborales y familiares. Plasencia (2021) encontró que los estudiantes que generan expectativas hacia su futuro, se organizan y no procrastinan tanto como los otros; asimismo explica que la relación entre ambas variables es favorable en cuanto que la autorregulación académica permite mediar entre el cumplimiento de las responsabilidades y otras actividades placenteras, sin descuidar ningún área de su vida; Frankl (2004) alude que el descubrimiento del sentido deviene de captar que la vida de cada hombre tiene una meta peculiar que cumplir y se dota de estrategias para afrontarla.

Por su parte, Frankl sostiene que los valores de creación en particular el trabajo profesional enlaza al hombre con su comunidad permitiéndole dar un valor a su existencia; el presente estudio encontró que, en su mayoría (68,4 %), los estudiantes evaluados trabajan y estudian. De esta manera aquellos estudiantes refuerzan su valía personal, haciendo uso de las fortalezas y virtudes, potenciando el dominio personal y

una visión optimista ante las adversidades o circunstancias de la vida (Seligman, 2003); ello explicaría por qué los estudiantes experimentan altos niveles de sentido de vida. Por otra parte, Dominguez-Lara (2017) plantea que los estudiantes que ejercen este doble rol, se verían motivados intrínsecamente e impulsados a organizar el poco o limitado tiempo libre para cumplir con sus actividades académicas; sin embargo, los resultados del presente estudio demostraron que los estudiantes que trabajan y estudian procrastinan más que los que solo se dedican a estudiar; estos resultados podrían estar mediados por otras variables; por lo que se hace imprescindible profundizar este área en posteriores investigaciones.

Huaranca (2020), a partir de la investigación desarrollada por Mason (2017), plantea que los jóvenes que provienen de un contexto social desfavorable expresan su sentido de vida mediante la superación, debido a que consideran la educación como parte esencial de una mejora en la calidad de vida y la escalada en la sociedad a nivel socioeconómico y de reconocimiento personal-profesional; de esta manera orientan su voluntad de sentido a la obtención de metas, logros y tareas; lo que generó una percepción alta de sentido de vida.

La procrastinación académica ha sido estudiada en correlación con diversas variables, encontrándose que se asocia a variables como género (Chan, 2011), edad y ansiedad-rasgo (Pardo, Perilla y Salinas, 2014), percepción de autoeficacia (Alegre, 2014), rasgos de personalidad como el neuroticismo, la responsabilidad y la apertura a la experiencia (Dominguez-Lara, Prada-Champoñan y Moreta-Herrera, 2019). Asimismo, se relacionó inversamente con el bienestar psicológico (Yarlequé et al. 2016); por su parte Veliz (2016) encontró una correlación significativa con el factor económico social, familiar, hábitos de estudio y los medios de comunicación; también

halló que cerca de un 70 % de los estudiantes universitarios procrastinan por activación, es decir, son conscientes de las actividades a realizar pero retrasan sus actividades escolares por propia voluntad o carencia de disciplina u organización; asimismo Uceda et al. (2017) evidenciaron una correlación significativa positiva entre procrastinación y adicción a las redes sociales; otro de los factores predictores es la percepción sobre el control de tiempo (Garzón y Gil, 2017). Sobre la base de los antecedentes antes mencionados, es importante considerar la variabilidad de características de las muestras con la finalidad de interpretar los resultados de manera óptima; debido que existen variables que pueden influir en la procrastinación académica.

En relación con las hipótesis específicas, se encontró que existe una correlación negativa baja entre procrastinación académica y cada una de las dimensiones de sentido de vida: experiencia de sentido, percepción de sentido, metas y tareas y dialéctica destino-libertad.

Asimismo, se encontró que la experiencia de sentido y la percepción de sentido de vida se relacionan inversamente con la procrastinación académica, estos resultados interpretados desde la teoría señalan que al tener la capacidad para hacerse consciente y responsable de su propia vida y realizar una valoración sobre los motivos y razones para vivirla, crea expectativas sobre sí mismo y su entorno, por lo que suele implicarse en aquello que desea, planteándose situaciones o actividades relacionados a ella, de esta manera puede evitar o reducir su nivel de procrastinación por indecisión (Veliz, 2016).

La dimensión metas y tareas se relaciona negativamente con la procrastinación académica, ello se puede comprender debido que al establecer objetivos claros y concretos y hacerse responsable de ellos; el ser humano desarrolla sus capacidades y potencialidades y saca el mejor provecho a su vida. En este sentido, algunos estudiantes

que se orientan a logro académico regulan su actividad para lograr sus objetivos y se dotan de recursos para alcanzarlos. Gonzales (1997), citado por D'Angelo (2002), sostiene lo siguiente:

El individuo, en su condición de sujeto psicológico concreto actúa como un determinante del propio curso de sus experiencias..., a través de su acción social en general... El sentido que las cosas tienen para el sujeto está inmediatizado por su propia reflexión y posición hacia ella (p. 8).

Asimismo, D'Angelo (2002), cita a Heidegger (1962), quien refiere que “la existencia como posibilidad es trascendencia hacia el mundo y como tal es proyección” (p. 8), es decir, el ser humano es considerado como proyecto en cuanto a la trascendencia y la realización.

Frankl (1986), citado por Noblejas (1994), plantea que “ser en el mundo” es estar orientado hacia un fin, hacia los valores, hacia la comprensión personal y significado de cada situación, que radica en la “autorrealización” personal; por lo que el ser humano, motivado por su voluntad de sentido, es capaz de llegar a su autorrealización.

La dialéctica destino-libertad y procrastinación académica se correlacionan negativamente. La dimensión dialéctica destino-libertad se entiende como la tensión que existe entre el destino; comprendido como algo impredecible, incontrolable e inevitable y, por el contrario, la libertad expresada por la voluntad para responder responsablemente a las situaciones que la vida le propone. Oviedo (2002) plantea que el individuo se considera como un proyecto, por lo que debe realizarse y autotrascender;

esta libertad “de” o “frente” a algo existe en función “para” algo; es decir, el hombre tiene libertad ante su modo de ser para ser de otra manera (Noblejas, 1994).

La proporción de estudiantes de la investigación que no cuenta con un sentido de vida claro es de un 35,7 %, este porcentaje forma parte de la población menor; sin embargo es importante debido a que esta situación de riesgo puede recaer en un desencuentro de sentido o desajuste socioemocional; como mencionaron García-Alandete et al. (2009), aquellas personas que se encuentran en una situación de logro de sentido de vida mantienen un nivel nulo o mínimo de desesperanza, en tanto que aquellos sujetos que se encuentran en una situación de vacío existencial se hallan con un nivel alto de desesperanza, caracterizada por falta de control sobre la vida y la ausencia de metas y compromisos vitales.

Conclusiones

1. El estudio tuvo como objetivo general determinar la relación entre sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo- 2021, en el cual se encontró que existe una correlación inversa baja entre ambas variables ($-0.394 < 0.05$), por lo que se acepta la hipótesis del investigador, la cual indica que existe relación inversa entre sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo- 2021. Por tanto, presentar un propósito de vida claro y significativo permite dar dirección a la vida y dejar de lado prácticas efímeras para el cumplimiento de las responsabilidades académicas, laborales y familiares.
2. En relación con el primer objetivo, que es determinar la relación que existe entre experiencia de sentido y procrastinación académica, se halló una correlación negativa baja entre ambas variables ($-0,389 < 0.05$), por lo que se acepta la hipótesis del investigador, que indica que existe relación entre experiencia de sentido y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo- 2021. Por tanto, se evidencia que los estudiantes del instituto son capaces de orientar su sentido de vida mediante los valores experienciales o vivenciales, sintiéndose acogidos por su entorno y autorregulándose para el cumplimiento de sus metas.
3. Con respecto al segundo objetivo, el de determinar la relación que existe entre percepción de sentido y procrastinación académica, se halló una correlación negativa baja entre ambas variables ($-0,367 < 0.05$); por lo que se acepta la hipótesis del investigador, la cual indica que existe relación entre percepción de sentido y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo- 2021. Por tanto, los estudiantes al ser capaces de valorar aquello por

lo que viven se dotan de estrategias y afrontan las circunstancias que la vida le plantea.

4. En relación con el tercer objetivo, el de determinar la relación que existe entre metas y tareas y procrastinación académica, se halló una correlación negativa baja entre ambas variables ($-0,416 < 0.05$); por lo que se acepta la hipótesis del investigador, que indica que existe relación entre metas y tareas y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo-2021. Por consiguiente, se evidencia que los estudiantes se orientan a objetivos y planes relacionados a sus valores de creación, regulando su conducta para el cumplimiento de estas.
5. Con respecto al cuarto objetivo, el de determinar la relación que existe entre dialéctica destino-libertad y procrastinación académica se halló una correlación negativa baja entre ambas variables ($-0,239 < 0.05$); por lo que se acepta la hipótesis del investigador, la cual indica que existe relación entre dialéctica destino-libertad y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo- 2021. Por tanto, se evidencia que libertad expresada por la voluntad para responder responsablemente a las situaciones que la vida le propone permiten actuar en concordancia con aquello que desean alcanzar.

Recomendaciones

- 1.** Se recomienda a los futuros investigadores ampliar el estudio en estudiantes pertenecientes a institutos y universidades públicas y privadas de diferentes carreras y ciclos académicos, considerando variables sociodemográficas como las siguientes: edad, género, nivel socioeconómico y nivel educativo de los padres. con el objetivo de conocer cómo se manifiesta el sentido de vida y procrastinación académica y contrastar resultados en las diferentes muestras a evaluar.
- 2.** Se sugiere a los directivos del instituto evaluado plantear estrategias que permitan clarificar el sentido de vida en sus estudiantes para reducir los niveles de procrastinación académica.
- 3.** Se exhorta al Ministerio de Educación plantear estrategias en bien de los estudiantes con el fin de desarrollar modelos educativos bio-psico-socio-espiritual con el fin de generar estudiantes capaces de reflexionar sobre sí mismos, su entorno y orientarse en función de sus valores y la sociedad en general.

