

FACULTAD DE HUMANIDADES

Escuela Académico Profesional de Psicología

Trabajo de Investigación

**Ansiedad y procrastinación en estudiantes
universitarios de la Facultad de Humanidades en
países hispanohablantes en los últimos 5 años**

Samuel Melecio Capcha Torres
Kevin Bryan Ccente Romero
Brayan Antoni Chavez Mayta

Para optar el Grado Académico de
Bachiller en Psicología

Huancayo, 2021

Repositorio Institucional Continental
Trabajo de investigación



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

Dedicatoria

El presente trabajo se lo dedicamos, de manera especial, a nuestros padres, quienes sentaron en nosotros los fundamentos de la responsabilidad y los deseos de superación y fueron el principal apoyo en nuestra formación profesional, de igual manera a nuestros docentes que transmitieron su conocimiento y experiencia en nuestra formación académica.

Agradecimientos

Agradecemos a nuestros docentes por la labor impartida en nuestra formación los cuales sentaron las bases de nuestros conocimientos académicos, asimismo de manera particular a la doctora Casqui Molina Denci, por su continua orientación durante el desarrollo del presente trabajo que fueron favorables y adecuados para la elaboración y revisión de este artículo.

ÍNDICE

Dedicatoria	<u>ii</u>
Agradecimientos	<u>iii</u>
ÍNDICE	<u>iv</u>
RESUMEN	5
INTRODUCCIÓN	6
2. Objetivo:	8
3. Material y metodología	8
3.1. Estrategias de búsqueda	8
3.2. Criterios de selección	8
4. RESULTADOS	9
4.1. FIGURAS DE SEMEJANZA	9
4.2 Figuras de diferencias	10
5. DISCUSIÓN	10
6. CONCLUSIÓN	12
7. RECOMENDACIÓN	13
8. REFERENCIAS	14

RESUMEN

El propósito del presente artículo es analizar las investigaciones realizadas sobre la procrastinación académica y su relación con la ansiedad en estudiantes universitarios de países hispanohablantes durante los últimos cinco años. **Materiales y Métodos:** para un óptimo desarrollo y comprensión del presente artículo se hizo la búsqueda y la revisión selectiva de 15 artículos que contengan las variables requeridas en el proceso de investigación, así mismo se han establecido criterios de selección, los cuales se han seguido rigurosamente, también cabe mencionar la utilización de algunos test utilizados como la Escala de Procrastinación Académica (EPA), la Escala de Autoevaluación sobre la Ansiedad Zung, el Test Psicológico de Hamilton, el Test de Solomon y Rothblum de Escala sobre Procrastinación Académica, el Test BAI Inventario de la Ansiedad y el Inventario Autodescriptivo de Ansiedad Estado Rasgo (IDARE). **Resultados:** los quince artículos examinados en un 100 % denotan una relación significativa entre la ansiedad y la procrastinación en estudiantes universitarios. Así mismo, se puede determinar que el 100 % son de tipo cuantitativo, y finalmente se hace referencia que el inventario más utilizado para medir la procrastinación en los 15 artículos fue la Escala de Procrastinación Académica (EPA) 97 % y Otros inventarios 7 %, lo que da así un total de 100 %. Por otro lado, el 60 % de los artículos se realizaron en Perú, un 13 % en Colombia, finalmente un 7 % en países como Ecuador, México, República Dominicana y España, lo que da así un total de 100 % o 15 artículos. Así mismo, en los instrumentos utilizados para evaluar la ansiedad, el 15 % utilizó la Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung, un 13 % Inventario de Ansiedad: Rasgo-Estado (IDARE), 7 % Adaptación del Inventario Alemán de Ansiedad frente a los Exámenes (GTAI-A), otro 7 % el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) y un 7 % la Escala de Ansiedad ante Exámenes (CAEX) de un total del 47 %, que equivale a 6 artículos que refieren a la ansiedad. Finalmente, se hace mención a la población utilizada en los 15 artículos, de los cuales un 65 % de sexo Femenino y 35 % de sexo masculino, lo que da un total del 100 %. **Conclusiones:** podemos referir que la procrastinación académica se relaciona con la ansiedad. Así mismo, las investigaciones realizadas fueron en un 100 % de tipo cuantitativo. Por otro lado, la Escala de Procrastinación y Ansiedad fue la más utilizada en las investigaciones, debido a su validez y confiabilidad. También, se remite que en América Latina el porcentaje de varones que tiende a procrastinar es mayor al sexo opuesto. Así mismo, cabe mencionar que los instrumentos aplicados para medir la ansiedad en los diversos artículos son confiables y ello se da a observar en los resultados que muestran. Finalmente, se refiere que la procrastinación académica puede depender en demasía de la adaptación que pueda tener (el/la) estudiante a su vida universitaria.

