



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA
INDOAMÉRICA**

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA:

**PROCRASTINACIÓN Y SALUD MENTAL GENERAL EN
ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE LA CIUDAD DE AMBATO**

Trabajo de Integración Curricular previo a la obtención del título de previo a la obtención del título de Licenciado(a) en Psicología General

Autor(a)

Dennis Alejandro Quispe Cueva

Cynthia Monserrath Montero
Taboada

Tutor(a)

Ps. Cl. Diego Vaca Quintana, Mg.

AMBATO– ECUADOR
2022

**AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA,
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA
DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR**

Nosotros, Dennis Alejandro Quispe Cueva y Cynthia Monserrath Montero Taboada, declaramos ser autores del Trabajo de Integración Curricular con el nombre “Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato”, como requisito para optar al grado de Licenciado(a) en Psicología General y autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Tecnológica Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Tecnológica Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, aceptamos que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre nuestra persona y la Universidad Tecnológica Indoamérica, y que no tramitaremos la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, aceptamos que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Ambato, a los 10 días del mes de marzo de 2022, firmo conforme:

Autores: Dennis Alejandro Quispe
Cueva
Firma:
Número de Cédula: 1805009907
Dirección: Tungurahua, Ambato, Patate,
Mácalo
Correo Electrónico:
dquispe@indoamerica.edu.ec
Teléfono: 0992446095

Autores: Cynthia Monserrath Montero
Taboada
Firma:
Número de Cédula: 1805153754
Dirección: Tungurahua, Ambato, Santa
Rosa, Miñarica
Correo Electrónico:
cmontero6@indoamerica.edu.ec
Teléfono: 0968189327

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Integración Curricular “Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato”, presentado por Dennis Alejandro Quispe Cueva y Cynthia Monserrath Montero Taboada, para optar por el Título de Licenciado(a) en Psicología General,

CERTIFICO

Que dicho Trabajo de Integración Curricular ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte los Lectores que se designe.

Ambato, 10 de marzo del 2022



.....
Ps. Cl. Diego Vaca Quintana, Mg

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente Trabajo de Integración Curricular, como requerimiento previo para la obtención del Título de Licenciado(a) en Psicología General, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor

Ambato, 10 de marzo del 2022



Dennis Alejandro Quispe Cueva
1805009907

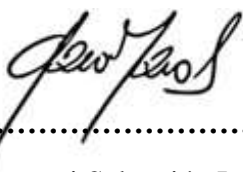


Cynthia Monserrath Montero Taboada
1805153754

APROBACIÓN DE LECTORES

El Trabajo de Integración Curricular ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: PROCRASTINACIÓN Y SALUD MENTAL GENERAL EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE LA CIUDAD DE AMBATO, previo a la obtención del Título de Licenciado(a) en Psicología General, reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del Trabajo de Integración Curricular.

Ambato, 10 de marzo del 2022



.....
Ps. Cl. Giovanni Sebastián Lascano Arias, Mg
LECTOR

.....
Ps. Cl. Josellyn Nicole Rubio Andrade, Mg
LECTOR

DEDICATORIA

La presente investigación es dedicada a todos los familiares quienes han sentado las bases de responsabilidad y deseo de superación, que permitieron emprender este camino lleno de metas y trabajo hacia la superación académica. A todos los amigos, docentes, miembros de la Universidad Tecnológica Indoamérica entre otras personas, también se dedica este trabajo por compartir esfuerzos para alzar logros y triunfos. Así mismo, se estima contar siempre con su apoyo incondicional, una vez que todos emprendamos nuevos objetivos después de esta etapa universitarios.

AGRADECIMIENTO

Este estudio fue apoyado por autoridades y docentes de la facultad de psicología de la Universidad Tecnológica Indoamérica para generar el conjunto de datos. Del mismo modo, se reconoce la participación de los estudiantes que completaron el cuestionario y las pruebas estandarizadas, contribuciones necesarias a nuestra investigación. También, los autores agradecen a los tutores del estudio por señalarnos todo aspectos importantes de este trabajo.

INDICE DE CONTENIDOS

PORTADA	I
AUTORIZACIÓN PARA EL REPOSITORIO DIGITAL	II
APROBACIÓN DEL TUTOR	III
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD	IV
APROBACIÓN DE LECTORES.....	VI
DEDICATORIA.....	VII
AGRADECIMIENTO	VIII
INTRODUCCIÓN.....	14
MARCO METODOLÓGICO.	19
RESULTADOS.	23
DISCUSIÓN.....	28
REFERENCIAS	32
ANEXOS.	40

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla No. 1 Análisis Descriptivo de las Variables Sociodemográficas	24
Tabla No. 2 Análisis Descriptivo del grado de procrastinación	25
Tabla No. 3 Análisis Descriptivo de Salud Mental General.....	26
Tabla No. 4 Análisis Descriptivo del grado de procrastinación	27
Tabla No. 5 Correlación entre la procrastinación y salud mental general.....	28

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Figura No. 1 Porcentaje de Salud Mental General	26
-------------------------------------------------------	----

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA: PROCRASTINACIÓN Y SALUD MENTAL GENERAL EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE LA CIUDAD DE AMBATO

AUTOR(A): Dennis Alejandro Quispe Cueva y
Cynthia Monserrath Montero Taboada

TUTOR (A): MSc. Vaca Quintana Diego Fidel

RESUMEN EJECUTIVO

La procrastinación se presenta cotidianamente principalmente en estudiantes universitarios y probablemente esté relacionada con la salud mental. Por consiguiente, el objetivo del estudio es relacionar los niveles de procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad Ambato. Para esto, se utiliza la metodología cuantitativa con diseño no experimental y alcance relacional, para estudiar a 216 estudiantes universitarios, utilizando el cuestionario sociodemográfico, Escala de Procrastinación Académica (EPA) y Cuestionario de Salud Mental (GHQ-28). Los resultados sugieren bajos niveles de postergación de actividades con una media de ($X=7,32$; $DS=2,27$) y altos niveles en la autorregulación académica con una media de ($X=36,2$; $DS=4,14$). En la salud mental general la medida sugiere puntuaciones de “no caso psiquiátrico” ($X=4,83$; $DS=6,68$). Se concluye que la mayoría de estudiantes prefieren realizar actividades académicas y cuentan con una adecuada capacidad de organizar su tiempo, del mismo modo poseen una buena salud mental general, además existe una correlación positiva entre la postergación académica y la ansiedad. Se recomienda que futuras con el estudio sobre la procrastinación en contexto pandémico.

DESCRIPTORES: autodisciplina, efectos psicológicos, estudiante universitario, salud mental, voluntad de realización.

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA: PROCRASTINATION AND GENERAL MENTAL HEALTH IN A PSYCHOLOGY STUDENTS FROM THE CITY OF AMBATO.

AUTOR(A): Dennis Alejandro Quispe Cueva y
Cynthia Monserrath Montero Taboada

TUTOR (A): MSc. Vaca Quintana Diego Fidel

ABSTRACT

University students usually procrastinate and it is probably related to mental health. This research aims to relate the levels of procrastination and general mental health in psychology students in Ambato. A quantitative approach with non-experimental design and relational scope was used to study 216 university students, using a sociodemographic questionnaire, Academic Procrastination Scale (EPA), and Mental Health Questionnaire (GHQ-28). The results showed low levels of procrastination with a mean of ($X=7.32$; $SD=2.27$) and high levels of academic self-regulation with a mean of ($X=36.2$; $SD=4.14$). In terms of mental health, the mean related to "no psychiatric case" is ($X=4.83$; $SD=6.68$). In conclusion, most students prefer to carry out academic activities. They are able to organize their time in an accurate way, and they have good general mental health. In addition, there is a positive correlation between academic procrastination and anxiety. It is recommended to carry out future studies on procrastination in a pandemic context.

KEYWORDS: mental health, psychological effects, self-discipline, university student, will to achieve.

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

Procrastination and general mental health in a psychology students from the city of Ambato

Autor: Dennis Alejandro Quispe Cueva
dquispe@indoamerica.edu.ec

Autora: Cynthia Monserrath Montero
Taboada
cmontero6@indoamerica.edu.ec

Tutor: Ps. Cl. Diego Vaca Quintana, Mg.
diegovaca@uti.edu.ec

Tutor: Diego Arturo Palacios Diaz, PhD.
diegopalacios@uti.edu.ec

Lector: Ps. Cl. Giovanni Sebastián Lascano
Arias, Mg
giovannilascano@uti.edu.ec

Lector: Ps. Cl. Josellyn Nicole Rubio
Andrade, Mg
jhosselinrubio@uti.edu.ec

Trabajo de Titulación para la
obtención del título de
Psicólogo General de la
Universidad Tecnológica
Indoamérica.

Modalidad:
Investigación Cuantitativa.



Ambato, Ecuador.
Febrero de 2022.

RESUMEN

La procrastinación se presenta cotidianamente en estudiantes universitarios y probablemente esté relacionada con la salud mental. Por consiguiente, el objetivo del estudio es relacionar los niveles de procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad Ambato. Para tal motivo, se utiliza la metodología cuantitativa con diseño no experimental y alcance relacional, logrando así estudiar a 216 estudiantes universitarios, utilizando el cuestionario sociodemográfico, Escala de Procrastinación Académica (EPA) y Cuestionario de Salud Mental (GHQ-28). Los resultados sugieren bajos niveles de postergación de actividades con una media de ($X=7,32$; $DS=2,27$) y altos niveles en la autorregulación académica con una media de ($X=36,2$; $DS=4,14$). En la salud mental general la medida sugiere puntuaciones de "no caso psiquiátrico" ($X=4,83$; $DS=6,68$). Se concluye que la mayoría de estudiantes prefieren realizar actividades académicas y cuentan con una adecuada capacidad de organizar su tiempo, del mismo modo poseen una buena salud mental general, además existe una correlación positiva entre la postergación académica y la ansiedad. Se recomienda que futuras con el estudio sobre la procrastinación en contexto pandémico.

Palabras Clave: *autodisciplina, efectos psicológicos, estudiante universitario, salud mental, voluntad de realización.*

ABSTRACT

Procrastination occurs daily in university students and is probably related to mental health. Therefore, the objective of the study is to relate the levels of procrastination and general mental health in psychology students in the city of Ambato. For this, the quantitative methodology with non-experimental design and relational scope is used, thus managing to study 216 university students, using the sociodemographic questionnaire, Academic Procrastination Scale (EPA) and Mental Health Questionnaire (GHQ-28). The results obtained low levels of postponement of activities with a mean of ($X=7.32$; $SD=2.27$) and high levels of academic self-regulation with a mean of ($X=36.2$; $SD=4.14$). Usually mental health, the measure suggests "no psychiatric case" ($X=4.83$; $SD=6.68$). It is concluded that most students prefer to carry out academic activities and have an adequate ability to organize their time, in the same way they have good general mental health, in addition there is a positive confirmation between academic procrastination and anxiety. It is recommended that future studies on procrastination in a pandemic context.

Keywords: *mental health, psychological effects, self-discipline, university student, will to achieve.*

1. INTRODUCCIÓN.

El presente estudio se inscribe en el área de psicología clínica, particularmente en el campo temático sobre la personalidad y diferencias individuales. Por ende, la investigación se centra en encontrar la posible relación entre las conductas procrastinadoras y salud mental general en estudiantes de psicología. De acuerdo con investigaciones de Dávila (2019) en los últimos años la procrastinación ha incrementado su presencia en la sociedad, sin distinción de sexo, clase social, nivel académico, entre otros factores; esto ha generado incertidumbre en la comunidad científica, especulando si se trata de una nueva enfermedad o problema psicológico.

Del mismo modo, hablar de procrastinación para Pereira y Ramos (2021) es un tema nuevo, ya que existen brechas de su especificidad causal, esto origina preocupaciones que deben ser atendidas por los investigadores, además este fenómeno en grado crónico trae posibles consecuencias nocivas para el desempeño y salud mental de las personas.

