

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



TESIS

**ESTILOS DE HUMOR Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN
ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE
SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO, 2022**

PRESENTADO POR:

- Br. MADELYN RUBI MEDINA CANDIA
- Br. ELVIO RAMOS LUQUE

**PARA OPTAR AL TÍTULO PROFESIONAL
DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

ASESOR:

Mg. HERNÁN AGUIRRE COLPAERT

CUSCO - PERÚ
2024

INFORME DE ORIGINALIDAD

(Aprobado por Resolución Nro.CU-303-2020-UNSAAC)

El que suscribe, Asesor del trabajo de investigación/tesis titulada: ESTILOS DE HUMOR Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO, 2022

presentado por: MADELYN RUBI MEDINA CANDIA con DNI Nro.: 71628604 presentado por: ELVIO RAMOS LUQUE con DNI Nro.: 74737435 para optar el título profesional/grado académico de LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

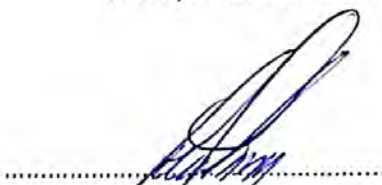
Informo que el trabajo de investigación ha sido sometido a revisión por 2 veces, mediante el Software Antiplagio, conforme al Art. 6° del *Reglamento para Uso de Sistema Antiplagio de la UNSAAC* y de la evaluación de originalidad se tiene un porcentaje de 2%.

Evaluación y acciones del reporte de coincidencia para trabajos de investigación conducentes a grado académico o título profesional, tesis

Porcentaje	Evaluación y Acciones	Marque con una (X)
Del 1 al 10%	No se considera plagio.	X
Del 11 al 30 %	Devolver al usuario para las correcciones.	
Mayor a 31%	El responsable de la revisión del documento emite un informe al inmediato jerárquico, quien a su vez eleva el informe a la autoridad académica para que tome las acciones correspondientes. Sin perjuicio de las sanciones administrativas que correspondan de acuerdo a Ley.	

Por tanto, en mi condición de asesor, firmo el presente informe en señal de conformidad y adjunto la primera página del reporte del Sistema Antiplagio.

Cusco, 20 de Junio de 2024



Firma

Post firma Heberto Aguirre Calpa

Nro. de DNI 23984629

ORCID del Asesor 0000-0002-6334-8843

Se adjunta:

1. Reporte generado por el Sistema Antiplagio.
2. Enlace del Reporte Generado por el Sistema Antiplagio: oid: 27259:251842730

NOMBRE DEL TRABAJO

Estilos de humor y procrastinacion academica en estudiantes de psicologia de la UNSAAC 2023

AUTOR

Elvio y Madelyn

RECuento DE PALABRAS

21162 Words

RECuento DE CARACTERES

115500 Characters

RECuento DE PÁGINAS

84 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

125.7KB

FECHA DE ENTREGA

Aug 10, 2023 10:45 PM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Aug 10, 2023 10:46 PM GMT-5

● 2% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos

- 1% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 1% Base de datos de trabajos entregados
- 0% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Material citado
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 20 palabras)

Dedicatoria

A mi adorado abuelo Santiago Emanuel y a mi abuela Alejandrina quienes me brindaron un cálido hogar y me enseñaron a valorar la cultura y costumbres de mi tierra, a mis apreciados padres por brindarme una buena educación, y por ser la principal fuente de motivación en mis primeros años de vida, a mis amados tíos quienes me apoyan en todos mis proyectos, a mis amigos por acompañarme siempre.

Elvio Ramos Luque

A mi querida hermana, Durga Johnna Medina Candia, cuyo apoyo continuo y comprensión son mi fuente constante de inspiración. Su pasión por nuestra carrera compartida continúa iluminando mi camino, y su profundo conocimiento de los temas que abordé ha sido un faro en momentos de duda. Gracias por ser mi guía, mi amiga y mi fuente de fortaleza. Este logro también es tuyo.

Madelyn Rubi Medina Candia

Agradecimientos

A Conzuelo Luque Cjuno y Gumercindo Ramos Cahuana, quienes siempre estuvieron a mi lado, brindándome su aliento y comprensión cuando más lo necesitaba.

A Justina Ramos Ccahuana y Rosalio Mamani Quispe, por todo el apoyo y el cariño brindado hacia mi persona.

No puedo pasar por alto el valioso aporte del distinguido Mgt. Hernán Aguirre, mi guía en la travesía de la tesis. Su sabiduría y dirección experta en todos los aspectos de la investigación fueron la chispa que encendió el fuego de este proyecto.

A todos ustedes, les agradezco de todo corazón.

Elvio Ramos Luque

En primer lugar, a mi familia por su apoyo inquebrantable a lo largo de este viaje académico. A mi mamá, Susana Candia Figueroa, por su amor infinito y paciencia incansable, que siempre me impulsaron a seguir adelante.

A mi asesor Mgt. Hernán Aguirre Colpaert por su orientación experta, su paciencia y su dedicación en ayudarme a dar lo mejor de mí en este proyecto.

Finalmente, a mi compañero de tesis, Elvio Ramos Luque, por su colaboración y perseverancia en este proyecto conjunto.

Madelyn Rubi Medina Candia

Presentación

Estimado Decano de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco y señores integrantes del jurado, se pone en consideración ante ustedes el estudio: **“Estilos de humor y procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022”**, con la intención de dar a conocer la relación entre el sentido de humor y la procrastinación académica, en plena obediencia del reglamento de grados y títulos de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco para obtener el Grado Académico de Licenciados en Psicología. En base a estos resultados, se pueden desarrollar nuevos conocimientos científicos que ayuden al desarrollo de la psicología como ciencia, además, de proponer soluciones al problema de investigación, y así contribuir con el desarrollo de nuestra sociedad.

Esperando cumplir con los requisitos de aprobación.

Contenido

Dedicatoria i

Agradecimientos ii

Presentación iii

Lista de figuras x

Resumen xi

Abstract xii

Introducción xiii

Capítulo I

Planteamiento del problema 1

1.1 Descripción del problema de investigación 1

1.2 Formulación del problema 9

1.2.1 Problema general 9

1.2.2 Problemas específicos 9

1.3 Objetivos 9

1.3.1 Objetivo general 9

1.3.2 Objetivos específicos 10

1.4 Justificación de la investigación 10

1.4.1 Valor teórico 10

1.4.2 Valor metodológico 11

1.4.3 Valor aplicativo 11

1.4.4 Valor social 11

1.5 Viabilidad de la investigación 12

1.6 Limitaciones de la investigación 12

1.7 Delimitación 13

1.7.1 Delimitación espacial 13

1.7.2 Delimitación temporal 13

1.7.3 Delimitación sociodemográfica 14

Capítulo II

Marco teórico 15

2.1 Antecedentes de la investigación 15

2.1.1 A nivel internacional 15

2.1.2 Investigaciones nacionales 18

2.1.3 Investigaciones locales 21

2.2 Bases teóricas científicas 22

2.2.1 Sentido de humor 22

2.2.1.1 Modelos teóricos del humor 26

2.2.1.2 Dimensiones del sentido del humor 28

2.2.2 Procrastinación académica 32

2.2.2.1 Teorías etiológicas de la procrastinación 35

2.2.2.2 Dimensiones de la procrastinación académica 40

2.3 Definiciones conceptuales 41

Capítulo III

Hipótesis y variables 44

3.1 Hipótesis de la investigación 44

3.1.1 Hipótesis general 44

3.1.2 Hipótesis específicas 45

3.2 Variables 46

Capítulo IV

Metodología de la investigación 48

4.1 Enfoque y tipo de investigación 48

4.2 Diseño de investigación 48

4.3 Población y muestra 49

4.3.1 Población 49

4.3.2 Muestra 49

4.3.2.1 Criterios de selección 50

4.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos 51

4.4.1 Datos sociodemográficos 52

4.4.2 Escala del Sentido del Humor (HQS) 52

4.4.2.1 Validez y confiabilidad de la escala Sentido de Humor (HQS) 54

4.5.3 Test de procrastinación académica 56

4.5.3.1 Validez y confiabilidad del Test de procrastinación Académica (PA) 57

4.6 Procedimiento de recolección de datos 59

4.7 Procesamiento y análisis de datos 60

Capítulo V

Resultados 64

5.1 Resultados sociodemográficos 64

5.2 Análisis descriptivo 65

5.3 Análisis inferencial 71

Capítulo VI

Discusión de los resultados 77

Capítulo VII

Conclusiones y recomendaciones 88

7.1 Conclusiones 88

7.2 Recomendaciones 91

Referencias 93

Anexos 103

Anexo 1: Consentimiento informado 103

Anexo 2: Evidencia fotográfica de la aplicación virtual de los instrumentos de medición 104

Anexo 3: Escala del Sentido de Humor (HQS) 105

Anexo 4: Test de Procrastinación Académica 106

Anexo 5: Validación de juicio de expertos para la Escala del Sentido de Humor (HQS) 107

Anexo 6: Validación de juicio de expertos para el Test de procrastinación académica (PA) 112

Anexo 7: Fundamentación de validez de contenido 117

Anexo 8: Base de datos recogidos 122

Anexo 9: Pruebas de normalidad 123

Lista de tablas

Tabla 1: *Operacionalización de las variables* 47

Tabla 2: *Baremos por dimensiones de la escala HQS* 54

Tabla 3: *Calificación de 5 expertos a través del método DPP para la escala de Sentido de Humor (HQS)*
54

Tabla 4: *Determinación de la valoración de juicio de expertos de acuerdo con la escala valorativa del método DDP* 55

Tabla 5: *Baremos de la procrastinación académica* 57

Tabla 6: *Calificación de 5 expertos a través del método DPP para el Test de procrastinación Académica (PA)* 58

Tabla 7: *Determinación de la valoración de juicio de expertos de acuerdo con la escala valorativa* 58

Tabla 8: *Pruebas de normalidad de las variables de estudio* 61

Tabla 9: *Interpretación del coeficiente de correlación de Rho de Spearman* **62**

Tabla 10: *Matriz de consistencia de la investigación* 63

Tabla 11: *Datos descriptivos de la Variable estilos de humor* 66

Tabla 12: *Datos descriptivos de la variable procrastinación académica* 70

Tabla 13: *Diferencias en las dimensiones de los estilos de humor según sexo* 71

Tabla 14: *Diferencias de la dimensión de humor de auto descalificación según sexo* 72

Tabla 15 *Diferencias de la procrastinación académica según sexo* 73

Tabla 16 *Correlación entre la dimensión de humor afiliativo y procrastinación académica* 73

Tabla 17 *Correlación entre la dimensión de humor de automejora y la procrastinación académica* 74

Tabla 18 *Correlación entre la dimensión de humor agresivo y la procrastinación académica* 75

Tabla 19 *Correlación entre la dimensión de humor de descalificación personal y la procrastinación* 75

Lista de figuras

Figura 1: *Diagrama del modelo 2x2 de la procrastinación académica* 38

Figura 2: *Niveles de humor afiliativo* 66

Figura 3: *Niveles de humor de mejoramiento personal* 67

Figura 4: *Niveles de humor agresivo* 68

Figura 5: *Niveles de humor de descalificación personal* 69

Figura 6: *Niveles de procrastinación académica* 70

Resumen

Esta investigación tuvo como finalidad estudiar la correlación entre el sentido del humor y la procrastinación académica en estudiantes de Psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022. Con este fin se ha evaluado a 204 participantes, 143 mujeres (70.1%) y 61 hombres (29.9%) entre los 18 y 25 años ($M=21.16$, $DE=2.9$), de las cuales el (46.6%) son de la ciudad del Cusco, (44.1%) son de provincias y (9.3%) son de otras regiones del Perú. Asimismo, es una investigación del tipo no experimental, de diseño transversal y a su vez es correlacional. Como instrumentos de medición se han utilizado la Escala de Sentido del Humor (HQS) y el Test de procrastinación Académica (PA). Solo se halló relación significativa, aunque baja e inversa, entre el sentido de Humor Afiliativo y la Procrastinación Académica, es decir a mayor uso del humor afiliativo menor nivel de procrastinación académica. Asimismo, los resultados mostraron que las personas del sexo masculino hacen mayor uso del humor agresivo y del humor de descalificación personal a comparación con las personas del sexo femenino. Adicionalmente, los resultados mostraron que las personas del sexo femenino tienden a procrastinar más que las personas del sexo masculino. Finalmente, no se hallaron diferencias entre las cuatro dimensiones del sentido del humor, esto quiere decir que los estudiantes de psicología hacen uso moderado del humor.

Palabras clave: sentido del humor, procrastinación académica, estudiantes universitarios, sexo.

Abstract

The purpose of this research was to study the correlation between the sense of humor and academic procrastination in Psychology students at the National University of San Antonio Abad del Cusco, 2022. For this purpose, 204 participants, 143 women (70.1%), were evaluated. and 61 men (29.9%) between 18 and 25 years old ($M=21.16$, $SD=2.9$), of which (46.6%) are from the city of Cusco, (44.1%) are from the provinces and (9.3%) They are from other regions of Peru. Likewise, it is a non-experimental type of research, with a cross-sectional design and at the same time it is correlational. The Sense of Humor Scale (HQS) and the Academic Procrastination Test (PA) have been used as measurement instruments. Only a significant relationship was found, although low and inverse, between the sense of Affiliative Humor and Academic Procrastination, that is, the greater the use of affiliative humor, the lower the level of academic procrastination. Likewise, the results showed that males make greater use of aggressive humor and self-deprecating humor compared to females. Additionally, the results showed that female people tend to procrastinate more than male people. Finally, no differences were found between the four dimensions of sense of humor, this means that psychology students make moderate use of humor.