PALABRAS CLAVE: ansiedad, procrastinación y estudiantes universitarios.

ABSTRACT

The purpose of this article is to analyze the research conducted on academic procrastination and its relationship with anxiety in university students from Spanish-speaking countries during the last 5 years.

Materials and Methods; For an optimal development and understanding of the present article, a selective search and review of 15 articles containing the variables required in the research process was carried out, and selection criteria were established and rigorously followed, It is also worth mentioning the use of some tests such as the Academic Procrastination Scale (EPA), Zung Anxiety Self-Assessment Scale, Hamilton Psychological Test, Solomon and Rothblum Academic Procrastination Scale Test, BAI Anxiety Inventory Test and the Self-Descriptive Inventory of Trait State Anxiety (IDARE). **Results,** 100 % of the fifteen items examined denoted a significant relationship between anxiety and procrastination in university students. It can also be determined that 100 % are of a quantitative type and finally it is noted that the inventory most used to measure procrastination in the 15 articles was the Academic Procrastination Scale (EPA) 97 % and other inventories 7 %, thus giving a total of 100 %. On the other hand, 60 % of the articles were carried out in Peru, 13 % in Colombia, finally 7 % in each of the countries such as Ecuador, Mexico, Dominican Republic and Spain, thus giving a total of 100 % or 15 articles, likewise in the instruments used to evaluate anxiety 15 % used the Zung Anxiety Self-Assessment Scale, 13 % (IDARE) Anxiety Inventory: Trait-State, 7 % Adaptation of the German Test Anxiety Inventory (GTAI-A), another 7 % the Beck Anxiety Inventory (BAI) and 7 % the Test Anxiety Scale (CAEX) for a total of 47 % which is equivalent to 6 items referring to anxiety. Finally, mention is made of the population used in the 15 articles, of which 65 % were female and 35 % male, giving a total of 100 %. **Conclusions;** we can say that academic procrastination is related to anxiety. Likewise, 100 % of the research carried out was of a quantitative type. On the other hand, the Procrastination and Anxiety Scale was the most used in the research, due to its validity and reliability. It is also noted that in Latin America the percentage of men who tend to procrastinate is higher than the opposite sex. It is also worth mentioning that the instruments applied to measure anxiety in the various articles are reliable and this can be seen in the results shown. Finally, it is mentioned that academic procrastination may depend too much on the adaptation of the student to his/her university life.

KEY WORDS: anxiety, procrastination and university students.

INTRODUCCIÓN

Ayuso (1988) define a la ansiedad como una “sensación subjetiva displacentera acompañada de tensión y malestar físico y mental; las cuales se manifiestan frente a situaciones las cuales la persona valora como amenazantes” (p. 18). Por ello se puede referir que la ansiedad es una sensación que no se puede interpretar de una forma específica, así mismo es no grata para las personas y a su vez se presentan en determinadas situaciones.

Por otro lado, Putwain, Connors, Symes, & Douglas Osborn (2012) y Stöber (2004) precisan que la ansiedad “se relaciona positivamente con las estrategias de búsqueda de apoyo y evitación” (p. 183). Por ello, se puede remitir que la ansiedad es un trastorno que generalmente se percibe y afecta a estudiantes universitarios, ya sea por las actividades que implica el estudiar o la autoexigencia y exigencia por parte de los docentes.

