

UNIVERSIDAD DE HUANUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA



TESIS

**“Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en
estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache - 2024”**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

AUTORA: Luera De la cruz, Susana Valeria

ASESORA: Fernandez Davila Alfaro, Julita del Pilar

HUÁNUCO – PERÚ

2025

U

D

H



UDH
UNIVERSIDAD DE HUANUCO
<http://www.udh.edu.pe>

TIPO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:

- Tesis (X)
- Trabajo de Suficiencia Profesional ()
- Trabajo de Investigación ()
- Trabajo Académico ()

LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN: Psicología Educativa
AÑO DE LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN (2020)

CAMPO DE CONOCIMIENTO OCDE:

Área: Ciencias sociales

Sub área: Psicología

Disciplina: Psicología (incluye terapias de aprendizaje, habla, visual y otras discapacidades físicas mentales)

DATOS DEL PROGRAMA:

Nombre del Grado/Título a recibir: Título

Profesional de licenciada en psicología

Código del Programa: P05

Tipo de Financiamiento:

- Propio (X)
- UDH ()
- Fondos Concursables ()

DATOS DEL AUTOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 74892761

DATOS DEL ASESOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 41906174

Grado/Título: Maestro en psicología con mención en
prevención e intervención en niños y adolescentes

Código ORCID: 0000-0002-7333-5683

DATOS DE LOS JURADOS:

Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	GRADO	DNI	Código ORCID
1	Portocarrero Zevallos, Judith Martha	Doctora en educación	06650813	0000-0003-2025-3286
2	Mendoza Morales, Carmen	Maestra en gestión pública	22515653	0000-0002-5360-1649
3	Calero Bravo, Roberto Angelo	Magister en Economía	71586889	0000-0002-7060-7866



Facultad de Ciencias de la Salud
Programa Académico Profesional de Psicología

"Psicología, la fuerza que mueve al mundo y lo cambia"

**"AÑO DE LA RECUPERACIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LA ECONOMÍA
PERUANA"**

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la ciudad de Huánuco, siendo las 08:30 A.M. horas del día 17 del mes de noviembre del año dos mil veinticinco, en el auditorio de la Facultad de Ciencias de la Salud de la ciudad universitaria La Esperanza en cumplimiento de lo señalado en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad de Huánuco, se reunió el Jurado Calificador integrado por los docentes:

- DRA. JUDITH MARTHA PORTOCARRERO ZEVALLOS **PRESIDENTE**
- MG. MERCEDES VILMA BARRUETA SANTILLAN **SECRETARIA**
- MG. ROBERTO ANGELO CALERO BRAVO **VOCAL**
- MG. CARMEN MENDOZA MORALES **(JURADO ACCESITARIO)**
- ASESOR DE TESIS MG. JULITA DEL PILAR FERNANDEZ DAVILA ALFARO

Nombrados mediante Resolución N° 1403-2025-D-FCS-UDH, para evaluar la Tesis titulada: **"LA ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA I.E.P.S.M. 0412, TOCACHE - 2024"**; Presentado por la Bachiller en Psicología, SRA. LUERA DE LA CRUZ, SUSANA VALERIA, para optar el Título Profesional de LICENCIADA EN PSICOLOGÍA.

Dicho acto de sustentación se desarrolló en dos etapas: exposición y absolución de preguntas, procediéndose luego a la evaluación por parte de los miembros del Jurado.

Habiendo absuelto las objeciones que le fueron formuladas por los miembros del jurado y de conformidad con las respectivas disposiciones reglamentarias, procedieron a deliberar y calificar, declarándolo (a) aprobado por unanimidad con el calificativo cuantitativo de 15 y cualitativo de Buena.

Siendo las 9:42 Horas del día 17 del mes de noviembre del año 2025, los miembros del Jurado Calificador firman la presente Acta en señal de conformidad.

DRA. JUDITH MARTHA PORTOCARRERO ZEVALLOS

orcid.org/0000-0003-2025-3286 - DNI: 06650813

PRESIDENTE

MG. CARMEN MENDOZA MORALES

orcid.org/0000-0002-5360-1649 - DNI: 22515653

SECRETARIA

MG. ROBERTO ANGELO CALERO BRAVO

orcid.org/0000-0002-7060-7866 - DNI: 21586889

VOCAL

Jr. Hermilio Valdizán N° 871 - Jr. Progreso N° 650 - Teléfono La Esperanza: (062) 518452 - (062) 515151 Anexo 331

Telefax: 062 513154 - E-mail: udh@udhperu.com.pe

HUÁNUCO - PERÚ



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO



CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El comité de integridad científica, realizó la revisión del trabajo de investigación del estudiante: SUSANA VALERIA LUERA DE LA CRUZ, de la investigación titulada "ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA I.E.P.S.M° 0412, TOCACHE - 2024", con asesor(a) JULITA DEL PILAR FERNÁNDEZ DÁVILA ALFARO, designado(a) mediante documento: RESOLUCIÓN N° 2137-2024-D-FCS-UDH del P. A. de PSICOLOGÍA.

Puede constar que la misma tiene un índice de similitud del 24 % verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el Software Turnitin.

Por lo que concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con todas las normas de la Universidad de Huánuco.

Se expide la presente, a solicitud del interesado para los fines que estime conveniente.

Huánuco, 11 de agosto de 2025



RICHARD J. SOLIS TOLEDO
D.N.I.: 47074047
cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



MANUEL E. ALIAGA VIDURIZAGA
D.N.I.: 71345687
cod. ORCID: 0009-0004-1375-5004

36. LUERA DE LA CRUZ, Susana Valeria.docx

INFORME DE ORIGINALIDAD

24%	23%	16%	13%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	6%
2	repositorio.autonomadeica.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	repositorio.upla.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	repositorio.udaff.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	repositorio.continental.edu.pe Fuente de Internet	1%



RICHARD J. SOLIS TOLEDO
D.N.I.: 47074047
cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



MANUEL E. ALIAGA VIDURIZAGA
D.N.I.: 71345687
cod. ORCID: 0009-0004-1375-5004

DEDICATORIA

Dedico este estudio de manera fraterna a Dios, ser todo poderoso que marca mi camino en función a su gracia, es por ello que su guía e iluminación es óptima para el cumplimiento de cada una de mis metas.

Un fraterno saludo a mis padres, y a quien dedico este estudio ya que su compañía fue y es importante para ser una persona de bien, con grandes aspiraciones a ser una profesional exitosa.

AGRADECIMIENTO

Un sincero agradecimiento a la casa superior de estudios, la Universidad de Huánuco, institución a la cual le debo un extenso saludo fraterno, ya que no solo albergo ilusiones sino también el cumplimiento de un sueño, el de ser una gran profesional, y ahora que veo esta oportunidad tan cerca de lograrse solo deseo poder seguir con esta meta.

Un agradecimiento especial a la facultad de ciencias de la salud, al programa académico de psicología, carrera profesional que es un sueño poder cumplir y seguir con las más grandes ansias de superación, en especial a cada uno de los docentes con la única finalidad de crear nuevos y buenos profesionales de los cuales puedan sentirse orgullosos y que digan o sean responsables de esta formación académica.

Un agradecimiento sincero y especial a la dirección, plana docente y auxiliares de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache, quienes nos abrieron la puerta de la institución para poder ejecutar el instrumento de estudio.

ÍNDICE

DEDICATORIA	II
AGRADECIMIENTO	III
ÍNDICE.....	IV
ÍNDICE DE TABLAS	VII
ÍNDICE DE FIGURAS	VIII
RESUMEN	IX
ABSTRACT	X
INTRODUCCIÓN	XI
CAPITULO I.....	14
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	14
1.1. DESCRIPCION DEL PROBLEMA.....	14
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	16
1.2.1. PROBLEMA GENERAL.....	16
1.2.2. PROBLEMAS ESPECIFICOS.....	16
1.3. OBJETIVOS	17
1.3.1. OBJETIVO GENERAL	17
1.3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	17
1.4. JUSTIFICACIÓN	17
1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEORICA.....	17
1.4.2. JUSTIFICACIÓN METODOLOGICA.....	18
1.4.3. JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA.....	18
1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN.....	18
1.6. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN	19
CAPITULO II.....	20
MARCO TEÓRICO	20
2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.....	20
2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES.....	20
2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES.....	21
2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES	23
2.2. BASES TEÓRICAS.....	24
2.2.1. ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES	24
2.2.2. PROCRASTINACION ACADÉMICA.....	34

2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES.....	37
2.4. HIPOTESIS	39
2.4.1. HIPOTESIS GENERAL.....	39
2.4.2. HIPOTESIS ESPECIFICAS	39
2.5. VARIABLES	40
2.5.1. VARIABLE 1	40
2.5.2. VARIABLE 2	40
2.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLE	41
CAPITULO III.....	43
METODOLOGIA DE LA INVESTIGACIÓN	43
3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	43
3.1.1. ENFOQUE	43
3.1.2. ALCANCE O NIVEL.....	43
3.1.3. DISEÑO	43
3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA	44
3.2.1. POBLACIÓN	44
3.2.2. MUESTRA	45
3.3. TECNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS	47
3.3.1. TECNICAS.....	47
3.3.2. INSTRUMENTOS	47
3.4. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN	49
3.4.1. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO DE DATOS	49
3.4.2. PLAN DE TABULACIÓN.....	50
3.4.3. PRUEBAS ESTADÍSTICAS	50
CAPÍTULO IV.....	51
RESULTADOS.....	51
4.1. PRESENTACIÓN EN TABLAS Y FIGURAS CON SU RESPECTIVA INTERPRETACIÓN	51
4.2. CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS	53
CAPITULO V.....	58
DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	58
CONCLUSIONES	60

RECOMENDACIONES.....	61
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	62
ANEXOS.....	64

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Distribución de la población de estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache-2024	44
Tabla 2 Distribución de la población de estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache-2024, según edad y sexo	45
Tabla 3 Distribución de la muestra de estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache-2024	45
Tabla 4 Distribución de la muestra de estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache-2024	46
Tabla 5 Nivel de la variable de la adicción a las redes sociales.....	51
Tabla 6 Nivel de la variable de la escala procrastinación académica	52
Tabla 7 Prueba de normalidad.....	53
Tabla 8 Niveles de correlación de Pearson	54
Tabla 9 Correlación entre la variable adicción a las redes sociales y procrastinación académica	54
Tabla 10 Correlación entre la dimensión obsesión y la procrastinación académica	55
Tabla 11 Correlación entre la dimensión falta de control y la procrastinación académica	56
Tabla 12 Correlación entre la dimensión uso excesivo y la procrastinación académica	57

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Nivel de la variable de la adicción a las redes sociales	51
Figura 1 Nivel de la variable de la escala procrastinación académica	52

RESUMEN

Este estudio abordó dos variables centrales: la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica. La primera se relaciona con la dificultad para regular el uso de estas plataformas, lo que puede generar una interferencia significativa en el cumplimiento de tareas escolares. En ese contexto, el objetivo general planteado fue identificar la relación existente entre ambas variables en estudiantes de la Institución Educativa Pública Secundaria Mixta N.º 0412, ubicada en Tocache, durante el año 2024. Para ello, se desarrolló una investigación de tipo básica, con un enfoque cuantitativo, nivel correlacional y diseño no experimental, específicamente descriptivo-correlacional. La población estuvo compuesta por 450 estudiantes, de los cuales se seleccionó una muestra de 270. Estos participantes respondieron dos instrumentos: el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA). Los resultados revelaron una correlación positiva significativa entre ambas variables, con un coeficiente de ,865**, lo cual indica una fuerte asociación entre el uso compulsivo de redes sociales y la postergación de responsabilidades académicas.

Palabras clave: Adicción, redes sociales, procrastinación, autorregulación, obsesión.

ABSTRACT

This study addressed two core variables: social media addiction and academic procrastination. The former is linked to difficulties in regulating the use of such platforms, which can significantly interfere with the completion of school-related tasks. Within this context, the general objective was to identify the relationship between these two variables among students at the Public Mixed Secondary Educational Institution No. 0412 in Tocache during the year 2024. To achieve this, a basic research study was carried out, with a quantitative approach, correlational level, and a non-experimental, descriptive-correlational design. The population consisted of 450 students, from which a sample of 270 was selected. These participants completed two instruments: the Social Media Addiction Questionnaire (ARS) and the Academic Procrastination Scale (EPA). The results revealed a statistically significant positive correlation between the two variables, with a coefficient of $.865^{**}$, indicating a strong association between compulsive social media use and the tendency to delay academic responsibilities.

Keywords: Addiction, social networks, procrastination, self-regulation, obsession.

INTRODUCCIÓN

Esta presente investigación tiene como objetivo analizar la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en los estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412 de Tocache, Perú. En el contexto actual donde el uso de redes sociales y plataformas digitales es cada vez más común entre los estudiantes, es importante entender cómo esto puede afectar su rendimiento académico. Este trabajo tiene como objetivo analizar si la adicción a las redes sociales está relacionada con la procrastinación académica, buscando aportar datos que sirvan para crear estrategias que ayuden a reducir los efectos negativos de estos hábitos.