Keywords: sense of humor, academic procrastination, university students, sex.

Introducción

La vida universitaria es una etapa de aprendizaje y desarrollo en la que los estudiantes enfrentan múltiples desafíos académicos y personales. Entre estos desafíos se encuentra la procrastinación académica, un fenómeno común en el que los estudiantes posponen y evitan realizar sus tareas y obligaciones académicas. Este comportamiento puede ser generado por diversas razones, como la falta de motivación, la ansiedad, el temor a fracasar, la falta de planificación y organización, la procrastinación habitual, las distracciones externas y los problemas personales.

La procrastinación académica puede acarrear impactos adversos en la formación profesional, la salud psicológica y el bienestar interpersonal de los estudiantes. El aplazamiento de deberes y compromisos puede engendrar emociones de culpabilidad, estrés, ansiedad y frustración. Por ende, resulta crucial abordar la procrastinación académica con el propósito de mejorar el bienestar y el rendimiento de los estudiantes. En este sentido, se ha sugerido que el humor puede ser un recurso útil para reducir la procrastinación y mejorar el desempeño académico. En este trabajo, se busca explorar la potencial relación entre el sentido del humor y la procrastinación académica en estudiantes universitarios.

Asimismo, el hecho de postergar las actividades académicas puede conllevar a la presencia de sentimientos de culpa, irritabilidad; lo cual impide que el estudiante pueda desenvolverse dentro del ámbito académico e incluso presentar problemas en sus relaciones sociales. Es esencial tener en consideración que la procrastinación académica es una dificultad frecuente entre los estudiantes universitarios y puede ser tratada mediante la planificación, la organización, la motivación y el establecimiento de metas claras y alcanzables.

A continuación, detallaremos los contenidos y procedimientos a seguir en la presente investigación.

En el primer capítulo se aborda el planteamiento del problema, donde se describió la situación problemática, se justifica la importancia de la investigación y se establecieron los objetivos generales y específicos. Además, se mencionan las limitaciones y las delimitaciones que se tuvieron en cuenta para el desarrollo de la investigación.

En el segundo capítulo, se presenta el marco teórico, el cual comprende los antecedentes relacionados con la temática de investigación, las bases teóricas que fundamentan el estudio y la definición de los conceptos clave utilizados en el mismo. Esta sección proporciona un contexto teórico y conceptual necesario para comprender el enfoque y los fundamentos de la investigación.

En el tercer capítulo, se presentan las hipótesis y variables que fueron objeto de estudio en la investigación.

En el cuarto capítulo, se aborda el marco metodológico de la investigación, el cual incluye el tipo de investigación y su diseño, la población o muestra estudiada, así como las técnicas e instrumentos utilizados para recolectar los datos. También se describe el proceso de procesamiento estadístico de los datos obtenidos y su posterior interpretación.

En el quinto capítulo, se presentan y analizan los resultados obtenidos en la investigación. Se realiza una interpretación de los datos recolectados y se lleva a cabo un análisis descriptivo e inferencial para proporcionar una comprensión más profunda de los hallazgos.

En el sexto capítulo, se expone la discusión de los resultados obtenidos en la investigación.

En el séptimo capítulo, se presentan las conclusiones derivadas de los resultados y análisis realizados en la investigación. Se resumen los hallazgos principales y se responden a los objetivos planteados inicialmente. Además, se proporcionan recomendaciones basadas en los resultados obtenidos, con el propósito de brindar orientación para futuras investigaciones o para la implementación de estrategias y acciones en el ámbito correspondiente. Por último, se incluyen los anexos que contienen información adicional relevante como instrumentos de recolección de datos, así como documentos complementarios que apoyen la comprensión y validez de la investigación.

Capítulo I

Planteamiento del problema

1.1 Descripción del problema de investigación

La presente investigación surge de una observación profunda y vivencial por parte de los investigadores, quienes desempeñaron roles activos como estudiantes de psicología, de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, durante un período prolongado de cinco años. Durante este tiempo, los investigadores fueron testigos y partícipes de una problemática recurrente, visible y preocupante entre sus compañeros de estudios.

Los investigadores, egresados de la carrera de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, han observado de manera directa la alta prevalencia de la procrastinación académica entre sus compañeros y ellos mismos. Esta experiencia personal ha impulsado un profundo interés en comprender las causas y consecuencias de este fenómeno, así como en buscar soluciones para mitigar su impacto negativo en el rendimiento académico y el bienestar de los estudiantes.

La experiencia directa de los investigadores con la procrastinación académica les otorga una perspectiva única y valiosa para investigar este problema. Esta experiencia les permite comprender mejor las vivencias y motivaciones de los estudiantes procrastinadores, y les ayuda a

identificar los factores que contribuyen a este comportamiento. Además, su propia experiencia los motiva a encontrar soluciones prácticas y efectivas para ayudar a sus compañeros y a futuras generaciones de estudiantes a superar la procrastinación y alcanzar su máximo potencial.

La incorporación de la experiencia personal de los investigadores al planteamiento del problema no solo enriquece la investigación con una perspectiva interna, sino que también fortalece la relevancia del estudio para la comunidad universitaria. Al reconocer que la procrastinación académica es un problema que afecta a todos, se puede generar un mayor compromiso con la búsqueda de soluciones y contribuir a mejorar la experiencia educativa de los estudiantes.

La procrastinación académica, identificada como un patrón de conducta caracterizado por la postergación sistemática de tareas académicas importantes (Quant Quintero & Sánchez, 2012), se manifiesta de diversas maneras en la población estudiantil. Entre las observaciones que llaman la atención de los investigadores se encuentran comportamientos como el estudio de último momento para exámenes parciales, la omisión de la realización de tareas asignadas, la llegada tardía a clases y otras formas de evasión de responsabilidades académicas. Estos patrones de conducta en el entorno académico, genera una preocupación evidente en los investigadores, quienes perciben sus consecuencias negativas en el rendimiento académico y en la calidad del aprendizaje de sus compañeros.

Desde la perspectiva de la Psicología Educativa, la procrastinación académica es entendida como un fenómeno de gran importancia para el estudio y la intervención. Esta área de la psicología se enfoca en comprender los procesos psicológicos y sociales que intervienen en el aprendizaje y la enseñanza, buscando optimizar y mejorar el desarrollo de las competencias necesarias para un aprendizaje efectivo y sólido. En este sentido, la procrastinación académica se

posiciona como un obstáculo significativo para el logro de estos objetivos, pues afecta directamente el rendimiento académico, la motivación y la autorregulación de los estudiantes (Pintrich & Schunk, 2002).

Se entiende que la procrastinación es un fenómeno complejo que no se puede entender únicamente desde una perspectiva racional. Si bien es cierto que existen motivos prácticos para postergar una tarea, como falta de tiempo o habilidades, sobrecarga laboral, necesidad de información adicional, prioridades cambiantes, fatiga o agotamiento y conflictos en los horarios.

Recientes investigaciones han descubierto que la procrastinación académica está vinculada a las emociones y no necesariamente a la productividad. La solución a la procrastinación no implica tener una correcta administración del tiempo ni la adquisición de nuevas tácticas de autocontrol. Más bien, se trata de abordar nuestras emociones de una forma distinta (Lieberman, 2019).

Estremadorio (2021) menciona que la procrastinación académica afecta a estudiantes de diversas edades, niveles educativos y áreas de estudio. Sus orígenes son variados, incluyendo la complejidad de las tareas, la falta de habilidades de gestión del tiempo, la carencia de apoyo y recursos adecuados. Emocionalmente, el miedo al fracaso, la ansiedad, la falta de motivación, la inseguridad y el perfeccionismo (la creencia de que la tarea no es lo suficientemente buena o que requiere perfeccionamiento antes de entregarse, lo que induce a la postergación) pueden ser factores determinantes. Las distracciones tecnológicas, las redes sociales, las actividades sociales, la percepción de que no hay consecuencias significativas por posponer tareas, la presión excesiva por parte de padres o profesores, y problemas personales, familiares, de salud o financieros, también pueden contribuir a la procrastinación. En definitiva, las emociones juegan

un papel crucial en la procrastinación. Por ello, al abordar este problema, es fundamental considerar tanto los aspectos racionales como los emocionales.

El problema de la procrastinación académica se refiere a la conducta de postergar las tareas y responsabilidades académicas por parte de los estudiantes, lo cual puede llevar a una disminución en el rendimiento académico, niveles de estrés y ansiedad, y una sensación de desmotivación. A pesar de que la procrastinación es una conducta habitual en la vida cotidiana, en el ámbito académico puede ser especialmente perjudicial ya que los plazos y las tareas asignadas pueden ser críticos para el éxito en la educación.

En Perú, es común observar que muchos estudiantes universitarios enfrentan un desequilibrio entre sus habilidades y las exigencias del entorno universitario. Por ende, al encontrarse sin recursos para poder hacer frente a este contexto, afloran en ellos conductas disfuncionales, tales como, desmotivación, ansiedad, estrés, postergación de actividades, bajo rendimiento y hasta la deserción estudiantil. Sin embargo, además de las consecuencias a nivel académico; también hay desajustes en el ámbito emocional, por ejemplo, sentimientos de tristeza, frustración, ira, baja autoestima, sentimientos de inadecuación y carencia de autorregulación emocional. Garzón y Gil (2017) explican que la procrastinación académica es un factor determinante de la deserción universitaria, dando énfasis a la asociación entre niveles altos de procrastinación académica y un bajo rendimiento académico en estudiantes universitarios.

Se entiende que la procrastinación académica es un problema que afecta a estudiantes de todas las carreras, diversos estudios han encontrado que existen diferencias significativas en su prevalencia y características según el sexo. En general, los estudios sugieren que las mujeres tienden a procrastinar más académicamente que los hombres. Un metaanálisis de 59 estudios

encontró que las mujeres tenían un promedio de 0,4 desviaciones estándar más alto en los puntajes de procrastinación académica que los hombres (Saraswathi y Kanungo, 2016).

Las razones de estas diferencias no están del todo claras, pero se han propuesto varias explicaciones. Algunos investigadores sugieren que las mujeres pueden ser más susceptibles a la presión social para tener éxito y, por lo tanto, pueden sentir más ansiedad y estrés ante las tareas académicas, lo que las lleva a procrastinar (Chakraborty y Sengupta, 2017). Además, las diferencias por sexo en la procrastinación académica pueden verse afectadas por una variedad de factores, como la cultura, el contexto social y las características individuales.

Al considerar el sexo como una variable en la investigación, podemos obtener una comprensión más profunda de la procrastinación académica y sus posibles causas. Esta información puede ser útil para desarrollar intervenciones específicas y personalizadas para ayudar a los estudiantes de diferentes sexos a superar la procrastinación y alcanzar su máximo potencial.

Cabe destacar que la presente investigación se enmarca en el contexto del semestre 2022-II, durante el cual la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco implementó la modalidad virtual de enseñanza. Esta decisión respondió a diversos factores, entre ellos la resistencia de algunos estudiantes y grupos universitarios al retorno a la presencialidad tras dos años de educación virtual. En este contexto, la modalidad virtual se presentó como una alternativa viable para atender a las necesidades de un alumnado diverso, incluyendo aquellos estudiantes que residen en provincias del Cusco o que compaginan sus estudios con actividades laborales.

La virtualidad de la enseñanza ha transformado significativamente el proceso de aprendizaje, introduciendo nuevos retos y oportunidades para los estudiantes. Esta modalidad

puede influir en la procrastinación académica de diversas maneras. Por un lado, la flexibilidad y autonomía que ofrece la modalidad virtual podrían permitir a los estudiantes procrastinar con mayor facilidad, al no tener la presión presencial de las clases y la supervisión directa de los docentes. Por otro lado, la falta de interacción social y el aislamiento que puede conllevar la virtualidad podrían generar sentimientos de soledad y desmotivación, lo que a su vez podría aumentar la probabilidad de procrastinar.

Los programas de apoyo y asesoramiento pueden ser útiles para enseñar habilidades de gestión del tiempo y motivación, y para abordar los problemas personales que puedan estar afectando el rendimiento académico. Además, se destaca la relevante función que pueden desempeñar los docentes y los progenitores al crear un entorno de apoyo y estímulo para los alumnos. Su participación es fundamental para ayudar a establecer metas realistas y fomentar el desarrollo de habilidades efectivas de gestión del tiempo y organización. Asimismo, su compromiso en la creación de un ambiente propicio para el aprendizaje y la motivación puede contribuir de manera significativa al éxito académico de los estudiantes.

Por otro lado, desde sus inicios, la psicología ha mostrado un enfoque predominantemente orientado hacia la comprensión de los trastornos mentales y la patología, dejando de lado el estudio del comportamiento humano desde una perspectiva positiva. Sin embargo, en la actualidad, la psicología ha ampliado su campo de estudio y ya no se limita únicamente a las variables psicopatológicas. Se ha desarrollado una rama conocida como psicología positiva, la cual se interesa por investigar aspectos como el sentido del humor, la resiliencia, la felicidad, la calidad de vida, el bienestar y la esperanza de vida. Este enfoque busca comprender y promover los aspectos positivos de la experiencia humana, brindando un equilibrio

a la disciplina y abriendo nuevas perspectivas de investigación y aplicación en el ámbito de la psicología.