Así mismo, Senecal Julien y Guay (2003) definen a la procrastinación como “una tendencia irracional del ser humano por aplazar o retrasar el comienzo de la realización de una tarea por un periodo determinado de tiempo” (p. 14). Por tanto, se puede referir que la procrastinación es adoptada por la persona para no realizar las actividades que tiene pendientes en un tiempo determinado, así mismo el periodo que se retrasa dicha acción, no se puede determinar.

En relación con el párrafo anterior se define a la procrastinación como “un comportamiento que está fuertemente asociado al rechazo, a las exigencias e imposiciones y se caracteriza por una falta de organización y responsabilidad, sea en el ámbito académico, familiar o laboral” (Pardo, Perilla, Salinas, 2014, p. 5). Por ello se puede remitir que un comportamiento procrastinador siempre será reforzado por recibir en primer lugar la parte del placer, postergando las actividades displacenteras; lo cual repercutirá en la conducta de la persona; haciéndolo más fuerte hasta llegar a un punto en el cual la persona va a notar afecciones en diversos ámbitos de su vida.

Por otro lado, “el estudiante universitario es aquel individuo que evoluciona acorde a las necesidades que experimenta durante el proceso de vida, los cuales refuerzan su identidad estudiantil” (Matus, 2010, p. 6). Por ende, se puede remitir que los estudiantes sufren diversos cambios a lo largo de su formación académica, ya sea porque durante su etapa escolar han recibido cierto tipo de formación y cuando llegan a la universidad cambian ciertos aspectos; es así que busca adaptarse dejando de lado su identidad estudiantil de colegio.

El presente trabajo busca dar a conocer la relación existente entre la procrastinación y ansiedad en estudiantes universitarios, es por ello que se hace énfasis en la búsqueda continua de información sobre el tema en mención. Así mismo, el presente artículo se ha centrado en investigaciones realizadas en países hispanohablantes durante los últimos cinco años; finalmente podemos referir que la procrastinación se está presentando con mayor frecuencia en estudiantes universitarios y ello está estrechamente relacionada a la ansiedad que pueden llegar a sentir los mismos(as) ante determinadas situaciones (exámenes, exposiciones y trabajos).

2. Objetivo

Examinar las investigaciones sobre la ansiedad y su relación con la procrastinación en estudiantes universitarios de la facultad de humanidades en países hispanohablantes en los últimos cinco años.

3. Material y metodología

Para poder lograr el objetivo propuesto, se ha realizado una búsqueda selectiva de artículos que contengan las variables requeridas en el proceso de investigación, así mismo se han establecido criterios de selección, los cuales serán mencionados a continuación.

3.1. Estrategias de búsqueda

Para la búsqueda de los artículos utilizados en la presente investigación, se han utilizado algunas bibliotecas virtuales como Conciencia EPG (1), Afines (2), Scielo (3), Google Académico (4), Repositorio UAP (5), Revista Cultural (6), Scielo (7), Dialnet (8), Repositorio Unibe (9), Concytec (10), WebCache (11), Revista ECA (12), CASUS (13), Revista Edca (14) y Library (15). Así mismo, podemos remitir que se ha revisado un aproximado de 50 artículos publicados, de los cuales hemos tomado en cuenta 15 a partir de algunos criterios establecidos para la presente investigación, ya sea por el lugar de origen (países hispanohablantes), las variables contenidas en dichos artículos (procrastinación, ansiedad y estudiantes universitarios) y el año de publicación no menor a cinco años (2016-2021).