La investigación se justifica porque la procrastinación académica, ligada al uso excesivo de redes sociales, influye directamente en la productividad y desempeño de los estudiantes. Es un tema que preocupa tanto en las instituciones educativas como en las familias, ya que puede afectar la forma en que los jóvenes organizan su tiempo y cumplen con sus responsabilidades. Por eso, este estudio no solo pretende analizar la relación entre ambos fenómenos, sino también ofrecer recomendaciones útiles para docentes y padres sobre cómo abordar esta situación.

La metodología aplicada fue de tipo cuantitativo, con un diseño correlacional y no experimental. No se manipularon variables, solo se observaron y analizaron sus relaciones. Para recoger los datos se usaron cuestionarios validados: el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA). Participaron 270 estudiantes de un total de 450, todos voluntarios. El análisis estadístico se hizo con el programa SPSS, utilizando la prueba de correlación de Pearson para ver cómo se relacionaban las dos variables principales.

El estudio se dividió en 5 capítulos.

Capítulo 1: Descripción del problema

En este capítulo se explica a fondo cuál es el problema que motivó la investigación. Se habla del impacto de las redes sociales y la procrastinación

académica, no solo a nivel mundial y nacional, sino también en el colegio I.E.P.S.M° 0412 de Tocache. Para entender mejor el contexto, se incluyen datos estadísticos relevantes y otros detalles que ayudan a visualizar la situación. A partir de este análisis se plantean las preguntas de investigación y se definen los objetivos principales. También se justifica por qué se decidió hacer este estudio, tanto desde lo teórico como lo práctico, y se mencionan las posibles dificultades que podrían surgir al aplicarlo.

Capítulo 2: Marco teórico

Aquí se revisa lo que otros estudios han dicho sobre el tema, organizando la información en antecedentes internacionales, nacionales y locales. Luego se explican las teorías y conceptos importantes que ayudan a entender mejor las dos variables del estudio: la adicción a redes sociales y la procrastinación académica. También se presentan hipótesis sobre cómo podrían estar relacionadas y se explica cómo se definieron las variables, qué aspectos se midieron y qué herramientas se usaron para obtener los datos.

Capítulo 3: Metodología

Este capítulo describe cómo se hizo el estudio. Se aplicó un enfoque cuantitativo, con diseño correlacional-descriptivo y sin manipular ninguna variable. La población fue de 450 estudiantes, pero se trabajó con una muestra de 270 que participaron voluntariamente. Para recoger la información se aplicaron dos cuestionarios: uno sobre adicción a redes sociales (ARS) y otro sobre procrastinación académica (EPA). Luego, todos los datos se analizaron con el programa SPSS, usando técnicas estadísticas como la correlación de Pearson.

Capítulo 4: Resultados

Los resultados muestran que sí hay una relación significativa entre el uso excesivo de redes sociales y la tendencia a procrastinar en los estudios. El análisis de Pearson dio un valor p de 0.000 y un coeficiente de 0.865, lo que indica una relación fuerte y positiva entre ambas variables. Esto significa que mientras más se usan las redes sociales, más se tiende a postergar las

responsabilidades académicas. Se sugiere que el acceso constante a plataformas digitales, aunque facilite la comunicación, también distrae a los estudiantes y afecta su desempeño.

Capítulo 5: Discusión de resultados

Este capítulo compara los hallazgos obtenidos con lo que ya se sabía de otras investigaciones. Se analiza qué significan estos resultados en la práctica y se dan recomendaciones que pueden servir tanto a docentes como a padres. Se propone que el uso de la tecnología en el ámbito educativo debe ser más equilibrado, y se ofrecen ideas para mejorar la forma en que los estudiantes organizan su tiempo. También se incluyen anexos con más información que respalda los resultados.

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. DESCRIPCION DEL PROBLEMA

Actualmente, el avance tecnológico a nivel mundial continúa en expansión constante, transformando de manera paralela la dinámica social en la que estamos inmersos. En este proceso de evolución, el ser humano ha participado activamente como agente y receptor de estos cambios.

Las redes sociales, en particular, han revolucionado la forma en que las personas interactúan y perciben su entorno, facilitando la comunicación y acortando distancias geográficas. Sin embargo, este fenómeno también ha traído consigo nuevos retos, especialmente entre la juventud, como el uso excesivo de estas plataformas, que ha derivado en comportamientos asociados a la dependencia o adicción digital.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), 2022, la adicción a videojuegos y a los juegos son las dos únicas adicciones sin sustancias, sin embargo, cuando se habla de una adicción a redes sociales solo se hace referencia a un uso problemático de internet sin incluirlo en los manuales diagnósticos.

Según la (UNICEF), en el 2023 cifraba que un 33 % el porcentaje de adolescentes que estarían haciendo un uso problemático de internet y las redes sociales.

Una situación similar puede observarse en el contexto peruano. Según reportes del Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), el 81.2 % de los adolescentes y el 83.6 % de los adultos jóvenes utilizan al menos una red social, lo que representa un incremento del 4.5 % respecto al año anterior. Asimismo, el INEI señala que el 85 % de los usuarios de internet acceden a estas plataformas digitales principalmente para comunicarse, establecer nuevas relaciones, compartir imágenes, entretenerse con juegos o simplemente como forma de ocio. En contraste, solo el 15 % destina su uso a

finés académicos, como la búsqueda de información para tareas escolares (INEI, 2018).

La creciente popularidad de las redes sociales y su uso frecuente entre adolescentes ha generado inquietudes entre profesionales de diversas disciplinas, como la pedagogía, la psicología y la sociología. Tal como señalan Echeburúa y Corral (2010), una conducta que inicialmente se percibe como placentera y habitual puede evolucionar hacia patrones adictivos. Los elementos esenciales que definen una adicción incluyen la pérdida de control y la dependencia, los cuales pueden manifestarse en la intensidad y frecuencia de uso, el gasto económico implicado y, sobre todo, en el grado de afectación que esta conducta produce en el ámbito familiar, laboral y social de las personas. En este sentido, el foco del análisis no recae sobre la actividad en sí, sino en la forma de vinculación que el individuo establece con ella.

En el panorama internacional, se observa que la adicción a las redes sociales influye directamente en los hábitos de estudio de los jóvenes. Muchos estudiantes postergan sus responsabilidades académicas por diversos factores. En América Latina, enfrentan exigencias diarias que les retan a demostrar sus capacidades con el objetivo de alcanzar un buen rendimiento. Según Querevalú y Echabaudes (2020), aproximadamente el 20 % de los estudiantes presenta niveles de procrastinación crónica, mientras que el 60 % manifiesta formas leves de postergación, producto de actitudes que los llevan a aplazar sus compromisos escolares.

En países del sur del continente, como Paraguay, Colombia, Bolivia, Argentina y Ecuador, se ha registrado un índice de procrastinación del 22.5 %. Entre las razones más frecuentes para el aplazamiento de actividades figuran la aversión al trabajo (8.6 %) y el miedo al fracaso (13.9 %), factores que elevan los niveles de ansiedad y estrés entre los alumnos. Además, se ha identificado que esta conducta suele desarrollarse desde la niñez hasta la adolescencia, siendo más acentuada durante la etapa universitaria, lo cual repercute directamente en las relaciones interpersonales y el rendimiento académico (Querevalú y Echabaudes, 2020).

En el contexto peruano, este fenómeno se percibe como una situación cotidiana tanto en la educación básica como en la superior. La falta de organización del tiempo y el escaso manejo de los problemas personales generan un patrón de evasión académica, en el que los estudiantes tienden a relegar tareas importantes para privilegiar actividades recreativas, como el deporte o celebraciones (Reina, 2022)

Viendo la situación expuesta anteriormente, nace el interés de la presente investigación que busca aportar teórica y metodológicamente sobre la adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la institución educativa donde se ejecutará la investigación. Es en tal sentido por el problema hallado en el que se evidencia que los malos hábitos y el uso excesivo de las redes sociales afecta en la ejecución de los deberes académicos de los estudiantes de la institución educativa en el que se desarrollará este estudio que me llevó a desarrollar la investigación titulada adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024. A su vez la investigación aportará conocimientos importantes para la identificación, intervención y el diseño de estrategias preventivas relacionadas a la adición de las redes sociales y procrastinación académica.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. PROBLEMA GENERAL

¿Cuál es la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en los estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024?

1.2.2. PROBLEMAS ESPECIFICOS

¿Cuál es la relación entre la dimensión obsesión por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024?

¿Cuál es la relación entre la dimensión falta de control por la redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024?

¿Cuál es la relación entre la dimensión del uso excesivo de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024?

1.3. OBJETIVOS

1.3.1. OBJETIVO GENERAL

Establecer la relación entre la adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024

1.3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

Establecer la relación entre la dimensión obsesión por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024

Establecer la relación entre la dimensión falta de control por la redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024

Establecer la relación entre la dimensión del uso excesivo de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024

1.4. JUSTIFICACIÓN

1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEORICA

La investigación tuvo como propósito identificar la posible relación entre dos variables centrales: la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de la Institución Educativa Pública Secundaria Mixta N.° 0412, en Tocache, durante el año 2024. El

análisis de estas variables resulta esencial para comprender con mayor profundidad el marco teórico que sustenta esta investigación, así como para generar nuevas perspectivas que contribuyan al desarrollo de estudios posteriores.

1.4.2. JUSTIFICACIÓN METODOLOGICA

La metodología que se propuso dentro de la investigación, empleó el uso de técnicas y herramientas para realizar el estudio son las pruebas psicológicas. Para así medir las variables y con ello recolectar información pertinente y veraz para lograr obtener la validez requerida. Es por ello que este proceso permitió medir de manera objetiva los niveles de cada una de las variables a través de la aplicación de los instrumentos de recolección de datos

1.4.3. JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA

A partir de los resultados obtenidos, se podrá observar cómo estas variables se manifiestan y se interrelacionan dentro del contexto estudiantil analizado, lo que permitirá proponer medidas concretas orientadas a abordar la problemática detectada. La correlación entre ambas facilitará el diseño de estrategias específicas que, aplicadas adecuadamente, contribuirán a mejorar la situación descrita y ofrecer alternativas de solución en escenarios futuros.

1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

Durante el proceso investigativo se identificaron ciertos factores imprevistos que fue necesario atenuar y manejar con flexibilidad, especialmente aquellos que escapaban al control del equipo. Entre ellos, se destacaron la limitada colaboración de algunas personas implicadas en el estudio y la dificultad para coordinar tiempos adecuados con dichas fuentes.

Se debe mencionar, que, como parte de este rubro, se encontraron limitaciones en los antecedentes de investigaciones locales, el cual se hizo evidente en la no existencia de una mayor información referente a estas variables en nuestra región; por lo que mi investigación sería de gran impulso

para dar con información actualizada, haciendo que muchos profesionales puedan retomar y/o mejorarla.

1.6. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

La investigación se consideró viable, ya que se contó con los recursos esenciales para su ejecución, incluyendo medios financieros, herramientas tecnológicas, materiales bibliográficos, instrumentos estandarizados los cuales en conjuntos ayudaran el óptimo desarrollo de proyecto realizado.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES

Uno de los primeros estudios revisados fue el desarrollado por Yáñez y Alcívar (2021), cuyo propósito fue examinar el impacto que tienen las redes sociales en la actividad académica de estudiantes de 6to y 7mo grado en la Unidad Educativa "Ciudad de Pedernales". Para ello, se aplicó una metodología mixta (cualitativa y cuantitativa) con un diseño exploratorio y documental. La recopilación de datos se realizó a través de encuestas y análisis de documentos, siendo estas las técnicas principales. La población total incluyó a 120 estudiantes, de los cuales se seleccionó una muestra de 35. Los hallazgos evidenciaron un uso frecuente del internet como medio de interacción, principalmente mediante redes sociales. En términos generales, se concluyó que, cuando se emplean de manera adecuada, estas plataformas no perjudican el rendimiento escolar.

En una línea similar, el estudio elaborado por Suárez y Molina (2021) se centró en identificar cómo el uso de herramientas digitales como WhatsApp y Facebook se relaciona con el rendimiento académico en estudiantes de secundaria. Las redes fueron vistas como espacios de interacción social, y el enfoque elegido fue cuantitativo, con diseño descriptivo correlacional y no experimental. El análisis se basó en la observación y medición de variables sin intervención directa. La muestra consistió en 125 estudiantes de noveno grado. Los resultados mostraron que el uso de redes sociales entre tres y cuatro horas al día está vinculado con una disminución en el desempeño escolar.

Finalmente, la investigación realizada por Chávez y colaboradores (2021) abordó la relación entre el uso excesivo de redes sociales y el rendimiento académico en jóvenes de la Unidad Académica

Preparatoria. El estudio adoptó una metodología cuantitativa, enmarcada en un diseño no experimental, transaccional y correlacional. Se trabajó con una muestra de 137 estudiantes, utilizando observación y encuestas para la recolección de datos. Los resultados indicaron que el 64.24% de los encuestados utilizaba estas plataformas principalmente para entretenimiento. En conclusión, no se halló una correlación significativa entre el uso de redes sociales y el rendimiento académico dentro del grupo evaluado.

2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES

En cuanto al panorama nacional, se destaca el estudio realizado por Chapoñan (2021), quien exploró la posible relación entre el uso excesivo de redes sociales y el rendimiento académico en estudiantes de secundaria pertenecientes a una institución educativa de Chiclayo durante el 2019. La investigación se desarrolló bajo una metodología cuantitativa con diseño transversal no experimental, permitiendo recopilar información sin intervenir directamente en los fenómenos observados. La muestra incluyó 235 alumnos, tanto hombres como mujeres. Los resultados no evidenciaron una asociación significativa entre ambas variables, lo que sugiere la necesidad de analizar con mayor profundidad el impacto del uso intensivo de redes sociales en el desempeño escolar, en función de contextos específicos.