El sentido del humor interviene en todas las acciones que las personas realizamos o lo que mencionamos, lo cual se puede percibir como gracioso y hasta puede generar risa, ahora, también se reconoce que el humor implica procesos mentales que están orientados a generar y percibir estímulos divertidos, así como a experimentar una respuesta emocional asociada (Rod A., 2007). A través de estos procesos, nos involucramos en la apreciación y disfrute del humor. Cassaretto y Martínez (2009) definen al humor como “un recurso que poseemos todos para ver la vida con un estilo diferente, se entiende como sentido del humor, como todo lo que signifique cómico, divertido, gracioso”. Cuando se estudia el humor, considerando la población de estudiantes universitarios en Perú como referencia, se muestra la existencia de un humor hilarante que busca “darles la vuelta a las cosas”, pero este recurso es también la manera con la cual lidiamos con las diferentes problemáticas que existen (Contreras Flores, 2020).

Se reconoce que el humor desempeña un papel significativo en la vida de los estudiantes, ya que les ayuda a relajarse y a hacer frente a situaciones incómodas. Además, facilita una mejor interacción con los docentes, especialmente en momentos de tensión, promoviendo así estrategias efectivas de socialización. Asimismo, el adecuado empleo del humor puede ser una herramienta eficaz para mejorar el ambiente académico y fortalecer los lazos entre los miembros de un equipo o salón de clases. El humor bien utilizado tiene la capacidad de aliviar el estrés, fomentar la creatividad y promover un sentido de compañerismo en el entorno de trabajo (Cassaretto B. & Martínez U., 2009).

Comprender cómo el humor influye en la percepción y evaluación de circunstancias desafiantes puede ser de gran importancia, ya que podría proporcionar estrategias adicionales de

afrontamiento y promover un enfoque más positivo y saludable ante los desafíos de la vida universitaria. Además, fomentar un ambiente universitario que valore y promueva el uso adecuado del humor puede contribuir al bienestar y al desarrollo de habilidades sociales de los estudiantes.

En la población universitaria de la institución en la cual se llevó a cabo este trabajo, se observa un uso evidente del humor en la comunicación entre los grupos sociales. Sin embargo, no se tiene un conocimiento preciso acerca del tipo de humor que están empleando, lo cual podría tener implicaciones negativas. Es posible que el uso del humor negativo esté relacionado con la procrastinación académica. Por esta razón, consideramos necesario llevar a cabo un estudio específico sobre esta variable en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

En nuestro país existe una limitada cantidad de investigaciones que aborden específicamente las variables de sentido de humor y procrastinación académica. Por lo tanto, resulta relevante explorar más a fondo esta temática para comprender mejor los efectos del humor y su relación con las conductas académicas. De esta manera, se podrá generar un mayor conocimiento que contribuya a abordar adecuadamente los posibles desafíos y promover un uso saludable y constructivo del humor en el ámbito educativo.

Por lo tanto, este trabajo tiene como objetivo investigar la relación entre el sentido del humor y la procrastinación académica, analizando si existe una asociación entre ellos y, en caso de que sea cierto, se pretende averiguar qué dimensión del humor está más relacionado con la procrastinación. Este estudio tiene el potencial de ampliar nuestro entendimiento sobre los aspectos psicológicos que afectan la procrastinación académica, lo cual podría ser de gran utilidad para el diseño de intervenciones y estrategias dirigidas a reducir este comportamiento.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿Cuál es la relación entre el sentido del humor y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad de Cusco, 2022?

1.2.2 Problemas específicos

¿Existen diferencias en el sentido del humor, según sexo, en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad de Cusco, 2022?

¿Existen diferencias en la procrastinación académica, según sexo, en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad de Cusco, 2022?

¿Qué relación existe entre el humor afiliativo y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad de Cusco, 2022?

¿Qué relación existe entre el humor de automejora y procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad de Cusco, 2022?

¿Qué relación existe entre el humor agresivo y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad de Cusco, 2022?

¿Qué relación existe entre el humor de auto descalificación y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad de Cusco, 2022?

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo general

Determinar la relación entre el sentido del humor y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad de Cusco, 2022.

1.3.2 Objetivos específicos

Identificar y comparar el sentido del humor, según sexo en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad de Cusco, 2022.

Identificar y comparar la procrastinación académica, según sexo en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad de Cusco, 2022.

Establecer el tipo de relación entre el humor afiliativo y la procrastinación en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad de Cusco, 2022.

Establecer el tipo de relación entre el humor de automejora y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad de Cusco, 2022.

Establecer el tipo de relación entre el humor agresivo y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad de Cusco, 2022.

Establecer el tipo de relación entre el humor de auto descalificación y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad de Cusco, 2022.

1.4 Justificación de la investigación

1.4.1 Valor teórico

El presente estudio aborda una de las principales problemáticas en los estudiantes de nivel superior en nuestro país, que es la procrastinación académica. En ese sentido, pretendemos que todos los conocimientos hallados en esta investigación complementen las teorías ya existentes, de la misma manera, que ayuden a entender de mejor manera la relación entre el sentido del humor y la procrastinación académica. Asimismo, toda la información obtenida en

esta investigación ayudará a futuras investigaciones a desarrollar mayores conocimientos científicos.

1.4.2 Valor metodológico

Esta investigación presenta un valor metodológico al emplear dos instrumentos de medición validados, si bien no se desarrollan nuevos instrumentos, se demuestra la utilidad y validez de herramientas existentes en la investigación de fenómenos psicológicos complejos como el humor y la procrastinación académica. Asimismo, se pudo establecer relaciones entre variables y sugerir futuras líneas de investigación para comprender mejor estos fenómenos en contextos académicos específicos.

1.4.3 Valor aplicativo

La investigación sobre la relación entre estilos de humor y procrastinación académica permite una mayor comprensión teórica y aplicada. En el ámbito educativo, permite a los profesores diseñar intervenciones específicas para mejorar el rendimiento académico. Además, promueve la conciencia sobre el humor como estrategia de afrontamiento en la salud mental y facilita el desarrollo de programas de tutoría personalizados para superar desafíos en la gestión del tiempo y la motivación.

1.4.4 Valor social

El presente estudio contribuye y beneficia a instituciones educativas de nivel superior y a la sociedad, y a partir de la investigación se debe elaborar estrategias que permita disminuir la procrastinación académica, tomando en cuenta a la persona y el sentido del humor positivos, para así mejorar la calidad de vida de los estudiantes.

1.5 Viabilidad de la investigación

En primer lugar, la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco proporcionó un entorno propicio y accesible para llevar a cabo esta investigación. La colaboración con los docentes y estudiantes facilitó el acceso a la muestra de estudio, lo que garantizó una muestra representativa y fiable para la investigación. En segundo lugar, la realización de esta investigación se sustenta en la disponibilidad de instrumentos adecuados y una metodología bien definida que permitieron abordar con éxito los objetivos planteados.

1.6 Limitaciones de la investigación

La presente investigación presenta algunas limitaciones que es importante considerar al interpretar sus resultados:

Aplicación virtual de los instrumentos: La aplicación virtual de las pruebas de sentido del humor y procrastinación académica podría haber sesgado los resultados. Los estudiantes pueden haber respondido de manera diferente en un entorno virtual que, en uno presencial, debido a factores como la falta de supervisión, la facilidad de acceso a información externa o la menor motivación en un contexto no presencial.

Contexto único del semestre 2022-II: La investigación se realizó en el contexto particular del semestre 2022-II, cuando la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco aún se encontraba en modalidad virtual debido a la resistencia de estudiantes y grupos universitarios al retorno a la presencialidad tras dos años de educación virtual. Este contexto único puede haber influido en las respuestas de los estudiantes, tanto en lo que respecta a sus estilos de humor como a su nivel de procrastinación académica.

Ámbito de estudio: La investigación se llevó a cabo en una sola escuela profesional de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco. Los resultados podrían no ser

generalizables a otras escuelas profesionales o a otras universidades, ya que las características de los estudiantes y el contexto educativo pueden variar considerablemente.

Falta de investigaciones previas: No se encontraron investigaciones previas que relacionaran directamente el sentido del humor con la procrastinación académica en estudiantes de psicología. Esta falta de antecedentes dificulta la comparación de los resultados obtenidos con otros estudios y la generalización de las conclusiones.

A pesar de estas limitaciones, la presente investigación ofrece un aporte valioso al conocimiento sobre la relación entre el sentido del humor y la procrastinación académica en estudiantes de psicología. Los resultados obtenidos pueden servir como base para futuras investigaciones que exploren esta relación en mayor profundidad y con metodologías más robustas.

1.7 Delimitación

1.7.1 Delimitación espacial

La ubicación geográfica de esta investigación se sitúa en el distrito de Cusco, perteneciente a la provincia y departamento de Cusco.

1.7.2 Delimitación temporal

La presente investigación se llevó a cabo durante un período que abarcó el 2022 y parte del 2023. Durante este tiempo, los investigadores recopilaron información relacionada con el problema de estudio, revisaron el marco teórico, validaron los instrumentos, realizaron una revisión exhaustiva de la literatura, aplicaron los instrumentos, recopilaron los resultados y llegaron a conclusiones basadas en los hallazgos obtenidos en el estudio.

1.7.3 Delimitación sociodemográfica

La muestra de estudio está constituida por hombres y mujeres con edades comprendidas entre los 18 y 25 años, provenientes de la ciudad de Cusco, sus provincias y otras regiones del país. Estos participantes viven en diversos contextos familiares, ya sea con padres y hermanos, con otros familiares, amigos, compañeros, o de manera independiente. Asimismo, estos estudiantes reportaron tener pareja o no. Se enfatiza que la evaluación se centrará exclusivamente en estudiantes de psicología que sean mayores de edad, en cumplimiento con el código de ética en investigación.

Capítulo II

Marco teórico

2.1 Antecedentes de la investigación

2.1.1 A nivel internacional

El estudio del humor, a nivel internacional, tiene más investigaciones, con mayores perspectivas y acercamientos, asimismo, la procrastinación no es dejada de lado, por ser un tema abordado por la psicología. Sin embargo, no se ha encontrado investigaciones que relacionen a ambas variables. Es en ese entender que procedemos a mencionar algunos de los estudios hallados con respecto a las diferentes variables mencionadas.

Salavera et al. (2018) realizó la investigación titulada “Sentido del humor, afectos y personalidad. Estudio en estudiantes universitarios”. Se evaluó a 652 estudiantes universitarios, pertenecientes a la universidad pública de Zaragoza de España, tanto hombres como mujeres, con edades comprendidas entre 18 y 30 años. El objetivo del estudio fue analizar la relación entre el uso del humor, los afectos y la personalidad de los participantes. Los resultados mostraron que los hombres utilizaban más el humor, tanto en su forma positiva como en su forma negativa, mientras que no se encontraron diferencias significativas en el manejo de los

afectos entre hombres y mujeres. Además, se observó que aquellos participantes que utilizaban principalmente estilos positivos de humor, como el afiliativo y el de automejora, también presentaban mayores niveles de afectos positivos, lo cual se asoció con una mayor sociabilidad, actividad e impulsividad.

En cuanto a los afectos, se encontró que el 44,93% de los estudiantes evaluados hacían un buen uso de los afectos, utilizaban más el sentido del humor positivo y presentaban niveles bajos de ansiedad. Por otro lado, el 26,22% de los participantes mostraban niveles bajos en los afectos y utilizaban más el humor afiliativo y agresivo como una forma de sociabilización. Finalmente, el 28,83% de los participantes presentaba altos niveles de afectos negativos, utilizaban menos el sentido del humor positivos y mostraban niveles altos de agresividad y ansiedad.

Estos hallazgos proporcionan una visión importante sobre la relación entre el uso del humor, los afectos y la personalidad en estudiantes universitarios, destacando la importancia de promover el uso de estilos de humor positivos y el manejo adecuado de los afectos para favorecer una mejor salud mental y bienestar en esta población.

Scheunemann et al. (2021) realizaron la investigación titulada “Un análisis longitudinal de la relación recíproca entre la procrastinación académica, la satisfacción con el estudio y las intenciones de abandono en la educación superior”. El estudio se llevó a cabo con 224 estudiantes (hombres y mujeres) del primer ciclo de Matemáticas y Derecho de la universidad de Bielefeld de Alemania.

Se encontró que existe una relación recíproca entre la procrastinación académica y la satisfacción con los estudios. La procrastinación académica conduce a una menor satisfacción con los estudios, y a su vez, la menor satisfacción con los estudios conduce a un mayor grado de procrastinación académica; así mismo la procrastinación académica predice las intenciones de

abandono de los estudiantes, incluso después de controlar la satisfacción con los estudios, finalmente se concluye que la satisfacción con los estudios predice las intenciones de abandono de los estudiantes, incluso después de controlar la procrastinación académica.

Estos hallazgos destacan la compleja relación entre la procrastinación académica, la satisfacción con el estudio y las intenciones de abandono en la educación superior, y subrayan la importancia de abordar estos factores de manera conjunta para promover un mayor compromiso y éxito académico en los estudiantes.

Oram y Rogers (2022) realizaron el estudio titulado “Procrastinación académica en estudiantes de pregrado: comprensión del papel de la satisfacción y frustración de las necesidades psicológicas básicas y la motivación académica”. Un total de 617 estudiantes de la Universidad de Ottawa en Canada participaron en el estudio, completando encuestas en línea sobre su experiencia universitaria.