Hasta el momento, la definición más precisa corresponde a Klingsieck (2013) quien describe a la procrastinación como el retraso voluntario de una tarea importante, necesaria y/o intencionada, a menudo conlleva a efectos negativos sobre el bienestar subjetivo y el rendimiento, pero la persona espera que las consecuencias negativas serán superadas por las consecuencias positivas del retraso.

Asimismo, la demora inicial de la conducta planificada, según Svartdal et al. (2018) es la acción preferida por los procrastinadores en situaciones cotidianas, reduce la ventana

de tiempo para la finalización de tareas, y a menudo instiga a repercusiones que afecta el rendimiento y aumentan el estrés, no obstante, el inicio temprano de tareas puede conllevar a beneficios psicológicos como la mejora motivacional, incluso si la actividad no llega a culminarse.

En lo que se refiere al estudio sobre las características sociodemográficas y procrastinación, Steel y Ferrari (2013) encontraron en una muestra global grados de asociación prominente al sexo, edad, estado civil, educación, y nacionalidad; las mujeres evidencian una mayor capacidad en la autorregulación; mientras que los hombres, especialmente jóvenes del sector urbano y residentes en países con menor nivel de autodisciplina, mismos que tienden a presentar mayor probabilidad a procrastinar.

Así pues, la publicación realizada por Zacks y Hen (2018) detallan que la mayoría de investigaciones han encontrado en las personas razones internas y externas para procrastinar, primordialmente vinculados a problemas en la autorregulación, que a largo plazo afectan considerablemente su vida personal y en niveles más graves necesitan ayuda profesional.

En específico, al centrarse en indagar las causas internas de la procrastinación, Tibbett y Ferrari (2015) identifican factores de riesgo y resultados del acto de procrastinar en magnitudes de personalidad, especificando que la procrastinación general (falta de conciencia fuerte y débilmente asociado con el neuroticismo) conduce a la indecisión (neuroticismo fuerte, introversión moderada), pero no al revés, lo que sugiere

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

diferencias psicológicas en la percepción sobre experiencias (grado de afecto) de personas indecisas y procrastinadores.

Del mismo modo, investigaciones realizadas por Steel y Klingsieck (2016) determinaron que la conciencia es el núcleo de todos los tipos de procrastinación, y que los otros rasgos de personalidad determinan su fenomenología, por ejemplo, el neuroticismo y la extroversión, así se considera primero abordar la conciencia de la procrastinación y luego especificar el tipo de procrastinación.

Por otro lado, la investigación de Ferrari y Díaz (2014) sugiere que los procrastinadores en relación con los no procrastinadores se involucran en comportamientos menos positivos y expresión de sentimientos-necesidades significativamente más bajas, esto resulta en una mayor percepción de estrés por la preocupación-ansiedad del aplazamiento, además incrementa la tendencia a retrasar u omitir estilos de afrontamiento necesarios en la salud mental.

A propósito, con el manejo de la atención en la procrastinación y fallas de la autorregulación, Niermann y Scheres (2014) hallaron en una muestra de estudiantes la correlación parcial entre los síntomas del Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH) con la procrastinación general, específicamente en la falta de atención, mas no con la hiperactividad e impulsividad.

En efecto, según Fernie et al. (2015) encontraron relaciones significativas en el control de atención (control flexible de pensamiento, cambio y enfoque) y dos factores de metacognición (confianza

cognitiva y creencias negativas sobre pensamientos de incontrolabilidad al peligro), así este vínculo activa la preocupación e incrementa la carga cognitiva por la aversión en la demanda de tareas, afectando el desempeño y probablemente refuerza pensamientos irracionales.

A esto se suma los hallazgos realizados por Klibert et al. (2016) quienes mencionan la participación de mecanismos cognitivos asociados con la baja autodisciplina y la tolerancia frente a la frustración, así los procrastinadores autoidentificados experimentan distintas percepciones sobre la desgracia, insuficiencia e ineficacia de realizar actividades, que llega a dificultar el compromiso de metas, y los conduce a comportamientos autolesivos, abuso de alcohol, prácticas sexuales inseguras, incluso llegar al suicidio.

Respecto al conocimiento de investigaciones realizadas por Zacks y Hen (2018) afirman que la procrastinación posiblemente está presente en estructuras de personalidad o estados mentales y físicos, apoyando la noción de causas internas, que explicarían el conflicto en la falta de motivación y realización de tareas importantes, en especial las que tienen mayor grado de dificultad y de largo plazo.

En particular las singularidades de la personalidad, valores y perfeccionismo realizado por Soares et al. (2021) las personas con mayor grado de conciencia tendían a ser más adaptativamente perfeccionistas y menos procrastinadoras, presentando características de estabilidad emocional y con la capacidad de controlar impulsos, para organizarse en el logro de

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

metas; en cambio, las personas con menor grado de conciencia son más desadaptativamente perfeccionistas y más procrastinadoras evidenciando sentimientos de culpa, miedo al fracaso y arrepentimiento afectando el bienestar al no lograr el cumplimiento de altos estándares.

En añadidura, bajo un modelo multidimensional del perfeccionismo con respecto a la procrastinación, según Sederlund et al. (2018) los fenómenos poseen un vínculo por peculiaridades negativas como el estrés, depresión, miedo al fracaso y ansiedad, así mismo muestran conexiones negativas similares referente a la conciencia, satisfacción de vida, estimulación interna y eutimia, en concreto los perfeccionistas adaptativos bajo experiencias individuales relacionadas con el logro, pueden tener un impacto disfuncional ante situaciones de estrés.

Por otro lado, el estudio realizado en estudiantes universitarios por Shi et al. (2019) mencionan que los problemas de la salud mental como la baja autoestima, depresión, ansiedad y soledad, tienen una correlación positiva con la procrastinación, lo que indica que los estudiantes universitarios con problemas de salud mental son más propensos a procrastinar.

Igualmente, en relación a los problemas psicológicos comunes como la procrastinación y trastornos mentales, Cuijpers et al. (2021) hallaron que sus patrones se asocian entre sí, y singularmente la procrastinación se conecta con la depresión y trastornos por consumo de sustancias, pero no con los trastornos de ansiedad.

En lo que respecta a la asociación de procrastinación y ansiedad, según Manchado y Hervías (2021) describen que estos constructos no se relacionan de manera directa, pero existe una correlación parcial en dos dimensiones de ansiedad que aumentan la presencia de conductas procrastinadoras; particularmente el factor interferencia se sugiere un mayor número de pensamientos intrusivos (ideas o imágenes no deseadas, involuntarios), interfieren en la atención hacia la tarea; en cambio para el factor falta de confianza que evidencia la menor seguridad en la capacidad para afrontar o realizar la actividad con éxito.

Así pues, se realza la importancia de intervenciones psicológicas para el manejo de la procrastinación, de acuerdo con López et al. (2020) las técnicas psicoeducativas como la gestión del tiempo y la relajación, en conjunto a otros factores como concentración de tareas y rendimiento académico, pueden ser beneficiosos para estudiantes, ya que les permite explorar aquellas razones y motivaciones que los guíen a implicarse en las actividades académicas, llegando al grado de disminuir conductas procrastinadoras y mejorar la capacidad de atención y concentración del estudiante, además de la calidad de vida.

En primer lugar, la satisfacción con la vida, angustia y la procrastinación, Beutel y et al. (2016) hallaron resultados consistentes asociados con mayores niveles de estrés, ansiedad, depresión y menor satisfacción de vida, que reducen la autoeficacia y consecuencias negativas para la salud mental, así la procrastinación presume ser un indicador generalizado de inadaptación.

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

En segundo lugar, Tibbett y Ferrari (2015) identifican a la decisión de procrastinar como problema conductual, cognitivo y afectivo, lo que hace posible establecer dos tipos de prácticas procrastinadoras; los procrastinadores crónicos suelen ser inconscientes y dejar de trabajar en el sentido conductual; y los procrastinadoras por decisión pueden estar paralizados en el pensamiento y la toma de decisiones, aunque cabe resaltar que ambos experimentan una baja calidad de vida al “postergar” actividades.

En tercer lugar, investigaciones sobre conductas procrastinadoras e indicadores de la salud mental, según Peixoto et al. (2021) las personas disfrutan realizar actividades donde logran concentrar su atención y energía, sin embargo, dejan de lado las otras actividades que usualmente son complejas pero importantes, obstaculizando el bienestar subjetivo e incrementando las conductas procrastinadoras, incluso si se ejecutan las actividades de mayor agrado.

Finalmente, de acuerdo con estudios realizados por Chiu et al. (2020) las personas aplazan la realización de tareas por dos motivos; la primera explica un retraso innecesario de la finalización de la actividad por medio de la postergación; la segunda expone la distribución subóptima o injusta de la carga de trabajo debido a la holgazanería social, por lo tanto los procrastinadores a menudo exhiben inhibición conductual, efecto negativo y motivación de evitación que reflejan sus dudas sobre propias competencias y miedo a los resultados negativos.

En otro orden, el estudio sobre el bienestar psicológico y procrastinación elaborado por Chocas et al. (2016) hallaron una relación entre los niveles de procrastinación y bienestar psicólogo, verificando que las personas con menos conductas procrastinadoras presentan mayor bienestar psicológico; pero no se encontró correlación entre las variables anteriores y el afrontamiento del estrés, lo que supone que el uso de esta estrategia no influye, más bien esta se aplaza.

Además, investigaciones en el contexto ecuatoriano de acuerdo Altamirano y Rodríguez (2021) la procrastinación es una problemática que afecta a estudiantes universitarios, puesto que esta se correlaciona positiva y significativa con la ansiedad, y se presenta con mayor frecuencia en semestres superiores, aunque se resalta que no existe diferencias para procrastinar acordes al sexo. Otro estudio realizado en Ecuador por Moreta et al. (2018) concluyeron que la procrastinación y regulación emocional se correlacionan de manera baja y negativa; esto supondría que la predisposición emocional en estudiantes sobre la planificación de la tarea incide en el aplazamiento y posterga miento.

Sin embargo, en concordancia con la satisfacción con los estudios la procrastinación, según Domínguez y Campos (2017) la relación de estas variables no es significativa, refiriéndose a que otras investigaciones opten por tomar una ruta diferente para investigadores que se interesan en la comprensión de las conductas procrastinadoras en estudiantes, puesto que a mayor procrastinación menor es el triunfo o cumplimiento de metas tanto

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

en su formación y posterior ejercicio profesional.

Por consiguiente, es importante llegar a comprender implicaciones de la procrastinación y salud mental, según Sidiq et al. (2020) el desarrollo de metodologías de asesoramiento conductual en estudiantes, entre ellas se identifica la técnica de contrato y economía de fichas como una de las más sencillas y factibles, para lograr reducir conductas procrastinadoras y disruptivas, a su vez incrementa conductas disciplinarias, participación activa, logros de aprendizaje, mayor estabilidad emocional y desempeño, y priorizando a comportamientos relacionados con el aprendizaje.

Como es evidente, se ha prestado atención a la procrastinación como un concepto desadaptativo frente a la salud mental, pero poco se menciona sobre formas de procrastinar funcionales que signifiquen un beneficio para los procrastinadores, como lo proponen Chun y Choi (2005) la procrastinación también se puede explicar como el retraso voluntario de actividades, estableciéndose a manera de estilo para el afrontamiento productivo y adaptativo del autocontrol, primordial en el camino para alcanzar el logro personal.

Asimismo, diversas investigaciones internacionales y nacionales, están de acuerdo con correlaciones entre la procrastinación y salud mental, aunque existe una contrariedad sobre su relación con algunos signos y síntomas de problemas psicológicos, como ocurre con la ansiedad, acorde a lo mencionado por Wessel et al. (2019) es preocupante que frecuentemente la procrastinación se la

relaciona con un menor bienestar subjetivo, pese a que nuevas investigaciones han propuesto que los procrastinadores no experimentan consecuencias psicológicas al retrasar conductas.