Referencias

- Alegre, A. A. (2013). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Propósitos y Representaciones*, 1(2), 57-82. doi: [http:// dx.doi.org/10.20511/pyr2013.v1n2.29](http://dx.doi.org/10.20511/pyr2013.v1n2.29)
- Arboccó, M. (2017). *El sentido de vida y los valores interpersonales en universitarios estudiantes de la carrera de psicología*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Psicología, Unidad de Posgrado]. Repositorio institucional Cybertesis UNMSM. [https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/6595/Arbocc %F3 hm.pdf?sequence=3](https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/6595/Arbocc%F3%20hm.pdf?sequence=3)
- Álvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona*, 13(1), 159-177. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147118212009>
- Arboccó, M. (2018). El sentido de vida y los valores interpersonales en universitarios estudiantes de la carrera de psicología. *Unifé*, 26(1), 65-81. doi.org/10.33539/avpsicol.2018.v26n2.1129
- Ayala, A., Rodríguez, R., Villanueva, W., Hernández, M. & Campos, M. (2020). La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos. *Muro de Investigación*, 5(2), 40-52. doi: <https://doi.org/10.17162/rmi.v5i2.1324>
- Buendía, S. (2020). *Procrastinación académica y proyecto de vida en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional Federico Villarreal. [http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/4011/BUENDIA %20ZAVALA %20STEPHANY %20MARLENE %20 %20T %C3 %8DTULO %20PROFESIONAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/4011/BUENDIA%20ZAVALA%20STEPHANY%20MARLENE%20%20T%20%20C3%20%20DTULO%20PROFESIONAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Cañas, R. (2009). El concepto de libertad en el hombre natural de Rousseau. *Revista Filosofía Universidad Costa Rica*, 38(94), 77-88. [http://www.inif.ucr.ac.cr/recursos/docs/Revista %20de %20Filosof %C3 %ADa %20UCR/Vol. %20XXXVIII/No. %2094/El %20concepto %20de %20libertad %20en %20el %20hombre %20natural %20de %20Rousseau.pdf](http://www.inif.ucr.ac.cr/recursos/docs/Revista%20de%20Filosof%C3%20ADa%20UCR/Vol.%20XXXVIII/No.%2094/El%20concepto%20de%20libertad%20en%20el%20hombre%20natural%20de%20Rousseau.pdf)
- Chan, L. (2011). Procrastinación académica como predictor del rendimiento académico en jóvenes de educación superior. *Temática Psicológica*, 7(7), 53-62. <https://doi.org/10.33539/tematpsicol.2011.n7.807>
- Chan, G. (2021). Sentido de vida: una herramienta en la formación de estudiantes universitarios en el sureste de México. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 12(22), 1-24. <https://doi.org/10.23913/ride.v11i22.937>

- Chvatik, I. (2010). Fenomenología del sentido de la vida humana en los últimos ensayos de Jan Patoeka. *Investigaciones fenomenológicas: Anuario de la Sociedad Española de Fenomenología*, 7(1), 11-34.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3177626>
- Croquevielle, M. (2009). Análisis existencial: Sus bases epistemológicas y filosóficas. *Casalia*, 15(1), 23-34. https://www.icae.cl/wp-content/uploads/2013/06/Analisis_Existencial_sus_bases_epistemologicas_y_filosoficas.pdf
- Dominguez-Lara, S. (2016). Datos normativos de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de psicología de Lima. *Evaluar*, 16(1), 20-30.
<https://doi.org/10.35670/1667-4545.v16.n1.15715>
- Dominguez-Lara, S. (2017). Prevalencia de procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana y su relación con otras variables demográficas. *Journal of Psychological Research & Humanities*, 7(1), 81-95.
<https://revistas.ucsp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/49/49>
- Dominguez-Lara, S. & Campos-Uscanga, Y. (2017). Influencia de la satisfacción con los estudios sobre la procrastinación académica en estudiantes de psicología: un estudio preliminar. *Liberabit*, 23(1), 123-135. doi: 10.24265/liberabit.2017.v23n1.09
- Dominguez-Lara, S., Prada-Chapoñan, R., & Moreta-Herrera, R. (2019). Diferencias de género en la influencia de la personalidad sobre la procrastinación académica en estudiantes universitarios peruanos. *Acta Colombiana de Psicología*, 22(2), 125-136. doi: <http://www.doi.org/10.14718/ACP.2019.22.2.7>
- Dominguez-Lara, S., Villegas, G. & Centeno (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit*, 20(2), 293-304.
<http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n2/a10v20n2.pdf>
- Druet, N., Chan, G., Cisneros, I. & Sevilla, D. (2014). Sentido de vida y construcción del proyecto de vida profesional en jóvenes universitarios. *Educación Handbook T-V*, 5(1), 165-172. https://www.ecorfan.org/handbooks/Educacion%20T_V/ARTICULO%2016.pdf
- D'Angelo, O. (2002). Sentido de vida, sociedad y proyectos de vida. *Ética y Sociedad*, 2(1), 1-42.
<http://biblioteca.clacso.edu.ar/ar/libros/cuba/cips/caudales05/Caudales/ARTICULOS/ArticulosPDF/07D054.pdf>
- Elvira, M. & Pujol, L. (2012). Autorregulación y rendimiento académico en la transición secundaria-universidad. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 10(1), 367-378.

<http://revistaumanizales.cinde.org.co/rllcsnj/index.php/Revista-Latinoamericana/article/view/612>

- Frankl, V. (2004). *El hombre en busca de sentido*. Herder Editorial, S.L., Barcelona.
- Frankl, V. (2003). *Psicoterapia y existencialismo: escritos selectos sobre logoterapia*. (2.ª ed.). Herder Editorial, S.L., Barcelona.
- Fuentes, W. (2018). *Funcionamiento Familiar y Procrastinación Académica en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Sur* [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio Universidad Autónoma del Perú.
<http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/531/2/WEMDY%20FUENTES%20FLORES.pdf>
- García-Alandete, J., & Gallego-Pérez, J., & Pérez-Delgado, E. (2009). Sentido de la vida y desesperanza: un estudio empírico. *Universitas Psychologica*, 8(2), 447-454. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64712165013>
- García, C. (2010). *La vida es una moneda. El arte de vivir*. Barcelona: Plataforma Editorial.
- García, M. (2012). La autorregulación académica como variable explicativa de los procesos de aprendizaje universitario. *Revista de Currículo y Formación de Profesorado*, 16(1), 203-221.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56724377012>
- Garzón, A. & Gil, J. (2017). Gestión del tiempo y procrastinación en la educación superior. *Universitas Psychologica*, 16(3), 1-13.
<https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy.16-3.gtpe>
- Ghanem, D. & Gil, I. (2013). La voluntad en Nietzsche y su actualidad. *Claridades, Revista de Filosofía*, 5(1), 109-114. eISSN:1989-3783.
- Guyot, V. (1968). El humanismo de Goethe. *Memoria Académica*, 1(1), 93-101.
http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.1127/pr.1127.pdf
- Guzmán, D. (2013). Procrastinación, una mirada clínica. Barcelona: Máster de Psicología Clínica y de la Salud, Universidad de Barcelona.
- Grunschel, C., Patrzek, J. & Fries, S. (2013). Exploring different types of academic delayers: A latent profile análisis Learning and Individual Differences. *Elsevier*, 23(1), 225-233.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. Editorial McGraw Hill Education.: México.
- Hernández-Sampieri, R. & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativas, cualitativa y mixta*. Editorial McGraw Hill Education: México.

- Huaranca, L. (2020). *Rendimiento académico y sentido de vida en estudiantes de psicología de la Universidad Continental*. [Tesis de licenciatura, Universidad Continental]. Repositorio Universidad Continental. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/7480/1/IV_FHU_501_TE_Huaranca_C%20%a1rdenas_2020.pdf
- Magaña, L., Zavala, M., Ibarra, I., Gómez, T. & Gómez, M. (2004). El sentido de vida en estudiantes de primer semestre de la Universidad de la Salle Bajío. *Revista del Centro de Investigación*. Universidad La Salle, 6(22),5-13. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=34202201>
- Mamani, S. (2017). *Relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes universitarios pertenecientes al primer año de estudios de una universidad privada de Lima Metropolitana*. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio Universidad Peruana Cayetano Heredia. https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/1042/Relacion_MamaniGuerra_Susana.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Manzanares, E. (2018). *Procrastinación y creencias irracionales/racionales académicas y rendimiento académico en estudiantes de beca 18 de una institución privada de lima*. [Tesis de maestría, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio Universidad San Martín de Porres. https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/3546/manzanares_mel.pdf?sequence=3
- Martinez, E. (2012). El diálogo socrático en la psicoterapia. Colombia: SAPS (Sociedad para el Avance de la Psicoterapia Centrada en el Sentido).
- Martínez, E. & Castellanos, C. (2013). Percepción de sentido de vida en universitarios colombianos. *Pensamiento Psicológico*, 11(1), 71-82. <https://revistas.javerianacali.edu.co/index.php/pensamientopsicologico/article/view/421/1259>
- Mason, H. (2017). Sentido de vida y rendimiento académico: un breve informe. *Journal of Psychology in Africa*, 27(3), 282-285.
- Mejía, C., Ruiz-Urbina, F., Benites-Gamboa, D., & Pereda-Castro, W. (2018). Factores académicos asociados a la procrastinación. *Revista Cubana De Medicina General Integral*, 34(3). <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&sid=ee8511c2-89b9-47cc-baf5-ec08aaef0cc4%40sessionmgr4007>
- Natividad, L. (2014). *Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios*. [Tesis doctoral, Universidad de Valencia]. Repositorio Universidad de Valencia. <https://roderic.uv.es/handle/10550/37168>
- Noblejas, A. (1994). Logoterapia. Fundamentos, principios y aplicación. Una experiencia de evaluación del “logro interior de sentido. [Tesis doctoral,