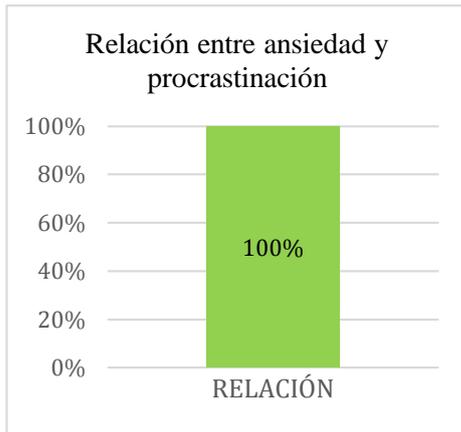
3.2. Criterios de selección

Para los criterios de selección, se han empleado las técnicas mencionadas anteriormente, así mismo para una óptima búsqueda de información se ha tenido en cuenta los siguientes criterios:

- La información recabada debe de ser de artículos científicos.
- Los artículos en mención tienen que contener nuestras palabras claves principales (procrastinación, ansiedad y estudiantes universitarios).
- Que los artículos no tengan más de cinco años de antigüedad al 2021, presente año.
- Que los artículos puedan hacer mención sobre la relación existente entre la procrastinación y ansiedad en estudiantes universitarios.
- Los artículos en revisión tienen que ser de países hispanohablantes.

4. Resultados

4.1. Figuras de semejanza



En la figura N.º 1 es posible observar que los quince artículos examinados presentan en un 100 % relación significativa entre la ansiedad y la procrastinación en estudiantes universitarios de la facultad de humanidades en países hispanohablantes en los últimos cinco años.

Figura N.º 1. Relación de resultados



En la figura N.º 2 se puede apreciar que los quince artículos examinados son de tipo cuantitativo; lo que constituye un total de 100 %.

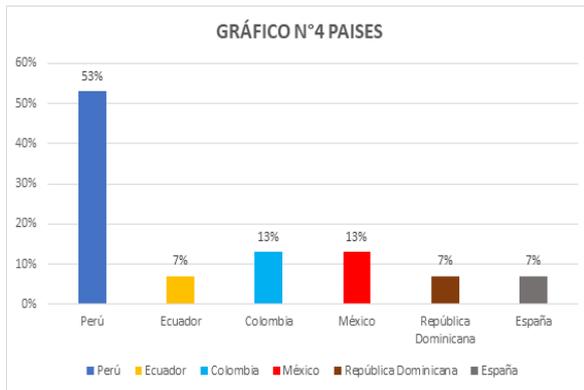
Figura N.º 2. Tipo de investigación



En la figura N.º 3 se puede observar que el inventario más utilizado para medir la procrastinación en los quince artículos fue la Escala de Procrastinación (EPA) con 97 % (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 15), y finalmente Otros inventarios 7 % (13), lo que da así un total de 100 %

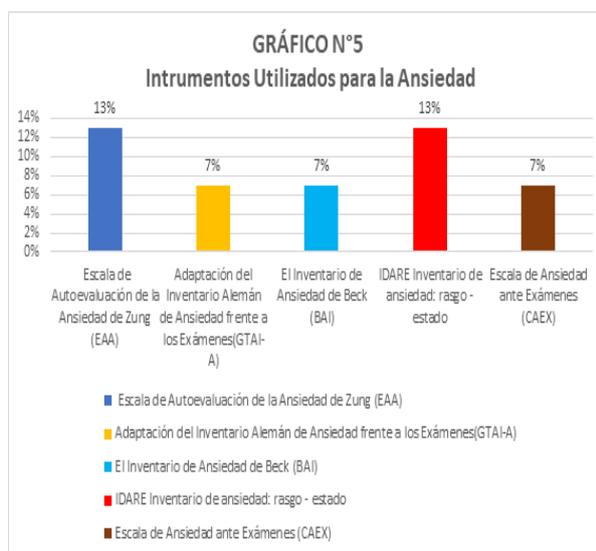
Figura N.º 3. Instrumentos para evaluar la procrastinación