En tal razón, se pretende dar continuidad a la investigación realizada por Zohar et al. (2019) quienes determinan que la procrastinación se vincula con variables psicológicas y comportamientos autoimpuestos y/o autodestructivos que generan dudas, ansiedad y angustia al incumplimiento de actividades, pero también puede verse como estrategia de autogestión del tiempo que permite trabajar bajo presión y cumplir satisfactoriamente con los plazos.

La investigación es relevante para complementar estudios previos que se interesaron en relacionar las conductas procrastinadoras y la salud mental general. Por lo tanto, desde una mirada integral se procura especificar la realidad del contexto escolar de estudiantes universitarios de psicología en la entrega y/o aplazamiento de actividades, tareas e incluso estudiar para exámenes. De modo que el estudio, pretende aclarar la posibilidad que los retrasos innecesarios de tareas académicas se relacionan con efectos psicológicos que alteran la salud mental y obstaculicen el cumplimiento de metas u objetivos futuros de los estudiantes, como sugiere la literatura.

Igualmente, se enfatiza en estudiantes universitarios para informar a la comunidad en general, acerca de la salud mental en ambientes educativos de orden superior, que procuran ser apropiados para el desarrollo de la enseñanza-aprendizaje

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

hacia futuros profesionales, principalmente en la carrera de psicología. También, se establece la finalidad de inducir interés en cómo las conductas procrastinadoras pudiesen ser la causa de conflictos o beneficios en el bienestar de los estudiantes.

Finalmente, la generación de evidencia científica sobre procrastinación y salud mental general, podría impulsar métodos de planificación, intervención y evaluación psicológica, en mejora de la calidad de vida de estudiantes universitarios. A esto se suma, posibles aportes desde la psicología para la creación de políticas académicas que aseguren la óptima codificación del sistema educativo superior, evidente en la ciudad de Ambato y el resto de territorio ecuatoriano.

Por consiguiente, surgen las siguientes interrogantes: ¿Cuál es la relación entre los niveles de procrastinación y salud mental general que presentan los estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato? ¿Cuáles son las características sociodemográficas que presentan los estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato? ¿Cuál es el nivel de procrastinación que presentan los estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato? ¿Cuál es el nivel de salud mental general que presentan los estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato? ¿Qué grado de asociación existe entre la procrastinación y salud mental general que presentan los estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato?

En base a los antecedentes investigativos presentados, el objetivo general de este estudio es relacionar los niveles de procrastinación y salud mental general que presentan los estudiantes de psicología de

la ciudad de Ambato. Por otro lado, los objetivos específicos son: a) caracterizar las dimensiones sociodemográficas que presentan los estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato, b) describir el nivel de procrastinación que presentan los estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato, c) describir el nivel de salud mental general (depresión, ansiedad y estrés) que presentan los estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato, d) estimar el grado de asociación que existe entre la procrastinación y salud mental general que presentan los estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato.

2. MARCO METODOLÓGICO.

La presente investigación se desarrolló desde el paradigma positivista, siguiendo sus correspondientes dimensiones, las cuales de acuerdo a Ramos (2015) son la concepción onto-epistemológica, metodológica y ético-política, estas tienen la finalidad de guiar procesos de investigación científica. La corriente del positivismo, según Villamar (2015) es la combinación del empirismo y la lógica deductiva-inductiva, centrado al sentido de las ciencias naturales que perciben e interpretan una realidad objetiva, utilizando el método estadístico-matemático para el estudio de fenómenos. Desde la perspectiva onto-epistemológica, acorde a Mousalli (2015) la realidad se encuentra al margen de la razón y conciencia humana, puesto que posee un orden propio y opera según mecanismos naturales, y son resumidos en generalizaciones o leyes de tiempo-espacio para explicar, predecir y controlar fenómenos en su entorno. Además, desde la parte metodológica el

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

paradigma positivista, Rubio (2016) menciona que desde la práctica científica asegura la obtención y análisis de datos numéricos, otorgando importancia a las medidas en la construcción de conocimientos. Finalmente, desde la perspectiva ético-político en ciencias sociales como la psicología es relevante, ya que según Cifuentes (2019) apoya el objetivo general y político, centrado en el progreso y orden de la sociedad mediante la observación, experimentación y entendimiento de leyes universales, que establezcan un control con la capacidad predictiva de hechos reales. Por ende, en base al positivismo se buscó producir conocimiento científico a través del método cuantitativo, para indagar y comprender la posible relación entre la procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato.

El enfoque metodológico que se utilizó es el cuantitativo, según Palomino et al. (2015) es un proceso científico que emplea criterios tradicionales de la ciencia objetiva, basado en el modelo empírico para la recolección y análisis de información, establecer patrones de comportamiento, útiles en corroboración de hipótesis o teorías. Así mismo, de acuerdo a Baena (2017) tienen el propósito de buscar resultados nomotéticos que son dirigidos a la formulación de leyes generales, y sientan las bases para el desarrollo de ciencias sociales interesadas en estudiar al ser humano y su comportamiento. Además, el método cuantitativo proporcionará una formación empírica, descrita por Monroy y Nava (2018) como el modelo hipotético-deductivo, que emplea la producción e

interpretación de datos numéricos relativos a las características de los fenómenos, fundamentando nociones métricas y principios en la medición de las variables. La presente investigación empleó la metodología cuantitativa para la producción de datos numéricos, mismos que se someterán al análisis e interpretación con el fin de observar el comportamiento de las variables de interés, y de esta manera responder a los objetivos del estudio.

La ruta para organizar la investigación fue el diseño no experimental, de acuerdo a Hernández y Mendoza (2018) se caracteriza por no manipular deliberadamente las variables para observar su incidencia en otras variables, lo que podría suscitar en un alcance explicativo parcial. Igualmente, tampoco existe aleatoriedad en la elección de los sujetos muestrales, ya que según Carrasco (2017) no posee un grupo de control, tampoco se genera situaciones, más bien se centra en la descripción y análisis de hechos y fenómenos ya existentes en la realidad. Por otra parte, el alcance correlacional acorde a Pimienta y De la Orden (2017) afirman que pretende constatar el grado de asociación entre dos o más conceptos particulares, haciendo posible predecir valores de una variable, a partir de otra variable que esté vinculada. Además, para evaluar el grado de asociación, según Hernández et al. (2014) primero se las cuantifica, segundo se las analiza y como último se establece las vinculaciones, con el propósito de sustentar hipótesis sometidas a prueba. Así, fue válido ejecutar el diseño no experimental con alcance correlacional, para medir las variables procrastinación y salud mental en su forma natural porque no hubo

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

manipulación deliberada; además, y la elección de los estudiantes de psicología fue sin azar o aleatoriedad, lo que permitió obtener resultados que brinden evidencia científica de la probable vinculación.

Para esta investigación se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, según Perez et al. (2020) las muestras no probabilísticas son unidades de análisis dentro de una población, elegida sin ningún procedimiento estadístico, así los investigadores en función del diseño de investigación y los objetivos que persiguen, tomarán la decisión arbitraria y con buenos fundamentos para la elección de la muestra. Del mismo modo, el subtipo conocido como muestreo por conveniencia, de acuerdo con Otzen y Manterola (2017) permite seleccionar a los individuos de una población con fácil acceso y proximidad para el investigador, por medio de la conveniencia en elegir casos accesibles que acepten ser incluidos. La investigación se llevó a cabo en la Universidad Tecnológica Indoamérica sede Ambato, puesto que existe una disponibilidad y facilidad de acceso para generar datos de las variables de interés.

Los criterios de inclusión fueron: a) estar matriculado en la carrera de psicología en la Universidad Tecnológica Indoamérica sede Ambato, b) acceder a los lineamientos del consentimiento informado, y c) contestar voluntariamente el cuestionario. Por otra parte, los criterios de exclusión fueron: a) faltar a los criterios de inclusión señalados, y b) participantes que dejen incompletas las respuestas de los instrumentos.

En el presente estudio se proyectó que participen 100 estudiantes de la carrera de

psicología. Considerando que actualmente los estudiantes se encontraron cursando dos modalidades de estudio, una presencial voluntaria y otra virtual, se procedió de la siguiente manera: una vez con la gestión institucional aprobada, se ingresó a las clases prestando el estudio y con un vínculo al consentimiento informado; posteriormente al aceptar, llenaron los instrumentos; asegurando que la información será utilizada con fines académicos; y finalmente se les agradeció por la colaboración.

Para la producción de datos, se utilizó en primer lugar, un cuestionario de identificación, de acuerdo a Meneses (2016) es una herramienta que se utiliza en varias investigaciones cuantitativas para la recolección de datos durante el trabajo de campo, se plantean un conjunto de preguntas a manera de encuesta para obtener información sobre la muestra. El cuestionario permitió indagar sobre variables sociodemográficas de los participantes como: edad, sexo biológico, estado civil, zona de residencia, convivencia, nivel socioeconómico, semestre que cursan, segunda y tercera matrícula, trabajo, horas de estudio al día, actividades de distracción y tiempo que dedica a los pasatiempos. Además, el instrumento completo con las definiciones conceptuales y operacionales de las variables, se encuentran en el Anexo 1 de la presente investigación.

De la misma manera, se utilizó la Escala de Procrastinación Académica (EPA), Moreta y Durán (2018) mencionan que la prueba fue diseñada por Busko (1998), y mide la procrastinación entendida conceptualmente como la tendencia a posponer tareas

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

importantes por una falla en la autorregulación y mala administración del tiempo, lo cual genera repercusiones negativas en el desempeño de las personas. En este estudio se manejó la prueba adaptada al español y reducida a 12 ítems por Domínguez et al. (2014), mostrando resultados favorables en estudiantes ecuatorianos, con una fiabilidad de $\alpha = .83$ y validez en términos de estabilidad temporal ($r = .778$) con tres semanas de intervalo, además de una validez de convergencia de manera moderada con la Escala de Procrastinación de Tuckman ($r = .594$) (Moreta y Durán, 2018).

La escala EPA está compuesta de 12 ítems de tipo Likert con 5 opciones de respuesta, donde 1 indica la opción “Nunca” y 5 corresponde a la opción “Siempre”; además, está conformada por un factor de Autorregulación Académica (AA) en 9 ítems (2,3,4,5,8,9,10,11,12) y otro factor de Postergación de Actividades (PA) en 3 ítems (1,6,7) (Moreta y Durán, 2018). La interpretación de los puntajes para la EPA es directa, donde puntuaciones menores que 7 en la PA indicarían un nivel bajo y mayores que 9 un nivel alto; mientras que puntuaciones menores a 27 en la AA indicarían un nivel bajo y puntuaciones por encima de 35 un nivel alto (Dominguez, 2016). La prueba se administra en formato de lápiz y papel, además la aplicación es de aproximadamente entre 5 a 10 minutos.

Finalmente, se aplicó el Cuestionario de Salud Mental de Goldberg (GHQ-28), de acuerdo a Moreta et al. (2021) fue elaborado por Goldberg y Hillier (1979), la prueba mide la percepción de salud mental general y riesgos de psicopatología. En este estudio se utilizó la versión adoptada al

castellano por Lobo et al. (1996), prueba aplicada en estudiantes ecuatorianos y muestra una adecuada confiabilidad de $\omega = 0,93$, además en términos de validez convergente, se correlaciona significativa y negativamente acorde a la salud mental en el Mental Health Continuum (MHC-SF) (Moreta et al., 2021).