Los resultados obtenidos resaltan la importancia de satisfacer las necesidades psicológicas básicas de los estudiantes universitarios. Se encontró que cuando los estudiantes experimentaban una mayor satisfacción de sus necesidades psicológicas básicas, como la autonomía, la competencia y la relación interpersonal, su motivación académica aumentaba. A su vez, esta mayor motivación académica se asoció con una reducción en la procrastinación académica.

Estos hallazgos sugieren que es fundamental para las instituciones educativas y los profesores crear un entorno que promueva la satisfacción de las necesidades psicológicas de los estudiantes. Al hacerlo, se puede fomentar una mayor motivación intrínseca hacia el estudio y disminuir la tendencia a procrastinar en las tareas académicas.

Este estudio destaca la importancia de abordar no solo los aspectos académicos, sino también los aspectos psicológicos y emocionales de los estudiantes universitarios para promover un mayor compromiso y éxito en sus estudios. Al brindar un entorno de apoyo y satisfacción de necesidades, se puede contribuir a reducir la procrastinación y fomentar un mayor enfoque en el logro académico.

2.1.2 Investigaciones nacionales

Aunque no se han encontrado investigaciones específicas en Perú que relacionen el sentido del humor con la procrastinación académica, existen estudios en el ámbito nacional que han abordado cada una de estas variables de forma independiente. A continuación, se mencionarán algunas de estas investigaciones:

Poma (2021) en su tesis de maestría, de la Universidad Cesar Vallejo, titulada “Estilos de personalidad y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Arequipa, 2021”. Tuvo como objetivo examinar la relación entre los estilos de personalidad y la procrastinación académica en alumnos de secundaria de una institución educativa en Arequipa. Esta investigación adoptó un enfoque cuantitativo de tipo aplicado, utilizando un diseño no experimental de corte transversal. La muestra incluyó a 155 alumnos, tanto varones como mujeres. Los resultados obtenidos revelaron una correlación positiva baja entre los estilos de personalidad cooperativo, sociable, confiado y sensible, y la procrastinación académica. Estos hallazgos sugieren que aquellos estudiantes que presentaban estos estilos de personalidad tenían una menor tendencia a postergar tareas académicas, lo que podría tener un impacto positivo en su éxito académico y en la consecución de metas. Es importante tener en cuenta que este estudio se centró en alumnos de secundaria en una institución educativa específica, por lo que los resultados podrían no ser generalizables a otros niveles educativos o

contextos. No obstante, esta investigación proporciona una valiosa contribución al conocimiento sobre la relación entre los estilos de personalidad y la procrastinación académica, y su influencia en el logro de metas y el éxito académico en el contexto estudiado.

Fausto (2021) en su tesis de licenciatura, de la Universidad Autónoma del Perú, titulada "Procrastinación académica y creencias irracionales en estudiantes de secundaria de tres instituciones educativas nacionales en Lima Sur". Investigó la relación entre la procrastinación académica y las creencias irracionales en estudiantes de secundaria en tres instituciones educativas públicas de Lima Sur. El objetivo general de este estudio fue examinar esta relación en un grupo de 259 estudiantes de 4to y 5to de secundaria, de ambos sexos y con edades comprendidas entre los 14 y 18 años. Los principales hallazgos revelaron que no existía una relación significativa entre la procrastinación académica y las creencias irracionales en los estudiantes de secundaria de las tres instituciones educativas públicas de Lima Sur. Sin embargo, se encontró una relación positiva y altamente significativa entre la procrastinación académica y las creencias irracionales relacionadas con el perfeccionismo. Esto sugiere que los estudiantes que presentaban tendencias de postergación académica también mostraban creencias irracionales asociadas al perfeccionismo. Es importante destacar que este estudio se centró en estudiantes de secundaria en un contexto específico de Lima Sur y en instituciones educativas públicas. Por lo tanto, los resultados obtenidos pueden no ser generalizables a otros niveles educativos o contextos. Sin embargo, estos resultados proporcionan información relevante sobre la relación entre la procrastinación académica y las creencias irracionales en el contexto estudiado, especialmente en relación con el perfeccionismo.

Romero (2019) en su tesis de Licenciatura, de la Universidad Nacional Federico Villareal, titulada "Estilos del sentido del humor en adolescentes de una Institución Educativa del

Callao, 2017”. Examinó los estilos del sentido del humor en adolescentes de una institución educativa del Callao en el año 2017. La muestra consistió en 160 estudiantes de entre 12 y 15 años. Los resultados revelaron que tanto los varones como las mujeres mostraron una tendencia a decir cosas entretenidas o ingeniosas, divertir a otras personas y reír con los demás, lo cual favoreció las relaciones interpersonales. Además, se observó que los estudiantes de los años superiores, como 4° y 5° de secundaria, presentaron una mayor inclinación hacia el sentido del humor afiliativo y de auto mejoramiento. También se encontró que las mujeres mostraron una mayor capacidad para relacionarse con otras personas en comparación con los hombres. Estos hallazgos proporcionan información sobre los estilos del sentido del humor en adolescentes en el contexto específico de la institución educativa estudiada.

Revilla (2013) en su tesis de licenciada en Psicología en la Universidad Femenina del Sagrado Corazón, titulada “La relación entre el sentido del humor y la felicidad en jóvenes adultos universitarios de 20 a 24 años”. Los resultados revelaron correlaciones significativas entre el sentido del humor afiliativo y de mejoramiento personal con la felicidad. Estos hallazgos indican que el humor positivo desempeña un papel importante como apoyo frente a las adversidades, contribuye a equilibrar los eventos negativos y promueve una visión más realista de las situaciones. Además, se demostró que la expresión de sentimientos de satisfacción y bienestar facilita una mejor adaptación y el logro de objetivos. Estos resultados sugieren la importancia de cultivar y expresar un sentido del humor saludable para promover la felicidad y la adaptación positiva en los jóvenes adultos universitarios.

Rubio (2015), en su investigación presentada en la Universidad Femenina del Sagrado Corazón titulada “¿Varían los estilos del humor en púberes y adolescentes?”, tuvo como objetivo comprender el desarrollo del sentido del humor en estudiantes escolares de entre 10 y 16 años,

analizando si existen diferencias en los estilos del humor entre púberes y adolescentes, y si hay variaciones en función del género. Se utilizó la Escala del Sentido del Humor (HSQ) para evaluar los estilos del humor en 376 estudiantes (119 varones y 257 mujeres) del CEGNE Santa Anita en Lima, Perú.

Se encontró una diferencia significativa en el estilo del humor de agresividad entre hombres y mujeres, con los hombres mostrando niveles más altos de este tipo de humor. En general, los adolescentes demostraron una mayor tendencia hacia el humor benevolente (afiliativo y mejoramiento personal) en comparación con el humor perjudicial (agresividad y descalificación). El estudio no encontró evidencia de que los estilos del humor varíen significativamente entre púberes y adolescentes. Sin embargo, sí se encontró una diferencia de género en el humor agresivo, con los hombres mostrando niveles más altos. El estudio se basa en una muestra de estudiantes de Lima, Perú, por lo que los resultados no pueden ser generalizados a otras poblaciones. Se necesitarían investigaciones adicionales con muestras más diversas para comprender mejor las variaciones en el sentido del humor en diferentes grupos de población.

2.1.3 Investigaciones locales

No se han encontrado investigaciones que tengan como objetivo buscar la relación entre el sentido del humor y la procrastinación académica, sin embargo, a nivel local se han encontrado únicamente investigaciones relacionadas a la procrastinación académica, las cuales se detallan a continuación:

Pilares (2020) en su tesis de licenciatura, de la Universidad Andina del Cusco, titulada “Factores asociados a la procrastinación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una Universidad privada del Cusco, 2018”. Se buscó examinar la relación entre varios factores, como edad, sexo, escuela profesional, situación laboral y lugar de procedencia

con la procrastinación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Andina del Cusco en el año 2018. La muestra consistió en 354 estudiantes. Los hallazgos revelaron que el lugar de procedencia y sexo no mostraron ser factores significativos en las conductas de procrastinación. Sin embargo, la mayoría de los estudiantes presentaron un nivel alto de procrastinación académica.

Quispe (2019) en su tesis de licenciatura, de la Universidad Andina del Cusco, titulada “Procrastinación académica en estudiantes de primeros ciclos de una Universidad del Cusco, 2018”. Llevó a cabo una investigación para describir la procrastinación académica en estudiantes de los primeros ciclos de la Universidad Andina del Cusco en el año 2018. La muestra incluyó a 428 estudiantes de los primeros semestres universitarios. Los resultados revelaron que los estudiantes presentaban un nivel moderado de procrastinación académica. Estos hallazgos destacan la importancia de abordar y comprender los factores subyacentes que contribuyen a la procrastinación en el contexto académico, a fin de desarrollar estrategias efectivas para promover una gestión del tiempo más adecuada y mejorar el rendimiento académico de los estudiantes en los primeros ciclos universitarios.

2.2 Bases teóricas científicas

2.2.1 Sentido de humor

La Psicología Positiva es una rama de la psicología que surgió con el objetivo de desviar el enfoque tradicional de la psicología, que se centraba en el tratamiento de trastornos psicológicos, y dirigirlo hacia la mejora de la calidad de vida y el florecimiento humano (Hervás, 2009, pág. 24). En lugar de enfocarse exclusivamente en los aspectos negativos de la experiencia humana, la Psicología Positiva se centra en el estudio de las fortalezas y virtudes humanas, así como en el fomento de emociones positivas, relaciones saludables y el desarrollo de una vida

plena y significativa. Esta perspectiva busca comprender y promover el bienestar psicológico, la felicidad y el crecimiento personal de las personas. También se enfoca en prevenir y manejar los síntomas de las emociones negativas, así como mejorar las habilidades sociales de las personas y otros aspectos positivos de la personalidad (Cuadra L. y Florenzano U., 2003, pág. 84).

La gente tiene la idea errónea de que esta nueva rama de la psicología ignora todos los efectos positivos que las personas tienen en sus vidas. “La psicología positiva es un estudio científico centrado en lograr la autorrealización y la felicidad general” (Seligman y Csikszentmihalyi, 2004, pág. 10). A diferencia de los movimientos de autoayuda o espirituales, no está asociado con creencias o motivaciones religiosas. En cambio, se centra en los seres humanos y sus comportamientos tanto de manera positiva como negativa. Además, muchos de sus conceptos y hallazgos están respaldados por importantes investigaciones en muchas revistas.

"La psicología positiva ha demostrado que el bienestar es más que la ausencia de enfermedad. Es un estado de florecimiento que se caracteriza por la felicidad, la satisfacción con la vida, el propósito y las relaciones significativas." (Lopez & Snyder, 2021) La psicología positiva, en el ámbito subjetivo, se refleja en vivencias previas, como: felicidad, sentido del humor, alegría y satisfacción; en las experiencias actuales tenemos felicidad y fluir; en las experiencias futuras nos llenamos de optimismo y esperanza. También se manifiesta a nivel individual y grupal, donde encontramos la capacidad de amor, espiritualidad, perseverancia, perdón, ingenio y proyección al futuro; a nivel grupal encontramos la responsabilidad, el altruismo, la templanza, la tolerancia, etc.

La importancia del sentido del humor ha sido ampliamente reconocida en el campo de la psicología debido a su influencia positiva en diversos aspectos de la vida de las personas. Los estudios realizados por Cassaretto y Martínez (2009) han demostrado que el sentido del humor se

relaciona positivamente con la salud física y psicológica. Se ha encontrado que las personas con un sentido del humor bien desarrollado tienden a experimentar una mejor calidad de vida, ya que son capaces de enfrentar el estrés de manera más efectiva y reducir los niveles de dolor (Seligman y Csikszentmihalyi, 2004). Además, se ha observado que estas personas presentan mayores niveles generales de salud y bienestar.

Ciarrochi et. al (2008) Menciona que el humor tiene un impacto beneficioso en nuestras vidas. Después de experimentar algo gracioso o reírnos, experimentamos una sensación de calma y tranquilidad. Esto se debe a que la risa desencadena la liberación de endorfinas, conocidas como las "hormonas de la felicidad", que generan una sensación de bienestar y reducen los niveles de estrés y ansiedad

En cuanto a la salud, el sentido del humor tiene múltiples beneficios. “La risa ayuda a enfrentar mejor las dificultades y adversidades de la vida, proporcionando motivación y energía para superar conflictos tanto en el ámbito personal como profesional” (Cousins, 1979, pág. 22). Además, en la investigación de Provine (1997) donde pidió a un grupo de personas observar videos divertidos durante 15 minutos. Al finalizar su experimento encontró que los participantes tenían niveles más altos de inmunoglobulina A, una proteína que ayuda a proteger el cuerpo contra las infecciones. En conclusión, el sentido del humor es una herramienta valiosa que podemos utilizar para fortalecer nuestra salud y bienestar en general. La risa es una forma sencilla y efectiva de reducir el estrés, mejorar nuestro estado de ánimo y fortalecer nuestro sistema inmunológico. Por lo tanto, es importante buscar oportunidades para reírnos a diario.

El sentido del humor también tiene efectos positivos en el funcionamiento cognitivo, ya que un buen sentido del humor mejora la agilidad mental, la eficacia en el pensamiento, la memoria y la creatividad. Esto se debe a que el humor estimula diferentes áreas del cerebro y

promueve la flexibilidad cognitiva, lo que nos permite pensar de manera más ágil y encontrar soluciones creativas a los problemas (Seligman y Csikszentmihalyi, 2004, pág. 122).