4.2 Figuras de diferencias



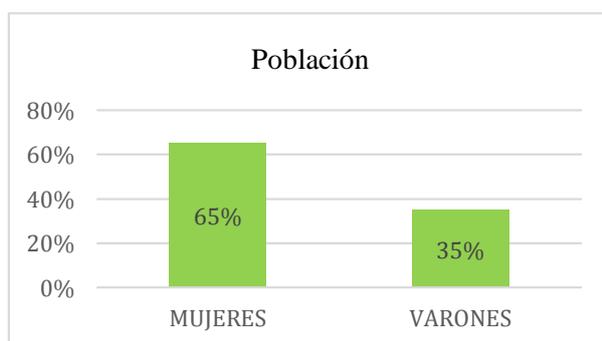
En la figura N.º 4 se puede observar que el 60 % (1, 4, 5, 6, 7, 10, 11, 13) o nueve de los artículos se realizaron en Perú, un 13 % (8,15) en Colombia, con un porcentaje de 7 % de países como Ecuador, México, República Dominicana y España que, respecto a los países hispanohablantes, todo esto de un total de 100 % o 15 artículos.

Figura N.º 4. Procedencia de los artículos



En la figura N.º 5 se observa que en un 15 % (1, 7) se utilizó la Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung (EAA); en otro 13 % (8, 11) IDARE Inventario de ansiedad: rasgo-estado, en un 7 % (3) Adaptación del Inventario Alemán de Ansiedad frente a los Exámenes (GTAI-A), en otro 7 % (5) el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) y en un 7 % (10) la Escala de Ansiedad ante Exámenes (CAEX) de un total del 47 %, que equivale a 6 artículos que refieren a la ansiedad.

Figura N.º 5. Instrumentos para evaluar la ansiedad



El gráfico N.º 6 muestra que un 65 % (2485) de las personas que han participado como población en las investigaciones en los 15 artículos, son de sexo femenino y 35 % (1346) fueron de sexo masculino, lo que da un total del 100 % (3831).

Figura N.º 6 Población utilizada en los 15 artículos

5. Discusión

Al término de haber concluido con los estudios de los 15 artículos, se ha podido determinar lo siguiente: En la figura N.º 1 se puede percibir que del total de artículos revisados, el 100 % nos muestran la relación existente entre ansiedad y procrastinación en estudiantes universitarios de países hispanohablantes durante los últimos cinco años, así mismo hacemos énfasis en cuán importante puede

llegar a ser el realizar una adecuada revisión de dichas investigaciones sobre los términos utilizados, puesto que Domínguez (2016) nos refiere que “en el ámbito educativo-universitario, la procrastinación académica se da de manera voluntaria e innecesaria al dilatar el desarrollo de actividades asignadas, por variadas causas (complejidad, desagrado, etc.), lo cual a su vez origina estrés y ansiedad en los estudiantes” (p. 326). Por ende, se puede referir que la procrastinación académica es un acto innecesario por parte de los estudiantes, así mismo esto genera estrés en los mismos al verse en un problema por no cumplir o aplazar sus actividades académicas. Finalmente, se puede remitir que la procrastinación se relaciona con la ansiedad, puesto que la misma aparece en un contexto desagradable para estudiante a partir de haber retrasado sus actividades o en última instancia, no cumplir con ellas.

Por otro lado, se puede observar que en la figura N.º 2 se muestran los resultados de los métodos de investigación utilizados en los 15 artículos revisados; es así que se sostiene lo siguiente: El 100 % de los artículos en mención son de tipo cuantitativo, por lo cual Sanches, Reyes y Mejía (2018) refieren que “en el presente enfoque se realiza la correlación de datos y el análisis de los mismos para responder a la pregunta de la investigación, todo ello a partir de hacer uso de la estadística para determinar el comportamiento de una determinada muestra” (p. 326). Por ende, se puede remitir que la correlación entre un dato y otro se da a partir del uso de la estadística, es así que, en el presente artículo, se llega a relacionar de manera adecuada la procrastinación y la ansiedad. Finalmente, podemos referir que existe una correlación de tipo cuantitativa en los artículos revisados, así mismo para lograr ello, se ha tenido que hacer uso de la estadística como instrumento esencial.