Universidad Complutense de Madrid]. Repositorio Universidad Complutense de Madrid. <https://eprints.ucm.es/id/eprint/3776/1/T19896.pdf>

- Ñaupas, H., Mejía, E., Novoa, E. & Villagómez, A. (2014). *Metodología de la investigación cuantitativa-cualitativa y redacción de la tesis*. Ediciones de la U, conocimiento a su alcance.
- Ordoñez, E. (2010). La condición humana: de la muerte y el suicidio. *Revista Científica Guillermo de Ockham*, 8(1), 183-195. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=105317327015>
- Ortiz, G. (2012). Sentido de vida y narrativa: defensa frente a la apatía del hombre para pensar lo humano. *Katharsis*, 13(1), 107-124. Doi: <https://doi.org/10.25057/25005731.437>
- 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. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5493101>
- Pérez, G. (1999). *Schopenhauer: Filósofo del Romanticismo*. [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma Metropolitana]. Repositorio Universidad Autónoma Metropolitana. <http://148.206.53.231/tesiuami/UAM2876.pdf>
- Plasencia, M. (2021). *Procrastinación académica y expectativas hacia el futuro en estudiantes de una universidad pública de Trujillo*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio Universidad Privada del Norte. <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/28269/Plasencia%20Chang%20%20Martin%20Ricardo.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Quant, D. & Sánchez, A. (2012). Procrastinación, Procrastinación Académica: Concepto e Implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica*, 3(1), 45-59. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815146>
- Rivera, F. (2021). Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental en pacientes que recurren al Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado-Hideyo Noguchi, Lima, 2021. [Tesis de Especialidad, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio Universidad Peruana Cayetano Heredia. https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9648/Impacto_RiveraRobles_Franklin.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Rodríguez, A., & Clariana, M. (2017). Procrastinación en Estudiantes Universitarios: su Relación con la Edad y el Curso Académico. *Revista Colombiana de Psicología*, 26(1), 46-60. <https://doi.org/10.15446/rcp.v26n1.53572>
- Rothblum, E., Solomon, L. & Murakami, J. (1986). Affective, cognitive and behavioral differences between high and low procrastinators. *Journal of Counseling Psychology*, 33(4), 387-394.
- Schultz, D. & Ellen, S. (2009). *Teorías de la personalidad*. Cengage Learning.

- Seligman, M. (2003). *La auténtica felicidad*. Barcelona, España: Vergara.
- Soriano, M. (2001). La motivación, pilar básico de todo tipo de esfuerzo. *Dialnet* 9(1), 163-184. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=209932>
- Sosa, R. & Moreno, J. (2021). *Aportes desde la psicología al estudio de los valores*. Centro de Investigación Interdisciplinarias Valores, Integración y Desarrollo Social. Pontificia Universidad Católica Argentina. <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/12199/1/aportes-psicologia-estudio-valores.pdf>
- Steel, P. (2007). The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94. doi: 10.1037/0033-2909.133.1.65
- Steel, P. & Köning, J. (2013). Theories of motivation integrating. *Academy of management*, 31(4), 889-913.
- Tintaya, P. (2016). Enseñanza y desarrollo personal. *Scielo*, 16(1), 75-86. http://www.scielo.org.bo/pdf/rip/n16/n16_a05.pdf
- Tobías, C. & García-Valadecabras, J. (2009). Psicoterapias humanístico-existenciales: fundamentos filosóficos y metodológicos. *Scielo*, 104(1), 437-453. <https://scielo.isciii.es/pdf/neuropsiq/v29n2/10.pdf>
- Uceda, J., Rivas, L., Dioses, A., Baca, D., Yaringaño, J., Raymundo, O., Fernandez, E., Arenas, C., & Matalinares, M. & Diaz, A. (2017). Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima. *Horizonte de la Ciencia*, 7(13), 63-81. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=570960867005>
- Veliz, M., Tarazona, F., Romero, J., & Aliaga, I. (2016). Procrastinación académica en estudiantes de educación en Lenguas, Literatura y Comunicación: Características, modos y factores. *Horizonte de la Ciencia*, 6(10), 185-194. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=570960870018>
- Vilela, P., Sánchez, J. y Chau, C. (2021). Desafíos de la educación superior en el Perú durante la pandemia por la covid-19. *Desde el Sur*, 13(2), 1-11. <https://revistas.cientifica.edu.pe/index.php/desdeelsur/article/view/867/814>
- Yarlequé, L., Javier, L., Monroe, J., Nuñez, E., Navarro, L., Padilla, M., ...Campos, J. (2016). Procrastinación, estrés y bienestar psicológico en estudiantes de educación superior de Lima y Junín. *Horizonte de la Ciencia*, 6(10), 173-184. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=570960870017>
- Zamudio, D. (2021). Sentido de vida y salud mental. *Revista de Investigación en Psicología*, 24(2), 183-192. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v24i2.20472>

ANEXOS

Anexo 01: Matriz de consistencia

Título preliminar: Sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021)

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
Problema general	Objetivo general	Hipótesis general	Variable 1	Método: Científico
¿Cuál es la relación que existe entre sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021)?	Determinar la relación que existe entre sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).	Existe relación inversa entre sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo-2021.	Sentido de vida Dimensiones - Experiencia de sentido - Percepción de sentido - Metas y tareas - Dialéctica destino-libertad	Enfoque: Cuantitativo Alcance: Descriptivo-correlacional Diseño: No experimental-transversal Población: Estudiantes de un instituto de superior de Huancayo -2021.
Problemas específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicas	Variable 2	Muestra: 266 estudiantes entre varones y mujeres de un instituto superior de Huancayo (2021).
¿Cuál es la relación que existe entre experiencia de sentido y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021)?	Determinar la relación que existe experiencia de sentido y entre procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).	La experiencia de sentido está relacionada inversamente con la procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).	Procrastinación Académica Dimensiones - Autorregulación académica - Postergación de actividades	Técnica y tipo de muestra: - Muestreo probabilístico - Tipo de muestreo estratificado
¿Cuál es la relación que existe entre percepción de sentido y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021)?	Determinar la relación que existe entre percepción de sentido procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).	La percepción de sentido está relacionada inversamente con la procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).		Técnica de recolección de datos: Encuesta Instrumento de recolección:

superior de Huancayo (2021)?	instituto superior de Huancayo (2021).		
¿Cuál es la relación que existe entre metas y tareas y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021)?	Determinar la relación que existe entre metas y tareas y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).	Las metas y tareas están relacionadas inversamente con la procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).	<ul style="list-style-type: none"> ○ Test de propósito vital (PIL) ○ Escala de Procrastinación académica (EPA)
¿Cuál es la relación que existe entre dialéctica destino-libertad y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021)?	Determinar la relación que existe entre dialéctica destino-libertad y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).	La dialéctica destino-libertad está relacionado inversamente con la procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021).	

Anexo 02: Aspectos generales

Aspectos generales

Género	Femenino			Masculino			
Edad							
Estado civil	Soltero(a)	Conviviente		Casado(a)		Divorciado(a)	
Ocupación	Solo estudia			Trabaja y estudia			
¿Tiene hijos?	Sí	No		¿Cuántos hijos tiene?			
Carrera profesional	Administración de Empresas	Mecánica Automotriz	Producción Agropecuaria	Contabilidad	Computación e Informática	Técnica en Farmacia	Enfermería Técnica
Semestre académico	Segundo (II)			Cuarto (IV)		Sexto (VI)	

Anexo 03: Test de sentido de vida

Test de Sentido de Vida

PARTE A:

Instrucciones:

Por favor, rodee con un círculo el número que más se aproxime a la afirmación que considere mejor describe su caso o con la cual más se identifique. En lo posible evite las respuestas neutras (4) y evalúe entre los dos extremos.

1. En la vida por lo general me siento:

1	2	3	4	5	6	7
Completamente aburrido			(Neutral)			Entusiasmado exuberante

2. La vida me parece:

7	6	5	4	3	2	1
Siempre emocionalmente			(Neutral)			Una rutina completa

3. En la vida yo:

1	2	3	4	5	6	7
No tengo ninguna meta u objetivo claro			(Neutral)			Tengo metas y objetivos muy claros

4. Mi existencia personal:

1	2	3	4	5	6	7
Carece de sentido y propósito			(Neutral)			Tiene mucho propósito y sentido

5. En mi vida, cada día es:

7	6	5	4	3	2	1
Constantemente nuevo y distinto			(Neutral)			Exactamente igual y monótono

6. Si pudiera elegir, yo:

1	2	3	4	5	6	7
Preferiría nunca haber nacido			(Neutral)			Desearía nueve vidas igual a esta

7. Después de jubilarme, yo deseo:

7 6 5 4 3 2 1

Hacer alguna de
las cosas que
siempre quise
hacer

(Neutral)

Descansar
completamente por
el resto de mi vida

8. En el logro de las metas de mi vida:

1 2 3 4 5 6 7

No he hecho
ningún progreso

(Neutral)

He progresado
hasta conseguir
todas

9. Mi vida se encuentra:

1 2 3 4 5 6 7

Vacía, solo llena
de
desesperación

(Neutral)

Rebosante de cosas
buenas y
emocionantes

10. Si muriera hoy, sentiría que mi vida ha sido:

7 6 5 4 3 2 1

Muy provechosa

(Neutral)

Completamente
inútil

11. Cuando pienso en mi vida:

1 2 3 4 5 6 7

Frecuentemente
aburrido

(Neutral)

Es muy clara la
razón por la que
estoy acá

12. En relación con mi vida, el mundo:

1 2 3 4 5 6 7

Me confunde por
completo

(Neutral)

Encaja muy bien
con ella

13. Yo soy una persona:

1 2 3 4 5 6 7

Una persona
irresponsable

(Neutral)

Entusiasmado
exuberante

14. Acerca de la libertad del ser humano para elegir, yo creo que el ser humano:

7 6 5 4 3 2 1

Es absolutamente
libre de hacer todas
las elecciones de su
vida

(Neutral)