Por su parte, Espinoza e Ibañez (2020), en su trabajo sobre procrastinación académica y adicción a redes sociales, realizado en estudiantes de un instituto superior del distrito de Laredo, buscaron determinar la relación entre ambas variables. La muestra estuvo conformada por 254 participantes, quienes respondieron la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). Los resultados indicaron correlaciones inversas de gran magnitud entre la autorregulación académica y la dimensión de obsesión ($r = -0.58$), así como correlaciones moderadas con la falta de control ($r = -0.30$) y el uso excesivo ($r = -0.30$). A su vez, se hallaron relaciones directas de efecto moderado entre la postergación de actividades y la

obsesión ($r = 0.41$), así como con la ausencia de control personal ($r = 0.30$), y de baja magnitud con el uso excesivo ($r = 0.29$).

Asimismo, Hernández (2021) centró su investigación en examinar la relación entre el apego a medios digitales y la procrastinación académica en estudiantes del quinto año de secundaria en Piura, durante el año 2020. La metodología fue aplicada, con enfoque correlacional, diseño transversal y estrategia cuantitativa no experimental. La información fue obtenida a través de encuestas que emplearon una escala diseñada para medir la adicción a los medios digitales. El análisis estadístico reveló que el coeficiente de correlación de Spearman (Rho) arrojó un valor de 0.309^{**} , indicando una asociación débil pero significativa, con un nivel de significancia de 0.000 ($p < 0.01$). Estos resultados muestran un vínculo relevante entre la dependencia a redes sociales y la tendencia al aplazamiento de actividades académicas. Este patrón se acompaña de un aumento en niveles de ansiedad y estrés, factores que pueden afectar el rendimiento escolar y propiciar el abandono de los estudios.

De igual manera, en la investigación de García y Zecenarro (2019) determinaron si las variables dependencia a internet, la obsesión por los medios sociales y el uso excesivo del teléfono móvil funcionaban como predictores del retraso en tareas académicas entre estudiantes de secundaria en Juliaca. Para ello, utilizaron un enfoque explicativo y no experimental, siguiendo parámetros metodológicos especializados. La muestra incluyó a 273 alumnos. Los hallazgos mostraron una correlación inversa significativa entre la dependencia a internet y la obsesión por redes sociales ($Rho = -0.584$, $p = 0.000$), así como entre esta obsesión y el uso intensivo de dispositivos móviles ($Rho = -0.747$, $p = 0.000$). En conjunto, los datos confirman una relación importante entre el uso problemático de tecnologías digitales y la procrastinación académica, lo cual señala la necesidad de promover prácticas digitales más conscientes entre los adolescentes.

2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES

Rivera (2022) llevó a cabo un estudio titulado Adicción a las redes sociales en estudiantes de 14 a 17 años de edad de la I.E. “Joaquín Capelo” Chanchamayo – 2019, cuyo objetivo principal fue identificar el nivel de adicción a las redes sociales en adolescentes de dicha institución educativa ubicada en la provincia de Chanchamayo, región Junín. La población estuvo conformada por 265 alumnos de tercero, cuarto y quinto grado de secundaria, y la muestra seleccionada incluyó a 157 estudiantes. Para recolectar los datos se utilizó el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), desarrollado por Salas y Ecurra para el contexto peruano. El procesamiento se realizó mediante los programas Excel y SPSS 22. Los resultados mostraron que el 42% de los estudiantes se ubicaban en un nivel bajo de adicción, el 52% en un nivel medio y el 6% en un nivel alto. Además, en las tres dimensiones evaluadas como obsesión, falta de control personal y uso excesivo, se observaron comportamientos indicativos de dependencia. Como conclusión, se identificó la presencia de rasgos adictivos en los adolescentes, atribuibles a la creciente disponibilidad y penetración de medios digitales en el entorno cotidiano.

Por otro lado, la tesis de licenciatura elaborada por Cholán y Burga (2019), presentada en la Universidad Peruana Unión, tuvo como propósito analizar la relación entre inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundario de la I.E. JEC Daniel Alcides Carrión García, ubicada en el distrito de Codo de Pozuzo, provincia de Puerto Inca, región Huánuco. La investigación adoptó un enfoque cuantitativo, de tipo correlacional y diseño no experimental. La muestra estuvo compuesta por 226 estudiantes. La información fue recolectada mediante encuestas utilizando como instrumento el cuestionario. Los resultados indicaron que no se halló una correlación estadísticamente significativa entre las variables analizadas, con un coeficiente de Spearman de $Rho = 0.005$ y un $p = 0.937$. Esto sugiere que una alta capacidad para regular las emociones,

comprenderse a sí mismo y mantener vínculos saludables no necesariamente está vinculada a niveles bajos de procrastinación académica.

2.2. BASES TEÓRICAS

2.2.1. ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES

TEORÍA

Teoría del Refuerzo o Condicionamiento Operante

Esta teoría sostiene que la adicción se desarrolla porque ciertas conductas (como usar redes sociales) son reforzadas positivamente, es por ello que, mediante los comentarios o notificaciones, lo que incrementa la probabilidad de repetir esa conducta. La red social actúa como un refuerzo intermitente, lo que hace más difícil dejar el hábito, sugiere que un comportamiento es más o menos probable en el futuro según las consecuencias que haya experimentado al realizarlo. Se utiliza en diversos campos, incluyendo la educación, la terapia conductual, el entrenamiento de animales y la gestión de personal (Day, 2000)

Teoría del Aprendizaje Social

Propone que las personas aprenden conductas observando a otros (modelo social). En el contexto de las redes sociales, los jóvenes pueden imitar patrones de uso excesivo observados en amigos, influencers o figuras populares, reforzando la adicción por identificación y validación social. Este proceso implica atención a la conducta, retención de esta, reproducción del comportamiento observado y motivación para hacerlo (Day, 2000)

ADICCIONES

El estudio de las adicciones abarca dimensiones biológicas, psicológicas y sociales, razón por la cual Griffiths (2005) propuso un enfoque biopsicosocial que contempla distintos componentes del

fenómeno adictivo. Entre estos se incluyen la prominencia del estímulo, los cambios emocionales, síntomas propios de la abstinencia, conflictos personales y recaídas (Araujo, 2015). Este tipo de síndrome puede generar consecuencias diversas: desde respuestas psicológicas como desesperanza, compulsividad, variaciones en el estado de ánimo y falta de motivación, hasta el deterioro de vínculos personales por ejemplo, la pérdida de confianza y el ocultamiento de información ante familiares y amigos. Asimismo, pueden aparecer alteraciones en la salud física y mental, como insomnio, negligencia en el cuidado personal, irritabilidad y estados de ánimo negativos, así como efectos en el plano espiritual, como la debilitación de valores éticos y pérdida de sentido trascendente. Las adicciones de tipo conductual también implican costos sociales relevantes, tales como el ausentismo escolar o laboral, el surgimiento de enfermedades y conflictos legales.

Por su parte, Young (1998) definió la adicción a internet como una alteración caracterizada por patrones excesivos de conexión, aislamiento de la realidad circundante y abandono de responsabilidades académicas, laborales y sociales. En su clasificación, reconoció cinco tipologías (Fandiño, 2015):

- a) Adicción cibersexual: uso compulsivo de plataformas para adultos, orientadas al cibersexo y contenido pornográfico.
- b) Adicción a las ciberrelaciones: implicación emocional excesiva en vínculos generados en entornos virtuales.
- c) Compulsiones vinculadas a la red: uso desmedido de servicios como apuestas online, compras o transacciones digitales.
- d) Navegación compulsiva: búsqueda constante de información y exploración de bases de datos o sitios web.
- e) Adicción a los videojuegos: dedicación obsesiva al uso de ordenadores para el juego (Widyanto & Griffiths, 2006).

- **FASES DEL CICLO ADICTIVO**

Para Adim (2022) el ciclo adictivo tiene las siguientes fases o etapas:

1. Uso inicial: Hay muchas razones por las que la persona que termina luchando contra una adicción podría probar la sustancia para empezar.

Puede ser tan aparentemente benigno como obtener una receta para controlar el dolor o un problema de salud mental, tan culturalmente típico como probar un primer trago a la edad de 21 años, o tan insidioso como ser presionado por amigos o familiares para probar drogas ilícitas.

2. Abuso: La siguiente etapa del ciclo de la adicción es el abuso de sustancias. Este es el punto en el que la persona está usando la sustancia de manera inapropiada y recurrente; más simplemente, la Organización Mundial de la Salud simplemente define el abuso de sustancias como el uso de una sustancia de una manera que es dañina.

Tal vez la persona que está tomando un analgésico recetado decida tomar dosis más altas o usar el medicamento con más frecuencia.

Otro ejemplo es la persona que bebe en exceso regularmente o que ocasionalmente consume cocaína. Si se abusa o no de una sustancia, a menudo depende de la sustancia misma y de cómo actúa en el cuerpo.

3. Tolerancia: Cuando una persona ha estado usando un medicamento recetado o abusando de otras sustancias durante un largo período de tiempo, la sustancia puede causar cambios en el cerebro que resultan en tolerancia, lo que se traduce en que la dosis original o el uso de la sustancia ya no produce el mismo efecto físico o mental.

4. Dependencia: En cierto punto, el cuerpo o el cerebro se vuelven dependientes de tener la sustancia para poder funcionar

correctamente. Por ejemplo, una persona que ha estado usando cocaína o metanfetamina durante mucho tiempo puede encontrar imposible sentir placer sin la droga, una condición llamada anhedonia.

5. Adicción: La adicción es un trastorno de salud mental crónico y específico que produce síntomas y comportamientos definidos que pueden usarse para diagnosticar la afección. De acuerdo con el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5), los 11 signos y síntomas de los trastornos por uso de sustancias como la adicción incluyen:

- Usar más de la sustancia de lo que la persona planeó originalmente.
- No poder dejar de usar la sustancia.
- Experimentar problemas de relación basados en el uso de sustancias.
- Pasar grandes cantidades de tiempo buscando o usando la sustancia, o recuperándose del uso.
- Reducir la participación en actividades favoritas a favor del consumo de sustancias.
- No poder cumplir con las responsabilidades diarias debido al consumo de sustancias.
- Anhelando la sustancia.
- Continuar usando la sustancia a pesar de los efectos negativos para la salud.
- Usar regularmente la sustancia en situaciones peligrosas (al conducir o manejar maquinaria, etc.)
- Desarrollar tolerancia a la sustancia, como se describe anteriormente.
- Experimentar síntomas de abstinencia cuando se detiene el uso.
- En general, experimentar 2 o 3 de estos síntomas se considera un trastorno leve por consumo de sustancias. Informar 4-5 de ellos conduce al diagnóstico de un trastorno moderado.

Si la persona experimenta 6 o más de los síntomas, se considera que indica un trastorno grave por uso de sustancias o adicción.

6. Recaída: Un sello distintivo de cualquier condición crónica es la posibilidad de que la persona recaiga. En condiciones crónicas como la diabetes o el asma, a menudo se espera una recaída ya que el individuo y el personal médico trabajan juntos para determinar el tratamiento que hace posible controlar la condición.

- **USO Y ABUSO DEL INTERNET**

La expansión de las tecnologías de la comunicación ha avanzado a gran velocidad. La forma en que las personas interactúan con los demás y el cómo se ven a sí mismas, está ciertamente influenciada e impulsada por el mundo online. La propensión de la memoria selectiva facilita el hecho de adoptar nuevos hábitos de manera rápida y de olvidar la manera de realizar las cosas antes de esta nueva adopción.

Antes del siglo veintiuno el número de personas conectadas a internet era de aproximadamente 350 millones y durante la primera década del siglo veintiuno este número aumentó hasta llegar a los 2000 millones de usuarios aproximadamente. Sin embargo, en la actualidad existen por lo menos 240 millones de usuarios de la red. Durante la primera década del siglo veintiuno, el número de usuarios del teléfono con servicio de internet aumentó desde los 750 millones hasta 5000 millones. Sin embargo, hoy en día existen más de 6000 millones de usuarios de teléfonos celulares que cuentan con el servicio de internet (Schmidt y Cohen, 2014).

Según Ron et al. (2013), las redes digitales y las nuevas aplicaciones suelen ser útiles en dos grandes áreas. La primera se refiere a lo profesional y la segunda al ocio. En realidad, primero se comenzó utilizando el correo electrónico en la década de los 90, luego se aprendió a navegar por páginas web, luego se fueron creando las comunidades virtuales, a continuación, se empezó a compartir en las redes sociales, luego se empezaron a utilizar los servicios financieros y

las compras a través de las diversas páginas web, etc.

Mencionan también, que con las tablets y las aplicaciones el uso de la tecnología para el ocio está creciendo de una manera muy rápida no sólo para los jóvenes y adolescentes, sino también para los adultos. En realidad, la visión de ocio para los jóvenes de hoy en día es totalmente diferente a la visión de ocio por parte de los adultos, ya que para estos últimos significaba ver televisión con la familia; mientras que para los jóvenes el ocio es ver series en su dispositivo digital. Schmidt y Cohen (2014), plantean que todas aquellas personas que utilizan el internet suelen vivir en dos mundos paralelos; estos son, el mundo virtual y el mundo físico. En el primer mundo, se experimenta cierto nivel de conectividad de forma rápida y a través de diversos medios y dispositivos.