Así mismo, la figura N.º 3 hace referencia a los inventarios utilizados para medir la procrastinación en los 15 artículos previamente seleccionados, siendo así la Escala de Procrastinación Académica (EPA) 93% y otros inventarios 7%. Es así que Domínguez (2016) menciona que “la Escala de Procrastinación Académica evalúa dos dimensiones; postergación de actividades y autorregulación académica. Presentando así cada uno 5 opciones de respuesta; finalmente remite que la interpretación de los puntajes es directa” (p. 186). Por ende, se entiende que el EPA valora dos características, las cuales son la autorregulación y el aplazamiento de actividades, mostrando de esta manera diferentes respuestas a estas características. Finalmente, se puede afirmar que el EPA es la escala más utilizada para medir la procrastinación, ya que su confiabilidad y validez la respaldan y esta se evidencia en muchos estudios y en las mayorías de los artículos revisados en este artículo.

Con respecto a la figura N.º 4, esta muestra el lugar de procedencia de los 15 artículos utilizados, es así que el 60 % de estos fueron de Perú, el 7 % de Ecuador, 13 % de Colombia; 7 % de México; 7 % de República Dominicana, y finalmente un 6 % de España; lo que representa un total de 100 %. Es así que la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2015) remite que en América Latina y el Caribe la población de estudiantes universitarios presentaban ansiedad con mayor prevalencia en varones (4,6 %) con respecto a las mujeres (2,6 %). Por ende, según las estadísticas que presenta la OPS se evidencia que en Latinoamérica y el Caribe los estudiantes de las universidades muestran ansiedad con mayor

frecuencia en la población de mujeres estudiada con un porcentaje de 4.6 %, que difiere de la población de varones que es una menor cantidad llega a un 2.6 %. Finalmente, se puede comprender que según las evidencias referidas y los artículos revisados provenientes de diferentes países evidencian que la población que con mayor frecuencia a procrastinar son en su mayoría la de mujeres universitarias.

Por otro lado, la figura N.º 5 hace referencia a los instrumentos utilizados en los artículos para determinar la ansiedad, por lo que la Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung (EAA) obtiene el 13 %; el Inventario de Ansiedad- Rasgo Estado (Idare), 13 %; el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI), 7 %; la Escala de Ansiedad ante Exámenes (Caex), 7 %; y finalmente la Adaptación del Inventario Alemán de Ansiedad frente a los Exámenes (GTAI-A), 7 %. Es por ello que Flett, Stainton y Hewitt (2012) sostiene que “después de la aplicación de un instrumento de evaluación de ansiedad a estudiantes procrastinadores, han podido hallar que la procrastinación está relacionada con cogniciones negativas en general y con algunas vinculadas con una actitud perfeccionista, lo cual indica a su vez niveles altos de ansiedad” (p. 35). Por ende, se puede referir que la actitud perfeccionista de los estudiantes llega a ser un punto en contra ya que esto incrementa sus niveles de ansiedad por querer alcanzar la nota perfecta lo cual no es muy aceptado por muchos que lo toman como algo negativo y buscan evitarlo. Finalmente, podemos remitir que los instrumentos presentados para identificar la ansiedad sí nos dan esa confianza de poder aplicarlos y obtener los resultados que necesitamos para las observaciones de los resultados.

Así mismo, la figura N.º 6 remite el total de la población utilizada en las 15 investigaciones, siendo así un 65 % de sexo femenino y 35 % de sexo masculino; lo que da un total del 100 % personas. Es así que Álvarez (2011) “afirma que al menos el 25 % de los estudiantes presentan procrastinación académica y ésta se relaciona a su vez con el sexo de las personas, debido que los varones por lo general tienden a procrastinar más que el sexo opuesto, así mismo esto causa un resultado académico desfavorable en ambos géneros” (p. 6). Por ende, se puede afirmar que el sexo masculino tiende a ser muy desorganizado y poco organizado a diferencia de las mujeres, pero en el ámbito académico ambos tienen las mismas probabilidades de procrastinar y evitar enfrentar las exigencias académicas. Finalmente, podemos referir que la procrastinación suele afectar más a los varones que a las mujeres dependiendo de la adaptación que este tenga con su ambiente académico y cómo se desenvuelven para el desarrollo de estrategias que puedan servirle a enfrentar las demandas académicas.