Está
completamente
restringido por
sus limitaciones
de herencia y
ambiente

15. Con respecto a la muerte, yo:

7 6 5 4 3 2 1

Estoy preparado y
sin temor

(Neutral)

No estoy
preparado y me
da temor

16. Con respecto al suicidio, yo:

1 2 3 4 5 6 7

He pensado
seriamente en el
cómo una salida

(Neutral)

Nunca lo he
considerado

17. Mi habilidad para encontrar un sentimiento, un propósito o una misión en la vida es:

7 6 5 4 3 2 1

Muy grande

(Neutral)

Prácticamente
nula

18. Mi vida se encuentra:

7 6 5 4 3 2 1

En mis manos y
la controlo

(Neutral)

Fuera de mis manos
y controlada por
factores externos a
mi voluntad

19. Mis labores diarias son las siguientes:

7 6 5 4 3 2 1

Una fuente de
placer y
satisfacción

(Neutral)

Una experiencia
dolorosa y
aburrida

20. Me he dado cuenta:

1 2 3 4 5 6 7

Que carezco de
sentido y
propósito en la
vida

(Neutral)

Tengo metas
claras y un
propósito
satisfactorio
para mi vida

Anexo 04: Procrastinación académica

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

Esta escala contiene enunciados que tienen como finalidad evaluar la forma como enfrentas y organizas tus actividades académicas. Para ello, debes indicar en qué medida cada uno de los enunciados es verdadero, de acuerdo a cómo te sientes, piensas o actúas la mayoría de las veces. Recuerda que no hay respuestas correctas o incorrectas, solo nos interesa saber cómo eres usualmente, NO como deberías ser.

Lea detenidamente y con atención los ítems que a continuación se le presentan, luego marque con un aspa (x) la respuesta que crea correcta para usted.

N = Nunca	CN = Casi nunca	AV = Algunas veces	MV = Muchas veces	S = Siempre
----------------------	----------------------------	-------------------------------	------------------------------	--------------------

N °	ÍTEM	ESCALA DE RESPUESTAS				
		Nunca	Casi Nunca	A veces	Casi Siempre	Siempre
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.					
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
3	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
4	Asisto regularmente a clase.					
5	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
6	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.					
7	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan					
8	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.					
9	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					

10	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
11	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
12	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.					

Anexo 05: Reporte de Validación de instrumentos de investigación (Validez de contenido)

Test de Sentido de Vida



Universidad
Continental

REPORTE DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

(VALIDEZ DE CONTENIDO)

JUICIO DE EXPERTOS

I. DATOS GENERALES:

1. Título de la Investigación: **"Sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de una institución de educación superior de Huancayo - 2021"**
2. Nombre del instrumento: **Test de sentido de vida**
3. Autor del instrumento: **Dr. James Crumbaugh y Dr. Leonard Maholick**
4. Nombre del experto: **Stephany Gabriela Jibaja Gutierrez**
5. Área de desempeño laboral: **Psicología Clínica**

MARQUE EN EL RECUADRO RESPECTIVO, SI EL INSTRUMENTO A SU JUICIO CUMPLE O NO CON EL CRITERIO EXIGIDO:

CRITERIOS			Valoración		OBSERVACIÓN
			SI	NO	
1.	CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje claro y apropiado	X		
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables	X		
3.	PERTINENCIA	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica	X		
4.	ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica	X		
5.	SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad	X		
6.	ADECUACIÓN	Adecuado para valorar el constructo o variable a medir	X		
7.	CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos	X		
8.	COHERENCIA	Entre las definiciones, dimensiones e indicadores	X		
9.	METODOLOGÍA	La estrategia corresponde al propósito de la medición	X		
10.	SIGNIFICATIVO	Es útil y adecuado para la investigación	X		

CRITERIO DE VALIDACIÓN DEL EXPERTO: Procede su aplicación: SI(X) NO()

Nombres y apellidos	STEPHANY GABRIELA JIBAJA GUTIERREZ	DNI	46403285
Dirección	JR. LOS MONTES 461	Teléfono	965955515
Título profesional/ Especialidad	LICENCIADA EN PSICOLOGIA / TERAPIA FAMILIAR SISTEMICA		
Grado académico	LICENCIADA		
Mención	PSICOLOGIA		

Stephany G. Jibaja Gutierrez
PSICÓLOGA
C.P.P. 1975

Firma del experto

(VALIDEZ DE CONTENIDO)
JUICIO DE EXPERTOS
I. DATOS GENERALES:

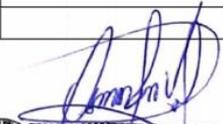
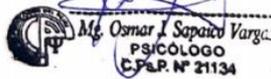
1. Título de la Investigación: **“Sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de una institución de educación superior de Huancayo-2021”**
2. Nombre del instrumento: **Test de sentido de vida**
3. Autor del instrumento: **Dr. James Crumbaugh y Dr. Leonard Maholick**
4. Nombre del experto: **Osmar Jesus Sapaico Vargas**
5. Área de desempeño laboral: **Psicólogo**

MARQUE EN EL RECUADRO RESPECTIVO, SI EL INSTRUMENTO A SU JUICIO CUMPLE O NO CON EL CRITERIO EXIGIDO:

CRITERIOS			Valoración		OBSERVACIÓN
			SI	NO	
1.	CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje claro y apropiado	X		
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables	X		
3.	PERTINENCIA	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica	X		
4.	ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica	X		
5.	SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad	X		
6.	ADECUACIÓN	Adecuado para valorar el constructo o variable a medir	X		
7.	CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos	X		
8.	COHERENCIA	Entre las definiciones, dimensiones e indicadores	X		
9.	METODOLOGÍA	La estrategia corresponde al propósito de la medición	X		
10.	SIGNIFICATIVO	Es útil y adecuado para la investigación	X		

CRITERIO DE VALIDACIÓN DEL EXPERTO: Procede su aplicación: SI (X) NO ()

Nombres y apellidos	OSMAR JESUS SAPAICO VARGAS	DNI	46411147
Dirección	JR. LIBERTAD 361 EL TAMBO	Teléfono	943131312
Título profesional/ Especialidad	PSICOLOGO		
Grado académico	MAGISTER		
Mención	GESTION EDUCATICA		

M^c. Osmar J. Sapaico Vargas
PSICÓLOGO
C.P.S.P. N° 21134

**REPORTE DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN
(VALIDEZ DE CONTENIDO)
JUICIO DE EXPERTOS**

I. DATOS GENERALES:

1. Título de la Investigación: **"Sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de una institución de educación superior de Huancayo -2 021"**
2. Nombre del instrumento: **Test de sentido de vida**
3. Autor del instrumento: **Dr. James Crumbaugh y Dr. Leonard Maholick**
4. Nombre del experto: **Lic. Psic. Melany Madeleine Aquino Montoya**
5. Área de desempeño laboral: **Psicología clínica**

MARQUE EN EL RECUADRO RESPECTIVO, SI EL INSTRUMENTO A SU JUICIO CUMPLE O NO CON EL CRITERIO EXIGIDO:

CRITERIOS			Valoración		OBSERVACIÓN
			SI	NO	
1.	CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje claro y apropiado	X		
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables		X	Los ítems hacen referencia a la percepción del evaluado(a) no necesariamente observable ante el evaluador
3.	PERTINENCIA	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica	X		
4.	ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica	X		
5.	SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad	X		
6.	ADECUACIÓN	Adecuado para valorar el constructo o variable a medir	X		
7.	CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos	X		
8.	COHERENCIA	Entre las definiciones, dimensiones e indicadores	X		
9.	METODOLOGÍA	La estrategia corresponde al propósito de la medición	X		
10.	SIGNIFICATIVO	Es útil y adecuado para la investigación	X		

CRITERIO DE VALIDACIÓN DEL EXPERTO: Procede su aplicación: SI (X) NO ()

Nombres y apellidos	Melany Madeleine Aquino Montoya	DNI	73197251
Dirección	Jr. Santa Rosa 274 – San Carlos - Huancayo	Teléfono	951873308
Título profesional/ Especialidad	Psicóloga		
Grado académico	Licenciada		
Mención			




Lic. Psic. Melany Aquino Montoya

Escala de Procrastinación Académica



REPORTE DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

(VALIDEZ DE CONTENIDO)

JUICIO DE EXPERTOS

I. DATOS GENERALES:

1. Título de la Investigación: **“Sentido de Vida y procrastinación académica en estudiantes de una institución de educación superior de Huancayo-2021”**
2. Nombre del instrumento: **Escala de Procrastinación Académica**
3. Autor del instrumento: **Deborah Ann Busko(1998)**
4. Adaptación Limeña: **Sergio Alexis Domínguez Lara (2016)**
5. Nombre del experto: **Ps. Jorge Salcedo Chuquimantari**
6. Área de desempeño laboral: **Director EAP Psicología**

MARQUE EN EL RECUADRO RESPECTIVO, SI EL INSTRUMENTO A SU JUICIO CUMPLE O NO CON EL CRITERIO EXIGIDO:

CRITERIOS			Valoración		OBSERVACIÓN
			SI	NO	
1.	CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje claro y apropiado	X		
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables	X		
3.	PERTINENCIA	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica	X		
4.	ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica	X		
5.	SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad	X		
6.	ADECUACIÓN	Adecuado para valorar el constructo o variable a medir	X		
7.	CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos	X		
8.	COHERENCIA	Entre las definiciones, dimensiones e indicadores	X		
9.	METODOLOGÍA	La estrategia corresponde al propósito de la medición	X		
10.	SIGNIFICATIVO	Es útil y adecuado para la investigación	X		

CRITERIO DE VALIDACIÓN DEL EXPERTO: Procede su aplicación: SI (X) NO ()