El cuestionario GHQ-28 se compone de 28 ítems con 4 opciones de contestación, donde 0 puntos son para respuestas de "Mejor que lo habitual" e "Igual que lo habitual", por otro lado 1 punto en las respuestas "Peor que lo habitual" y "Mucho peor que lo habitual"; el cuestionario se compone de 4 dimensiones: a) Síntomas somáticos; b) Ansiedad e insomnio; c) Disfunción social; y d) Depresión; cada subescala puntúa con el método binario, así los valores totales superiores a 9 indica la presencia de un posible caso psiquiátrico (Moreta et al., 2021). La prueba se administra en formato de lápiz y papel, además la aplicación es de aproximadamente entre 5 a 10 minutos.

El análisis de datos para este estudio, se realizó con el programa informático Statistical Package for Social Sciences (IBM-SPSS v25), según Laureano y Botelho (2017) es un software de productos analíticos que se adapta a las necesidades de su usuario, ya sea desde la planificación, recolección y análisis estadístico sobre las variables de estudio. La herramienta informática permitió preparar las variables procrastinación y salud mental general para su análisis estadístico (media, desviación estándar, portajes y frecuencias); también brindó un trabajo flexible en codificación, selección de datos, y otras funciones estadísticas.

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

Respecto a las dimensiones sociodemográficas de variables cualitativas, sean estas de nivel nominal y ordinal se analizaron con técnicas estadísticas como la frecuencia, porcentajes y moda. En cambio, para los datos cuantitativos con nivel de medición escala se describió con la media y desviación estándar.

La posible relación entre la procrastinación y salud mental general se cuantificó como variables cuantitativas del nivel escala, por ende, las técnicas de análisis son la media y desviación estándar. En el programa IBM-SPSS v25 se ejecutaron tres pasos: 1) se debe ubicar “menú” y seleccionar “analizar”; 2) se selecciona el comando estadístico “correlacionar”; y por último 3) se elige el subcomando “bivariados” con la elección del estadístico de correlación de Spearman.

En relación a las confiabilidad de la pruebas aplicadas, se utilizó un análisis del coeficiente Omega de McDonald (ω), según Ventura y Caycho (2017) es considerado como una propiedad métrica apropiada de confiabilidad, por su trabajo en las cargas factoriales mediante la suma ponderada de las variables estandarizadas, los mismo que deben encontrarse entre .70 y .90 para ser aceptables, y en algunas ocasiones se admiten valores superiores a .065.

Finalmente, esta investigación respaldó y consideró principios éticos del consentimiento informado (CI), acorde a Rubiales et al., (2016) es un eslabón crucial para detallar la información acerca del proceso investigativo y aclarar la relación entre investigador y los participantes, durante el estudio esta debe ser de manera

consciente y voluntaria, con el respaldo de los derechos y confidencialidad. Los detalles del CI para esta investigación se encuentran en el Anexo 2, asegurando que la integridad de los participantes, y evitando el mal uso de la información para esta investigación.

3. RESULTADOS.

En la presente investigación participaron 216 estudiantes de la carrera de psicología de la Universidad Tecnológica Indoamérica, sede Ambato. A continuación, se detalla los resultados obtenidos acorde a cada objetivo específico del estudio. En primer orden, se caracterizará las variables sociodemográficas de los participantes. En segundo orden, se describirá las variables procrastinación académica y salud mental general. Finalmente, estimaremos el grado de asociación entre la procrastinación académica y salud mental general.

3.1 CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS

En cuanto a los factores sociodemográficos, se puede observar que, en cuanto a la edad los participantes presentan una media de $X=21$ años ($DS=2,35$; $Mín=17$; $Máx=32$). La tabla 1 indica que el 69,4% de la muestra está conformado por mujeres ($n=150$), mientras que el 30,6% restante corresponde a los hombres ($n=66$), en su mayoría no tienen hijos ($n=199$; 92,1%) y actualmente se encuentran solteros ($n=210$; 97,2%). Los participantes pertenecen a un nivel socioeconómico medio ($n=204$; 94,4%), residiendo mayoritariamente en las zonas urbanas ($n=176$; 81,5%), y el 72,7% no

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

realizan actividades laborales (n=157). En referencia a la convivencia, la mayoría de los participantes vive con su familia de origen (n=193; 89,4%), mientras que el 6,5% (n=14) viven solos.

Asimismo, se observa que la mayor parte de los estudiantes no tienen segunda o tercera matrícula (n=199; 92,1%), y se encuentra cursando el tercer semestre (n=33; 15,3%). En general, los

participantes dedican más tiempo con un total de cuatro o más horas (n=128; 59,3%) a sus estudios, a diferencia de las horas dedicadas a las actividades de distracción, que son dos horas (n=97; 44,9%). En específico, los participantes optan por utilizar el celular para redes sociales (n=155; 71,8%) o practican algún deporte (n=124; 57,4%) como actividades de distracción.

Tabla 1
Análisis Descriptivo de las Variables Sociodemográficas

		F	%
Sexo biológico	Mujer	150	69,4
	Hombre	66	30,6
Estado Civil	Soltero	210	97,2
	Conviviente	2	0,9
	Casado	4	1,9
	Viudo	0	0
Nivel Socioeconómico	Divorciado	0	0
	Alta	1	0,5
	Media	204	94,4
	Baja	11	5,1
Horas de estudio al día	Una hora	9	4,2
	Dos horas	31	14,4
	Tres horas	48	22,2
	Cuatro horas o más	128	59,3
Horas dedicadas a las actividades	Una hora	42	19,4
	Dos horas	97	44,9
	Tres horas	49	22,7
	Cuatro horas o más	28	13,0

Nota: f = Frecuencia; % = Porcentaje

3.2 NIVELES DE PROCRASTINACIÓN

Los niveles de procrastinación se midieron a través de la Escala de Procrastinación Académica (EPA), compuesta por dos subdimensiones que son: postergación y

autorregulación académica. Para la escala EPA, se reportó una consistencia interna alta del Omega de McDonald $\omega=0,89$ y también se reporta una apropiada confiabilidad para sus subdimensiones Postergación de actividades $\omega=0,82$ y Autorregulación académica $\omega=0,86$.

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

En relación con la postergación, la cual puede entenderse como retardar una actividad académica importante, se obtuvo una media de $X=7,32$ puntos ($DS=2,27$; $Min=3$; $Máx=15$), lo que significa que los participantes poseen una tendencia a no aplazar sus tareas de la universidad. Al analizar los resultados de los niveles sugeridos por la prueba EPA, se encontró que la mayor parte de los estudiantes en su mayoría tienen niveles bajos ($n=121$; 56%) y niveles moderados ($n=63$; $29,2\%$) de postergación de actividades.

En cambio, respecto a la autorregulación académica, la cual refiere a la capacidad

para administrar efectivamente el tiempo, los participantes evidenciaron una media de $X=36,2$ puntos ($DS=4,14$; $Min=23$; $Máx=45$), esto significa que los participantes tienen la capacidad de planificar y manejar sus prácticas de estudio. Al analizar los resultados según los niveles sugeridos por la prueba EPA, se identificó que la mayor parte de los estudiantes tiene niveles altos de autorregulación ($n=126$; $58,3\%$) y otros se agrupan en niveles de moderada autorregulación ($n=82$; 38%).

Tabla 2

Análisis Descriptivo del grado de procrastinación

		f	%
Postergación de actividades	Nivel bajo	121	56,0
	Moderado	63	29,2
	Nivel alto	32	14,8
Autorregulación académica	Nivel bajo	8	3,7
	Moderado	38	38,0
	Nivel alto	126	58,3

Nota: f = Frecuencia; % = Porcentaje

3.3 NIVELES DE SALUD MENTAL

Los niveles de salud mental refieren valores obtenidos con el General Health Questionnaire (GHQ-28), como se puede observar en la tabla 3. El instrumento GHQ-28 muestra una confiabilidad muy alta de Omega de McDonald $\omega=0,98$ y también se reporta una adecuada confiabilidad para sus factores: Factor A $\omega=0,95$; Factor B $\omega=0,97$; Factor C $\omega=0,89$ Factor D $\omega=0,92$.

De acuerdo a los criterios del GHQ-28 los estudiantes obtuvieron una media de $X=4,83$ calculada con el Bponderado de Tukey, y una desviación estándar de $DS=6,68$ ($Min=0$, $Max=26$). Es posible indicar que los resultados como se observa en la figura 1, detallan que los estudiantes se ubican como “no posible caso psiquiátrico” con el $68,1\%$ y en el $31,9\%$ restante son “probable caso psiquiátrico”, adelantando un interesante hallazgo para el estudio.

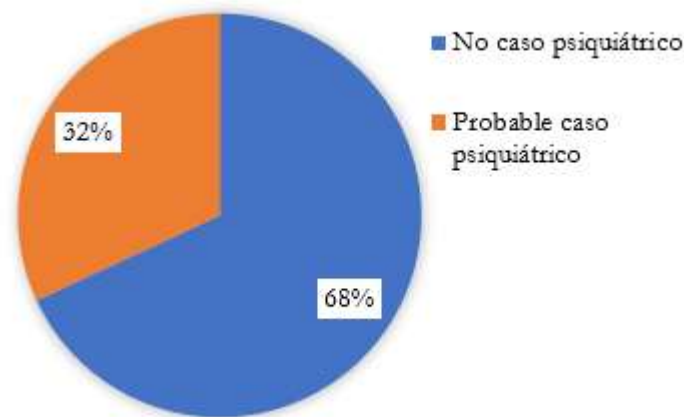
Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

Tabla 3
Análisis Descriptivo de Salud Mental General

	F	%	
Salud mental general	No caso psiquiátrico	147	68,0
	Probable caso psiquiátrico	69	31,9

Nota: f = Frecuencia; % = Porcentaje

Figura 1
Porcentaje de Salud Mental General



Aa

Figura 1. Nivel de salud mental general de los participantes

La tabla 4 muestra el análisis descriptivo de los Factores del GHQ-28, donde se puede observar que el Factor A, el cuál mide el nivel de síntomas somáticos de origen psicológico, presenta una media de $X=0,86$ calculada con el Bponderado de Tukey, y una desviación estándar de $DS=2,23$ (Min=0, Max=7), lo que da cuenta que los estudiantes ($n=193$; 89,4%) no evidencian malestares físicos que deriven problemas mentales.

En el segundo Factor B que mide la ansiedad, muestra una media de $X=2,38$ calculada con el Bponderado de Tukey, y una desviación estándar $DS=2,38$ (Min=0,

Max=7), esto permite reconocer que los participantes en su mayoría ($n=178$; 82,4%) no manifiestan sintomatologías asociadas a la ansiedad que repercutan en su salud mental.

En el tercer valor Factor C que mide la disfunción social, registra una media de $X=1,29$ y una desviación estándar $DS=1,77$ (Min=0, Max=7), esto da cuenta que mayormente los estudiantes ($n=207$; 95,8%) no tienen dificultades en el rol social que deriven actos de inadaptación en relaciones personales dentro de su entorno.

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

En el último Factor D que mide depresión, demuestra una media de $X=0,94$ y una desviación estándar $DS=1,80$ (Min=0, Max=7), este factor determina que generalmente los estudiantes ($n=204$;

94,4%) no presentan sentimientos de tristeza u otros síntomas relacionados al deseo de morir.

Tabla 4
Análisis Descriptivo del grado de procrastinación

Variable		f	%
Factor A	No probable caso	193	89,4
	Probable caso	23	10,6
Factor B	No probable caso	178	82,4
	Probable caso	38	17,6
Factor C	No probable caso	207	95,8
	Probable caso	9	4,2
Factor D	No probable caso	204	94,4
	Probable caso	12	5,6

Nota: f = Frecuencia; % = Porcentaje; Factor A= somatización; Factor B= ansiedad; Factor C= disfunción social; Factor D= depresión

3.4 NIVELES DE CORRELACIÓN

Los niveles de correlación entre las variables procrastinación y salud mental general, calculada con el estadístico Rho de Spearman, permite observar en la tabla 5 que el Factor B de ansiedad presenta una correlación positiva leve con la

postergación de actividades ($r= 0.244$; $p\text{-value}= 0.00$). Esto significa que retrasar tareas puede sumarse a otros síntomas que están directamente relacionados con la ansiedad, que pueden experimentar los estudiantes respecto al cumplimiento de actividades académicas.