En el ámbito social, un buen sentido del humor facilita las relaciones interpersonales al reducir barreras emocionales y fomentar la conexión con los demás. Además, el humor disminuye los miedos y temores, ya que nos permite enfrentar situaciones sociales con mayor confianza y espontaneidad (McGhee, 2002, pág. 175).

A pesar de los numerosos beneficios del humor para la salud, es importante tener en cuenta que cada individuo puede tener preferencias y respuestas diferentes al mismo. Algunas personas pueden encontrar ciertos tipos de humor más efectivos que otros, y es fundamental respetar las preferencias y sensibilidades individuales en el uso del humor. A nivel mundial se han encontrado resultados positivos relacionados con el uso del humor, como su apoyo en terapias, el manejo del estrés y la promoción de la relajación, entre otros. Sin embargo, a pesar de estos hallazgos, los estudios sobre este tema siguen siendo limitados y el interés por investigarlo a fondo, especialmente en el contexto peruano, no es suficiente.

El sentido del humor y la personalidad son dos elementos que han cobrado relevancia en el ámbito de la psicología educativa, especialmente en lo que respecta al entorno académico de nivel superior. Muchas investigaciones infieren que estos factores pueden influir significativamente en el comportamiento, el rendimiento y la experiencia general de los estudiantes universitarios.

En cuanto al sentido del humor, estudios como el de Martin, et al. (2020) han encontrado que los estudiantes con un mayor sentido del humor tienden a ser más resilientes ante el estrés académico, a tener una mejor capacidad de afrontamiento y a experimentar mayores niveles de satisfacción con su experiencia universitaria. Asimismo, investigaciones como la de Hur y Zhou

(2021) han encontrado que el sentido del humor puede ser una herramienta útil para fomentar la comunicación y la colaboración entre estudiantes, así como para crear un ambiente de aprendizaje más positivo y motivador.

En lo que respecta a la personalidad, diversos estudios han identificado rasgos de personalidad específicos que se asocian con un mayor éxito académico en la universidad. Por ejemplo, investigaciones como la de Poropat, et al. (2016) han encontrado que los estudiantes con altos niveles de apertura a la experiencia, neuroticismo y extraversión tienden a tener un mejor rendimiento académico. Sin embargo, es importante destacar que la relación entre la personalidad y el rendimiento académico no es simple y lineal. Existen diversos factores contextuales y sociales que pueden moderar esta relación, y es necesario realizar investigaciones más profundas para comprender mejor cómo interactúan estos elementos. En conclusión, el sentido del humor y la personalidad son dos aspectos que pueden jugar un papel importante en el comportamiento, el rendimiento y la experiencia general de los estudiantes universitarios. Es necesario continuar investigando en esta área para comprender mejor las complejas relaciones entre estos factores y el éxito académico en la educación superior.

En conclusión, el sentido del humor juega un papel fundamental en nuestra vida diaria y tiene numerosos beneficios para nuestra salud y bienestar. Su relación positiva con la calidad de vida, el bienestar emocional, la salud física, el funcionamiento cognitivo y las relaciones sociales lo convierten en un aspecto importante a tener en cuenta para mejorar nuestra vida en general.

2.2.1.1 Modelos teóricos del humor

Teoría de la superioridad de Hobbes (Hobbes, 1677); Según esta teoría sobre el humor, la risa se desencadena cuando alguien se encuentra con un pequeño percance o enfrenta una experiencia desagradable. Esto ocurre porque la risa tiene la capacidad de generar una sensación

de tranquilidad o superioridad en las personas, sin importar los problemas, fracasos o enfermedades que puedan estar atravesando. Thomas Hobbes, un filósofo destacado, respaldó esta idea al afirmar que aquella persona que es capaz de provocar risas en otros puede considerarse exitosa en su interacción social.

Teoría psicoanalítica (Freud, 1928); menciona que el humor es basado principalmente en que los chistes tienen relación con la inconsciencia y son comparados con los sueños, en los cuales ambos se combinan para formar mecanismos de movimiento; Para Freud, existen dos tipos de chistes; aquellos con un propósito para liberarse de alguna situación y otros que son inofensivos, ya que el hombre los cuenta, porque tiene creatividad e imaginación; en ese caso ambos traen placer. Para Freud, el chiste es una forma de transmitir sabiduría a personas.

Teoría de la liberación; permite que las personas usen el humor como un medio para poder liberarse, eliminan todas sus afecciones y sus sentimientos negativos, como egoísmo, inferioridad, etc.; entonces se puede decir que por medio del humor las personas son libres (Carbelo, 2006).

Teoría de la motivación; se refiere a una situación en que hacer bromas da una carga satisfactoria en la cantidad orgánica, donde se expresa en risas; lo que da como resultado un individuo de mayor aceleración hasta sentirse capaz de realizar cualquier actividad. (Clotas, 2013)

La teoría de la disonancia (Schopenhauer, 1819), postula que la risa puede ser interpretada como una señal de disonancia, reflejando la presencia de contradicciones inherentes a la vida misma. Esta teoría sugiere que donde hay contradicción, emerge el humor, explicando así la necesidad de definir y contextualizar el humor para que este se manifieste. Contar chistes no es simplemente un acto instintivo, sino más bien un fenómeno cultural y conceptual que

activa la risa al representar la creatividad y la imaginación de manera visible. La discordia, ya sea en nuestras propias experiencias o en las de los demás, es un motor subyacente de la risa, que puede surgir de manera inesperada debido a su naturaleza placentera y su capacidad para hacernos felices con aquello que nos divierte.

2.2.1.2 Dimensiones del sentido del humor

Martin (como se citó en Cassaretto y Martínez, 2009) plantea la existencia de 4 dimensiones del sentido del humor, las cuales detallamos a continuación:

El humor afiliativo: Gamarra (2020) plantea que este humor se da cuando las personas realizan cosas graciosas y que carecen de sentido con la finalidad de divertir a los demás, para que sean más agradables sus relaciones sociales, y para que generar un espacio de armonía y paz. Este tipo de humor se caracteriza por ser amistoso, inclusivo y no amenazante, y se utiliza para hacer sentir bien a los demás, fomentar la camaradería y reducir la tensión en situaciones sociales. El humor afiliativo puede tener un impacto positivo en las relaciones interpersonales, ya que facilita la comunicación, disminuye las barreras emocionales y crea un ambiente de confianza y empatía. Al reírnos juntos, creamos vínculos más fuertes y nos sentimos más cercanos a las personas con las que compartimos ese sentido del humor. Se utiliza comúnmente en situaciones sociales, como en conversaciones informales, en eventos sociales o en el lugar de trabajo, y puede incluir chistes, juegos de palabras, bromas ligeras y otros tipos de humor que sean apropiados y no ofensivos.

Por su parte, Peña (2018) hace referencia que el humor afiliativo se relaciona positivamente con la autoestima, relaciones interpersonales, mayor socialización, alegría, extroversión y estabilidad emocional. Este tipo de humor también puede tener beneficios para nuestra salud y bienestar. La risa producida por el humor afiliativo libera endorfinas, las cuales

generan una sensación de bienestar y felicidad. Además, reírse en compañía de otros puede reducir el estrés, fortalecer el sistema inmunológico y mejorar nuestro estado de ánimo en general.

En resumen, el humor afiliativo es una forma de humor que busca fortalecer las relaciones sociales positivas, fomentar la camaradería y crear un ambiente de buen humor. Al compartir momentos divertidos y reír juntos, podemos mejorar nuestras relaciones interpersonales, promover el bienestar emocional y contribuir a un entorno más positivo y agradable.

El humor de mejoramiento personal, también llamado como el humor reafirmante, Córdova y Jarufe (2022) plantean que el humor de mejoramiento personal es un tipo de humor que va más allá de la simple diversión y entretenimiento, ya que busca impactar de manera positiva en la vida de las personas. Se centra en aspectos internos y personales, como la autoestima, la autopercepción y las habilidades sociales y emocionales, con el propósito de promover el crecimiento y el desarrollo individual.

Este tipo de humor se caracteriza por su capacidad para invitar a la reflexión y la introspección. A través de chistes, parodias, sátiras o historias divertidas, se plantean situaciones que desafían a las personas a examinar sus propias creencias, actitudes y comportamientos (García Gómez, 2018). El objetivo es que las personas puedan identificar áreas de mejora y, de esta manera, impulsen cambios positivos en sus vidas.

Cumpén (2020) plantea que este tipo de humor se utiliza como estrategia de afrontamiento ante situaciones estresores, reduciendo todo tipo de daño psicológico provocados por el estrés, con el fin de reducir todo tipo de emociones negativas. Una de las características fundamentales del humor de mejoramiento personal es su enfoque en la superación de miedos y

errores. El humor se convierte en una herramienta que permite a las personas enfrentar sus temores, reírse de sí mismas y encontrar la fuerza necesaria para seguir adelante. Además, promueve la aceptación de los errores como oportunidades de aprendizaje y crecimiento, fomentando una actitud más tolerante y compasiva hacia uno mismo.

Es importante destacar que el humor de mejoramiento personal no se limita a la esfera individual, sino que también tiene un impacto en las relaciones sociales. Al reírnos de nuestras propias imperfecciones y compartir experiencias humorísticas, creamos un ambiente de conexión y empatía con los demás. El humor se convierte así en un puente que facilita la comunicación, fortalece los lazos afectivos y promueve un sentido de pertenencia y comunidad.

Este tipo de humor tiene aplicaciones tanto a nivel terapéutico como educativo. En terapia, se utiliza como una estrategia para abordar y aliviar el estrés, la ansiedad y la depresión, al tiempo que promueve la autoexploración y el crecimiento personal (Provine R. , 1997). En el ámbito educativo, se emplea como una herramienta para mejorar el ambiente de aprendizaje, fomentar la creatividad y el pensamiento crítico, y facilitar el desarrollo de habilidades sociales y emocionales en los estudiantes (Dweck, 2006).

En definitiva, el humor de mejoramiento personal va más allá de la risa superficial, pues busca influir en la forma en que las personas se ven a sí mismas, interactúan con los demás y enfrentan los desafíos de la vida. A través de la reflexión, el crecimiento personal y la promoción de relaciones saludables, este tipo de humor tiene el potencial de generar un impacto positivo en la calidad de vida y el bienestar emocional de las personas.

El humor agresivo: Gamarra (2020) explica que este tipo de humor es cuando las personas se expresan de manera sarcástica y en ocasiones de manera despectiva, esto trae como consecuencia la manipulación y crítica hacia otras personas, asimismo se presentan amenazas

implícitas de menosprecio y burla. A diferencia de otros tipos de humor, el humor agresivo se basa en burlas y comentarios que atacan aspectos personales sensibles, como la apariencia física, la inteligencia, la religión, la etnia, la orientación sexual, entre otros.

Romero (2019) considera que el humor agresivo se usa de manera compulsiva sin importar el daño que se pueda generar al poner en ridículo a otras personas, este humor se caracteriza por ser muy ofensivo e imperativo. Este tipo de humor se utiliza con la intención de intimidar, ridiculizar o dominar a otras personas. A menudo se busca mostrar poder o superioridad sobre los demás en situaciones sociales o laborales. Sin embargo, es importante tener en cuenta que el humor agresivo puede tener consecuencias negativas tanto para quienes son objeto de burla como para quienes lo utilizan.

“El humor agresivo puede generar sentimientos de resentimiento, humillación y hostilidad en las personas que son objeto del humor. Además, puede crear un ambiente de trabajo o social tóxico y desagradable, contribuyendo a la falta de respeto y a la aparición de conflictos interpersonales” (McGhee, 2002, pág. 180).

Es importante promover un ambiente respetuoso y seguro en el que el humor agresivo no sea tolerado ni aceptado. Fomentar la empatía, la consideración hacia los demás y la comprensión de las consecuencias negativas del humor agresivo puede ayudar a construir relaciones más saludables y a evitar situaciones de conflicto.

El humor de auto descalificación: Es un tipo de humor que se utiliza para hacer bromas sobre uno mismo, generalmente a expensas de alguna debilidad o error que se haya cometido. Este tipo de humor se utiliza para disminuir la tensión en situaciones incómodas o embarazosas, y para demostrar humildad y autoconocimiento. Asimismo, el humor de auto descalificación puede incluir chistes o comentarios que se burlan de las propias habilidades, características

físicas o mentales, o que se hacen pasar por torpes o ineptos. Este tipo de humor suele ser utilizado para hacer que otros se sientan más cómodos en situaciones sociales y para reducir la tensión que pueda existir en una conversación o en un ambiente social.

El humor de auto descalificación puede ser un recurso muy efectivo en el desarrollo de relaciones interpersonales positivas, ya que demuestra la capacidad de una persona para reírse de sí misma, lo que puede generar empatía y simpatía en los demás. “El humor de auto descalificación puede ser una forma de mejorar nuestra autoestima. Cuando nos reímos de nosotros mismos, estamos demostrando que no somos perfectos y que estamos bien con eso” (Griffiths, 2016, pág. 125). Sin embargo, también puede ser utilizado de manera excesiva, lo que puede llevar a que otros perciban a la persona como insegura o falta de confianza. En esta línea, Cumpén (2020) afirma que este tipo humor es usado frecuentemente por personas que tienen una baja autoestima, personas agresivas y personas que tienen depresión. Asimismo, refiere que quienes hacen uso de este tipo de humor lo hacen para evitar enfrentar las situaciones problemáticas además de encubrir sentimientos negativos.