- **REDES SOCIALES**

Las redes sociales pueden entenderse como espacios digitales donde las personas comparten y difunden información de carácter personal o profesional, ya sea con conocidos o con individuos totalmente desconocidos. Estas plataformas han sido diseñadas para facilitar la interacción entre usuarios, aunque dicha interacción presenta particularidades como la posibilidad de mantener el anonimato (total o parcial según la preferencia del usuario), la comunicación en tiempo real o diferido, y las dinámicas de confianza o vulnerabilidad que surgen a partir de los vínculos creados en este entorno.

Una teoría relevante en este contexto es la de los "seis grados de separación", desarrollada por el sociólogo Duncan Watts (2003). Según su planteamiento, cada persona mantiene, en promedio, una red directa de entre 100 y 200 individuos con los que interactúa de manera más o menos constante. Si cada uno de esos contactos nos conectara con sus respectivos 100 contactos, la red crecería exponencialmente: de 100 personas en un primer nivel, a 10.000 en el segundo, y así sucesivamente hasta alcanzar un sexto nivel que incluiría cerca de un

billón de individuos (un millón de millones), lo que implica que cualquier individuo podría tener potencial acceso a cualquier otro ser humano mediante esta cadena de relaciones.

En esencia, las redes sociales constituyen comunidades virtuales formadas por usuarios que interactúan entre sí, comparten intereses similares y establecen conexiones personales o profesionales. Su propósito principal es facilitar el vínculo entre personas, ya sea para fortalecer relaciones existentes o para reencontrarse con conocidos del pasado. Participar en una red social permite al usuario configurar su grupo de contactos, el cual puede incluir amigos, familiares, colegas, conocidos indirectos, vínculos generados a través de otros usuarios o contactos surgidos exclusivamente en el entorno digital (Morduchowicz, Marcón, Sylvestre, 2010).

- **Facebook:** Entre las plataformas digitales más relevantes a nivel mundial, destaca Facebook, reconocida por su capacidad de albergar contenidos variados como imágenes, videos, grupos y aplicaciones integradas. Su impacto global también se refleja en el ámbito publicitario, ya que ofrece herramientas eficaces de segmentación y geolocalización que facilitan campañas dirigidas.
- **YouTube:** es un sitio web que permite a los usuarios compartir videos sobre una amplia gama de temáticas, desde contenido musical hasta tutoriales educativos. Su principal característica es la libertad de publicación que brinda, así como la posibilidad de interactuar mediante comentarios y realizar transmisiones en vivo, fomentando la conectividad entre usuarios.
- **Instagram:** es una aplicación especialmente orientada al contenido visual, en la que se pueden subir fotografías y aplicar efectos, filtros o marcos personalizados. Su crecimiento sostenido en los últimos años la ha posicionado como una de las redes más dinámicas.
- **Twitter:** concebido como una plataforma de microblogging, permite la difusión de ideas, opiniones o información a través de textos

breves, imágenes y videos. Su estructura favorece la inmediatez y la síntesis comunicativa.

- **Pinterest:** se centra en la curaduría visual de temas como moda, belleza y estilo de vida. Los usuarios pueden organizar imágenes en tableros personales, lo que convierte la plataforma en un espacio versátil para la inspiración y el diseño.
- **WhatsApp:** se ha consolidado como una de las herramientas de mensajería instantánea más utilizadas. Basada en el número telefónico, permite una comunicación directa y ordenada. A lo largo del tiempo, su funcionalidad se ha ampliado para incluir el envío de imágenes, audios, videos, llamadas y publicaciones efímeras en forma de historias, convirtiéndose en un canal integral de interacción.
- **TikTok:** es una red social orientada a la creación y difusión de videos cortos, generalmente entre 3 y 60 segundos. Ha ganado terreno especialmente en Asia, Estados Unidos y otras regiones, y muestra una expansión progresiva en América Latina, posicionándose como una de las principales plataformas de contenido audiovisual breve.

FACTORES DE RIESGO ASOCIADO A LA ADICCIÓN DE REDES SOCIALES

- **Individuales:** Algunas personas presentan rasgos emocionales o de personalidad que favorecen el desarrollo de vínculos adictivos. Entre ellos destacan la impulsividad, la necesidad constante de experimentar nuevas sensaciones, una autoestima frágil, la baja tolerancia a situaciones incómodas o frustrantes, y estrategias ineficaces para enfrentar los desafíos cotidianos. También influye la escasez de vínculos sociales significativos y una búsqueda exagerada de experiencias intensas, que muchas veces se expresa como necesidad de transgredir normas sociales mediante conductas virtuales como acceder a contenidos restringidos o participar en actividades digitalmente consideradas como inapropiadas.

- **Familiar:** Desde una perspectiva social, el contexto familiar puede dificultar la adquisición de habilidades adecuadas para la integración social. El estilo de crianza ejercido por los cuidadores influye directamente en el desarrollo de la autonomía y la responsabilidad en los hijos, generando en algunos casos personalidades dependientes, irresponsables o rebeldes. Las dinámicas familiares permisivas, poco estructuradas o carentes de límites consistentes, así como la incoherencia en los roles familiares, limitan la formación de habilidades sociales, el autocontrol emocional y la consolidación de conductas saludables en la juventud.
- **Social:** La influencia del grupo adquiere mayor fuerza cuando el núcleo familiar está desvinculado afectivamente y no logra contener ni guiar los impulsos de los jóvenes. En este escenario, el deseo de aceptación social, las presiones del entorno y la facilidad de acceso a redes sociales se convierten en elementos claves en la aparición y mantenimiento de conductas adictivas. Echeburúa (2012).

- **CARACTERÍSTICAS DE LAS REDES SOCIALES**

Diversos autores coinciden en que una de las cualidades más relevantes de las redes sociales digitales es su capacidad para facilitar la interacción, el diálogo y el intercambio de conocimientos. Desde una perspectiva virtual, estas plataformas se distinguen por emplear tecnologías versátiles, disponer del ancho de banda necesario para compartir información de manera fluida y operar con estándares abiertos que permiten su uso libre (Campos, 2013).

Diversas investigaciones respaldan la relevancia del uso de redes sociales en el ámbito educativo, señalando que, cuando se emplean con responsabilidad, pueden convertirse en herramientas efectivas para el aprendizaje. Para comprender el crecimiento constante de estas plataformas, así como su impacto en adolescentes y jóvenes, es necesario explorar el llamado efecto de red. Este fenómeno se presenta cuando cada nuevo usuario contribuye a incrementar el valor del

sistema, haciendo más atractiva la experiencia colectiva. Un ejemplo claro son las tecnologías de comunicación, donde a medida que se integran más personas a una red, las posibilidades de interacción se amplifican (Flores, Morán y Rodríguez, 2013).

La mayoría de autores coinciden en clasificar las redes sociales según características cuantitativas y cualitativas. Las primeras están relacionadas con aspectos como el número de participantes o la frecuencia de contacto. En el contexto digital, las redes sociales se definen como espacios virtuales que facilitan la conexión entre personas, permitiendo compartir contenido, establecer vínculos e incluso formar comunidades con intereses comunes. En los últimos años, el desarrollo acelerado de tecnologías móviles ha generado un incremento significativo en su uso, tanto para comunicarse como para entretenerse.

No obstante, este crecimiento también ha traído consigo ciertas preocupaciones. De acuerdo con Mohammed y Ramírez (2009), el entorno social actual ha sido transformado por estas plataformas, ya que permiten conexiones que trascienden límites geográficos, influyendo en diferentes ámbitos como el político, económico, social, cultural y educativo, gracias al acceso desde diversos dispositivos tecnológicos.

Por otro lado, algunos expertos como Caldevilla (2010) describen las redes sociales como sistemas abiertos y en constante construcción, en los que se desarrolla un intercambio dinámico entre personas, grupos e instituciones que comparten necesidades o problemáticas similares. Según Castañeda y Gutiérrez (2010), estas redes se estructuran en torno a perfiles digitales, con el objetivo de establecer conexiones entre usuarios a partir de categorías o grupos vinculados a su identidad personal o profesional.

Entre las características cuantitativas que se les atribuyen están la densidad de la red, el grado de cercanía entre usuarios, la cantidad de contactos directos, el volumen total de miembros y la distancia real entre ellos. Las cualitativas, por su parte, incluyen el tipo de contenido

compartido, la naturaleza de los vínculos generados, la reciprocidad de las relaciones, la duración de los lazos, el valor otorgado por los usuarios y la diversidad en las formas de interacción.

2.2.2. PROCRASTINACION ACADÉMICA

Citando a Castro (2017), lo define como cuando se aplazan las tareas del contexto escolar, tanto académicas o administrativas, pero el procrastinar no es un comportamiento que solo se encuentra en el área académica, sino, en diversas áreas.

Como expresa Ayala (2019), quien define que en los escolares vienen a ser una anti-motivación la cual está muy relacionada con el fracaso de la autorregulación, y lo cual como consecuencia notamos los bajos niveles de autoeficacia y autoestima académica y un alto nivel de estrés y enfermedad.

Para Zárate et al. (2020), expresa es el acto de postergar actividades académicas necesarias para el aprendizaje, donde el resultado limita el objetivo principal del estudiante teniendo consecuencias como un bajo control para desarrollar las acciones, así como no saber identificar, controlar y regular sus pensamientos.

• TIPOS

De acuerdo con Querevalú y Echabaudes (2020), la procrastinación en el ámbito académico puede clasificarse en dos categorías principales:

a) Procrastinación decisional: Se refiere a un patrón de comportamiento desadaptativo en el cual el individuo tiende a postergar la toma de decisiones. Esta dilación repercute directamente en la extensión del tiempo requerido para finalizar una tarea, afectando negativamente la eficiencia y el cumplimiento de los objetivos académicos.

b) Procrastinación crónica: Se presenta en aquellos casos donde

el estudiante dispone de menos tiempo para prepararse adecuadamente, y suele centrar su energía en actividades que tienen alta probabilidad de no prosperar. Esta orientación hacia acciones poco efectivas reduce el compromiso con tareas prioritarias, llevando a ignorar el tiempo necesario para realizarlas con éxito.

- **ELEMENTOS**

Según Ayala et al. (2020), existen cuatro factores principales que influyen en la postergación de actividades o tareas:

A. Retraso en la gratificación: Este aspecto se vincula con la preferencia por recompensas inmediatas frente a aquellas que implican una espera. El individuo procrastinador tiende a inclinarse por resultados rápidos y agradables, aun si estos no son los más beneficiosos a largo plazo.

B. Impulsividad: Hace referencia a la escasa motivación para comprometerse con ciertas tareas, lo que dificulta el desarrollo de la disciplina necesaria para alcanzar metas y objetivos. Esta falta de impulso interno puede llevar a desatender actividades importantes.

C. Evaluación del esfuerzo: Implica el juicio que realiza el individuo al comparar diferentes tareas en función del esfuerzo requerido, el tiempo disponible y el tipo de recompensa esperada. Suele priorizarse aquellas actividades que ofrecen resultados rápidos con una inversión mínima de recursos.

D. Expectativa personal: Este factor está relacionado con la percepción individual sobre cómo se estructuran las tareas y el deseo subjetivo de llevarlas a cabo. La manera en que se entiende o valora una labor influye directamente en la disposición para ejecutarla.

- **TEORIAS**

Según Ayala et al. (2020), existen cuatro perspectivas teóricas que explican el fenómeno de la procrastinación académica:

a) Teoría racional emotivo conductual: Esta teoría plantea que los desequilibrios emocionales tienen su origen en las creencias irracionales que el individuo sostiene. Dichas creencias, asociadas a sus experiencias y pensamientos sobre las tareas a realizar, pueden generar patrones de conducta poco beneficiosos. En este sentido, cuando una persona interpreta sus responsabilidades de forma distorsionada o poco lógica, por ejemplo, esperando que toda actividad sea agradable, se dificulta el logro de metas. En el ámbito estudiantil, este tipo de razonamiento erróneo contribuye a una procrastinación persistente, debilitando sus expectativas y su sentido de autoeficacia.

b) Teoría del conductismo: Desde esta perspectiva, la procrastinación se relaciona con hábitos repetitivos que se han afianzado por sus consecuencias. Es decir, algunas personas posponen tareas porque han experimentado éxito previo a pesar de haber procrastinado, lo cual refuerza la conducta como algo no perjudicial. En estos casos, el aplazamiento no se percibe como problemático, ya que no ha tenido efectos negativos evidentes sobre sus logros.