Nombres y apellidos	Jorge Antonio Salcedo Chuquimantari	DNI	41536902
Dirección	Jr 2 de Mayo N°699	Teléfono	954956810
Título profesional/ Especialidad	Lic en Psicología- Especialidad Psicología Organizacional		
Grado académico	Maestro en Educación		
Mención	Educación Superior		

Firma del Experto

(VALIDEZ DE CONTENIDO)
JUICIO DE EXPERTOS
I. DATOS GENERALES:

1. Título de la Investigación: **"Sentido de Vida y procrastinación académica en estudiantes de una institución de educación superior de Huancayo - 2021"**
2. Nombre del instrumento: **Escala de Procrastinación Académica**
3. Autor del instrumento: **Deborah Ann Busko(1998)**
4. Adaptación Limeña: **Sergio Alexis Domínguez Lara (2016)**
5. Nombre del experto: **Ps. Jeanpierre Mendoza Carhuamaca**
6. Área de desempeño laboral: **Tutoría en Educación Superior (PRONABEC)**

MARQUE EN EL RECUADRO RESPECTIVO, SI EL INSTRUMENTO A SU JUICIO CUMPLE O NO CON EL CRITERIO EXIGIDO:

CRITERIOS			Valoración		OBSERVACIÓN
			SI	NO	
1.	CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje claro y apropiado	X		
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables	X		
3.	PERTINENCIA	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica	X		
4.	ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica	X		Se observa un orden adecuado.
5.	SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad	X		
6.	ADECUACIÓN	Adecuado para valorar el constructo o variable a medir	X		Cumple con las dimensiones y el constructo.
7.	CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos	X		Está correctamente citado.
8.	COHERENCIA	Entre las definiciones, dimensiones e indicadores	X		Hay coherencia
9.	METODOLOGÍA	La estrategia corresponde al propósito de la medición	X		Cumple con su propósito
10.	SIGNIFICATIVO	Es útil y adecuado para la investigación	X		

CRITERIO DE VALIDACIÓN DEL EXPERTO: Procede su aplicación: SI(X) NO()

Nombres y Apellidos	Jeanpierre Mendoza Carhuamaca	DNI	71710216
Dirección	Jr, los manzanos 1266	Teléfono	970933363
Título profesional/ Especialidad	Licenciado en psicología		
Grado académico	Licenciado		
Mención	Especializado en psicología organizacional	Master en coaching deportivo directivo y psicología de alto rendimiento	



Firma del experto

**(VALIDEZ DE CONTENIDO)
JUICIO DE EXPERTOS**
I. DATOS GENERALES:

1. Título de la Investigación: **"Sentido de Vida y procrastinación académica en estudiantes de una institución de educación superior de Huancayo-2021"**
2. Nombre del instrumento: **Escala de Procrastinación Académica**
3. Autor del instrumento: **Deborah Ann Busko(1998)**
4. Adaptación Limeña: **Sergio Alexis Domínguez Lara (2016)**
5. Nombre del experto: **Mg. Yesenia Zúñiga Cabeza**
6. Área de desempeño laboral: **Clínico y educativo**

MARQUE EN EL RECUADRO RESPECTIVO, SI EL INSTRUMENTO A SU JUICIO CUMPLE O NO CON EL CRITERIO EXIGIDO:

CRITERIOS			Valoración		OBSERVACIÓN
			SI	NO	
1.	CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje claro y apropiado	✓		
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables	✓		
3.	PERTINENCIA	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica	✓		
4.	ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica	✓		
5.	SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad	✓		
6.	ADECUACIÓN	Adecuado para valorar el constructo o variable a medir	✓		
7.	CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos	✓		
8.	COHERENCIA	Entre las definiciones, dimensiones e indicadores	✓		
9.	METODOLOGÍA	La estrategia corresponde al propósito de la medición	✓		
10.	SIGNIFICATIVO	Es útil y adecuado para la investigación	✓		

CRITERIO DE VALIDACIÓN DEL EXPERTO: Procede su aplicación: SI(x) NO()

Nombres y apellidos	Yesenia Zúñiga Cabeza	DNI	41374507
Dirección	Jr. Los Guindales Mz D Lt 1- Huancayo	Teléfono	981957965
Título profesional/ Especialidad	Psicólogo		
Grado académico	Magister		
Mención	Educación Infantil y neuroeducación		



Yesenia R. Zúñiga Cabeza
PSICÓLOGA
C.P.F.P. 18262

Firma del experto

Anexo 06: Protocolo de aplicación virtual de cuestionarios

PROTOCOLO DE APLICACIÓN VIRTUAL DE CUESTIONARIOS

Título de la Investigación:

“Sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo (2021)”

Investigador Responsable:

Bach. Ps. Diana Pilar Procil Flores

Propósito del estudio:

Determinar la relación que existe entre sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de la ciudad de Huancayo (2021).

Procedimiento:

1. Se seleccionará a los estudiantes para la aplicación de las pruebas psicológicas.
2. Se formará un grupo integrado por delegados de todas las carreras y ciclo académico.
3. Se organizará una breve reunión meet con los delegados de las diversas carreras profesionales y ciclos académicos, donde se explicará el consentimiento informado y se absolverán las dudas relacionadas a la aplicación de las pruebas para que posteriormente ellos puedan compartir el enlace del formulario de Google con sus compañeros.
4. Se les enviará el enlace y se pedirá que compartan la información con sus compañeros.

Anexo:

Se adjunta el enlace del formulario de Google: <https://forms.gle/xbeBX3PFSDZqRkgi8>

Sección 01: Consentimiento Informado de formulario de Google:

Consentimiento Informado-Escrito

Estimado(a) participante, se le invita a participar del presente estudio, titulado “Sentido de Vida y Procrastinación Académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo”, el cual tiene como objetivo determinar la relación que existe entre sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo-2021.

Los requisitos para participar son los siguientes:

- Estar matriculado en el instituto de educación superior
- Asistir regularmente a clases.

La participación es voluntaria y anónima. Todos sus datos se mantendrán en estricta confidencialidad, se codificarán con un número para identificarlo de modo que se mantenga su estricto anonimato; asimismo no serán usados para ningún otro propósito que la investigación. Su participación no involucra ningún beneficio directo para su persona, si usted lo desea un informe de resultados de la investigación se le puede hacer llegar cuando la investigación haya culminada y usted lo solicite, para ello podrá brindar el medio de comunicación que considere conveniente para hacerle llegar la información.

Si tiene alguna duda o requiere conocer más información, por favor comuníquese al siguiente correo: 74043272@continental.edu.pe o al celular 933321787.

He leído la información, por tanto

- Acepto participar
- No acepto participar

Anexo 07: Oficio de aceptación para aplicación de cuestionarios por el instituto Superior



Instituto de Educación Superior Tecnológico Público

"JOSÉ MARÍA ARGUEDAS"

SICAYA - HUANCAYO

R.M. 0811-93 ED
REVALIDADO CON R.D. N° 414-2005-ED

¡Formando Profesionales
competitivos!

"AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERÚ: 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA"

Sicaya, 28 de setiembre de 2021.

OFICIO N° 261-2021-DG-IESTP "JMA"-S

SEÑORA:
Diana Pilar PROCIL FLORES
Presente.-

ASUNTO : ACEPTACIÓN PARA APLICACIÓN ENCUESTAS DE TESIS.
REF. : Exp. Virtual N° 2378-2021-IESTP "JMA"-S

Tengo el agrado de dirigirme a usted, para expresar mi cordial saludo a nombre del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "José María Arguedas" del distrito de Sicaya.

El presente es para comunicarle que, habiendo recibido el documento de la referencia, nuestra Casa Superior de Estudios ACEPTA la solicitud representada por su persona para la aplicación de la tesis titulada: "Sentido de Vida y Procrastinación Académica en Estudiantes de un Instituto de Educación Superior, Huancayo-2021". Cabe resaltar que deberá brindar el apoyo para el desarrollo de charlas psicológicas a favor de los estudiantes, favor de comunicarse con la Lic. Yomar Rojas Castillo, jefe de la Unidad de Empleabilidad y Bienestar de nuestra institución al número de celular 947036078 para las coordinaciones necesarias.

Sin otro en particular, es propicia la oportunidad para reiterarle las muestras de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente,



Mp. Moisés Meigano Delgado
DIRECTOR GENERAL (R)
C.M.: 1020066513
I.E.S.T.P. "JOSÉ MARÍA ARGUEDAS" SICAYA

MMD/Dir.Gen.
Elh/sec
cc. Archivo

"JOSÉ MARÍA ARGUEDAS"

Anexo 08: Informe de conformidad comité de ética



Huancayo, 15 de noviembre del 2021

OFICIO N° 090-2021-CE-FH-UC

Señor(a):

PROCIL FLORES, DIANA PILAR

Presente-

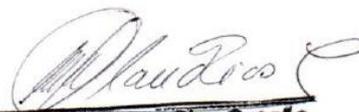
EXP. 090-2021

Tengo el agrado de dirigirme a usted para saludarle cordialmente y a la vez manifestarle que el estudio de investigación titulado: “Sentido de vida y procrastinación académica en estudiantes de un instituto superior de Huancayo - 2021” ha sido **APROBADO** por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Humanidades, bajo las siguientes observaciones:

- El Comité de Ética puede en cualquier momento de la ejecución del trabajo solicitar información y confirmar el cumplimiento de las normas éticas (mantener la confidencialidad de datos personales de los individuos entrevistados).
- El Comité puede solicitar el informe final para revisión final.

Aprovechamos la oportunidad para renovar los sentimientos de nuestra consideración y estima personal.