6. Conclusión

Según los resultados de los artículos que se han investigados, se concluye que la procrastinación tiene un efecto negativo en los estudiantes universitarios, que rezagan sus actividades por temor a la ansiedad que estas podrían generar; esto es corroborado por Domínguez (2016, citado por Estrada, Araoz, Mamani, 2020), donde sus hallazgos afirmaron que la ansiedad y la procrastinación presentan una relación estadísticamente significativa, siendo en todos los casos directamente proporcional en los estudiantes universitarios.

Asimismo, cabe resaltar que la ansiedad constituye una sensación subjetiva displacentera acompañada de tensión y malestar físico y mental, que se manifiesta frente a situaciones; esto llega a ser un trastorno muy frecuente en los universitarios tanto para los que están iniciando la universidad como para los que ya están culminando. Las cosas que suelen incrementar los niveles de ansiedad suelen ser exposiciones en clases, como también las participaciones, en parte poco tiempo para la ejecución de actividades o una gran sobrecarga de actividades, que los docentes sean más exigentes y la competencia que hay en las actividades con en sus promedios académicos (Ayuso, 1988).

Por ello, una forma para iniciar un cambio con esta autoamenaza a nuestra estabilidad, consiste en racionalizar y analizar qué tan importante llega a ser para el estudiante universitario, sin embargo, los estudiantes están propensos a aplazar sus tareas académicas, ya que sienten que son repulsivas y poco placenteras, por ello realizan otras actividades que les sean más placenteras (Alegre, 2014).

Finalmente, podemos referir que la procrastinación académica se relaciona con la ansiedad. Así mismo, las investigaciones realizadas fueron en un 100 % de tipo cuantitativo. Por otro lado, la Escala de Procrastinación y Ansiedad fue la más utilizada en las investigaciones, debido a su validez y confiabilidad. También, se remite que en América Latina el porcentaje de varones que tienden a procrastinar es mayor al sexo opuesto. Así mismo, cabe mencionar que los instrumentos aplicados para medir la ansiedad en los diversos artículos, son confiables y ello se da a observar en los resultados que muestran. Finalmente, se refiere que la procrastinación académica puede depender en demasía de la adaptación que pueda tener (el/la) estudiante a su vida universitaria.

7. Recomendación

- Se recomienda poder registrar a los estudiantes que puedan estar manifestando un aumento en su nivel de procrastinación como de ansiedad; ya que esto vendría a ser una condición no adaptativa para los estudiantes universitarios, como consecuencia generaría no tener una buena experiencia en la vida universitaria; además esto llega a alterar el bienestar en general.
- Se exhorta a realizar talleres para que los estudiantes tengan un buen manejo en cuanto a sus creencias irracionales y académicas, ya que se logró observar que hay diferencias en las estadísticas que llegan a ser muy significativas.
- Se necesita elaborar talleres donde se pueda brindar alternativas a los estudiantes universitarios para el manejo de la ansiedad, rumiación y miedo, con la finalidad de poder adquirir una actitud más activa y poder tener más responsabilidad en cuanto al desarrollo de sus actividades académicas y dar orientación de la práctica de estrategias de relajación.