- **CICLOS**

Según Mamani (2017, citando a Guzmán, 2013), la procrastinación puede desarrollarse en una secuencia cíclica de comportamientos que suelen repetirse en distintos contextos:

a) Primer ciclo, esta vez empezaré con anticipación: El individuo reconoce la oportunidad de iniciar sus actividades con tiempo suficiente, pero decide postergar voluntariamente el comienzo, confiando en que podrá hacerlo más adelante.

b) Segundo ciclo, debo comenzar pronto: Aparece la percepción de que el tiempo disponible se está agotando, lo que genera ansiedad. A pesar de ello, persiste la idea de que aún es posible completar la tarea de manera satisfactoria.

c) Tercer ciclo, ¿qué pasa si no empiezo? el nivel de ansiedad

aumenta, acompañado de pensamientos negativos. Surgen ideas como “espero que nadie se entere”, “no puedo permitirme descansar” o “estoy haciendo todo menos lo que debo”, evidenciando una tensión interna y reconocimiento del retraso.

d) Cuarto ciclo, aún tengo tiempo: Aunque el margen temporal es limitado, la persona conserva la esperanza de que logrará cumplir con la responsabilidad, subestimando el esfuerzo requerido.

e) Quinto ciclo, algo pasa en mí: Frente al incumplimiento, la reflexión lleva a una toma de conciencia: el origen del problema no está en factores externos, sino en mecanismos internos. Esta introspección puede motivar una disposición al cambio.

f) Sexto ciclo, decisión final: hacer o no hacer: La tensión generada por no cumplir con la tarea lleva a sentimientos de malestar. Sin embargo, en algunos casos la persona racionaliza el abandono, pensando que no habría alcanzado el objetivo a tiempo de todos modos.

g) Séptimo ciclo, no volveré a procrastinar: Una vez concluida la tarea, ya sea con éxito o sin haberla realizado, la persona experimenta agotamiento o decepción. Este estado emocional propicia el propósito de modificar sus hábitos en el futuro.

2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES

Adicción a las redes sociales: Se considera una conducta compulsiva difícil de controlar, que implica el uso reiterado de productos o plataformas digitales en especial redes sociales generando dependencia tanto psicológica como fisiológica. Estas redes se configuran como estructuras digitales donde individuos u organizaciones se vinculan a partir de intereses y valores compartidos (Marín et al., 2015).

Autorregulación académica: Es la habilidad que posee el estudiante para manejar conscientemente sus pensamientos, emociones y conductas en el entorno educativo. De acuerdo con Portilla (2017), esta competencia se vincula a procesos cerebrales multidimensionales que intervienen en el

desarrollo humano y resultan fundamentales para el logro de objetivos académicos. La autorregulación permite al estudiante controlar sus impulsos, motivarse a sí mismo y tomar decisiones efectivas en relación con sus metas académicas.

Falta de control a las redes sociales: El uso problemático de las redes sociales, también conocido como la falta a la misma, conlleva al uso excesivo de las redes sociales o ciberadicción, es la dependencia psicológica o conductual a las plataformas de las redes sociales, similar la ludopatía, el trastorno de adicción a Internet y otras formas de uso excesivo. (Marín et al, 2015)

Obsesión a las redes sociales: Es la necesidad de revisar constantemente las redes sociales para conocer las últimas novedades puede desviar a una persona de las cosas que debería estar haciendo. Las tareas escolares, los quehaceres domésticos y las relaciones con los demás pueden verse afectadas. La hierba siempre es más verde: las personas suelen publicar sobre acontecimientos felices y fotos que las muestran de forma positiva. (Marín et al, 2015)

Postergar actividades: Implica dejar para más adelante ciertas acciones que deberían haberse realizado en un momento específico o en un orden determinado. En el entorno académico, este comportamiento suele traducirse en procrastinación o en el incumplimiento de fechas límite para la entrega de trabajos y obligaciones estudiantiles.

Procrastinación académica: Hace referencia a la inclinación de algunos estudiantes a postergar tareas o compromisos académicos, aun cuando son conscientes de las consecuencias negativas que ello implica. Esta conducta suele estar vinculada a dificultades en la autorregulación personal, que se manifiestan en la falta de control sobre impulsos y acciones, generando así el hábito de aplazar responsabilidades (Atalaya y García (2019),

Uso excesivo a las redes sociales: Uso problemático de las redes sociales, también conocido como adicción a las redes sociales, uso excesivo de las redes sociales o ciberadicción, es la dependencia psicológica o

conductual a las plataformas de las redes sociales, similar la ludopatía, el trastorno de adicción a Internet y otras formas de uso excesivo (Marín et al, 2015).

2.4. HIPOTESIS

2.4.1. HIPOTESIS GENERAL

Ha: Existe relación entre la adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024

Ho: No existe relación entre la adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024

2.4.2. HIPOTESIS ESPECIFICAS

Ha1: Existe relación entre la dimensión obsesión por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024

Ho1: No existe relación entre la dimensión obsesión por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024

Ha2: Existe relación entre la dimensión falta de control por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024

Ho2: No existe relación entre la dimensión falta de control por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024

Ha3: Existe relación entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024

Ho3: No existe relación entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024

2.5. VARIABLES

2.5.1. VARIABLE 1

Adicción a las redes sociales

2.5.2. VARIABLE 2

Procrastinación académica

2.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLE

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumento	Escala de medición
VARIABLE 1 Adicción a Redes Sociales	Según Gallego (2010), esta se define una red social como conjunto de individuos que se encuentran relacionados entre sí. Las relaciones de los usuarios pueden ser de muy diversa índole, y van desde el trabajo hasta la amistad.	Para la medición de la variable adicción a las redes sociales, esta se medirá a través de 3 dimensiones, las cuales corresponden a 10, 6 y 8 ítems según corresponda.	• Obsesión a las redes sociales	• Tiempo de conexión a las redes sociales. • Estado de ánimo. • Relaciones interpersonales	2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23	Cuestionario de adicción a las redes sociales	Escala Ordinal • Muy frecuente = 5 • Muchas veces=4 • Regularmente =3 • Pocas veces=2 • Rara vez=1
			• Falta de control a las redes sociales	• Control de tiempo conectado. • Intensidad. • Frecuencia.	4, 11, 12, 14, 20, 24		
			• uso excesivo de las redes sociales	• Necesidad de permanecer conectados. • Cantidad de veces conectados.	1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21		

VARIABLE 2 Procrastinación académica	Acto de postergar actividades académicas necesarias para el aprendizaje, donde el resultado limita el objetivo principal del estudiante derivando en una limitada capacidad para ejecutar acciones de manera efectiva, además de dificultades para reconocer, gestionar y modular los propios procesos mentales (Zárate et al. 2020)	se relaciona con la conducta intencionada del estudiante de postergar sus actividades, el cual será medible mediante dos dimensiones, los cuales suman un total de 16 ítems.	• Autorregulación académica. • Postergación de actividades	• Problemas de autocontrol. • Organización de tiempo. • Aplazamiento de inicio, continuación o culminación de tareas académicas • Proceso de regulación de la conducta académica	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16.	Escala de Procrastinación Académica – EPA	Escala ordinal 1=Nunca 2=A veces 3=Casi Siempre 4=Siempre
---	--	--	---	---	---	---	---

CAPITULO III

METODOLOGIA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN

Para Sampieri (1991) la investigación básica es un proceso por el cual se busca el progreso científico acrecentando el conocimiento teórico y no dando demasiada importancia a sus aplicaciones prácticas, se intenta profundizar al saber y conocimiento de las realidades, en cuanto al método experimental este nos da mayor conocimiento para poder ampliar las definiciones y modelos teóricos de la variable a investigar.

3.1.1. ENFOQUE

Este tipo de enfoque considera la recopilación de datos como un método esencial para poner a prueba hipótesis formuladas en el marco de una investigación. Se basa en la medición numérica y el procesamiento estadístico, lo cual permite identificar patrones conductuales y contribuir a la validación de teorías existentes (Hernández et al, 2014).

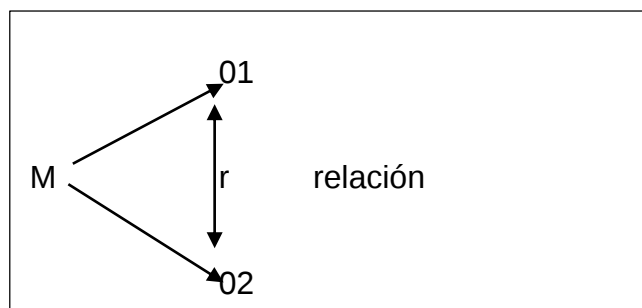
3.1.2. ALCANCE O NIVEL

La investigación se sitúa en un nivel correlacional, ya que busca comprender la forma en que dos o más conceptos, variables o categorías se relacionan dentro de un contexto determinado. Aunque en algunas ocasiones se analizan únicamente dos elementos, lo habitual es explorar asociaciones entre tres o más variables (Hernández et al, 2014).

3.1.3. DISEÑO

Descriptivo-correlacional y no experimental.

Según Hernández et al. (2014), los estudios no experimentales se caracterizan por observar los fenómenos tal como se presentan en su entorno natural, sin intervenir en ellos de forma deliberada. A partir de esta observación, se procede al análisis correspondiente.



Donde:

M: Muestra de estudio

O1: Variable 1: Adicción a las redes sociales

O2: Variable 2: Procrastinación académica

R: Relación que existe entre las variables

3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA

3.2.1. POBLACIÓN

Según Carrasco, S. (2006), indica que la población viene a ser el conjunto de eventos, hechos, personas, objetos, etc., el cual será estudiado con diferentes técnicas establecidas previamente. La presente investigación está constituida por todos los estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, la que está conformada por 450 estudiantes de nivel secundaria.

Tabla 1

Distribución de la población de estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache-2024

Año de estudio	Sección		Total
	A	B	
Primero	45	45	90
Segundo	45	45	90
Tercero	45	45	90
Cuarto	45	45	90
Quinto	45	45	90
Total	225	225	450

Fuente. Nomina de matrícula 2024

Tabla 2

Distribución de la población de estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache-2024, según edad y sexo

Año de estudio	Sección								Total
	A	Edad	Sexo		B	Edad	Sexo		
			M	F			M	F	
Primero	45	12	20	25	45	12	18	27	90
Segundo	45	13	19	26	45	13	16	29	90
Tercero	45	14	18	27	45	14	19	26	90
Cuarto	45	15	19	26	45	15	18	27	90
Quinto	45	16	18	27	45	16	19	26	90
Total		225				225			450

Fuente. Nomina de matrícula 2024

3.2.2. MUESTRA

Hernández y Baptista (2012). Se define como un grupo limitado y representativo que se selecciona dentro del universo accesible de participantes. Este conjunto refleja las características de la población que se pretende investigar, funcionando como una expresión parcial que permite inferencias sobre el total.

La selección de la muestra es de tipo no probabilístico intencional ya que las características de la muestra son elementos seleccionados para la muestra son elegidos por el criterio del investigador.

La muestra de la presente investigación está conformada por 270 estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412.

Tabla 3

Distribución de la muestra de estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache-2024

Año de estudio	Sección		Total
	A	B	
Tercero	45	45	90
Cuarto	45	45	90
Quinto	45	45	90
Total	135	135	270

Fuente. Nomina de matrícula 2024

Tabla 4*Distribución de la muestra de estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache-2024*

Año de estudio	Sección								Total
	A	Edad	Sexo		B	Edad	Sexo		
			M	F			M	F	
Tercero	45	14	18	27	45	14	19	26	90
Cuarto	45	15	19	26	45	15	18	27	90
Quinto	45	16	18	27	45	16	19	26	90
Total		135				135			270

Fuente. Nomina de matrícula 2024➤ **CRITERIOS DE INCLUSION:**

- Estudiantes que cursen de 3ro a 5to de secundaria de la I.E.P.S.M° 0412 de Tocache
- Estudiantes que se encuentren matriculados en 3ro, 4to y 5to de secundaria de la I.E.P.S.M° 0412 de Tocache, en el presente año 2024
- Estudiantes de 3ro a 5to de secundaria de la I.E.P.S.M° 0412 de Tocache, que no hayan repetido ningún año de secundaria
- Estudiantes que tengan entre 14 a 16 años de edad, que son estimaciones que cursen de 3ro a 5to de secundaria de la I.E.P.S.M° 0412 de Tocache.

➤ **CRITERIOS DE EXCLUSION**

- Estudiantes que cursen 1ro y 2do de secundaria de la I.E.P.S.M° 0412 de Tocache
- Estudiantes que no se encuentren matriculados en el nivel secundaria de la I.E.P.S.M° 0412 de Tocache, en el presente año 2024
- Estudiantes del nivel secundaria de la I.E.P.S.M° 0412 de Tocache, que hayan repetido algún año de secundaria
- Estudiantes que tengan menos de 14 y más de 16 años de edad, en la I.E.P.S.M° 0412 de Tocache.

- Estudiantes que tengan alguna capacidad física o intelectual que le imposibilite la resolución de los instrumentos a aplicar

3.3. TECNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS

3.3.1. TECNICAS

La encuesta: Se considera una técnica primaria para la recolección de información basada en un conjunto de preguntas diseñadas de manera clara, estructurada y coherente. Su aplicación se realiza sobre una muestra que representa a un grupo poblacional más amplio, lo que permite obtener datos significativos y generalizables (Abascal y Esteban ,2005).

Acerca de las técnicas para el procesamiento y presentación de datos podemos señalar que: Se utilizará el programa informático o paquete estadístico SPSS - v 22.0 para el procesamiento de datos.

3.3.2. INSTRUMENTOS

El cuestionario: Es uno de los instrumentos más utilizados para obtener datos en investigaciones. Su formato facilita el acceso a un gran número de participantes y permite abordar aspectos específicos del problema planteado, incluyendo creencias, opiniones y percepciones relevantes para el investigador (Arribas, 2004).