Atte,



Claudia Ríos Cataño
Comité de Ética en Investigación
Facultad de Humanidades
Presidenta
Universidad Continental

Anexo 09: Base de datos

SV 01	SV 02	SV 03	SV 04	SV 05	SV 06	SV 07	SV 08	SV 09	SV 10	SV 11	SV 12	SV 13	SV 14	SV 15	SV 16	SV 17	SV 18	SV 19	SV 20	PA 01	PA 02	PA 03	PA 04	PA 05	PA 06	PA 07	PA 08	PA 09	PA 10	PA 11	PA 12	
6	5	7	5	5	6	7	4	6	4	5	5	6	6	6	4	5	6	6	7	1	2	1	1	1	1	2	3	2	1	2	1	
5	4	6	6	4	4	5	6	4	5	5	4	4	4	4	6	7	6	6	6	2	2	3	1	1	1	1	2	3	2	2	1	
1	3	7	7	7	6	7	4	7	7	7	4	7	7	7	7	7	7	2	7	2	3	4	1	2	1	1	4	4	4	4	2	
6	5	6	6	6	4	6	6	6	5	5	6	7	7	7	6	6	7	6	6	2	2	2	1	1	3	2	1	1	1	1	1	
4	5	7	4	4	5	6	2	4	3	3	5	5	3	4	5	5	6	4	7	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	1	1	
6	3	6	6	6	6	6	7	6	6	6	6	6	5	3	6	6	6	6	6	2	2	3	5	1	1	1	1	1	1	1	1	
5	7	7	7	6	6	4	5	5	5	4	5	6	7	2	7	7	6	6	7	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	1	
5	5	6	6	4	6	5	6	5	6	6	6	6	7	6	6	6	6	5	5	2	2	2	1	2	2	2	3	3	2	3	2	
6	1	7	2	2	1	7	4	1	7	2	1	6	2	7	1	4	3	3	4	2	3	5	1	2	3	3	2	3	2	3	2	
6	6	5	6	6	7	7	6	7	6	7	4	6	4	6	7	7	6	7	6	3	3	2	1	1	2	1	3	2	2	2	2	
3	4	4	5	4	4	7	6	6	2	2	2	1	6	2	1	2	1	2	1	2	3	3	1	1	2	3	1	2	1	2	2	
4	3	6	5	3	4	6	6	4	4	6	4	5	4	7	3	4	3	3	4	2	2	3	1	1	1	1	3	2	4	2	1	
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
7	2	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	2	1	7	7	7	7	7	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
4	4	7	6	2	5	5	6	5	6	6	6	6	3	6	3	6	6	4	7	2	3	3	1	1	1	1	2	3	2	3	2	
3	4	6	6	3	6	7	6	4	7	6	5	5	7	2	7	7	6	5	6	3	3	2	1	1	2	3	3	2	3	2	2	
2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	3	3	4	4	4	3	2	3	1	2	2	3	3	3	3	3	3	
4	6	6	6	4	7	7	6	6	4	5	6	6	6	6	7	7	7	6	7	3	3	3	1	2	2	4	3	2	2	2	1	
5	4	7	7	7	7	6	7	7	6	6	6	7	7	7	7	6	7	7	7	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
7	7	7	7	7	7	6	5	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	3	3	4	1	1	1	1	2	3	1	2	1	
4	4	6	3	3	3	7	7	4	3	3	4	5	6	6	4	5	5	5	4	3	2	3	1	2	2	2	2	3	3	3	3	
5	6	6	5	5	5	7	5	3	3	5	3	6	5	3	5	5	6	5	6	3	3	3	5	2	3	3	2	3	3	4	1	
4	5	5	6	5	6	7	4	5	5	5	4	6	7	7	7	5	6	5	5	3	2	3	1	1	1	3	3	2	1	2	3	
5	4	5	4	5	5	5	6	5	5	5	4	5	5	5	7	5	5	5	6	1	3	2	1	1	3	3	2	2	2	3	2	
4	3	6	6	4	6	7	6	4	5	6	5	5	6	4	7	5	6	5	5	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	

5	4	6	6	5	5	6	6	5	5	5	6	5	4	2	7	6	4	4	6	3	3	2	1	2	3	2	2	3	2	3	2
5	5	6	6	5	6	7	5	5	6	6	3	5	4	6	5	6	6	5	6	3	3	4	1	1	3	3	1	2	1	2	1
7	7	7	7	7	7	7	5	6	7	7	7	7	7	7	7	7	6	7	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
6	6	6	7	6	7	7	7	7	7	7	7	6	7	7	7	7	7	7	3	4	2	2	2	2	2	2	3	4	2	3	1
6	6	7	7	6	6	6	7	6	7	7	6	6	6	2	7	7	6	7	7	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1
5	6	7	7	6	7	7	6	6	6	6	6	6	6	7	7	7	6	7	7	3	2	3	1	1	1	1	2	1	1	1	1
5	4	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	4	7	7	7	7	7	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1
4	6	7	7	6	6	7	7	7	7	7	6	7	7	7	7	7	7	7	3	4	4	1	2	1	4	2	3	2	2	3	
6	6	7	6	6	5	6	6	5	4	5	3	6	3	1	3	5	5	4	3	3	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	2
3	3	4	6	3	5	3	3	3	3	3	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	2	2	3	3	2	3	3	3	3
2	3	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	5	5	5	6	5	5	5	5	3	3	3	1	1	1	1	2	2	3	2	1
6	6	7	7	7	6	6	7	7	6	7	7	6	7	6	7	7	7	7	7	3	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1
5	5	6	6	6	7	7	6	6	6	6	6	6	6	6	7	6	6	6	6	3	1	2	1	2	2	2	1	2	2	4	2
3	2	3	6	4	4	3	5	4	3	6	3	6	4	4	3	5	3	6	5	3	4	3	2	3	4	2	3	3	2	3	2
4	4	7	6	4	4	7	5	5	4	4	4	7	7	5	7	7	5	5	6	3	3	2	1	1	3	3	2	2	1	2	2
7	7	7	7	6	7	7	6	6	7	7	6	6	7	3	6	7	6	6	6	2	2	3	1	1	1	1	2	2	1	2	1
7	7	7	7	7	7	7	6	7	7	7	7	4	5	1	3	6	6	7	7	4	3	1	1	2	3	4	2	2	1	1	1
6	6	7	6	4	5	5	3	5	3	3	2	5	7	1	6	6	4	3	5	3	2	1	1	1	1	3	2	1	1	1	1
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	1	7	7	7	6	7	3	3	3	1	1	1	1	1	2	1	2	1
6	6	6	6	7	7	5	6	7	5	6	5	7	7	5	7	6	6	5	6	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	1
3	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	1	3	3	5	1	1	1	1	3	2	3	1
6	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	6	7	6	7	7	7	7	7	1	1	2	1	1	3	3	1	1	2	1	1
5	7	7	6	6	7	7	7	6	6	6	6	7	7	7	7	7	7	7	7	3	3	3	1	2	1	1	1	1	1	2	1
6	4	7	7	7	7	7	6	6	7	7	7	7	6	6	6	6	6	6	7	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	6	7	7	7	7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
7	5	7	7	6	6	6	5	6	6	6	5	7	4	3	7	7	6	7	7	3	3	3	1	1	1	1	2	3	1	3	1
6	7	7	7	7	5	7	6	5	4	7	7	7	7	4	5	7	5	5	7	3	1	1	2	2	3	2	1	2	1	1	2
4	7	7	7	7	5	7	7	3	4	6	3	7	1	7	2	7	3	4	6	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1

5	5	6	5	7	5	6	4	5	5	7	6	7	6	6	6	6	5	6	3	3	3	5	2	3	3	1	2	1	2	1		
5	7	7	5	6	6	6	6	6	3	6	6	6	6	3	6	6	6	6	7	3	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	
6	4	7	6	5	6	7	6	6	5	7	6	5	7	1	6	7	7	6	6	4	2	3	2	1	4	4	2	2	2	2	1	
5	5	6	6	5	5	1	6	5	4	5	4	6	5	4	4	6	7	6	6	2	3	3	1	1	3	3	2	4	1	4	1	
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	6	7	7	7	7	7	7	3	1	1	1	1	1	1	1	3	1	2	1	
5	5	5	4	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	2	2	4	2	1	2	3	2	4	3	3	3
6	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	6	7	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	4	
4	6	7	7	6	6	6	6	4	4	5	6	6	6	5	7	7	7	6	6	3	3	4	1	1	2	2	1	2	1	1	1	
7	5	6	5	4	1	7	3	1	1	1	1	1	3	2	1	7	7	3	7	1	2	2	5	1	3	3	1	1	1	2	2	
7	7	7	6	7	6	5	4	3	4	5	5	5	3	4	3	4	4	4	5	3	4	3	2	1	3	3	1	3	3	3	1	
4	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	3	2	1	1	2	4	4	2	2	2	1	1	
5	6	6	6	6	6	6	5	6	6	6	5	6	6	6	6	6	5	6	7	3	1	3	1	1	3	2	1	1	1	1	1	
4	4	6	5	5	6	7	4	4	6	7	5	5	6	6	7	7	6	5	7	3	3	2	1	2	3	3	2	2	2	2	2	
2	2	5	3	3	3	2	3	3	3	2	2	4	5	7	1	3	4	3	3	4	4	4	1	2	3	3	1	4	1	3	3	
5	6	6	5	5	6	7	5	5	5	4	4	5	7	4	5	7	5	6	6	4	3	4	1	2	4	3	2	2	2	2	1	
5	6	6	7	7	7	7	5	6	6	7	6	5	6	4	7	6	5	5	5	3	2	2	1	3	3	4	2	2	2	3	1	
6	6	7	6	7	7	7	5	6	6	6	6	5	7	7	6	6	6	5	6	3	3	2	1	2	2	2	1	1	1	1	2	
3	7	7	7	7	7	7	4	5	7	7	6	7	7	5	7	7	7	7	7	1	2	3	1	1	1	1	2	1	2	1	1	
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	5	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	
1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	1	5	4	4	5	3	5	5	5	
5	5	6	6	6	5	5	5	6	5	5	3	5	3	3	7	6	6	5	5	3	3	2	1	2	3	2	2	3	3	3	3	
7	7	7	7	7	6	5	7	7	6	7	7	7	6	3	4	6	5	6	4	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
5	6	6	7	5	4	7	5	5	4	4	4	5	7	7	4	5	6	5	5	3	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	
4	5	7	7	4	6	7	7	7	6	7	5	7	7	5	7	7	7	7	7	3	2	4	1	1	2	2	1	3	1	2	1	
5	5	7	7	7	6	6	7	6	6	7	6	6	6	6	7	7	6	6	6	2	2	3	1	1	1	1	2	2	1	2	2	
7	6	7	7	6	5	5	6	3	2	4	6	6	7	7	6	7	7	6	7	3	4	2	1	1	4	4	2	3	2	3	1	
6	7	7	7	7	6	7	5	5	5	6	6	5	6	5	7	6	6	6	6	4	3	2	1	1	1	3	2	3	3	3	1	
4	3	4	4	4	4	6	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	1	1	4	4	2	3	2	3	2	
1	7	7	7	7	3	6	7	5	5	5	5	6	7	7	6	7	7	7	7	5	3	2	1	1	1	3	1	1	1	1	1	