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

4. DISCUSIÓN

Esta investigación tuvo como objetivo general relacionar los niveles de procrastinación y salud mental general, que presentan los estudiantes de psicología de la ciudad Ambato. Para alcanzar dicha finalidad, se caracterizaron dimensiones sociodemográficas en una muestra de estudiantes pertenecientes a la Universidad Tecnológica Indoamérica, de la carrera de psicología; la mayoría son mujeres (n=150; 69,4%) en relación a los hombre (n=66; 30,6%), encontrándose en edades entre los 18 a 23 años (X=21; DS=2,35); a esto se adjunta que dedican más tiempo a sus horas de estudio (n=128; 59,3%), que a actividades de distracción, comúnmente optan por utilizar los celulares para redes sociales (n=155; 71,8%) o practican algún deporte(n=124; 57,4%). Esto sugiere que los participantes de este estudio son jóvenes solteros con nivel económico medio y residentes en zonas urbanas, mismos que de manera general dedican su tiempo a realizar actividades académicas más que las actividades de distracción,

compromiso por su formación profesional que los impulse a organizar el cumplimiento de sus tareas.

Del mismo modo, se describieron niveles de procrastinación con la medida de dos subdimensiones del EPA. El primer hallazgo propone que los participantes presentan una tendencia a niveles bajos en postergación de actividades (n= 121; 56%) con una media de X=7,32 puntos y una desviación estándar de DS=2,27. Formulando la posibilidad que los estudiantes mayormente no recuren a retrasos innecesarios y en cambio podrían vincularse a un mayor grado de consciencia para realizar sus tareas, según Soares et al. (2021) personas con estas características pueden manifestar estabilidad emocional y control de impulsos adaptativos al perfeccionismo y con menor tendencia a procrastinar. Por lo tanto, los estudiantes con menores conductas procrastinadoras podrían demostrar un considerable grado de conciencia en la planificación y cumplimiento de obligaciones diarias, incluidas las del ámbito académico, estas

Tabla 5
Correlación entre la procrastinación y salud mental general

		Factor A	Factor B	Factor C	Factor D
Postergación de actividades	Rho de Spearman	0,137	0,244	0,179	0,115
	p-value	0,045	0,000	0,008	0,092
Autorregulación Académica	Rho de Spearman	-0,143	-0,136	-0,198	-0,131
	p-value	0,036	0,046	0,003	0,055

Nota: Factor A= somatización; Factor B= ansiedad; Factor C= disfunción social; Factor D= depresión.

posiblemente demostrando interés y dirigidas bajo un orden de prioridad para

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

aprovechar el tiempo frente a los plazos de entrega, que supuestamente puede ser beneficio para la estabilidad emocional y otros beneficios en la salud mental.

Además, los resultados de este estudio pueden ser entendidos en función al perfil de mayor probabilidad a procrastinar elaborado por Steel y Ferrari (2013) aclarando que son jóvenes residentes en el sector urbano, hombres solteros con menor educación, que residen en países con niveles más bajos de autodisciplina. Esto supone que la muestra al estar compuesta en su mayoría por mujeres que cursan niveles de educación superior, probablemente significaría niveles más bajos en la postergación de actividades. También, según Ferrari y Díaz (2014) los procrastinadores, tienden a evidenciar niveles bajos de expresión de necesidades y sentimientos para omitir estilos de afrontamiento en salud mental general. Lo que podría explicar una complejidad para medir la procrastinación en los estudiantes, ya que posiblemente los participantes perciben al retraso de tareas como una inadecuada estrategia y se les dificulta expresar el fenómeno.

Seguidamente, la segunda dimensión del EPA determina niveles altos de autorregulación académica ($n=126$; 58,3%) con una media $X=36,2$ y desviación estándar $DS=4,14$, también nos brinda hallazgos importantes, advirtiendo una apropiada gestión del tiempo de los participantes en la vida académica, según López et al. (2020) pueden ser beneficiosas para los estudiantes, ya que una efectiva concentración en las tareas y administración académica, permite explorar razones y motivaciones que los guíen a

enfocarse en el cumplimiento de tareas, logrando disminuir conductas procrastinadoras. Esto coincide con investigaciones realizadas por Zohar et al. (2019), para quienes la autogestión del tiempo puede permitir trabajar bajo presión logrando cumplir con los plazos para entregar una tarea. Al parecer, los estudiantes pueden percibir la labor académica como una meta impuesta por factores externos, que los obliga a trabajar bajo presión y lograr culminarlas ya sea minutos antes a la entrega, puesto que presuntamente los participantes tienen la capacidad de administrar efectivamente los tiempos para realizar actividades de la vida cotidiana y académica.

De la misma manera, estos resultados convergen con investigaciones realizadas por de Svartdal et al. (2018) quienes mencionan que el inicio temprano de tareas les puede impulsar hacia un beneficio psicológico y mejoras motivacionales, en relación a culminar las tareas. Los estudiantes de esta investigación presuntamente presentan un autocontrol para iniciar tareas en un tiempo establecido, evitándose ocasionar problemas conductuales y volitivos.

Aunque debido al contexto ecuatoriano, se estimaba que los participantes evidencien niveles altos de procrastinación, como lo menciona Altamirano y Rodríguez (2021) la conducta procrastinadora es una problemática de estudiantes universitarios ecuatorianos que se presentan con mayor frecuencia en semestres superiores, sin diferencia al sexo. Al parecer la procrastinación en estudiantes universitarios debido a la pandemia, puede haber generado nuevas características de la

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

educación en entornos virtuales y de la vida social.

Antes de la pandemia la procrastinación se comprendía, de acuerdo a Tibbett y Ferrari (2015) como un problema de la conducta cognitivo y afectivo, que en grados crónicos pueden paralizar los pensamientos y la toma de decisiones, afectando la calidad de vida de las personas. Pero haciendo énfasis a la llegada de la Covid-19, probablemente los estudiantes experimentaron una difuminación del tiempo, cambios en el mapa de relaciones sociales y optaron por realizar tareas académicas como método para centrar su atención, según Peixoto et al. (2021) las personas logran disfrutar y dedicar su atención a actividades donde logran concentrar su energía, priorizando culminar las tareas de mayor preferencia.

Asimismo, se describieron los niveles de salud mental general de los participantes, presentando una tendencia a no probable caso psíquico ($n=147$; 68,1%), pero se encontró puntuaciones preocupantes como probable caso psiquiátrico ($n=69$; 31,9%) teniendo una media de $X=4,83$ y una desviación estándar de $DS=6,68$. Es importante sugerir que la mayoría de los participantes no manifiestan sintomatología o problemas en la percepción de salud mental general, sin embargo según los criterios del puntuación GHQ-28 (Moreta et al., 2021) informan que posiblemente una cantidad significativa de estudiantes pueden estar en riesgo a presentar psicopatologías. Por ende, se torna importante este hallazgo para continuar con investigaciones enfocados a la salud mental de estudiantes universitarios, previniendo que se tratase de un problema

de salud pública dentro del contexto ecuatoriano.

En específico, las puntuaciones del GHQ-28 para cada factor también presentan niveles inquietantes, principalmente para el Factor B ($n=38$; 17,6%) con una media de $X=2,38$ y una desviación estándar $DS=2,38$, y el Factor A ($n=23$; 10,6%) presenta una media de $X=0,86$ y una desviación estándar de $DS=2,23$. Los resultados obtenidos se relacionan con Beutel y et al. (2016) haciendo mención que la aparición de síntomas de ansiedad, tienden a generar consecuencias negativas en la salud mental, reduciendo la autoeficacia y provocando una menor satisfacción de vida. Por lo tanto, dificultades en los factores de ansiedad y síntomas somáticos, probablemente se perciben en los estudiantes como complicaciones que deberán ser atendidas mediante programas de intervención en psicología, y lograr un ambiente de estudio saludable frente a las exigencias de los factores en el ámbito social, personal, e institucional.

Asimismo, se estimó el grado de correlación entre la procrastinación académica y salud mental general, entrelazando dimensiones entre la EPA y factores del GHQ-28. Con el uso del estadístico Rho de Spearman, se encontró una relación positiva de carácter leve entre la ansiedad y postergación de actividades ($r=0,244$; $p\text{-value}=0,00$). Los resultados se asemejan a los hallazgos de Manchado y Hervías (2021) mencionando que la procrastinación y la ansiedad no se correlacionan de manera directa, pero sí de forma parcial en dos de sus dimensiones en pensamientos intrusivos y falta de

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

confianza. La correlación de procrastinación y ansiedad para este estudio no es significativa, pero podría sumarse a síntomas de ansiedad que generen una menor capacidad en afrontar y ejecutar tareas con éxito.

La correlación entre las variables de este estudio es mínimamente significativa, probablemente apoyando lo expuesto por Wessel et al. (2019) quienes mencionan que nuevas investigaciones reconocen que el postergar actividades necesariamente no residen en consecuencias psicológicas. Esto contribuye a estudios del campo de la salud mental interesados en estudiar con precisión el papel que podría cumplir la procrastinación sobre el bienestar, toma de decisiones en el ámbito académico y la vida cotidiana de los estudiantes.

Los resultados del estudio se aproximan al hallazgo realizado por Altamirano y Rodríguez (2021) quienes encontraron una correlación positiva y significativa entre la postergación académica y la ansiedad. Seguramente, puede existir una correlación entre estas variables, considerando que los hallazgos de este estudio, aunque se evidencien puntuaciones leves se relacionan con la literatura descrita en el contexto ecuatoriano, por esto podría servir como base para continuar indagando sobre la procrastinación en relación a la ansiedad, por ejemplo, con una muestra más amplia, como puede ser en el área educativa, direccionándose a otros campos temáticos.

Por el contrario, investigaciones realizadas por Chocas et al. (2016) encontraron una relación negativa entre el bienestar psicológico y niveles de procrastinación, donde la baja presencia de conductas

procrastinadoras aumentaría el bienestar psicológico. Así mismo, podría coexistir una relación entre las conductas procrastinadoras y salud mental, aunque esta sea leve como sugieren los resultados de este estudio, así la manifestación de conductas procrastinadoras podría sumarse a otros problemas que deterioren el bienestar psicológico.

Entre las limitaciones de la investigación se puede mencionar que solo se enfocó en estudiantes de psicología de la Universidad Tecnológica Indoamérica, por lo tanto, es recomendable que futuras investigaciones obtengan información sobre más instituciones privadas y públicas dentro del contexto ecuatoriano; también considerando investigar a otras facultades y carreras académicas; ya que esto permitiría indagar la situación de conductas procrastinadoras en diferentes ámbitos y campos académicos que podrían mejorar políticas de la educación del Ecuador.

Otra limitación es la falta de literatura en contexto pandémico de estudiantes universitarios del Ecuador. En especial, por los cambios que se ha suscitado en los últimos años, ya que el confinamiento a causa del Covid-19, posiblemente genere que el área académica sea motivo de atención donde estudiantes encontraban una acogida en las actividades académicas y posiblemente ayudándoles a afrontar otras preocupaciones sobre todo emergentes de la salud (alto grado de contagio, aumento en los índices de mortalidad y estrés a causa de la cuarentena).

Finalmente, la procrastinación en el Ecuador no evidencia investigaciones centradas en procrastinación y salud

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

mental, principalmente en el contexto universitario, por ende, se recomendaría que futuras investigaciones se concentren en recolectar información acerca de la procrastinación y salud mental general.