Los cuestionarios a utilizar para medir las variables son

Variable 1: Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)

Variable 2: Escala de Procrastinación Académica – EPA

FICHA TECNICA DEL CUESTIONARIO DE ADICCION A LAS REDES SOCIALES (ARS)

Nombre del instrumento	Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)
Autor	Escurra y Salas (2014)
Año de construcción	2014
Administración	Individual y grupal
Tiempo	10 minutos
Población	Estudiantes de secundaria, técnicos universitarios y universitarios.
Muestra	67 estudiantes
Edad de aplicación	12-25 años
Procedencia	Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Perú.
Dimensiones	• Obsesión por las redes sociales El primer factor está conformado por 10 ítems (2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22 y 23). Los ítems que conforman este factor corresponden conceptualmente al compromiso mental con las redes sociales, pensar constantemente y fantasear con ellas, la ansiedad y la preocupación causada por la falta de acceso a las redes. • Falta de control personal en el uso de las redes sociales El segundo factor incluyó 6 ítems (4, 11, 12, 14, 20 y 24), que corresponden a la preocupación por la falta de control o interrupción en el uso de las redes sociales; con el consiguiente descuido de las tareas y los estudios. Uso excesivo de las redes sociales. • Uso excesivo de las redes sociales El tercer factor constituido por 8 ítems (1, 8, 9, 10, 16, 17, 18 y 21), los cuales se refieren a las dificultades para controlar el uso las redes sociales, indicando el exceso en el tiempo uso, indicando el hecho de no poder controlarse cuando usa las redes sociales y no ser capaz de disminuir la cantidad de uso de las redes.
Calificación	En cuanto a la calificación e interpretación, la escala cuenta con 24 ítems; evaluados a través de la escala Likert de cinco puntos. Las alternativas de marcado son: Nunca (1), Pocas Veces (2), A veces (3), Casi Siempre (4) y Siempre (5). El ítem 13 es el único que se califica de manera inversa Siempre (5), Casi siempre (4), Algunas veces (3), Rara vez (2) y Nunca (1)
Confiabilidad	Después del estudio se procedió a examinar 3 ítems. Respecto a la propiedad psicométrica de la prueba demostró un alto nivel de confiabilidad en toda la prueba (alfa de crombach 0.95), en el factor I obtuvo 0.91, en el factor II 0.88 y en el factor III fue 0.92
Validez	Para la validez de la prueba se contó con el criterio de jueces

FICHA TECNICA DE LA ESCALA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA – EPA

Nombre	Escala de Procrastinación Académica (EPA)
Autor	Busko (1998)
Año de construcción	1998
Adaptación	Adaptado por Domínguez, S. (2016). En datos normativos de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de primer a decimo ciclo de psicología de Lima.
Administración	Individual
Tiempo	Entre 10 minutos a 15 minutos
Población	Adolescentes y adultos
Muestra	717 estudiantes
Edad de aplicación	12 a 27 años
Dimensiones	-Autorregulación académica (9 ítems) -Postergación de actividades (3 ítems)
Calificación	En cuanto a la calificación e interpretación, la escala cuenta con 12 ítems; evaluados a través de la escala Likert de cinco puntos. Las alternativas de marcado son: Nunca (1), Pocas Veces (2), A veces (3), Casi Siempre (4) y Siempre (5). Los puntajes se interpretan de forma directa, es decir que, a mayor puntaje, el estudiante superior, presentará un tipo de conducta más elevada de procrastinación.
Psicometría	Validez: La validez de constructo de la escala de procrastinación académica fue evaluada mediante análisis factorial exploratorio. Los resultados indican que el índice de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) obtuvo un valor de 0.80, lo que sugiere que los datos poseen una buena capacidad explicativa. Asimismo, la prueba de chi-cuadrado ($\chi^2 = 701.95$, $p < .05$) valida la pertinencia de las correlaciones entre los ítems. El análisis con el método de componentes principales evidenció la existencia de un único factor que explica el 23.89% de la varianza total, lo cual respalda la validez de constructo del instrumento. Confiabilidad: Respecto a la confiabilidad, el coeficiente alfa de Cronbach alcanzó un valor de 0.80, lo que indica una sólida consistencia interna de la escala. El análisis psicométrico adicional muestra que los ítems presentan cargas factoriales que oscilan entre 0.31 (ítem 7) y 0.54, reforzando la estabilidad de la medición.

3.4. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

3.4.1. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO DE DATOS

Los datos fueron recolectados de acuerdo al procedimiento establecido para el diseño pre y post test con un solo grupo:

- Gestiones para la ejecución de la investigación: Permiso y solicitudes para la recolección de datos.

- **Estadística descriptiva:** Las pruebas descriptivas permiten la caracterización de las muestras o poblaciones, con relación a determinadas variables y dimensiones, pudiendo reportar distintos parámetros o estimadores, de acuerdo a los objetivos planteados.

3.4.2. PLAN DE TABULACIÓN

Diagrama de Barras: también llamado gráfico de columnas, es una forma de representar gráficamente un grupo de datos o valores. Está formado por gráficos rectangulares con longitudes que corresponden a los valores que representa. Los gráficos de barras se utilizan para comparar dos o más valores. Las barras se pueden orientar horizontal o verticalmente.

Cuadros estadísticos: Una representación gráfica de las diversas situaciones que se presentan diariamente es un cuadro estadístico. Es una forma metódica de comprender los patrones de nuestra forma de ser y vivir. En un cuadro estadístico, se puede identificar como muchas variables se desea; en este caso, se relacionará el posicionamiento y la gestión administrativa.

3.4.3. PRUEBAS ESTADÍSTICAS

Estos permiten establecer conclusiones acerca de la estructura de una muestra o de una colección de datos.

Prueba estadística de Pearson: permite evaluar el grado de asociación entre dos variables que presentan datos continuos. Esta herramienta estadística asume una relación lineal entre los elementos analizados, por lo que, si dicha relación no cumple con esa característica, el coeficiente obtenido podría no reflejar con precisión la conexión real. Este coeficiente puede variar entre -1 y +1.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1. PRESENTACIÓN EN TABLAS Y FIGURAS CON SU RESPECTIVA INTERPRETACIÓN

Tabla 5

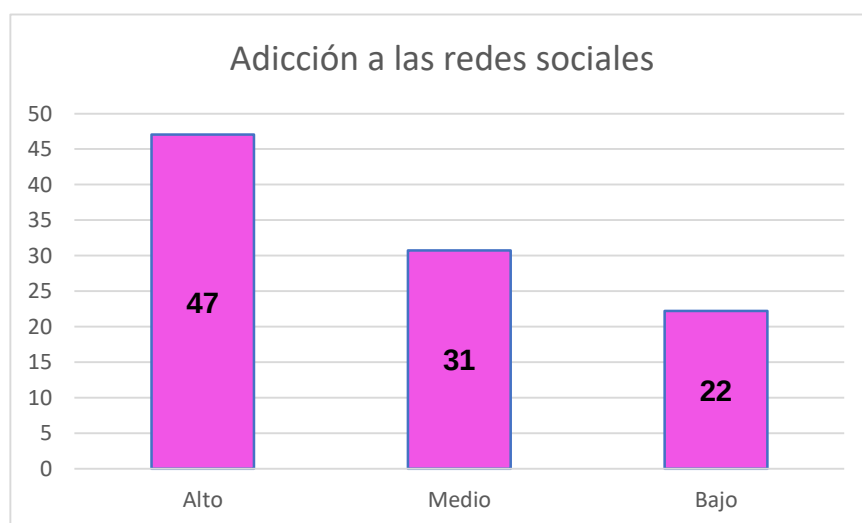
Nivel de la variable de la adicción a las redes sociales

Adicción a las redes sociales	f	%
Alto	127	47
Medio	83	31
Bajo	60	22
Total	270	100

Fuente. Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)

Figura 1

Nivel de la variable de la adicción a las redes sociales



Interpretación:

En la tabla 5 y la figura 1, se observa que el nivel predominante de la variable adicción a las redes sociales, se encuentra en un nivel alto, el cual está conformado por 127 (47%), de estudiantes de nivel secundaria de la I.E.P.S.M° 0412 de Tocache, el cual se caracteriza por un uso compulsivo e incontrolable de las redes sociales lo que lleva a una pérdida del control y una

interferencia significativa en la vida diaria de la persona, mientras que el de menor frecuencia fue el nivel bajo con un total de 60 (22%) estudiantes.

Tabla 6

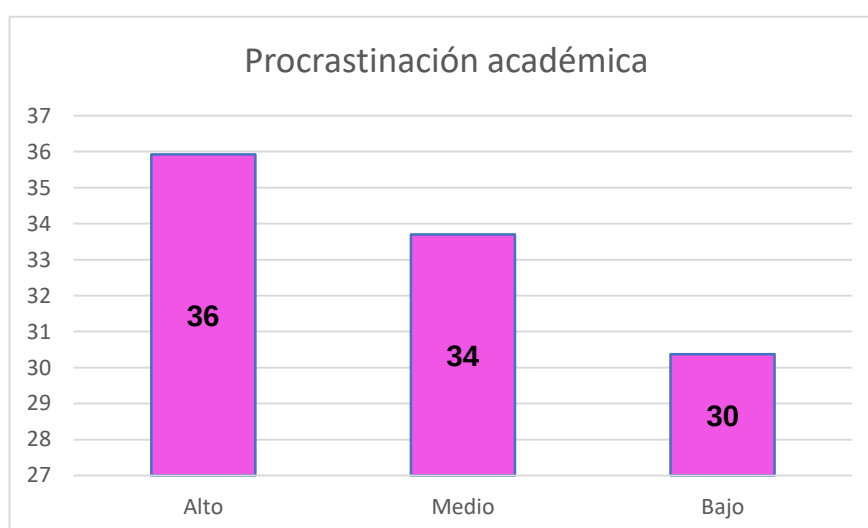
Nivel de la variable de la escala procrastinación académica

Procrastinación académica	f	%
Alto	97	36
Medio	91	34
Bajo	82	30
Total	270	100

Fuente. Escala de Procrastinación Académica (EPA)

Figura 2

Nivel de la variable de la escala procrastinación académica



Interpretación:

En la tabla 6 y el figura 2, se observa que el nivel predominante de la variable procrastinación académica, se encuentra en un nivel alto, el cual está conformado por 97 (36%), de estudiantes de nivel secundaria de la I.E.P.S.M° 0412 de Tocache, el cual se caracteriza por una tendencia a posponer tareas académicas o administrativas que deben ser entregadas en una fecha determinada. Es un patrón de comportamiento que puede tener un impacto negativo en el rendimiento académico, mientras que el de menor frecuencia fue el nivel bajo con un total de 82 (30%) estudiantes.

4.2. CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS

Prueba de normalidad

Prueba de Kolmogorov-Smirnov

Es una propia perteneciente a la estadística, concretamente a la estadística inferencial para una muestra compara la función de distribución acumulada observada de una variable con una distribución teórica determinada distribución especificada, de:

$p < 0,05$ significa que la hipótesis nula es falsa y una,

$p > 0,05$ que la hipótesis nula es verdadera

Esta sirve para verificar si las puntuaciones que hemos obtenido de la muestra siguen o no una distribución normal, esta se da dentro de un terreno de probabilidades.

Para esta investigación se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov, ya que la muestra a trabajar fue de 270 estudiantes.

Tabla 7

Prueba de normalidad

Kolmogorov-Smirnova			
	Estadístico	gl	Sig.
Autoestima	,171	270	,200
Inteligencia emocional	,212	270	,200

a. Corrección de significación de Lilliefors

Nota. Datos procesados del SPSS

Tabla 8*Niveles de correlación de Pearson*

Valor	Significado
1	Correlación grande y perfecta positiva
0,9 a 0,99	Correlación muy alta positiva
0,7 a 0,89	Correlación alta positiva
0,4 a 0,69	Correlación moderada positiva
0,2 a 0,39	Correlación baja positiva
0,01 a 0,19	Correlación muy baja positiva
0	Correlación nula

Hipótesis general

Ha: Existe relación entre la adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024

Ho: No existe relación entre la adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024

Tabla 9*Correlación entre la variable adicción a las redes sociales y procrastinación académica*

		A dicción a redes sociales	Procrastinación académica
Adicción a redes sociales	Correlación de Pearson	1	,865**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	270	270
Procrastinación académica	Correlación de Pearson	,865**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	270	270

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

Interpretación:

Observamos en la Tabla 9, se obtuvo un p valor de 0.000, menor al valor α 0.05, lo cual señala que se refuta la hipótesis nula y se aprueba la hipótesis alterna, confirmando la existencia de una correlación entre la variable adicción

a las redes sociales y procrastinación académica, la cual obtiene un nivel de ,865**, la cual nos indica que existe una correlación positiva alta, esto nos dice que hay una relación entre las dos variables de estudio, la cual puede suceder cuando un estudiante se distrae constantemente con el uso que le da a los aparatos tecnológicos mediante las aplicaciones digitales que facilitan la conexión e interacción entre personas, grupos y organizaciones.