5	5	6	6	6	6	6	5	5	5	6	5	6	6	6	7	6	6	6	6	4	3	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2
4	5	5	5	4	4	2	6	5	5	6	4	2	5	4	7	6	5	4	5	3	3	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2
7	7	7	7	7	7	4	7	7	7	7	7	7	7	5	7	7	7	7	7	2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1
5	5	6	7	6	7	6	6	7	7	7	7	6	7	5	7	6	7	7	7	3	3	1	1	2	3	3	2	1	1	2	2
6	6	7	7	7	6	7	7	7	7	7	6	6	7	7	7	7	7	7	7	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2
7	7	7	7	7	7	7	4	5	7	6	6	5	6	5	5	7	6	5	6	4	3	3	2	3	3	5	1	2	1	2	2
5	6	7	4	1	7	7	7	7	6	6	6	7	5	7	7	7	7	3	7	3	2	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1
6	7	7	7	6	7	7	7	6	6	7	6	6	7	7	7	7	6	7	7	3	2	3	1	1	3	2	1	2	2	2	1
6	5	6	6	4	4	7	6	7	6	6	5	6	7	3	7	7	6	6	6	2	2	2	1	2	1	2	2	3	2	3	1
4	3	6	5	3	5	5	5	3	4	4	3	5	4	4	5	5	4	3	4	3	3	2	3	1	4	4	2	2	2	2	1
1	7	7	7	7	7	7	5	7	3	7	7	6	6	5	7	7	7	7	7	2	3	5	1	1	1	1	1	4	1	1	1
6	6	6	6	5	7	5	5	7	6	6	6	6	7	6	6	6	6	5	6	4	3	3	1	1	2	2	1	2	1	2	3
6	6	5	4	5	4	4	4	5	5	4	4	4	4	2	1	6	5	2	3	2	1	3	2	1	1	2	2	3	1	2	1
4	3	2	7	2	7	7	2	7	5	7	3	1	7	7	7	7	7	1	7	4	5	3	1	2	3	3	1	5	5	5	4
5	2	7	7	7	7	7	7	6	7	7	6	7	7	2	6	7	6	7	7	3	3	2	5	1	1	1	1	1	1	1	1
5	5	6	6	5	5	7	6	5	4	5	5	6	6	2	6	7	6	6	6	2	1	1	1	1	1	1	2	2	3	2	1
7	6	7	7	6	7	5	7	7	7	7	7	7	7	5	7	7	7	7	7	3	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1
7	7	7	7	7	5	7	7	6	7	7	7	7	7	6	7	6	6	6	6	7	3	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1
5	6	7	7	7	7	6	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	3	2	2	1	1	3	3	2	2	2	2	2
6	6	7	6	6	6	2	6	7	7	7	6	7	6	6	6	6	6	6	7	3	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1
4	4	7	6	5	6	7	5	6	5	6	6	6	6	7	1	6	6	4	6	4	2	3	3	3	4	2	1	3	2	3	1
5	7	6	6	4	6	1	4	6	1	5	6	5	5	2	7	7	6	5	6	3	2	2	1	1	3	3	2	4	2	3	1
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	1	7	7	7	7	7	3	1	1	5	1	1	1	3	1	1	2	1
6	5	7	7	5	5	6	5	5	6	5	6	6	6	5	7	6	6	5	6	2	2	3	1	2	3	3	2	2	1	3	2
7	2	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	3	3	3	3	3	4	2	4	3	1	1	1	1	1	1	1	3	2	1	1
6	6	7	6	5	6	7	7	6	6	6	6	6	6	7	7	6	6	6	6	3	3	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1
7	7	7	7	4	5	7	7	6	5	7	6	6	6	3	6	7	6	5	6	3	3	2	1	1	1	2	1	3	1	3	1
5	4	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	1	7	7	7	7	7	3	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1
5	3	6	7	3	2	7	5	5	4	5	4	5	7	4	5	6	5	6	5	4	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2

4	3	7	7	4	6	7	7	5	7	6	6	6	7	7	5	7	6	5	7	2	2	3	2	1	1	1	2	2	3	2	1
7	5	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	2	3	1	1	1	3	2	1	1	1	1	1
7	1	7	7	7	7	7	7	2	7	7	7	7	7	1	1	2	5	6	7	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
5	6	7	7	5	6	7	7	7	7	7	6	7	6	6	6	6	4	4	7	3	2	2	5	1	1	1	1	1	1	1	
4	4	6	6	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	2	2
1	4	4	5	4	4	3	4	4	2	2	2	4	4	2	2	2	4	3	4	3	4	4	1	1	2	2	3	2	1	1	1
5	7	7	6	6	5	6	6	6	6	6	6	6	6	3	6	6	7	7	7	2	2	1	1	1	3	3	1	3	1	1	1
5	4	7	6	7	7	7	5	4	4	7	5	6	7	7	7	6	7	7	7	3	3	3	2	2	1	1	2	2	2	2	2
4	5	2	3	3	3	7	2	7	4	1	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
6	6	6	6	6	5	6	5	6	6	6	5	5	7	6	7	6	6	5	6	3	3	3	1	2	2	2	1	2	2	2	3
5	7	7	6	6	5	6	6	6	7	7	6	6	5	6	6	5	5	5	5	3	3	3	1	1	2	1	1	2	1	1	1
3	2	7	5	1	2	5	1	1	1	5	4	7	1	7	6	4	1	2	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1
4	4	7	6	7	6	7	7	6	5	6	5	6	7	4	6	7	6	6	7	3	2	3	1	1	2	3	2	2	2	3	1
5	6	7	7	6	7	7	6	6	6	7	5	5	7	3	7	6	6	6	6	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1
7	7	7	7	6	7	6	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	5	7	7	7	7	7	7	6	3	7	5	4	6	2	3	7	7	7	7	3	3	2	1	1	1	1	1	3	2	3	3
4	5	6	6	5	5	6	6	6	6	6	5	5	5	6	7	6	5	5	6	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2
5	3	7	7	4	4	7	6	3	5	6	3	5	7	7	2	7	7	6	7	3	2	1	1	1	3	2	1	1	1	1	1
1	1	4	2	1	1	7	5	1	2	2	2	4	7	7	1	4	1	2	2	3	3	2	1	2	2	1	2	2	1	3	1
5	6	7	7	7	7	7	5	6	4	7	7	7	6	7	2	7	4	3	7	2	2	2	1	1	1	1	1	3	3	2	1
5	5	6	6	4	7	7	5	5	6	5	4	6	6	6	7	6	6	5	5	3	2	2	1	2	2	2	2	4	3	4	3
4	6	7	7	7	2	7	6	4	3	5	3	5	6	6	7	6	5	6	6	3	3	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1
6	5	6	7	7	5	7	6	6	6	6	6	7	7	5	6	7	5	6	7	2	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	5	3	1	1	1	4	1	1	1	1	4	1	7	3	3	3	1	3	2	3	3	1	1	1	1	2	3	2	3	1
6	4	6	7	2	5	7	4	3	6	6	5	6	7	7	5	6	6	4	4	3	2	3	2	1	1	2	2	2	1	2	1
7	7	7	7	7	7	6	7	7	7	7	7	7	7	1	7	7	7	7	7	3	3	3	5	1	1	1	1	2	2	3	1
2	7	7	7	2	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	1	7	7	7	7	3	2	3	1	2	1	2	1	2	1	2	2
6	5	7	7	6	6	5	6	6	6	6	5	6	7	4	5	6	7	6	6	2	2	3	2	1	1	2	2	2	1	2	1
6	5	7	6	4	6	6	5	6	7	7	6	6	6	7	6	7	6	5	6	3	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2