En conclusión, es importante señalar que los estudiantes que participaron en el estudio optan por cumplir con sus tareas académicas sin retrasarlas innecesariamente; esto posiblemente por una capacidad apropiada de autocontrol y administración del tiempo. Además, en cuanto a la salud mental la mayor parte de la muestra no evidencia asociación con el posible caso

psiquiátrico, pero se hace énfasis que un porcentaje significativo requiere atención psicológica, con la finalidad de prevenir el desarrollo de síntomas y problemas para la salud. La relación de la procrastinación y salud mental general se presentó de manera insuficiente entre el cruce de los subdimensiones del EPA y los factores del GHQ-28, donde solo un factor evidenció un porcentaje leve, que limita a afirmar que exista una relación entre sí. Por ende, es necesario más estudios se preocupen por indagar sobre la relación que existe entre la procrastinación y salud mental.

REFERENCIAS

- Altamirano, C. y Rodríguez, M. (2021). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. *Revista Eugenio Espejo*, 15(3), 16-28. <https://doi.org/10.37135/ee.04.12.03>
- Aranda, R., Jaimes, I. y Caballero, M. (2015). Los principios éticos y las obligaciones civiles. *Boletín mexicano de derecho comparado*, 48(142), 313-337. <https://doi.org/10.22201/ijj.24484873e.2015.142.4922>
- Arias, J., Villasís, M., y Miranda, M. (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista Alergia México*, 63(2), 201-206. <https://bit.ly/3pXkRar>
- Baena, G. (2017). Metodología de la investigación (3a. ed.). Grupo Editorial Patria.
- Beutel, M., Klein, E., Aufenanger, S., Brähler, E., Dreier, M., Müller, K., ... y Wölfling, K. (2016). Procrastination, distress and life satisfaction across the age range—a German representative community study. *PloS uno*, 11 (2), 1-12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0148054>
- Busko, D. (1998). Causes and consequences of perfectionism and procrastination: a structural equation model. *The Atrium*, 01-68. <https://bit.ly/3HHpxHI>
- Carrasco, S. (2017). Metodología de la investigación científica. Lima: Editorial San Marcos.
- Chiu, S., Chen, T., Chang, T., y Chen, C. (2020). Procrastination, dependence and social loafing: comparison in high/low task visibility between active/passive procrastinators. *International Journal of Psychiatry Research*, 3 (2), 1-11. <https://bit.ly/3l2O80z>

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

- Chocas, L., Alva, L., Avellaneda, J., Llacuachaqui, E., Sánchez, M., Calvet, M., ... y Cárdenas, J. C. (2016). Procrastinación, estrés y bienestar psicológico en estudiantes de educación superior de Lima y Junín. *Horizonte de la Ciencia*, 6(10), 173-184. <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2016.10.213>
- Chun, A., y Choi, J. (2005). Rethinking procrastination: Positive effects of "active" procrastination behavior on attitudes and performance. *The Journal of social psychology*, 145(3), 245-264. <https://doi.org/10.3200/SOCP.145.3.245-264>
- Cifuentes, A. (2019). Epistemología implícita en el código de ética profesional del colegio de psicólogos de Chile. *Cinta de moebio*, (64) 51-67. <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-554x2019000100051>
- Cuijpers, P., Smit, F., Aalten, P., Batelaan, N., Klein, A., Salemink, E., ... y Karyotaki. (2021) The Associations of Common Psychological Problems With Mental Disorders Among College Students. *Front. Psychiatry*, 12(573637). <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.573637>
- Dávila, G. (2019). Manejo del tiempo por el procrastinador en las organizaciones públicas occidentales posmodernas: Caso de estudio inspectoria del trabajo del estado Mérida. *Sapienza Organizacional*, 6(11), 166-199. <https://www.redalyc.org/jatsRepo/5530/553066143008/553066143008>
- De la Garza, E. (2017). ¿Qué es el trabajo no clásico? *Revista Latino-americana de Estudios do Trabalho*, 21(36), 5-44. <https://bit.ly/3eRhcom>
- De Montis, I. (2013). Sexualidad humana. México D. F: *Editorial El Manual Moderno*. <https://elibro.net/es/ereader/utiec/39597>
- Dirección General del Registro Civil del Ecuador. (2014). Código Civil (Libro 1).
- Dominguez, S. (2016). Datos normativos de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de psicología de Lima. *Evaluar*, 16, 27-38. Obtenido de <https://bit.ly/34pzZFE>
- Domínguez, S., Villegas, G. y Centeno, S. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit*, 20(2), 293-304. <https://bit.ly/3eXb4L8>
- Domínguez, S., y Campos, Y. (2017). Influencia de la satisfacción con los estudios sobre la procrastinación académica en estudiantes de psicología: un estudio preliminar. *Liberabit*, 23(1), 123-135. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2017.v23n1.09>
- Fernández, A., Usamentiaga, R. y Casado, R. (2017). Sistema Automático Para

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

- la Detección de Distracción y Somnolencia en Conductores por Medio de Características Visuales Robustas. *Revista Iberoamericana de Automática e Informática industrial*, 14(3), 307-328. <https://doi.org/10.1016/j.riai.2017.05.001>
- Fernie, B. A., McKenzie, A.-M., Nikčević, A. V., Caselli, G., & Spada, M. M. (2015). The Contribution of Metacognitions and Attentional Control to Decisional Procrastination. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 34(1), 1–13. <https://doi:10.1007/s10942-015-0222-y>
- Ferrari, J., y Díaz, J. (2014). Procrastination and mental health coping: A brief report related to students. *Individual Differences Research*, 12(1), 8-11. <https://doi.org/10.3200/SOCP.14.5.3.245-264>
- Goldberg, D. y Hillier, V. (1979). A scaled version of the General Health Questionnaire. *Psychological Medicine*, 9(1). <https://doi.org/10.1017/S0033291700021644>
- Goldberg, D., Lobo, A., Munoz, P. y Williams, P. (1996). Cuestionario de Salud General GHQ (General Health Questionnaire): Guía Para El Usuario de Las Distintas Versiones. Masson.
- Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación: las rutas cuantitativas, cualitativas y mixtas. México, D.F.: McGraw-Hill Interamericana editores S.A.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014) Metodología de la Investigación (6a ed.). México: McGraw-Hill.
- Klibert, J., LeLeux-LaBarge, K., Tarantino, N., Yancey, T., y Lamis, D. (2016). Procrastination and suicide proneness: A moderated-mediation model for cognitive schemas and gender. *Death Stud*, 40(6), 350-357. <https://doi:10.1080/07481187.2016.1141262>.
- Klingsieck K. (2013). Procrastination when good things don't come to those who wait. *European Psychologist*. 2013;18(1):24–34.
- Laureano, R. y Botelho, M. (2017). IBM SPSS Statistics-O Meu Manual de Consulta Rápida (3ª Edición). Lisboa.
- López, A., Pérez, L., Gutiérrez, J., Pompa, B., y Fernández, M. (2020). Reducción de la procrastinación académica mediante la Terapia de Aceptación y Compromiso: un estudio piloto. *Clínica Contemporánea*, 11(1), e4. <https://doi.org/10.5093/cc2020a3>
- Mamani, Y. (2011). Planificación del tiempo de estudio: Caso de los estudiantes de la Escuela Profesional de Ciencias de la Comunicación-UNA Puno. *Revista de Investigación en Comunicación y*

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

- Desarrollo*, 2(1), 62-73.
<https://bit.ly/3FYJZDI>
- Manchado Porras, M., y Hervías Ortega, F. (2021). Procrastinación, ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Interdisciplinaria*, 38(2), 242-258.
<http://doi.org/10.16888/interd.2020.37.2.1>
- Meneses, J. (2016). El cuestionario. Barcelona: Universitat Oberta de Catalunya. <https://bit.ly/3nlEaJ1>
- Meruane, L. (2018). Contra los hijos. Literatura Random House.
- Monroy, M. y Nava, N. (2018). Metodología de la investigación. México, D.F: Grupo Editorial Éxodo.
<https://elibro.net/es/lc/utiec/titulos/172512>
- Moreta, R. y Durán, T. (2018). Propiedades psicométricas de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) en estudiantes de psicología de Ambato, Ecuador. *Salud & Sociedad*, 9(3), 236-247.
<https://doi.org/10.22199/S07187475.2018.0003.00003>
- Moreta, R., Dominguez, S., Vaca, D., Zambrano, J., Gavilanes, D., Ruperti, E. y Bonilla, D. (2021). Psychometric properties of the General Health Questionnaire (GHQ-28) in Ecuadorian college students. *Psihologjske teme*, 30(3), 573-590.
- Moreta, R., Durán, T., y Villegas, N. (2018). Regulación Emocional y Rendimiento como predictores de la Procrastinación Académica en estudiantes universitarios. *Journal of Psychology and Education*, 13(2), 155-166.
<https://doi.org/10.23923/rpye2018.01.166>
- Mousalli, G. (2015). Métodos y Diseños de Investigación Cuantitativa. Revista researchgate.
<https://bit.ly/3mZOZQq>
- Niermann, H., y Scheres, A. (2014). The relation between procrastination and symptoms of attention-deficit hyperactivity disorder (ADHD) in undergraduate students. *International journal of methods in psychiatric research*, 23 (4), 411-421.
<https://doi.org/10.1002/mpr.1440>
- Otzen, T. y Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232.
<https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Palomino, J., Peña, J., Zevallos, G. y Orizano, L. (2015). Metodología de la investigación: guía para elaborar un proyecto en salud y educación. Guía para elaborar un proyecto en salud y educación Lima: Editorial San Marcos.
- Peixoto, E., Pallini, A., Vallerand, R., Rahimi, S., y Silva, M. V. (2021).

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

- The role of passion for studies on academic procrastination and mental health during the COVID-19 pandemic. *Soc Psychol Educ*, 24, 877–893.
<https://doi.org/10.1007/s11218-021-09636-9>
- Pereira, L., y Ramos, F. (2021). Procrastinação acadêmica em estudantes universitários: uma revisão sistemática da literatura. *Psicologia Escolar e Educacional*, 25, 1-7. <http://dx.doi.10.1590/2175-35392021223504>
- Perez, L., Perez, R., y Seca, M. (2020). Metodología de la investigación científica. Editorial Maipue. <https://elibro.net/es/lc/utiec/titulos/138497>
- Pimienta, J. y De la Orden, A. (2017). Metodología de la investigación. Pearson Educación de México S.A. <http://repositorio.uasb.edu.bo/handle/54000/1268>
- Ramos, C. (2015). Los paradigmas de la investigación científica. *Avances en psicología*, 23(1), 1-9. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2015.v23n1.167>
- Real Academia Española. (2014, 14 de diciembre). Diccionario de la lengua española (23.ª ed). Semestre. <https://bit.ly/3t1HLPO>
- Reig, E., Goerlich, F. y Cantanero, I. (2016). Delimitación de áreas rurales y urbanas a nivel local. Fundación BBVA.
- Rodríguez, N. (2018). Envejecimiento: Edad, Salud y Sociedad. *Horizonte sanitario*, 17(2). <https://bit.ly/3HDxsFU>
- Romero, O. y Romero, F. (2013). Evaluación del nivel socioeconómico: presentación de una escala adaptada en una población de Lambayeque. *Revista del Cuerpo Médico Hospital Nacional Almanzor Aguinaga Asenjo*, 6(1), 41-45. <https://bit.ly/3mV6T79>
- Rubiales, Á., Rivero, M., González, M. y Alonso, R. (2016). Teoría y práctica del consentimiento informado. *Cuadernos de Bioética*, 27(1), 69-78. <https://bit.ly/3sVNBSW>
- Rubio, S. (2016). Sección de metodología. Enfermería basada en la evidencia: Investigación clínica aplicada a las ciencias de la salud. *Enfermería en Cardiología*, 13(69), 23-29. <https://bit.ly/32r5aiD>
- Sederlund, A., Burns, L., y Rogers, W. (2018). Multidimensional Models of Perfectionism and Procrastination: Seeking Determinants of Both. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17 (14): 5099. <https://doi.org/10.3390/ijerph17145099>
- Shi, X., Wang, S., Liu, S., Zhang, T., Chen, S., y Cai, Y. (2019). Are procrastinators psychologically healthy? Association between psychosocial problems and procrastination among college students in Shanghai, China: a