Es importante tener en cuenta que el humor de auto descalificación debe ser utilizado con moderación y en el contexto adecuado, y que no debe ser utilizado como una forma de minimizar la propia valía o de reforzar una baja autoestima. En lugar de eso, debe ser utilizado como una herramienta para mostrar la propia humanidad y para reducir la tensión en situaciones sociales.

2.2.2 Procrastinación académica

La palabra "procrastinación" tiene sus raíces etimológicas en el antiguo griego "*akrasia*", que significa hacer algo en contra de nuestro propio juicio. Además, proviene del verbo latino "*procrastināre*", que se traduce como "postergar hasta mañana". Sin embargo, la procrastinación va más allá de simplemente posponer algo de manera voluntaria.

Una persona que pospone las cosas ve en su comportamiento una oportunidad para evitar algo que le molesta, algo en lo que siente que no puede lograr un "buen desempeño" o algo que simplemente no cree que sea significativo o importante para él. Estos pensamientos y creencias parecen estar relacionados con cierta carencia de habilidades personales como la resolución de problemas, la toma de decisiones, el manejo del estrés, la organización de un entorno favorable y de los recursos (Angarita Becerra, 2012).

La procrastinación académica es postergar la realización de actividades académicas y es considerada un fenómeno de múltiples facetas e involucra varios procesos como son los cognitivos conductuales y afectivos. Asimismo, la procrastinación se define como demorar voluntariamente una actividad planificada con riesgo de que la demora pueda generar emociones negativas como la frustración (Ayala Ramirez, 2019).

“La procrastinación no es un fenómeno que se pueda contagiar directamente, como lo haría una enfermedad. Sin embargo, es cierto que las personas a menudo se ven influenciadas por su entorno social” (O'Quinn y Silvia, 2008, pág. 1414). En otras palabras, si una persona que tiende a procrastinar se rodea con amigos o compañeros de clase que también procrastinan, es más probable que esa persona también caiga en la misma tendencia. Esto se debe en parte al hecho de que tendemos a imitar las acciones y comportamientos de aquellos a nuestro alrededor, especialmente si esos comportamientos se perciben como socialmente aceptables o normales. Asimismo, “la procrastinación frecuentemente se vincula con la carencia de motivación” (Steel, 2013, pág. 25). Es decir que la influencia de personas que también carecen de motivación puede prolongar y fortalecer esa tendencia en otros individuos.

En resumen, aunque la procrastinación en sí misma no es contagiosa, las personas pueden verse influenciadas por su entorno social y las normas de comportamiento que prevalecen en ese ambiente.

La procrastinación “Es hacerse daño a uno mismo” (Steel, 2010, pág. 23). Esa toma de conciencia en uno mismo es clave para comprender por qué cuando procrastinamos nos sentimos mal. Hay que tomar en cuenta que, cuando postergamos, no solo somos conscientes de que estamos evitando hacer la tarea asignada, sino también de que esta decisión sea posiblemente una mala idea. Y, a pesar dello, decidimos posponerla.

El origen específico de la aversión que experimentamos varía según la tarea o situación específica en la que nos encontremos (Steel, 2010). Puede surgir debido a la tarea desafiante que debemos realizar, como la molestia de limpiar un baño sucio o la monotonía de organizar una hoja de cálculo aburrida para nuestro jefe. Sin embargo, también puede originarse en emociones más profundas relacionadas con la tarea, como la incertidumbre, la falta de confianza en uno mismo, la ansiedad o la inseguridad. Al enfrentarnos a un documento en blanco, es posible que nos invadan pensamientos negativos, como la creencia de que no somos lo suficientemente inteligentes para escribirlo o la preocupación por la opinión de los demás. Es común percibir la escritura como un desafío difícil y temer cometer errores. Todos estos pensamientos pueden llevarnos a considerar que es una buena idea posponer la tarea y ocuparnos de tareas más simples, como limpiar los tarros del armario.

“Es probable que asociemos la tarea con sentimientos negativos, y cuando queramos retomar la tarea, esos sentimientos sigan ahí, esto puede incrementar nuestra ansiedad y estrés, asimismo sentirnos inferiores y culpables” (Luque, 2023, pág. 60).

Se han realizado diversos estudios centrados en medir la procrastinación y examinar su relación con otros factores, como la depresión y la ansiedad. Otros estudios se han enfocado en comprender los motivos detrás de la tendencia de las personas a posponer las tareas. Sin embargo, investigaciones más recientes han identificado características demográficas que distinguen a los procrastinadores de aquellos que no lo son, como el género, la edad, el nivel socioeconómico, el estado civil, el nivel educativo, el número de hijos y el lugar de residencia.

En general, los estudios indican que la mayoría de los procrastinadores son jóvenes. Un ámbito de la vida que se ve particularmente afectado por la procrastinación es el ámbito académico, especialmente en la educación secundaria y universitaria. Este tema ha sido ampliamente estudiado debido a que las estadísticas muestran que los adultos jóvenes y los estudiantes universitarios son los grupos más propensos a la procrastinación (Steel y Ferrari, 2000). Por lo tanto, existe un interés en poder medir la procrastinación académica y utilizar esta información para ayudar a los estudiantes a manejar mejor sus responsabilidades académicas.

2.2.2.1 Teorías etiológicas de la procrastinación

a. Teorías Cognitivas

Las teorías cognitivas exploran los mecanismos del pensamiento que dan lugar a la procrastinación. Proponen que este comportamiento surge de patrones de creencias irracionales que impulsan a los individuos a postergar o evadir tareas importantes.

- Modelo de autoeficacia de Bandura:

La autoeficacia, definida como la creencia en la propia capacidad para realizar una tarea con éxito, juega un papel crucial en la procrastinación (Bandura, 1986). Las personas con baja autoeficacia son más propensas a procrastinar porque subestiman su capacidad para completar la tarea o sobreestiman las dificultades que esta implica.

- **El modelo cognitivo-conductual:**

Este enfoque se basa en los modelos que estudian la conducta humana y suponen que las personas tienden a experimentar y actuar de manera coherente con sus pensamientos, actitudes y creencias sobre sí mismas y el mundo que les rodea. Estos modelos sugieren que nuestras acciones están influenciadas por nuestras percepciones, creencias y emociones, y que nuestras conductas son congruentes con nuestra visión de nosotros mismos y nuestras ideas sobre cómo deberíamos comportarnos en determinadas situaciones. Estos pensamientos, a veces son racionales y adaptativos, mientras que a veces pueden no serlo (Hernandez Cardenas, 2020). En ese entender, la procrastinación comienza con la creencia irracional de que una persona tiene que completar satisfactoriamente sus tareas porque no puede tolerar la frustración. Por eso se fijan metas altas y poco realistas, que tienen resultados opuestos a los esperados. Como consecuencia se desencadenan sentimientos desagradables en la persona, por lo que comienza a postergar la realización de las tareas o actividades mencionadas en él, hasta que su correcta realización se hace difícil o imposible, por lo que evita cuestionar sus propias habilidades y capacidades (Ayala Ramirez, 2019).

b. Teorías Conductuales

Las teorías conductuales se centran en los comportamientos asociados a la procrastinación y en los factores ambientales que pueden influir en estos comportamientos.

- **Modelo de refuerzo de Premack:**

Premack (1965) explica que la procrastinación se mantiene porque las personas eligen realizar actividades más agradables y placenteras en lugar de las tareas que deben hacer. Según este planteamiento, la procrastinación puede reducirse si se asocian las tareas con actividades agradables o si se eliminan las distracciones del entorno.

- **Modelo de control de estímulos de Spence y Spence:**

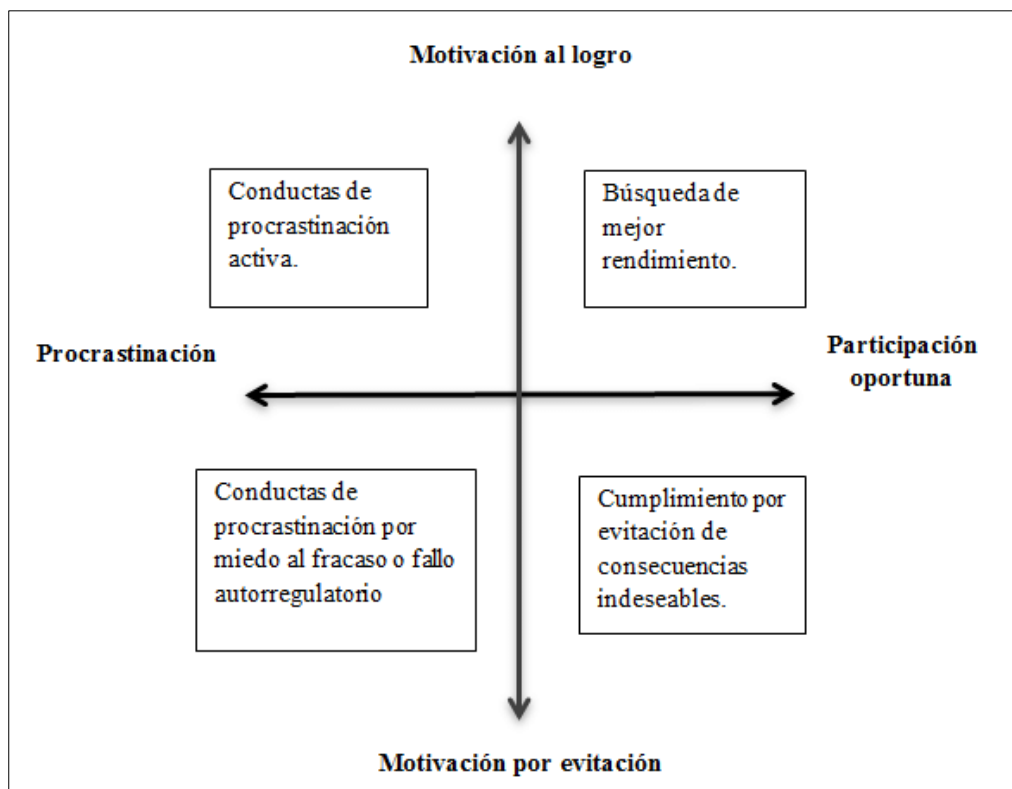
Spence y Spence (1968) explican que la procrastinación se produce cuando las tareas carecen de estímulos positivos o cuando el entorno está lleno de distracciones. Este modelo sugiere que la procrastinación puede reducirse al aumentar el atractivo de las tareas y minimizar las distracciones en el entorno, se puede reducir significativamente la tendencia a procrastinar y mejorar el rendimiento académico o laboral

- **El Modelo 2 x 2 de Strunk, Cho, Steele y Bridges:**

Explica la existencia de dos dimensiones y dos niveles respectivamente, la primera dimensión está compuesta por comportamientos académicos relacionados con la gestión del tiempo. La segunda dimensión incluye las dos fuentes de motivación para aquellos comportamientos que constituyen la motivación de logro o la motivación de evitación, y se han confirmado como fuentes importantes de procrastinación (Flores Rosado, 2020). En pocas palabras, la mezcla de estas dos dimensiones genera cuatro tipos de comportamiento, que se explican a continuación: el primer comportamiento, se da cuando hay motivación al logro y una participación a tiempo, se logra una búsqueda de un mejor desempeño; el segundo comportamiento se da cuando la participación es oportuna y la motivación es la evitación, el cumplimiento de las tareas se logra evitando consecuencias no deseadas; el tercer comportamiento se da cuando la motivación de evitación está asociada con la procrastinación, entonces el comportamiento procrastinador resulta del miedo al fracaso o de la falta de autorregulación; finalmente, la asociación entre la procrastinación y la motivación de logro produce un comportamiento de procrastinación activa (Sotomayor Llanos, 2020).

Figura 1

Diagrama del modelo 2x2 de la procrastinación académica



Nota. Datos tomados de Strunk et al. (2013) citado por (Sotomayor Llanos, 2020).

c. Teorías motivacionales

Las teorías motivacionales se enfocan en los factores que motivan o desmotivan a las personas a realizar tareas.

- El modelo motivacional:

Atalaya y García (2019), sugiere que los estudiantes que posponen sus tareas están desmotivados y es probable que se sientan insatisfechos o desanimados con respecto a las metas si el logro requiere esfuerzo y compromiso. Como resultado de esta dinámica, es más probable que los estudiantes opten por detener o retrasar el inicio y el progreso de sus tareas.

Hernández (2020) basándose en la teoría de McClelland, explica que la motivación de logro se basa en como percibimos la dificultad de la tarea, donde la persona se debate entre el miedo al fracaso y la esperanza de éxito; por lo que las personas eligen tareas en las que creen que el logro es más alcanzable y posponen las difíciles que conducen a fracasar.

- **Teoría de la expectativa-valor de Atkinson:**

Atkinson (1957) propone que la procrastinación ocurre cuando las personas no perciben que una tarea es valiosa o cuando creen que no tienen las habilidades para completarla con éxito. Este modelo explica que la procrastinación puede discernirse si se resalta la importancia de la tarea o si se brinda apoyo a las personas para que desarrollen las habilidades necesarias.