8. Referencias

- Alegre, A. A. (2014). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Propósitos y Representaciones*, 1(2), 57-82.
<http://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/29/112>
- Álvarez, O. (2011). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana. *Revista Persona*, 13, 159-177.
https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/6029/VALLEJOS_PALOMINO_SILVIA_PROCRASTINACION_ACADEMICA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ayuso, J. L. (1988). La procrastinación académica y su relación con los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios. *Trastornos de Angustia*, 1-18.
<https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/31553>
- Domínguez, S. (2016). Datos normativos de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de psicología de Lima. *Revista Evaluar*, 16(1).
<https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar/article/view/15715>
- Domínguez, S. (2016). Datos normativos de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de psicología de Lima. *Evaluar*, 16, 20-30.
http://www.revistacultura.com.pe/revistas/RCU_31_procrastinacion-academica-afrontamiento-de-la-ansiedad-pre-examen-y-rendimiento-academico-en-estudiantes-de-psicologia-analisis-preliminar.pdf
- Domínguez Lara, S. (2017). Procrastinación académica, afrontamiento de la ansiedad pre-examen y rendimiento académico en estudiantes de psicología: análisis preliminar. *Cultura*, 2017, 26(31), 181-193.
http://www.revistacultura.com.pe/revistas/RCU_31_procrastinacion-academica-afrontamiento-de-la-ansiedad-pre-examen-y-rendimiento-academico-en-estudiantes-de-psicologia-analisis-preliminar.pdf
- Estrada Araoz, E., & Mamani Uchasara, Helen. (2020). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes universitarios de Madre de Dios, Perú. *Apuntes Universitarios*, 2020: 10(4).
<https://apuntesuniversitarios.upeu.edu.pe/index.php/revapuntes/article/view/517/612>
- Flett, G. L., Stainton, M. & Hewitt, P. (2012). Procrastination automatic thoughts as a personality Construct. An analysis of the procrastinatory cognitions inventory. *Journal of Rational Emotive and Cognitive Behavior Therapy*, 30, 223-236.
<https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:ve3BTALmPBUJ:https://revistas.upch.edu.pe/index.php/RPH/article/view/3627/4027+&cd=4&hl=es&ct=clnk&gl=pe>

- Kling, K. C., Hyde, J. S., Showers, C. J., & Buswell, B. N. (1999). Gender differences in self-esteem: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 125, 470-500.
<https://psycnet.apa.org/record/1999-05876-006>
- Matus, M. (2010). Diversidades e identidades de los estudiantes universitarios en sus experiencias escolares. *Universidad Veracruzana Intercultural*. 1-20.
https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/1040/Marlith_Tesis_Bachiller_2018.pdf?sequence=5&isAllowed=y
- Marquina Lujan, R., Horna Calderón, V., & Huairé Inacio, E. (2018). Ansiedad y procrastinación en estudiantes universitarios. *Revista ConCiencia EPG*, Vol. (3), 89-97.
<https://www.aacademica.org/edson.jorge.huairé.inacio/23>
- Manchado Porras, M., & Hervías Ortega, F. (2021). Procrastinación, ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *INTERDISCIPLINARIA*, 2021, 38(2), 243-258.
<http://www.scielo.org.ar/pdf/interd/v38n2/1668-7027-Interd-38-02-00258.pdf>
- Pardo, D., Perilla, L. & Salinas, C. (2014). Relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes de psicología. *Cuadernos Hispanos de Psicología*. 14(1) 31-44.
<https://www.aacademica.org/edson.jorge.huairé.inacio/23>
- Pardo Bolívar, D., Perilla Balleros, L., & Salinas Ramírez, C. (2017). Relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes de psicología. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, (2014) Vol (14), 31-44.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5493101>
- Putwain, D., Connors, L., Symes, W., & Douglas-Osborn, E. (2012). Procrastinación académica, afrontamiento de la ansiedad pre-examen y rendimiento académico en estudiantes de psicología: análisis preliminar. *Is academic buoyancy anything more than adaptive coping? Anxiety, Stress and Coping*, 25(3), 349-358.
http://www.revistacultura.com.pe/revistas/RCU_31_procrastinacion-academica-afrontamiento-de-la-ansiedad-pre-examen-y-rendimiento-academico-en-estudiantes-de-psicologia-analisis-preliminar.pdf
- Sánchez Carlessi, H., Reyes Romero, C., & Mejía Sáenz, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística*. URP
<http://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/1480>
- Senecal, C., Julien, E., & Guay, F. (2003). Relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes de 6to semestre de la licenciatura de psicología en UDELAS, sede Panamá. Universidad de Valencia.
https://www.academia.edu/8946570/UNIVERSITAT_DE_VALÈNCIA