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

- syndemic approach. *Psychology, health & medicine*, 24(5), 570-577. <https://doi.org/10.1080/13548506.2018.1546017>
- Sidiq, M., Mulawarman, M., y Awalya, A. (2020). The Effectiveness of Behavioral Counseling With Token Economy and Behavior Contract Techniques to Reduce Academic Procrastination. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 9 (2), 76-84. <https://doi.org/10.15294/jubk.v9i2.36975>
- Soares, A., Kamazaki, D., y Freire, S. (2021). ¿Procrastinar académicamente é coisa de perfeccionista? Correlatos valorativos e da personalidade. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 39(1), 47-62. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.8687>
- Steel, P., y Ferrari, J. (2013). Sex, education and procrastination: An epidemiological study of procrastinators' characteristics from a global sample. *European Journal of Personality*, 27(1), 51-58. <https://doi.org/10.1002%2Fper.1851>
- Steel, P., y Klingsieck, B. (2016). Academic procrastination: Psychological antecedents revisited. *Australian Psychologist*, 51 (1), 36-46. <https://doi.org/10.1111/ap.12173>
- Svartdal, F., Granmo, S., y Færevaaag, F. (2018). On the Behavioral Side of Procrastination: Exploring Behavioral Delay in Real-Life Settings. *Psychol*, 9(746), 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00746>
- Tibbett, T., y Ferrari, J., (2015). The portrait of the procrastinator: Risk factors and results of an indecisive personality. *Personality and individual differences*, 82, 175-184. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.03.014>
- Uribe, P. (2015). Hogares unipersonales: “la experiencia de vivir solas y solos”. *Tendencias & Retos*, 20(1), 145-160. <https://bit.ly/3qP5MqQ>
- Ventura, J., & Caycho, T. (2017). El coeficiente Omega: un método alternativo para la estimación de la confiabilidad. *Revista latinoamericana de ciencias sociales, niñez y juventud*, 15(1), 625-627. Obtenido de <https://bit.ly/36C1P2c>
- Vidal, L., Alvarez, D. y Almanza, M. (2015). Una estrategia basada en concursos para fortalecer las competencias del estudiante en la Academia Cisco. *ANFEI Digital*, 1(2), 1-9. <https://bit.ly/31sGGVQ>
- Villamar, J. (2015). El positivismo y la investigación científica. *Empresarial*, 9(35), 29-30. <https://elibro.net/es/lc/utiec/titulos/40362>
- Wessel, J., Bradley, G., y Hood, M. (2019). Comparing effects of active and passive procrastination: A field study of behavioral delay. *Personality and Individual Differences*, 139, 152-157.

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

<https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.11.020>

Zacks, S., y Hen, M. (2018). Academic interventions for academic procrastination: a review of the literature. *Journal of Prevention & Intervention in the Community*, 46(2), 117–130.

<https://doi:10.1080/10852352.2016.1198154>

Zohar, A., Shimone, L., y Hen, M. (2019). Active and passive procrastination in terms of temperament and character. *PeerJ* , 7 (e6988), 1-16. <https://doi.org/10.7717/peerj.6988>

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

AGRADECIMIENTOS.

Este estudio fue apoyado por autoridades y docentes de la facultad de psicología de la Universidad Tecnológica Indoamérica para generar el conjunto de datos. Del mismo modo, se reconoce la participación de los estudiantes que completaron el cuestionario y las pruebas estandarizadas, contribuciones necesarias a nuestra investigación. También, los autores agradecen a los tutores del estudio por señalarnos todo aspectos importantes de este trabajo.

DEDICATORIA.

La presente investigación es dedicada a todos los familiares quienes han sentado las bases de responsabilidad y deseo de superación, que permitieron emprender este camino lleno de metas y trabajo hacia la superación académica. A todos los amigos, docentes, miembros de la Universidad Tecnológica Indoamérica entre otras personas, también se dedica este trabajo por compartir esfuerzos para alzar logros y triunfos. Así mismo, se estima contar siempre con su apoyo incondicional, una vez que todos emprendamos nuevos objetivos después de esta etapa universitarios.

ANEXOS.

Anexo 1

Objetivos Específicos	Variables	Nivel de Medición	Instrumentos para PRODUCIR información	Estrategias de Análisis de Información
<p>Caracterizar las dimensiones sociodemográficas que presentan estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato</p>	<p>Dimensiones sociodemográficas</p>			
	<p>Edad <i>Definición conceptual:</i> es un concepto lineal que implica cambios continuos que se presenta en las personas (Rodríguez, 2018). <i>Definición operacional:</i> las respuestas a la pregunta “Edad” en el cuestionario de identificación que brindan los investigadores.</p>	<p>Variable de tipo cuantitativa, nivel de medida escala.</p>	<p>Cuestionario de identificación y datos sociodemográficos.</p>	<p>Para las variables cualitativas, el procedimiento de análisis en IBM SPSS v25 será:</p>
	<p>Sexo biológico <i>Definición conceptual:</i> determina al conjunto de caracteres biológico que definen al espectro humano como hombre y mujer (De Montis, 2013). <i>Definición operacional:</i> las respuestas a la pregunta “Sexo” en el cuestionario de identificación que brindan los investigadores.</p>	<p>Variable de tipo cualitativa, nivel de medida nominal</p>		<p>Menú Analizar Comando Estadísticos Descriptivos Subcomando Frecuencias.</p>
<p>Estado civil <i>Definición conceptual:</i> es la calidad de la persona, para ser habilitado o inhabilitado en ciertos derechos u obligaciones civiles (Dirección General del Registro Civil del Ecuador, 2014). <i>Definición operacional:</i> las respuestas a la pregunta “Estado Civil” en el cuestionario de identificación que brindan los investigadores.</p>	<p>Variable de tipo cualitativa, nivel de medida nominal.</p>		<p>Variables cualitativas: mostrar porcentajes, estadístico moda, y gráficas de barras o circulares (pastel).</p>	

Zona de residencia

Definición conceptual: Información que incorpora cualquier análisis del origen territorial y geográfico de una determinada población o sus productos (Reig et al., 2016)

Definición operacional: las respuestas a la pregunta “Procedencia” en el cuestionario de identificación que brindan los investigadores.

Variable de tipo cualitativa, nivel de medida ordinal.

Para las variables cuantitativas, el procedimiento de análisis en IBM SPSS v25 será:

Menú Analizar
Comando Estadísticos
Descriptivos
Subcomando Explorar.

Convivencia (vive con)

Definición conceptual: Decisión en vivir a solas o sin compañía, en diferencia a vivir acompañado o en familia estableciendo vinculo matrimoniales, con hijos y/o “viviendo juntos pero separados”, conformando un hogar (Uribe, 2015). *Definición operacional:* las respuestas a la pregunta “Convivencia (vive con)” en el cuestionario de identificación que brindan los investigadores.

Variable de tipo cualitativa, nivel de medida nominal.

Variables cuantitativas: mostrar estadísticos de centro, dispersión y forma (CDF); mostrar gráficas (histograma, diagrama de caja y bigotes y cualquier visualización que sea conveniente).

Tiene hijos:

Definición conceptual: Descendiente o niño que se convertirá en adolescente y después en adulto, quien mantendrá en marcha a la continuidad de la especie (Meruane, 2018).

Definición operacional: las respuestas a la pregunta “Tiene hijos” en el cuestionario de identificación que brindan los investigadores.

Variable de tipo cualitativa, nivel de medida nominal.

Nivel socioeconómico

Definición conceptual: es la medida total de la sociología y economía para determinar la preparación laboral de una persona, posición y relación con otros (Romero y Romero, 2013).

Definición operacional: las respuestas a la pregunta “Nivel socioeconómico” en el cuestionario de identificación que brindan los investigadores.

Variable de tipo cualitativa, nivel de medida ordinal.

Semestre

Definición conceptual: periodo académico comprendido de seis meses (Real Academia Española [RAE], 2020).

Definición operacional: las respuestas a la pregunta “Semestre” en el cuestionario de identificación que brindan los investigadores.

Variable de tipo cualitativa, nivel de medida ordinal.

Tiene segunda o tercera matrícula

Definición conceptual: La repetición o reinscripción en el semestre académico a casusa de la deserción a mitad del programa o no alcanzar el puntaje adecuado en las materias que se presenten en el nivel (Vidal et al., 2015).

Definición operacional: las respuestas a la pregunta “Tiene segunda o tercera matricula” en el cuestionario de identificación que brindan los investigadores.

Variable de tipo cualitativa, nivel de medida nominal.

Trabaja:

Definición conceptual: Actividad laboral que se emplea fuerza física y conocimientos intelectuales ya sea con remuneración o sin remunerad ion, desde casa o comunitario (De la Garza, 2017).

Definición operacional: las respuestas a la pregunta “Trabaja” en el cuestionario de identificación que

Variable de tipo cualitativa, nivel de medida nominal.

brindan los investigadores.

Horas de estudio al día

Definición conceptual: Planificación del tiempo dedicado al aprendizaje escolar y actividades académicos (Mamani, 2011).

Definición operacional: las respuestas a la pregunta “Horas de estudio al día” en el cuestionario de identificación que brindan los investigadores.

Variable de tipo cualitativa, nivel de medida nominal.

Actividades de distracción

Definición conceptual: Factores, tipo de actividades y duración que son promotores de eventos de inatención afectando el rendimiento académico (Fernández et al., 2017).

Definición operacional: las respuestas a la pregunta “Actividades de distracción” en el cuestionario de identificación que brindan los investigadores.

Variable de tipo cualitativa, nivel de medida nominal.

Tiempo que dedica a su pasatiempo

Definición conceptual: Actividades prioritarias destinadas a la absorción de tiempo, implicando utilizar el tiempo de manera ordenada para resultados provechosos (Mamani, 2011).

Definición operacional: las respuestas a la pregunta “Cuanto tiempo dedica a su pasatiempo” en el cuestionario de identificación que brindan los investigadores.

Variable de tipo cualitativa, nivel de medida nominal.

			PRODUCIR información	de Información
<p>Describir el nivel de procrastinación que presentan estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato</p>	<p style="text-align: center;">Procrastinación</p> <p><i>Definición conceptual:</i> producto del retraso de tareas debido a la mala administración de tiempo y falta de autorregulación (Moreta y Durán, 2018).</p> <p><i>Definición operacional:</i> los puntajes obtenidos por los participantes en la Escala de Procrastinación Académica (EPA) Esta prueba mide:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Autorregulación académica. b) Postergación de Actividades. 	<p>Variable de tipo cuantitativo, nivel de medida escala [PUNTAJE].</p> <p>Variable de tipo cualitativo, nivel de medida ordinal [DIAGNÓSTICO].</p>	<p>La Escala de Procrastinación Académica (EPA). Esta prueba mide:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Autorregulación académica. b) Postergación de Actividades. 	<p>Para las variables cuantitativas, el procedimiento de análisis en IBM SPSS v25 será:</p> <p>Menú Analizar Comando Estadísticos Descriptivos Subcomando Explorar.</p> <p>Variables cuantitativas: mostrar estadísticos de centro, dispersión y forma (CDF); mostrar gráficas (histograma, diagrama de caja y bigotes y cualquier visualización que sea conveniente).</p>

Salud mental general

Definición conceptual: la prueba mide la percepción de salud mental general y riesgos de psicopatología (Moreta et al., 2021).