- **Teoría de la autodeterminación de Deci y Ryan:**

Deci y Ryan (2000) proponen que la procrastinación ocurre cuando las personas no sienten que tienen el control sobre sus tareas o cuando no están intrínsecamente motivadas para ejecutarlas. Este modelo sugiere que la procrastinación puede discernirse si se brinda a las personas autonomía y si se fomenta la motivación intrínseca.

d. Teorías psicodinámicas

Las teorías psicodinámicas se enfocan en los conflictos inconscientes que pueden llevar a la procrastinación.

- **Modelo psicoanalítico de Freud:**

Freud (1923) sugiere que la procrastinación puede ser un síntoma de ansiedad o de conflictos internos no resueltos. De acuerdo a este modelo, la procrastinación puede ser una forma de evitar enfrentarse a emociones o pensamientos difíciles.

Este modelo explica que la procrastinación tiene su origen en la niñez, siendo esta etapa de vital importancia para formar una personalidad madura, los conflictos internos en el

comportamiento y la influencia de los procesos mentales inconscientes (Atalaya y García, 2019). Este modelo plantea que la procrastinación es la falta del cumplimiento de tareas importantes que provoca un gran estrés que se percibe como una amenaza para uno mismo; por lo tanto, inconscientemente comienzan a utilizar varios mecanismos de defensa que les permiten reducir este malestar e incluso evitar la realización de las tareas (Ayala Ramirez, 2019).

Atalaya y García (2019) expresan que la procrastinación en los adolescentes y jóvenes tiene su origen en la inmadurez y rebeldía, porque desde la infancia sienten una gran presión por parte de sus padres ya que ellos tienen altas expectativas y esperan de sus hijos un mejor rendimiento académico. Por lo tanto, los estudiantes se sienten presionados para tener la aprobación de sus padres y al llegar a la adolescencia poseen una conducta de rebeldía y ponen a prueba sus límites a través de la procrastinación. Este comportamiento de rechazo a la figura de los progenitores se manifiesta en el ámbito académico a través de una transferencia inconsciente a la relación maestro-estudiante. En consecuencia, los estudiantes se enfrentan a una presión para obtener la aprobación de sus padres, y durante la adolescencia pueden exhibir comportamientos de rebeldía y poner a prueba los límites establecidos a través de la procrastinación. Este comportamiento de resistencia hacia la figura de los padres puede manifestarse en el ámbito académico a través de una transferencia inconsciente hacia la relación entre el maestro y el estudiante.

2.2.2.2 Dimensiones de la procrastinación académica

Después de haber hecho una revisión teórica de los elementos y modelos de la procrastinación, Ayala (2019), propone la existencia de dos dimensiones que integran la procrastinación académica:

Dimensión de autorregulación académica: Se refiere a los procesos de control motivacional y conductual involucrados en el logro de metas y objetivos relacionados con las tareas académicas (Sotomayor Llanos, 2020). La autorregulación académica es una habilidad que los estudiantes emplean para regular su propio aprendizaje en diferentes etapas. Implica tener conciencia y conocimiento de lo que están haciendo, así como acceder al conocimiento a través de la metacognición. En otras palabras, es difícil que un estudiante se autorregule académicamente si carece de conocimientos sobre sí mismo, sus sentimientos y sus estrategias de aprendizaje (Ayala Ramirez, 2019).

Dimensión de postergación de actividades: Posponer actividades es sinónimo de procrastinación, que es una decisión deliberada que va más allá de lo momentáneo, resultando en retrasos innecesarios o tareas inconclusas que la persona se proponía realizar; esa tarea a su vez la reemplaza por otra tarea de prioridad mínima o innecesarias, conociendo de las consecuencias negativas y de los posibles inconvenientes que se pueda generar (Palacio y Palos, 2007) citado por (Ayala Ramirez, 2019).

2.3 Definiciones conceptuales

"El **humor** es una forma de expresar emociones complejas de una manera que sea a la vez agradable y perspicaz. Puede ayudarnos a lidiar con situaciones difíciles, conectar con los demás y ver el mundo desde una nueva perspectiva" (Seligman, 2012).

"El **humor afiliativo** es aquel que se basa en la conexión social y la creación de vínculos entre las personas" (Rod A., 2007).

"El **humor de mejoramiento personal** es un tipo de humor que se utiliza para que las personas reflexionen sobre sí mismas y crezcan a nivel personal. Se centra en aspectos como la autoestima, la autopercepción, las habilidades sociales y emocionales, y se emplea para ayudar a

las personas a superar sus miedos, afrontar sus errores y mejorar su vida” (Cassaretto B. & Martínez U., 2009).

El humor agresivo El humor agresivo se caracteriza por el uso del humor para atacar, ridiculizar o humillar a otras personas. Este tipo de humor tiene como objetivo principal provocar risa a expensas de otros, generando incomodidad, dolor emocional o incluso daño psicológico (Rod A., 2007).

“El humor de autodescalificación es un tipo de humor en el cual una persona se burla de sí misma, generalmente a expensas de alguna debilidad o error que haya cometido” (Cassaretto B. & Martínez U., 2009). Se utiliza para aliviar la tensión en situaciones incómodas o embarazosas y para demostrar humildad y autoconocimiento.

La procrastinación se define como el acto de posponer o retrasar deliberadamente una tarea o actividad que debe ser realizada, a pesar de conocer las consecuencias negativas de tal retraso. Esta conducta se caracteriza por la falta de motivación, la dificultad para iniciar o completar tareas y la tendencia a distraerse con actividades más agradables o menos exigentes. (Steel, 2010)

"La **procrastinación académica** se refiere al retraso voluntario en el inicio o la finalización de tareas o proyectos académicos, a pesar de conocer las consecuencias negativas de este retraso" (Ferrari, 2010, p.6).

Una **tarea o actividad académica** se define como un conjunto de acciones planificadas y orientadas hacia el logro de un objetivo específico de aprendizaje. Estas actividades son diseñadas por los educadores para promover el desarrollo de habilidades, conocimientos y competencias en los estudiantes, en el marco de un proceso educativo formal. (Pickering, 2013)

"Los **niveles** son divisiones o categorías que se establecen en función de un criterio o característica específica. Se utilizan para clasificar, organizar y jerarquizar información, ideas o elementos" (Sierra, 2011, p. 30).

La OMS (2023) nos dice: “**el sexo** se entiende por las características biológicas que definen a los seres humanos como hombres o mujeres”, significa que, el sexo se considera como una clasificación basada en diferencias biológicas.

Según Seligman (2011), "Los **patrones de conducta** son como hábitos. Cuanto más los repetimos, más fuertes se vuelven.” (p. 234). La clave para fortalecer estos patrones de conducta radica en la repetición. Cuanto más repetimos un comportamiento, más fuerte se vuelve el hábito y más difícil se vuelve modificarlo.

Biggs y Tang (2011), "Las **tareas académicas** son actividades diseñadas para ayudar a los estudiantes a desarrollar y demostrar su comprensión de un tema en particular." (p. 5). Las tareas académicas bien diseñadas brindan a los estudiantes la oportunidad de desarrollar y practicar diversas habilidades esenciales para el aprendizaje, como el análisis crítico, la resolución de problemas, la comunicación efectiva y el trabajo en equipo.

El **contexto académico** se refiere al entorno en el que se lleva a cabo la enseñanza y el aprendizaje. Esto incluye el salón de clases, la escuela o universidad y el sistema educativo en general. (Cullen, 2003)

La **población estudiantil universitaria** se refiere al conjunto de personas que se encuentran matriculadas en una universidad y que cursan estudios de grado o posgrado (García & Fernández, 2014).

Capítulo III

Hipótesis y variables

3.1 Hipótesis de la investigación

3.1.1 Hipótesis general

H1: Existe relación estadísticamente significativa entre el sentido del humor y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022.

H1: $r_{xy} \neq 0$

H0: No existe relación estadísticamente significativa entre el sentido del humor y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022.

H0: $r_{xy} = 0$

Donde:

H1: Hipótesis alterna

H0: Hipótesis nula

r: Relación

x: Sentido del humor

y: Procrastinación académica

$\neq 0$: Diferente a 0, lo que significa que si existe relación entre las variables de estudio

$= 0$: Igual a 0, lo que significa que no existe relación entre las variables de estudio

3.1.2 Hipótesis específicas

HE1: Existen diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones del sentido del humor, según sexo, en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022.

HE2: Existen diferencias estadísticamente significativas en la procrastinación académica, según sexo, en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022;

HE3: Existe relación estadísticamente significativa entre el humor afiliativo y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022.

HE4: Existe relación estadísticamente significativa entre el humor de automejora y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022.

HE5: Existe relación estadísticamente significativa entre el humor agresivo y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022.

HE6: Existe relación estadísticamente significativa entre el humor de descalificación personal y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022.

3.2 Variables

Las variables del presente estudio son las siguientes:

Variable 1: El sentido del humor generalmente se consideran una variable cualitativa de tipo ordinal. Esto se debe a que el sentido del humor puede clasificarse en dimensiones con un orden intrínseco. El sentido del humor puede incluir dimensiones como "humor afiliativo", "humor de automejora", "humor agresivo" y "humor de auto descalificación". Estas dimensiones tienen un orden lógico, ya que algunas pueden considerarse más positivas o mejores que otras, lo que implica una jerarquía. Por ende, optamos por utilizar una escala ordinal.

Variable 2: En el caso de la procrastinación académica, se suele medir en una escala que refleja diferentes niveles de procrastinación, como "alto", "medio" o "bajo". Estos niveles representan un orden jerárquico en función de la cantidad o frecuencia de procrastinación, pero no se pueden medir con valores numéricos precisos, como se haría en una variable cuantitativa.

Tabla 1*Operacionalización de las variables*

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicador	Ítems
Sentido del Humor	El humor se refiere a cualquier expresión verbal o acción que se realiza de manera graciosa y se caracteriza por la risa. De manera similar, el humor permite que los procesos mentales evoquen una estimulación agradable y respuestas positivas. (Cassaretto B. & Martínez U., 2009)	De acuerdo con la Escala HQS que a su vez obtuvo validez y confiabilidad en el medio peruano por Cassaretto y Martínez (2009) quienes refieren que el sentido del humor será medido en cuatro dimensiones	Humor afiliativo	Realizar cosas graciosas y sin sentido con la finalidad de hacer reír a los demás, para que las relaciones sociales sean más agradables, y para generar un ambiente de paz y armonía.	1(I), 5, 9(I), 13, 17(I), 21, 25(I), 29(I).
			Humor de automejora	Se trata de darle humor a la vida sin desviarse de la realidad y enfrentar la adversidad con humor.	2, 6, 10, 14, 18, 22(I), 26, 30.
			Humor agresivo	Expresarse de manera sarcástica y en ocasiones de manera despectiva, esto trae como consecuencia la manipulación y crítica hacia otras personas.	3, 7(I), 11, 15(I), 19, 23(I), 27, 31(I).
			Humor de auto descalificación	Tiene como fin promover las relaciones interpersonales al divertir a otras personas, sin importar, que sea a costa de uno mismo.	4, 8, 12, 16(I), 20, 24, 28, 32.
Procrastinación académica	La procrastinación es un hábito arraigado que tiene una persona de retrasar injustificadamente la ejecución de actividades o tareas planificadas, y estas mismas hacen que se acumulen, por lo que se necesita autorregulación y motivación interna para superarlo (Sanchez Cuenca, 2019).	De acuerdo con el Test de procrastinación académica de Sánchez (2019) este variable será medida de acuerdo con sus dos dimensiones y se obtendrán puntajes globales, mas no dimensional.	Auto regulación académica	Es un proceso activo mediante el cual se controlan y regulan las cogniciones, la motivación y el comportamiento para lograr los objetivos de aprendizaje.	Test de procrastinación académica (Sanchez Cuenca, 2019). N° de ítems: 20 Duración: 15 a 20 min aprox. Niveles: Alto, medio y bajo.
			Aplazamiento de actividades.	Postergar la realización de tareas académicas, las lecturas y otras actividades.	

Nota. Se desarrollo la operacionalización de la variable sentido del humor, tomando en cuenta las dimensiones sugeridas por Cassarreto y Martínez (2009). En cuanto a la variable procrastinación académica, la operacionalización se desarrolló tomando en cuenta lo propuesto por Sánchez (2019).

Capítulo IV

Metodología de la investigación

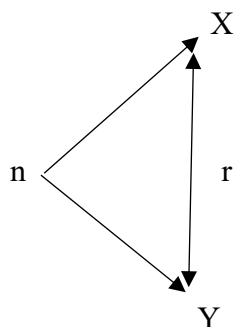
4.1 Enfoque y tipo de investigación

El enfoque utilizado en esta investigación es el cuantitativo, porque este enfoque permite medir fenómenos y usa la estadística, además de lograr mayor precisión en la obtención de resultados y en la generalización de estos. Por otro lado, el tipo de investigación es no experimental, puesto que únicamente se observó y recopiló los datos sin intervenir, manipular o cambiar deliberadamente las variables de estudio (Baptista Lucio, Fernández Collado, & Hernández Sampieri, 2014).

4.2 Diseño de investigación

El estudio se enmarcó en el tipo de investigación no experimental, dado que las variables de estudio fueron medidas tal y como se presentaban, sin la intervención directa de los investigadores. Además, se trató de una investigación de diseño transversal correlacional, puesto que los datos fueron recolectados en un solo momento de tiempo y se buscó explorar la relación o asociación entre las variables de estudio (Baptista Lucio, Fernández Collado, & Hernández Sampieri, Metodología de la investigación, 2014).