Hipótesis específicas

Ha1: Existe relación entre la dimensión obsesión por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024

Ho1: No existe relación entre la dimensión obsesión por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024

Tabla 10

Correlación entre la dimensión obsesión y la procrastinación académica

		Obsesión	Procrastinación académica
Obsesión	Correlación de Pearson	1	,871**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	270	270
Procrastinación académica	Correlación de Pearson	,871**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	270	270

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

Interpretación:

Observamos en la Tabla 10, se obtuvo un p valor de 0.000, menor al valor α 0.05, lo cual señala que se refuta la hipótesis nula y se aprueba la hipótesis alterna, confirmando la existencia de una correlación entre la dimensión obsesión y la procrastinación académica, la cual obtiene un nivel de ,871**, la cual nos indica que existe una correlación positiva alta, la cual

señala que a mayor obsesión a las redes sociales mayor es la procrastinación académica

Ha2: Existe relación entre la dimensión falta de control por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024

Ho2: No existe relación entre la dimensión falta de control por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024

Tabla 11

Correlación entre la dimensión falta de control y la procrastinación académica

		Falta de control	Procrastinación académica
Falta de control	Correlación de Pearson	1	,860**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	270	270
Procrastinación académica	Correlación de Pearson	,860**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	270	270

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

Interpretación:

Observamos en la Tabla 11, se obtuvo un p valor de 0.000, menor al valor α 0.05, lo cual señala que se refuta la hipótesis nula y se aprueba la hipótesis alterna, confirmando la existencia de una correlación entre la dimensión falta de control y la procrastinación académica, la cual obtiene un nivel de ,860**, la cual nos indica que existe una correlación positiva alta, la cual señala que a mayor falta de control a las redes sociales mayor es la procrastinación académica

Ha3: Existe relación entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024

Ho3: No existe relación entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache – 2024

Tabla 12

Correlación entre la dimensión uso excesivo y la procrastinación académica

		uso excesivo	Procrastinación académica
uso excesivo	Correlación de Pearson	1	,866**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	270	270
Procrastinación académica	Correlación de Pearson	,866**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	270	270

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

Interpretación:

Observamos en la Tabla 12, se obtuvo un p valor de 0.000, menor al valor α 0.05, lo cual señala que se refuta la hipótesis nula y se aprueba la hipótesis alterna, confirmando la existencia de una correlación entre la dimensión uso excesivo y la procrastinación académica, la cual obtiene un nivel de ,866**, la cual nos indica que existe una correlación positiva alta, la cual señala que a mayor uso excesivo a las redes sociales mayor es la procrastinación académica

CAPITULO V

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

De acuerdo con los resultados presentados en la hipótesis general, se acepta la hipótesis alternativa, lo que indica una correlación positiva alta de 0.865 entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica. Este hallazgo sugiere que existe una relación significativa entre ambas variables, lo que refuerza la idea de que el uso excesivo de redes sociales influye negativamente en el rendimiento académico de los estudiantes. Estos resultados difieren de los obtenidos por Chapoñan (2021), quien concluyó que no encontró una relación significativa entre la adicción a las redes sociales y el rendimiento académico de los alumnos. Esta discrepancia resalta la necesidad de considerar cuidadosamente los contextos específicos en los que se analiza la relación entre el uso de las redes sociales y el desempeño académico. El resultado obtenido se sostiene en el modelo biopsicosocial propuesto por Griffiths (2005), quien describe la adicción desde una perspectiva integral que incluye la característica de saliencia o prominencia, la cual hace referencia al papel predominante que juegan las redes sociales en la vida de una persona. A través de este concepto, se explica cómo la adicción a las redes sociales puede desplazar otras actividades importantes, como el estudio. Además, la procrastinación académica, definida por Castro (2017), se refiere al aplazamiento de tareas escolares, tanto académicas como administrativas, lo que resalta que la procrastinación no es un comportamiento exclusivo del ámbito académico, sino que afecta otras áreas de la vida del individuo.

En relación con la dimensión obsesión, se acepta la hipótesis alternativa, indicando una correlación positiva alta de 0.871 con la procrastinación académica. Este resultado es consistente con los hallazgos de Espinoza e Ibañez (2020), quienes encontraron correlaciones inversas significativas entre la autorregulación académica y la obsesión con las redes sociales ($r = -0.58$), lo que refleja cómo el comportamiento obsesivo en relación a las redes sociales puede interferir con la capacidad de los estudiantes para regular su tiempo de manera efectiva. Según Marín et al. (2015), la necesidad constante

de revisar las redes sociales para conocer las novedades puede desviar la atención de las tareas académicas y disminuir la eficiencia en el estudio, contribuyendo así al comportamiento procrastinador.

Con respecto a la dimensión falta de control, los resultados obtenidos indican una correlación positiva alta de 0.860 con la procrastinación académica. Este resultado guarda similitudes con los hallazgos de Hernández (2021), quien encontró una relación débil pero significativa ($r = 0.309$, $p < 0.01$) entre la dependencia a las redes sociales y la procrastinación académica. En su estudio, Hernández también observó un aumento significativo en los niveles de estrés y ansiedad entre los estudiantes, lo que se relaciona con la definición de falta de control propuesta por Marín et al. (2015). Según estos autores, la falta de control conduce al uso excesivo de las redes sociales o ciberadicción, lo cual se asemeja a la ludopatía y el trastorno de adicción a Internet. Este comportamiento disruptivo interfiere con las responsabilidades académicas y genera un impacto negativo en el bienestar emocional de los estudiantes.

Finalmente, en la dimensión uso excesivo, los resultados obtenidos muestran una correlación positiva alta de 0.866 con la procrastinación académica. Estos hallazgos son similares a los de García y Zecenarro (2019), quienes encontraron una correlación inversa significativa entre la dependencia a Internet y la obsesión por los medios sociales ($\rho = -0.584$, $p = 0.000$). Este resultado sugiere que, a medida que los estudiantes experimentan una mayor dependencia de Internet, también lo hacen en términos de su obsesión con las redes sociales, lo que contribuye a una mayor procrastinación. Marín et al. (2015) afirman que este comportamiento es una manifestación de dependencia psicológica o conductual a las plataformas sociales, similar a la ludopatía y la adicción a Internet, fenómenos que afectan de manera profunda la capacidad de los estudiantes para gestionar sus tareas y su tiempo de manera eficiente.

CONCLUSIONES

- Se concluyó la existencia de una correlación positiva alta de ,865^{**}, entre la adicción a las redes sociales y procrastinación académica, esto nos dice que hay una relación entre las dos variables de estudio, la cual puede suceder cuando un estudiante se distrae constantemente con el uso que les dan a los aparatos tecnológicos mediante las aplicaciones digitales que facilitan la conexión e interacción entre personas, grupos y organizaciones.
- Se concluyó la existencia de una correlación positiva alta de ,871^{**}, entre la dimensión obsesión y la procrastinación académica, ambas premisas se encuentran relacionadas, ya que presenta la dificultad para regular el tiempo y la atención que se debería de brindar ante el uso de aplicaciones con motivo social.
- Se concluyó la existencia de una correlación positiva alta de ,860^{**}, entre la dimensión falta de control y la procrastinación académica, esta se presenta como un distractor interminable de contenido atractivo, la cual hace difícil el que se pueda mantener la concentración en la ejecución de tareas académicas.
- Se concluyó la existencia de una correlación positiva alta de ,866^{**}, entre la dimensión uso excesivo y la procrastinación académica, ya que esto se representa como un vínculo entre la pobre y carente resistencia del estudiante para la manipulación de aparatos tecnológicos en función al uso por varias horas relacionados a la interacción virtual

RECOMENDACIONES

➤ **A la I.E.P.S.M N° 0412 - Tocache**

- Se recomienda la creación de alianzas como estrategia para un trabajo en conjunto con municipalidades distritales o provinciales, además de instituciones públicas o privadas los cuales podrán realizar ferias, talleres o charlas en cuanto a los riesgos que estos podrían traer.
- Fomentar dentro de la institución en cada uno de los estudiantes, el uso responsable de los aparatos móviles, así como concientizar a la autorregulación del tiempo en línea, para así poder cumplir con las demás actividades curriculares encomendadas.
- Fomentar talleres deportivos o artísticos en horarios libres, en el cual el estudiante desarrolle nuevas capacidades, dejando de lado el uso excesivo de las plataformas digitales.
- Realizar talleres o charlas con los padres de familia de manera más continua con temas relacionados a la adicción a los aparatos móviles, instruyendo también el control del uso y manipulación de plataformas digitales de interacción virtual, mediante otros aplicativos

➤ **A la Universidad de Huánuco**

- Fomentar el acceso de los estudiantes a espacios de investigación, facilitando su vínculo con instituciones públicas y privadas que contribuyan al desarrollo de trabajos enfocados en la prevención de problemáticas sociales.
- Impulsar estudios futuros de carácter experimental o cualitativo, orientados a diseñar programas de prevención y atención estudiantil, especialmente en eventos realizados en zonas de alta concurrencia.

➤ **A los estudiantes de psicología**

- Integrar la investigación como eje central de su formación académica, en coherencia con la visión y misión institucional, generando propuestas creativas que aporten al bienestar colectivo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Adim (2022, abril 22) *Cuáles son las fases de la adicción (Ciclo de la adicción)*.
<https://adiccion-a.com/fases-adiccion/>
- Aquino y Gonzales (2019) *Adicción a redes sociales y su relación con la procrastinación académica en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Privada en Lima-Este*, repositorio Universidad Peruana Unión.
<https://repositorio.upeu.edu.pe/server/api/core/bitstreams/665ec009-f3d3-4505-9c23-26c61c94e982/content>
- Arteaga (2019). *Uso de redes sociales y rendimiento académico en la institución educativa 24 de junio, Huayobamba, distrito de San Marcos, 2017*, repositorio Universidad Nacional de Cajamarca
- Campos, L., Vilchez, W., & Leiva, F. (2019). *Relación entre adicción a las redes sociales e impulsividad en escolares de instituciones educativas públicas de Lima Este*. *Revista Científica de Ciencias de La Salud*, 12(2), 17–24. <https://doi.org/https://doi.org/10.17162/rccs.v12i2.1212>
- Espinoza e Ibañez (2020) *Procrastinación académica y adicción a las redes sociales en estudiantes de un instituto superior del distrito de Laredo*, repositorio Universidad Cesar Vallejo.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/45713>
- Fandiño-Leguía, J. D. (2015, 17 de febrero). *Adicción a Internet: Fundamentos teóricos y conceptuales*. *Revista Psicología Científica.com*, 17(2).
<https://psicolcient.me/ru3ad>
- García et al (2019) *Adicción a internet, Adicción a las Redes Sociales, Dependencia al Móvil y su influencia sobre la Procrastinación Académica en una muestra de Adolescentes de la ciudad de Juliaca-2019*, repositorio Universidad Peruana Unión.
https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UEPU_cf4b5ad503a7b7213c2e832cfdbbef65

Gonzales (2021) *Relación entre el uso problemático de Facebook y la evitación experiencial en jóvenes colombianos*, revista psicología del caribe.

<https://www.redalyc.org/journal/213/21371324005/21371324005.pdf>

Rivera (2022) *Adicción a las redes sociales en estudiantes de 14 a 17 años de edad de la I.E "joaquin capelo" chanchamayo – 2019*. Repositorio Universidad de Huánuco.

<https://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3837/Rivera%20Roman%c3%ad%2c%20Ghandi%20Rony.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Rodriguez (2016) *Uso de los celulares con internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios*, repositorio Universidad de Lima.

https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/4761/Cuba_Alvarado_Ciara_Paola.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Ventura (2023) *Procrastinación académica en estudiantes de 1° a 4° ciclo del programa académico de Psicología, Universidad de Huánuco, Huánuco 2023*, repositorio Universidad de Huánuco.