Definición operacional: los puntajes obtenidos por los participantes en el Cuestionario de Salud Mental de Goldberg (GHQ-28). Esta prueba mide 4 subdimensiones:

- a) Síntomas somáticos de origen psicológico.
- b) Ansiedad.
- c) Disfunción social.
- d) Depresión.

Variable de tipo cuantitativo, nivel de medida escala [PUNTAJE].

Variable de tipo cualitativo, nivel de medida ordinal [DIAGNÓSTICO].

Cuestionario de Salud Mental de Goldberg (GHQ-28). Esta prueba mide 4 subdimensiones:

- a) Síntomas somáticos de origen psicológico.
- b) Ansiedad.
- c) Disfunción social.
- d) Depresión.

Variables	Nivel de Medición
Cuantitativas: valoradas por cantidades.	NM: Escala (orden y distancia).
Cualitativas: valoradas por cualidades.	NM Nominal (nominan). NM Ordinal (ordenan).

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título del Proyecto:

Investigadores Responsables:

Ambato, _____ de 2021

En el marco de la investigación titulada “*Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato*”, se ha invitado a estudiantes de la carrera de psicología, matriculados en la Universidad Tecnológica Indoamérica sede Ambato a participar de una investigación que tiene por objetivo relacionar los niveles de procrastinación y salud mental general que presentan los estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato.

La participación de los estudiantes de la carrera de psicología, matriculados en la Universidad Tecnológica Indoamérica sede Ambato en la investigación implica: completar en una plataforma on-line el Cuestionario de identificación y datos sociodemográficos, la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Cuestionario de Salud Mental de Goldberg (GHQ-28), cada una de ellas tiene una duración de 30 a 45 minutos. Los datos obtenidos, previa a la aprobación de cada participante, serán registrados en la herramienta SPSS con fines analíticos, y solo tendrán acceso los miembros del equipo de investigación.

Con estos elementos en vista es que se solicita su consentimiento de participación, así como también se le asegura que la información que emerja de ella será absolutamente confidencial y sólo utilizada con fines académicos por el equipo de investigación del proyecto. Del mismo modo, es conveniente indicar que, durante el período de participación y ejecución del proyecto de investigación, se le solicitará aprobación de los análisis y conclusiones como una condición previa a cualquier tipo de publicación que se realice.

Si está de acuerdo con las siguientes condiciones, por favor firme el presente documento:

1. La participación en este estudio es absolutamente libre y voluntaria. Conviene indicar además que no presenta riesgo alguno para su integridad física y psicológica y que no conlleva costos económicos para los/as participantes. Asimismo, se plantea como beneficio la entrega de un informe detallado con los resultados y conclusiones de la investigación y sugerencias sobre la posible relación de la procrastinación y la salud mental general para el manejo de la autorregulación y el tiempo de entrega de actividades académicas.
2. Existe plena libertad para negarse a participar en este estudio y a retirarse en cualquier momento de la investigación sin que ello implique ningún tipo de recriminación y/o sanción.

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

3. Las/os investigadoras/es del proyecto se comprometen a garantizar, en casos de **producción de datos virtual**, los siguientes aspectos: una adecuada conectividad a la red para evitar interferencias; la aclaración de posibles dudas e inquietudes que puedan surgir respecto del proceso y/o de los instrumentos de producción de datos; y, finalmente, el uso correcto de la información obtenida, evitando la divulgación inapropiada de datos y la generación de condiciones de comodidad para los/as participantes en entornos virtuales. Estas medidas estarán previamente aprobadas por la Dirección de Investigación de FACHSA.
4. Todos los instrumentos de producción de datos que sean solicitados para proveer información relacionada con este estudio no contemplan gasto alguno para los/as participantes.
5. Cualquier pregunta que quiera realizar en relación con la participación en este estudio, deberá ser contestada por Dennis Alejandro Quispe Cueva y Cynthia Monserrath Montero Taboada, investigadores responsables del proyecto, al teléfono 0992446095 o 0968189327, o al mail dquispe@indoamerica.edu.ec o cmontero6@indoamerica.edu.ec. También puede contactarse con el tutor/a de esta tesis, Ps. Cl. Diego Vaca Quintana, Mg, docente-investigador de la Universidad Tecnológica Indoamérica, cuyos datos de contacto son 0980405847 y diegovaca@uti.edu.ec
6. El equipo de investigación se compromete a almacenar y resguardar la información recopilada en el curso del estudio a fin de cautelar y garantizar su confidencialidad.
7. Este consentimiento se firma voluntariamente sin que haya sido forzado/a u obligado/a. Se firmarán dos copias, de las cuales el/la participante debe conservar una.



Desde ya le agradecemos su participación,

.....
Dennis Quispe
Investigador Responsable 1

.....
Nombre y Firma de Participante

.....
Monserrath Montero
Investigador Responsable

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

	UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA	
Cuestionario de identificación y datos sociodemográficos		

Este cuestionario solicita información personal, contando con su valiosa colaboración, además su información será totalmente anónima y se mantendrá una absoluta confidencialidad.

A continuación, complete los espacios y marque con una X según considere:

Edad: _____	Sexo biológico: () Hombre () Mujer
Estado civil: () Soltero () Conviviente () Casado () Divorciado () Viudo	
Zona de residencia: () Urbano () Rural	Vive con: () Familia de origen () Solo () Conyugue () Otros
	Tiene hijos: () Si () No
Nivel socioeconómico: () Alta () Media () Baja	
Semestre: _____	Tiene segunda o tercera matrícula: () Si () No
Trabaja: () Si () No	Otras obligaciones: () Si () No ¿Cuáles?: _____
Horas de estudio al día: () Una hora () Dos hora () Tres hora () Cuatro hora o más	
Enumere de acuerdo al nivel prioritario de la actividad que usted prefiere al momento de distraerse: () Deportes () Televisor () Video juegos () Lectura () Celular-redes sociales () Otros: _____	
Cuanto tiempo dedica a su pasatiempo: () Una hora () Dos hora () Tres hora () Cuatro hora o más	

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato



ESCALA DE PROCRASTINACIÓN (EPA)



A continuación, encontrarás una serie de preguntas que hacen referencia a tu modo de estudiar. Lee cada frase y contesta según tus últimos 12 meses de tu vida como estudiante marcando con una X de acuerdo con la siguiente escala de valoración:

		Nunca	Casi Nunca	A veces	Casi Siempre	Siempre
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.					
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
3	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
4	Asisto regularmente a clase.					
5	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
6	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.					
7	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.					
8	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.					
9	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					
10	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio					
11	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
12	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.					

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato



General Health Questionnaire (G.H.Q.- 28 items)



POR FAVOR LEER CUIDADOSAMENTE

Nos gustaría saber si Vd. ha tenido algunas molestias o trastornos y cómo ha estado de salud en las últimas semanas. Por favor conteste a TODAS las preguntas, simplemente subrayando las respuestas que, a su juicio, se acercan más a lo que siente o ha sentido Vd. Recuerde que no queremos conocer los problemas que ha tenido en el pasado, sino los recientes y actuales.

Es importante que trate de responder a TODAS las preguntas. Muchas gracias por su colaboración.

ÚLTIMAMENTE

- A. 1. ¿Se ha sentido perfectamente bien de salud y en plena forma?
Mejor que lo habitual Igual que lo habitual Peor que lo habitual Mucho peor que lo habitual
2. ¿Ha tenido la sensación de que necesita un reconstituyente?
No, en absoluto No más que lo habitual Bastante más que lo habitual Mucho más que lo habitual
3. ¿Se ha sentido agotado y sin fuerzas para nada?
No, en absoluto No más que lo habitual Bastante más que lo habitual Mucho más que lo habitual
4. ¿Ha tenido la sensación de que estaba enfermo?
No, en absoluto No más que lo habitual Bastante más que lo habitual Mucho más que lo habitual
5. ¿Ha padecido dolores de cabeza?
No, en absoluto No más que lo habitual Bastante más que lo habitual Mucho más que lo habitual
6. ¿Ha tenido sensación de opresión en la cabeza, o de que la cabeza le va a estallar?
No, en absoluto No más que lo habitual Bastante más que lo habitual Mucho más que lo habitual
7. ¿Ha tenido oleadas de calor o escalofríos?
No, en absoluto No más que lo habitual Bastante más que lo habitual Mucho más que lo habitual
- B. 1. ¿Sus preocupaciones le han hecho perder mucho sueño?
No, en absoluto No más que lo habitual Bastante más que lo habitual Mucho más que lo habitual
2. ¿Ha tenido dificultades para seguir durmiendo de un tirón toda la noche?
No, en absoluto No más que lo habitual Bastante más que lo habitual Mucho más que lo habitual
3. ¿Se ha notado constantemente agobiado o en tensión?
No, en absoluto No más que lo habitual Bastante más que lo habitual Mucho más que lo habitual

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

4. ¿Se ha sentido con los nervios a flor de piel y malhumorado?
 No, en absoluto No más que lo habitual Bastante más que lo habitual Mucho más que lo habitual
5. ¿Se ha asustado o tenido pánico sin motivo?
 No, en absoluto No más que lo habitual Bastante más que lo habitual Mucho más que lo habitual
6. ¿Ha tenido la sensación de que todo se le viene encima?
 No, en absoluto No más que lo habitual Bastante más que lo habitual Mucho más que lo habitual
7. ¿Se ha notado nervioso y “a punto de explotar” constantemente?
 No, en absoluto No más que lo habitual Bastante más que lo habitual Mucho más que lo habitual

- C. 1. ¿Se las ha arreglado para mantenerse ocupado y activo?
 Más activo que lo habitual Igual que lo habitual Bastante menos que lo habitual Mucho menos que lo habitual
2. ¿Le cuesta más tiempo hacer las cosas?
 Más rápido que lo habitual Igual que lo habitual Más tiempo que lo habitual Mucho más tiempo que lo habitual
3. ¿Ha tenido la impresión, en conjunto, de que está haciendo las cosas bien?
 Mejor que lo habitual Aproximadamente lo mismo Peor que lo habitual Mucho peor que lo habitual
4. ¿Se ha sentido satisfecho con su manera de hacer las cosas?
 Más satisfecho Aproximadamente lo mismo que lo habitual Menos satisfecho que lo habitual Mucho menos satisfecho
5. ¿Ha sentido que está jugando un papel útil en la vida?
 Más tiempo que lo habitual Igual que lo habitual Menos útil que lo habitual Mucho menos útil que lo habitual
6. ¿Se ha sentido capaz de tomar decisiones?
 Más que lo habitual Igual que lo habitual Menos que lo habitual Mucho menos capaz que lo habitual
7. ¿Ha sido capaz de disfrutar sus actividades normales de cada día?
 Más que lo habitual Igual que lo habitual Menos que lo habitual Mucho menos que lo habitual

- D. 1. ¿Ha pensado que Vd. es una persona que no vale para nada?
 No, en absoluto No más que lo habitual Bastante más que lo habitual Mucho más que lo habitual
2. ¿Ha venido viviendo la vida totalmente sin esperanza?
 No, en absoluto No más que lo habitual Bastante más que lo habitual Mucho más que lo habitual
3. ¿Ha tenido el sentimiento de que la vida no merece la pena vivirse?
 No, en absoluto No más que lo habitual Bastante más que lo habitual Mucho más que lo habitual
4. ¿Ha pensado en la posibilidad de “quitarse de en medio”?

Procrastinación y salud mental general en estudiantes de psicología de la ciudad de Ambato

Claramente, no Me parece que no Se me ha cruzado por la mente Claramente lo he pensado

5. ¿Ha notado que a veces no puede hacer nada porque tiene los nervios desquiciados?
No, en absoluto No más que lo habitual Bastante más que lo habitual Mucho más que lo habitual

6. ¿Ha notado que desea estar muerto y lejos de todo?
No, en absoluto No más que lo habitual Bastante más que lo habitual Mucho más que lo habitual

A. _____

B. _____

C. _____

D. _____

Total. _____