5	5	6	6	5	4	7	6	5	5	5	6	6	7	4	7	5	6	5	6	2	3	2	1	1	2	2	3	3	2	2	1	
4	4	5	4	3	2	7	6	5	4	7	6	4	4	5	4	4	5	4	1	3	3	5	3	3	3	3	1	1	2	3	2	
7	7	7	7	7	7	5	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	1	1	3	3	1	1	1	1	3	1	3	1	
3	1	3	2	2	3	5	2	2	2	2	2	3	3	1	6	7	2	1	3	5	4	4	1	2	5	5	2	2	3	4	3	
5	5	6	6	5	6	6	5	5	5	5	6	5	6	6	5	6	7	6	7	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	4	3	
6	3	7	6	4	7	7	5	6	5	6	7	6	5	7	7	7	6	7	7	3	3	3	1	1	3	3	1	2	2	1	1	
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	
7	5	7	5	6	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	
5	5	7	7	4	6	5	7	5	5	6	6	5	4	5	6	7	7	4	7	1	1	3	1	1	3	3	1	1	2	2	1	
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2
5	5	7	7	7	5	7	5	5	6	6	5	6	5	4	7	7	5	5	6	3	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	
7	7	7	7	7	7	7	7	7	5	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	5	1	
6	6	6	6	6	6	7	5	7	7	6	6	7	7	7	7	7	6	7	6	4	5	4	1	1	2	2	3	2	2	2	1	
4	7	7	6	6	5	6	6	5	6	5	6	6	7	5	7	5	6	6	7	3	3	2	1	1	2	2	2	2	1	2	1	
7	7	7	7	7	7	7	7	7	6	6	7	6	7	7	7	7	7	7	7	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	1	1	1	1	1	1	1	1	5	1	5	1	
6	6	7	7	7	7	7	6	6	6	6	7	7	6	6	6	6	7	7	7	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
6	4	7	7	7	7	7	6	6	6	7	6	7	5	6	5	6	6	5	7	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
5	6	7	7	6	6	7	5	5	3	7	3	3	4	1	7	4	6	1	7	4	3	5	1	3	2	1	3	3	3	1	3	
7	7	7	7	7	7	1	7	7	7	7	7	7	7	6	7	7	7	7	7	3	2	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	
6	5	7	7	5	7	6	6	7	6	7	7	7	5	7	5	7	7	6	6	3	2	3	1	2	3	3	1	1	1	2	3	
7	7	7	7	7	7	7	7	1	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	3	3	2	2	1	3	3	1	4	4	3	2	
6	6	6	7	6	5	6	5	6	6	7	6	5	6	5	7	6	6	5	6	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
5	5	6	6	6	6	5	5	6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	1	3	1	1	1	1	3	2	2	2	2		
5	5	7	7	7	7	6	6	7	6	7	7	7	7	3	6	7	7	6	7	3	3	2	2	1	2	2	3	4	2	3	2	
3	4	7	7	7	7	7	7	7	7	6	6	6	7	4	1	7	7	6	7	3	2	3	1	1	3	2	1	4	1	1	1	
1	4	7	4	3	2	7	4	1	2	1	2	7	1	7	1	7	7	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	3	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2		

3	7	4	7	7	5	5	4	7	6	7	6	5	5	5	4	2	4	2	4	3	1	3	1	1	3	3	1	4	3	5	1
7	7	7	7	7	7	7	7	6	6	7	7	7	7	7	7	7	7	7	3	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1
5	6	7	7	2	5	3	5	6	5	6	4	7	7	7	7	6	7	6	7	3	1	2	1	1	2	2	3	2	3	3	1
6	4	7	7	7	6	7	7	7	6	7	7	7	6	7	6	7	7	5	7	3	3	1	2	1	2	2	2	5	1	2	2
7	6	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	6	6	7	7	7	7	5	7	3	2	3	1	1	3	3	2	2	2	3	2
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	6	7	7	6	7	7	7	7	7	3	3	2	1	2	3	3	2	2	2	2	3
7	7	7	7	7	7	6	7	6	4	6	7	7	7	5	5	7	7	6	7	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1
7	7	7	7	7	5	7	5	5	5	6	6	6	7	5	7	7	7	6	6	3	3	3	1	2	1	1	1	3	2	4	1
4	4	4	5	3	6	5	7	3	5	5	5	7	6	4	3	4	5	5	5	3	2	3	1	2	3	3	2	3	2	3	1
7	7	6	4	6	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	6	7	7	7	3	3	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	2	2	4	1	1	2	2	1	2	1	2	1
5	4	7	7	7	7	7	7	5	5	7	5	7	7	1	7	7	7	7	7	3	3	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1
7	7	7	7	7	6	1	7	7	7	7	2	7	7	2	7	7	7	7	7	1	1	3	1	1	1	2	1	3	2	5	1
6	5	6	5	5	6	6	5	5	5	6	5	6	5	4	7	6	6	5	5	2	2	3	2	1	3	3	2	2	1	2	1
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	3	2	3	2	1	3	3	2	2	1	3	2
7	7	7	7	7	7	7	7	6	6	7	6	7	7	7	7	7	7	7	7	3	3	3	2	2	4	4	1	1	2	3	2
6	4	6	7	5	5	5	6	6	5	6	5	6	5	4	3	4	5	5	5	3	3	3	1	3	3	2	2	3	2	3	2
1	1	5	1	1	3	4	3	2	2	2	2	5	1	5	2	4	5	3	3	2	2	4	1	1	1	1	3	3	3	3	3
5	7	5	6	6	6	7	7	7	7	7	7	6	7	3	7	7	7	4	7	4	2	3	1	1	2	3	1	3	1	1	2
3	4	5	5	4	4	4	4	3	5	4	4	4	4	3	5	5	4	4	4	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
5	7	7	6	7	7	7	7	6	5	7	7	6	7	6	6	7	7	6	7	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1
5	7	6	7	7	7	7	6	5	7	7	5	7	5	7	5	5	5	5	6	3	4	3	2	3	5	5	1	4	1	3	2
1	1	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	3	2	1	1	2	1	3	3	3	2	1	1
6	7	7	7	7	5	7	4	3	6	7	7	6	6	7	4	7	6	6	7	3	3	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1
5	6	7	7	7	7	7	6	4	6	6	7	7	6	6	7	7	6	7	7	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1
7	7	7	6	7	6	7	6	6	6	6	6	7	7	7	6	7	6	6	6	2	1	3	1	1	1	1	1	1	2	1	1
5	4	1	3	2	5	7	7	6	5	6	7	7	7	7	7	6	7	7	4	1	1	3	1	1	1	1	1	2	1	1	1
3	4	5	6	6	6	6	5	6	5	6	6	6	5	4	5	5	5	5	5	3	3	3	1	1	2	3	3	2	3	3	1

6	7	7	7	5	7	7	6	6	6	7	6	7	7	2	7	7	7	7	7	1	2	3	1	1	1	2	1	1	1	2	1	
5	6	7	6	6	7	7	6	7	7	6	7	6	7	2	6	7	6	7	7	3	3	1	1	1	2	2	2	3	3	3	1	
6	1	6	7	1	7	7	1	2	3	5	3	4	3	2	2	6	3	3	3	3	3	1	2	3	3	2	3	3	3	2		
6	6	6	7	7	6	7	6	6	5	7	7	6	5	4	7	7	6	6	6	3	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1		
5	6	6	5	5	5	6	5	5	5	5	5	6	5	4	6	6	5	5	5	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2		
5	4	1	6	3	6	7	4	1	1	1	1	1	7	1	1	2	1	1	2	3	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1		
6	6	7	7	5	5	6	6	5	6	7	7	7	7	6	7	7	7	7	7	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	
3	4	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	3	2	3	1	1	2	2	1	2	2	3	1	
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	3	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	
4	5	5	5	6	6	2	5	4	2	5	5	6	6	5	6	5	6	5	5	3	2	1	1	1	3	2	2	2	1	3	1	
3	4	3	3	2	4	3	3	3	4	5	4	4	7	6	5	4	5	4	4	3	2	3	1	1	1	1	2	2	2	1	2	
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	6	7	7	7	7	7	7	7	7	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
3	4	6	5	5	3	6	4	3	3	2	3	5	4	3	3	2	2	3	3	3	3	1	2	3	3	2	3	3	2	1		
3	4	7	7	4	4	4	5	4	4	4	4	5	6	6	3	7	6	4	4	4	3	3	1	1	3	3	1	3	1	1	1	
7	1	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
5	3	7	6	7	4	7	6	4	5	4	5	6	5	4	4	6	7	6	7	4	3	3	1	1	2	1	1	1	1	1	4	
7	6	7	7	7	7	7	7	6	6	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	4	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	
6	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	5	7	7	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
4	4	7	7	4	2	7	3	1	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	5	5	3	3	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1
7	4	7	7	7	7	6	6	6	5	7	6	6	7	6	7	7	7	7	7	2	2	1	1	1	1	1	2	4	1	1	1	
6	5	7	6	5	4	4	5	5	6	7	4	6	6	1	7	6	7	6	7	3	2	3	1	1	1	1	1	2	1	2	1	
6	5	4	6	5	7	4	5	5	6	5	4	4	5	6	6	4	5	4	4	3	3	4	1	1	3	1	1	3	1	4	1	
5	6	7	7	7	7	7	7	7	7	7	6	6	7	6	6	7	7	7	6	1	3	3	1	1	2	3	1	2	1	2	2	
4	4	5	4	4	4	4	5	4	3	4	4	4	4	6	4	4	4	4	4	3	3	3	2	2	4	4	3	3	3	3	2	
6	4	7	7	6	7	6	5	6	4	6	5	6	6	2	6	6	6	4	6	2	3	3	5	1	1	2	2	2	3	2	1	
4	5	7	4	5	6	4	5	4	6	6	6	6	6	7	6	6	7	6	6	2	1	3	1	1	3	1	1	2	2	2	1	
6	6	7	6	7	6	7	6	5	5	7	6	6	6	2	4	6	2	6	6	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	3	
6	6	7	7	5	7	7	6	6	6	5	6	6	6	5	7	7	7	6	7	3	2	2	1	1	2	1	3	2	2	2	1	

3	4	7	5	3	4	7	4	3	4	4	1	5	5	2	4	5	5	3	5	3	3	2	1	1	1	1	3	2	2	2	2
4	3	6	6	2	6	7	5	4	6	5	5	6	5	6	7	7	7	6	6	3	3	1	1	1	2	3	1	2	1	1	1
6	7	7	6	5	6	7	5	5	5	5	6	7	7	7	5	7	7	6	7	3	2	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1
5	2	7	6	4	6	7	6	5	5	4	4	7	7	6	6	7	6	6	7	3	3	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1
6	5	7	7	6	7	7	6	6	6	6	5	5	6	4	7	6	6	6	6	3	2	2	1	1	2	2	1	3	2	2	1
6	6	6	6	5	6	7	7	6	6	6	5	6	6	5	7	6	6	6	6	1	2	2	1	1	1	1	1	4	2	1	1
4	4	6	5	4	4	5	6	4	5	5	4	5	5	6	5	5	5	4	5	3	3	3	1	1	1	1	2	3	1	3	3
5	5	6	5	6	4	6	5	4	4	5	5	6	4	5	5	6	5	6	5	3	3	2	1	1	1	2	2	4	2	2	2