<https://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14257/4699/Ventura%20Barboza%2c%20Mariory%20Elsa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

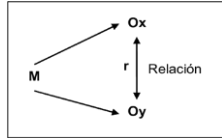
COMO CITAR ESTE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Luera De La Cruz, S. (2026). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P.S.M° 0412, Tocache - 2024* [Tesis de pregrado, Universidad de Huánuco]. Repositorio Institucional UDH. <http://...>

ANEXOS

ANEXO 1

MATRIZ DE CONCISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPOTESIS	VARIABLE	METODOLOGIA
Problema general ¿Cuál es la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en los estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache – 2024?	Objetivo general Establecer la relación entre la adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache – 2024	Hipótesis general Ha: Existe relación entre la adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache – 2024 Ho: No existe relación entre la adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache – 2024	Variable 1 Adicción a redes sociales DIMENSIONES -Obsesión por las redes sociales. -Falta de control por las redes sociales. -Uso excesivo de las redes sociales. Variable 2 Procrastinación académica	Tipo: No experimental Enfoque: Cuantitativo Alcance: Descriptivo Correlacional Diseño:  Población y muestra: Población=450 estudiantes Muestra= 270 estudiantes Técnica para la recolección de datos
Problemas específicos ¿Cuál es la relación entre la dimensión obsesión por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache – 2024? ¿Cuál es la relación entre la dimensión falta de control por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache – 2024?	Objetivos específicos Establecer la relación entre la dimensión obsesión por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache – 2024 Establecer la relación entre la dimensión falta de control por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache – 2024	Hipótesis específicas Ha1: Existe relación entre la dimensión obsesión por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache – 2024 Ho1: No existe relación entre la dimensión obsesión por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache – 2024		

académica en estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache – 2024?	sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache – 2024	Ha2: Existe relación entre la dimensión falta de control por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache – 2024	DIMENSIONES	Técnica: encuesta
¿Cuál es la relación entre la dimensión del uso excesivo de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache – 2024?	Establecer la relación entre la dimensión del uso excesivo de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache – 2024	Ho2: No existe relación entre la dimensión falta de control por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache – 2024	• Autorregulación académica	Instrumento: El cuestionario:
		Ha3: Existe relación entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache – 2024	• Postergación actividades	de -Cuestionario de adicción a las redes sociales.
		Ho3: No existe relación entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la I.E.P. S.M° 0412, Tocache – 2024		-Escala de Procrastinación Académica – EPA

ANEXO 2

INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

SOBRE LAS ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES

CUESTIONARIO SOBRE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES						
A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las Redes Sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existen respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:						
Siempre	S	Rara vez	RV			
Casi siempre	CS	Nunca	N			
Algunas veces	AV					
Nº ITEM	DESCRIPCIÓN	Respuestas				
		S	CS	AV	RV	N
1.	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redessociales.					
2.	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3.	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redessociales ya no me satisface, necesito más.					
4.	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5.	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redessociales.					
6.	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redessociales.					
7.	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redessociales.					
8.	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9.	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10.	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					

11.	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12.	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13.	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14.	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15.	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16.	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17.	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18.	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19.	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20.	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					

Nivel de la variable

Nivel	Intervalos de calificaciones
Alto	74-100
Medio	47-73
Bajo	20-46

ANEXO 3

ESCALA DE PROCRASTINACION ACADEMICA ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

Deborah Ann Busko (1998)

Adaptación: Óscar Álvarez

Sexo:

Edad:

Grado:

Instrucciones

A continuación se presenta una serie de enunciados sobre su forma de estudiar, lea atentamente cada uno de ellos y responda (en la hoja de respuestas) con total sinceridad en la columna a la que pertenece su respuesta, tomando en cuenta el siguiente cuadro

S	SIEMPRE (Me ocurre siempre)
CS	CASI SIEMPRE (Me ocurre mucho)
A	A VECES (Me ocurre alguna vez)
CN	POCAS VECES (Me ocurre pocas veces o casi nunca)
N	NUNCA (No me ocurre nunca)

Nº	Ítem	S	CS	A	CN	N
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 me asignan lecturas, las leo la noche anterior					
4	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase					
5	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda					
6	Asisto regularmente a clases					
7	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible					
8	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan					
9	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan					
10	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio					
11	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido					
12	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio					
13	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra					
14	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas					
15	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy					
16	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea					

Nivel de la variable

Nivel	Intervalos de calificaciones
Alto	60-80
Medio	38-59
Bajo	16-37

ANEXO 4

SOLICITUD PARA APLICACIÓN DE INSTRUMENTOS

Señor: CARLOS TORRES CARTY

Director de la I.E.M.N.º 0412

Asunto: Autorización para Aplicar un instrumento

Tengo el agrado de dirigirme a usted para hacerle llegar un saludo cordial en el nombre del Programa de Psicología de la Universidad de Huánuco.

El presente tiene la finalidad de solicitar brinde su apoyo al Bachiller Susana Valeria ~~Lugra~~ De la Cruz, para la ejecución de sus tesis titulado "ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA I.E.P.S.M.º 0412, TOCACHE - 2024" cuya población son los alumnos de secundaria.

En este contexto estamos agradecidos por las facilidades que brinde a nuestros estudiantes en beneficio de su formación como futuros psicólogos. No sin antes referir nuestra reciprocidad cuando su institución lo requiera.

Es propicia la oportunidad, para expresarle las muestras de mi consideración y estima personal.

Atentamente.


Mg. Carlos Augusto Torres Carty
DIRECTOR

ANEXO 5

INSTRUMENTOS APLICADOS

CUESTIONARIO SOBRE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES						
A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las Redes Sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existen respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:						
Siempre	S	Rara vez	RV			
Casi siempre	CS	Nunca	N			
Algunas veces	AV					
N° ITEM	DESCRIPCIÓN	Respuestas				
		S	CS	AV	RV	N
1.	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redessociales.		X			
2.	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.			X		
3.	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redessociales ya no me satisface, necesito más.			X		
4.	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.		X			
5.	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redessociales.				X	
6.	Me pongo de mal humor si no puedo conectarme a las redessociales.				X	
7.	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redessociales.				X	
8.	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.			X		
9.	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.			X		
10.	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.			X		

11.	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.			X		
12.	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.			X		
13.	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.				X	
14.	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.			X		
15.	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.			X		
16.	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.		X			
17.	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.		X			
18.	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.			X		
19.	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.				X	
20.	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.				X	

CUESTIONARIO SOBRE ADICCION A LAS REDES SOCIALES						
A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las Redes Sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existen respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:						
Siempre	S	Rara vez	RV			
Casi siempre	CS	Nunca	N			
Algunas veces	AV					
Nº ITEM	DESCRIPCIÓN	Respuestas				
		S	CS	AV	RV	N
1.	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redessociales.		X			
2.	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.			X		
3.	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redessociales ya no me satisface, necesito más.			X		
4.	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.			X		
5.	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redessociales.	X				
6.	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redessociales.				X	
7.	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redessociales.			X		
8.	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.				X	
9.	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.		X			
10.	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado		X			

CUESTIONARIO SOBRE ADICCION A LAS REDES SOCIALES						
A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las Redes Sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existen respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:						
Siempre	S	Rara vez	RV			
Casi siempre	CS	Nunca	N			
Algunas veces	AV					
Nº ITEM	DESCRIPCIÓN	Respuestas				
		S	CS	AV	RV	N
1.	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redessociales.		X			
2.	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntosrelacionados con las redes sociales.			X		
3.	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redessociales ya no me satisface, necesito más.			X		
4.	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.			X		
5.	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redessociales.			X		
6.	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redessociales.				X	
7.	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redessociales.				X	
8.	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.			X		
9.	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.			X		
10.	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.			X		

11.	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.			X		
12.	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.			X		
13.	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.			X		
14.	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.			X		
15.	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.				X	
16.	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.			X		
17.	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.			X		
18.	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.				X	
19.	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.				X	
20.	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.				X	

CUESTIONARIO SOBRE ADICCION A LAS REDES SOCIALES						
A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las Redes Sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existen respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:						
Siempre	S	Rara vez	RV			
Casi siempre	CS	Nunca	N			
Algunas veces	AV					
Nº	DESCRIPCIÓN	Respuestas				
ITEM		S	CS	AV	RV	N
1.	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redessociales			X		
2.	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.				X	
3.	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redessociales ya no me satisface, necesito más.				X	
4.	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.			X		
5.	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redessociales.				X	
6.	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redessociales.				X	
7.	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redessociales.				X	
8.	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.				X	
9.	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.				X	
10.	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.				X	

11.	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.				X	
12.	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.				X	
13.	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.				X	
14.	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.			X		
15.	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.				X	
16.	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.				X	
17.	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.				X	
18.	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.			X		
19.	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.				X	
20.	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.				X	

CUESTIONARIO SOBRE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES						
A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las Redes Sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existen respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:						
Siempre	S	Rara vez	RV			
Casi siempre	CS	Nunca	N			
Algunas veces	AV					
Nº ITEM	DESCRIPCIÓN	Respuestas				
		S	CS	AV	RV	N
1.	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redessociales		X			
2.	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.			X		
3.	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redessociales ya no me satisface, necesito más.				X	
4.	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.			X		
5.	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redessociales.			X		
6.	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redessociales.			X		
7.	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redessociales.				X	
8.	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.			X		
9.	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.				X	
10.	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.				X	

11.	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.		X			
12.	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales		X			
13.	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.			X		
14.	Me propongo sin éxito controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.				X	
15.	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.			X		
16.	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.		X			
17.	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.			X		
18.	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.			X		
19.	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.		X			
20.	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.			X		

ESCALA DE PROCRISTINACIÓN ACADÉMICA

Deborah Ann Busko (1998)
Adaptación: Oscar Alvarez

Sexo Masculino

Edad 15

Grado 4to

Instrucciones

A continuación se presenta una serie de enunciados sobre su forma de estudiar. Lea atentamente cada uno de ellos y responda (en la hoja de respuestas) con total sinceridad en la columna a la que pertenece su respuesta, tomando en cuenta el siguiente cuadro:

S	SIEMPRE (Me ocurre siempre)
CS	CASI SIEMPRE (Me ocurre mucho)
A	A VECES (Me ocurre alguna vez)
CN	Pocas veces (Me ocurre pocas veces o casi nunca)
N	NUNCA (No me ocurre nunca)

Nº	Ítem	S	CS	A	CN	N
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto		X			
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes			X		
3	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior			X		
4	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase			X		
5	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda			X		
6	Asisto regularmente a clases	X				
7	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible			X		
8	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan			X		
9	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan			X		
10	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio			X		
11	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido			X		
12	Trato de motivarme para mantener mínimo de estudio		X			
13	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra			X		
14	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas			X		
15	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy			X		
16	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea			X		

ESCALA DE PROCRASTINACION ACADÉMICA

Deborah Ann Busko (1998)
Adaptación: Oscar Álvarez

Sexo femenino

Edad 15 años Grado 4to

Instrucciones

A continuación se presenta una serie de enunciados sobre su forma de estudiar. Lea atentamente cada uno de ellos y responda (en la hoja de respuestas) con total sinceridad en la columna a la que pertenece su respuesta, tomando en cuenta el siguiente cuadro:

S	SIEMPRE (Me ocurre siempre)
CS	CASI SIEMPRE (Me ocurre mucho)
A	A VECES (Me ocurre alguna vez)
CN	POCAS VECES (Me ocurre pocas veces o casi nunca)
N	NUNCA (No me ocurre nunca)

Nº	Ítem	S	CS	A	CN	N
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto			X		
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes			X		
3	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior			X		
4	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase			X		
5	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda				X	
6	Asisto regularmente a clases			X		
7	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible				X	
8	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan				X	
9	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan			X		
10	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio				X	
11	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido			X		
12	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio				X	
13	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra				X	
14	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas				X	
15	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy				X	
16	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea				X	

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

Deborah Ann Busko (1998)
Adaptación: Oscar Alvarez

Sexo *Masculino*

Edad *13* Grado *3º*

Instrucciones

A continuación se presenta una serie de enunciados sobre su forma de estudiar. Lea atentamente cada uno de ellos y responda (en la hoja de respuestas) con total sinceridad en la columna a la que pertenece su respuesta, tomando en cuenta el siguiente cuadro:

S	SIEMPRE (Me ocurre siempre)
CS	CASI SIEMPRE (Me ocurre mucho)
A	A VECES (Me ocurre alguna vez)
CN	Pocas veces (Me ocurre pocas veces o casi nunca)
N	NUNCA (No me ocurre nunca)

Nº	Ítem	S	CS	A	CN	N
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto				X	
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes		X			
3	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior		X			
4	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase		X			
5	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda	X				
6	Asisto regularmente a clases	X				
7	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible		X			
8	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan				X	
9	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan				X	
10	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio		X			
11	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido		X			
12	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio		X			
13	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra	X				
14	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas		X			
15	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy		X			
16	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea				X	

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

Deborah Ann Busko (1998)
Adaptación: Oscar Alvarez

Sexo *Masculino*

Edad *16*

Grado *5to*

Instrucciones

A continuación se presenta una serie de enunciados sobre su forma de estudiar. Lea atentamente cada uno de ellos y responda (en la hoja de respuestas) con total sinceridad en la columna a la que pertenece su respuesta, tomando en cuenta el siguiente cuadro:

S	SIEMPRE (Me ocurre siempre)
CS	CASI SIEMPRE (Me ocurre mucho)
A	A VECES (Me ocurre alguna vez)
CN	POCAS VECES (Me ocurre pocas veces o casi nunca)
N	NUNCA (No me ocurre nunca)

Nº	Ítem	S	CS	A	CN	N
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto		X			
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes			X		
3	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior			X		
4	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase		X			
5	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda		X			
6	Asisto regularmente a clases			X		
7	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible			X		
8	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan				X	
9	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan			X		
10	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio			X		
11	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido			X		
12	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio				X	
13	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra			X		
14	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas			X		
15	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy			X		
16	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea			X		

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

Deborah Ann Busko (1998)
Adaptación: Oscar Álvarez

Sexo masculino

Edad 17 años Grado 5^{to}

Instrucciones

A continuación se presenta una serie de enunciados sobre su forma de estudiar. Lea atentamente cada uno de ellos y responda (en la hoja de respuestas) con total sinceridad en la columna a la que pertenece su respuesta, tomando en cuenta el siguiente cuadro:

S	Siempre (Me ocurre siempre)
CS	Casi siempre (Me ocurre mucho)
A	A veces (Me ocurre alguna vez)
CN	Pocas veces (Me ocurre pocas veces o casi nunca)
N	Nunca (No me ocurre nunca)

Nº	Ítem	S	CS	A	CN	N
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto				X	
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes	X				
3	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior		X			
4	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase		X			
5	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda		X			
6	Asisto regularmente a clases	X				
7	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible		X			
8	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan					X
9	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan					X
10	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio		X			
11	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido		X			
12	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio		X			
13	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra	X				
14	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas		X			
15	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy	X				
16	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea					X

ANEXO 6

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



COLEGIO 0412 TOCACHE, SAN MARTIN