Este estudio es explicado por el siguiente esquema:



Donde:

n: Muestra de estudio

X: Sentido del humor

Y: Procrastinación académica

r: Relación entre las variables de estudio

4.3 Población y muestra

4.3.1 Población

La población estuvo constituida por estudiantes matriculados en el semestre académico 2022 – II de la escuela profesional de Psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, siendo en su totalidad 433 estudiantes (Unidad de Estadística, 2022). El dictado de clases para mencionado periodo académico fue de forma remota, sin embargo, hubo excepciones en algunos cursos.

4.3.2 Muestra

Una muestra de estudio es un subconjunto que representa a la población total de un estudio. Este estudio utiliza el tipo de muestreo probabilístico aleatorio simple, en el cual todos los miembros de la población tienen la misma probabilidad de ser seleccionados para formar

parte de la muestra (De la Torre Dueñas & Accostupa Quispe, 2013). La población estuvo formada por 433 estudiantes de psicología matriculados en el semestre académico 2022-2. Esto implicó que cualquier estudiante de psicología que cumpla con los criterios de inclusión tiene la oportunidad de ser seleccionado y formar parte de la muestra de estudio. El muestreo se ha desarrollado de la siguiente forma:

$$n = \frac{N * Z_{\alpha}^2 * P * Q}{e^2 * (N - 1) + Z_{\alpha}^2 * p * q}$$

Donde:

n: Tamaño de muestra buscado

N: Tamaño de la población

Z: Nivel de confianza deseado para este estudio es el 95% = 1.96

e: Error de estimación como máximo y aceptado para este estudio es 0.05

p: Probabilidad de éxito para este estudio será 0.5

q: (1-p) es la probabilidad de que no ocurra un evento para este estudio es de 0.5

Al reemplazar en la formula los datos de esta investigación, tenemos el siguiente resultado:

$$n = \frac{433(1.96)^2 (0.5)(0.5)}{(0.05^2)(433 - 1) + (1.96^2)(0.5)(0.5)}$$

$$N = 204$$

Después de haber realizado el análisis de muestreo probabilístico simple, se obtuvo una muestra aleatoria de 204 estudiantes entre hombres y mujeres. Este análisis se llevó a cabo con un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%.

4.3.2.1 Criterios de selección

Criterios de inclusión: Participaron en el estudio:

- Estudiantes matriculados en el semestre 2022 - 2.
- Estudiantes entre 18 y 25 años.
- Estudiantes de sexo femenino y masculino.
- Estudiantes que gocen de una buena salud física y mental.
- Estudiantes que asisten regularmente a clases.

Criterios de exclusión: No participaron en el estudio:

- Estudiantes no matriculados en el semestre 2022 – 2.
- Estudiantes menores de 18 y mayores de 25 años.
- Estudiantes con enfermedades severas y con discapacidad intelectual.
- Estudiantes que no asisten regularmente a clases.

4.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Se utilizaron una ficha de datos sociodemográficos y dos escalas de medición para cada variable respectivamente. La recolección de datos se llevó a cabo mediante un proceso que involucró cuestionarios virtuales distribuidos a través de correo electrónico. Además de las fichas de datos sociodemográficos y las escalas de medición, utilizadas en esta investigación; existen otras herramientas útiles como la entrevista y la observación. La entrevista, por ejemplo, permite obtener información detallada y personalizada sobre las experiencias y percepciones de los participantes. La observación, por su parte, puede proporcionar datos objetivos sobre el comportamiento y el entorno de los participantes. Es importante elegir la técnica de recolección de datos adecuada para cada situación y tener en cuenta su viabilidad y posibles sesgos. Estas últimas no fueron utilizadas por tratarse de una aplicación virtual, sin embargo, si se aplicó entrevistas virtuales en la aplicación de la prueba piloto para la validación de las escalas de medición de cada variable.

4.4.1 Datos sociodemográficos

Se desarrolló una ficha diseñada específicamente para recolectar datos sociodemográficos de los participantes. Esta ficha permitió obtener información detallada sobre características como edad, sexo, lugar de origen, estado civil, semestre actual, número de cursos tomados durante el semestre y año de inicio de los estudios de los participantes.

4.4.2 Escala del Sentido del Humor (HQS)

Para medir el sentido del humor en la muestra de estudio se utilizó la Escala del Sentido de Humor (HQS) desarrollada por Martin, Puhlik, Larsen, Gray y Weir en el año 2003, que busca la evaluación de cuatro dimensiones, en base a las diferencias individuales. La primera dimensión hace referencia al uso relativamente benigno del humor con el fin de destacar a uno mismo (también llamado humor de mejoramiento personal); la segunda dimensión hacer referencia al humor que tiene como fin mejorar las relaciones de uno con los demás (también llamado humor afiliativo); la tercera dimensión hace referencia al uso del humor para sobresalir a sí mismo a expensas de los demás (también llamado humor agresivo) y la cuarta dimensión hace referencia al uso del humor para realzar relaciones a costa de uno mismo (también llamado humor autodestructivo). Esta escala cuenta con 32 preguntas que se pueden responder en una escala de tipo Likert entre 1 y 7, los puntajes se obtienen únicamente por dimensiones. Asimismo, para el análisis de fiabilidad de esta escala se aplicó a 1195 participantes, obteniéndose resultados de consistencia interna adecuadas, puesto que, los valores de alfa de Cronbach de las cuatro dimensiones se encuentran en un intervalo de .77 a .81. Así también, las Inter correlaciones entre las cuatro dimensiones obtuvieron resultados bajos, lo que nos indica las 4 dimensiones son básicamente diferentes entre sí.

En un estudio realizado en Perú por Cassaretto y Martínez (2009), se adaptó el HQS al contexto peruano y se aplicó a una muestra de 315 estudiantes universitarios de una universidad privada en Lima metropolitana. Mediante un análisis factorial exploratorio de componentes principales con rotación Varimax, se identificaron cuatro factores con una varianza total explicada del 39.62%, obteniendo un KMO de .786 ($p < .001$). Los ítems 22 y 30 de la dimensión de mejoramiento personal, así como los ítems 16 y 28 de la dimensión de descalificación personal, fueron eliminados debido a que no se ubicaron en sus factores correspondientes.

En cuanto a la confiabilidad de la escala, se calcularon los coeficientes alfa de Cronbach. Para la dimensión de afiliación se obtuvo un puntaje de .73, para la dimensión de agresividad se obtuvo un puntaje de .73, para la dimensión de mejoramiento personal se obtuvo un puntaje de .78, y para la dimensión de descalificación personal se obtuvo un puntaje de .64. Cabe mencionar que, para obtener estos puntajes de alfa de Cronbach, se eliminaron los ítems 16, 22, 28 y 30, lo que resultó en una escala reducida de 28 ítems con opciones de respuesta tipo Likert que van del 1 al 7.

Para obtener el puntaje total para la dimensión humor afiliativo se han sumado los ítems 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25 y 29; para la dimensión de humor de automejora se han sumado los ítems 2, 6, 10, 14, 18 y 26; para la dimensión de humor agresivo se han sumado los ítems 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27 y 31; y para la dimensión de humor de auto descalificación se han sumado los ítems 4, 8, 12, 20, 24 y 32.

Los baremos de la escala HQS por dimensiones, son las siguientes:

Tabla 2*Baremos por dimensiones de la escala HQS*

Nivel	Afiliación	Mejoramiento personal	Agresivo	Descalificación personal
Bajo	14 - 34	8 - 26	8 - 20	6 - 15
Medio	35 - 42	27 - 33	21 - 29	16 - 22
Alto	43 - 55	34 - 42	30 - 53	23 - 36

Nota. Datos obtenidos a través del proceso de baremación para escalas Likert en SPSS

4.4.2.1 Validez y confiabilidad de la escala Sentido de Humor (HQS)

Validez: La validez del contenido fue evaluada mediante el método de distancia de puntos múltiples (DPP), el cual consiste en obtener las calificaciones de cinco expertos en el tema. Este método permite medir la validez del instrumento a través del juicio de dichos expertos.

Tabla 3*Calificación de 5 expertos a través del método DPP para la escala de Sentido de Humor (HQS).*

Ítem	Expertos					Promedio
	Experto 1	Experto 2	Experto 3	Experto 4	Experto 5	
1	5	5	5	5	5	5
2	4	5	5	5	5	4.8
3	5	5	5	5	5	5
4	5	5	5	4	5	4.8
5	5	5	5	5	4	4.8
6	5	5	4	5	5	4.8
7	5	5	5	4	5	4.8
8	5	5	5	4	5	4.8
9	5	5	5	5	5	5

Nota. Datos obtenidos de la evaluación de los jueces expertos.

Usando el valor promedio obtenido de la calificación de cada juez experimentado en el área de estudio, la distancia de puntos múltiples (DPP) se calcula de acuerdo con la siguiente fórmula:

$$DPP = \sqrt{(X_1 - Y_1)^2 + (X_2 - Y_2)^2 + \dots + (X_9 - Y_9)^2}$$

Dónde:

X_i = Valor máximo en la escala para el ítem i.

Y_i = El promedio del ítem i.

$$DPP = \sqrt{(5 - 5)^2 + (5 - 4.8)^2 + \dots + (5 - 5)^2}$$

$$DPP = 0.65$$

Tabla 4

Determinación de la valoración de juicio de expertos de acuerdo con la escala valorativa del método DDP

<i>Escala</i>	<i>Valoración</i>	<i>Valoración de Expertos</i>
0 – 2.4	<i>A = Adecuación total</i>	<i>DDP = 0.65</i>
2.4 – 4.8	<i>B = Adecuación en gran medida</i>	
4.8 – 7.2	<i>C = Adecuación promedio</i>	
7.2 – 9.6	<i>D = Escasa Adecuación</i>	
9.6 – 12	<i>E = Inadecuación</i>	

Nota. Escala valorativa tomada de (De la Torre Dueñas & Accostupa Quispe, 2013).

Después de resolver la ecuación, el resultado es $DPP = .65$, que cae en el rango A según la escala de valores. Esto significa que el instrumento es perfectamente adecuado y puede ser usado en la muestra de investigación.

Confiabilidad: Para determinar la confiabilidad del HQS en este estudio, se llevó a cabo una prueba piloto con el 10% de la muestra total. En esta prueba, se aplicó virtualmente a 21 estudiantes de psicología a través de un enlace de Google Formas. Luego, se realizó un análisis de la consistencia interna utilizando el coeficiente alfa de Cronbach para cada dimensión de la escala HQS. Los resultados mostraron que la dimensión de humor afiliativo obtuvo un valor de .86, la dimensión de humor de mejoramiento personal obtuvo un valor de .77, la dimensión de

humor agresivo obtuvo un valor de .77, y la dimensión de humor de auto descalificación obtuvo un valor de .62. Estos valores se consideran aceptables y confiables en términos de la consistencia interna de la escala.

4.5.3 Test de procrastinación académica

En este estudio se utilizó el Test de procrastinación académica desarrollada por Miguel Sánchez Cuenca en el contexto peruano en el año 2019. Esta prueba está diseñada específicamente para evaluar el nivel de procrastinación académica en estudiantes de educación superior. Se administra de forma individual y el tiempo estimado para completarla oscila entre 15 y 20 minutos.

Es importante destacar que algunos ítems de la prueba se presentan en forma inversa, lo que significa que las respuestas se califican al revés. En este caso, los ítems que se presentan de manera inversa son los siguientes: 1, 2, 11, 12, 15, 19 y 20. Esto se hace para evitar sesgos en las respuestas y obtener una medición más precisa de la procrastinación académica en los estudiantes.

El Test de procrastinación académica utilizada en este estudio evalúa diferentes dimensiones relacionadas con la autorregulación académica, el aplazamiento de actividades y la motivación intrínseca. Consiste en un cuestionario compuesto por 20 preguntas que los participantes responden utilizando una escala tipo Likert, donde el valor 1 corresponde a "nunca", el valor 2 corresponde a "a veces" y el valor 3 corresponde a "siempre".

El puntaje total obtenido en la prueba refleja el nivel de procrastinación académica del individuo. Un puntaje en el rango de 46 a 60 puntos indica un nivel alto de procrastinación académica, un puntaje en el rango de 31 a 45 puntos indica un nivel medio de procrastinación académica, y un puntaje en el rango de 20 a 30 puntos indica un nivel bajo de procrastinación

académica. Estos puntajes permiten clasificar y comprender el grado de aplazamiento de tareas en el ámbito académico por parte de los estudiantes evaluados.

Tabla 5

Baremos de la procrastinación académica

Nivel	Intervalo
Bajo	20 – 30
Medio	31 – 45
Alto	46 – 60

Nota. Datos tomados de (Sanchez Cuenca, 2019).

Para la validez del Test de procrastinación académica Sánchez (2019) realizó la validez de contenido a través del juicio de expertos en el cual obtuvo la aceptación y aprobación de 5 expertos, posterior a ello, en una prueba piloto de 30 participantes realizó el cálculo de la R de Pearson bajo el modelo estadístico de la variabilidad de los ítems respecto al puntaje total en el cual obtuvo un valor mayor a .21 en cada ítem.

La confiabilidad de la prueba de la procrastinación académica se calculó en una prueba piloto de 30 participantes a través del índice de Alpha de Cronbach, obteniéndose un puntaje de .827 que representa una buena confiabilidad de la prueba (Sanchez Cuenca, 2019).

4.5.3.1 Validez y confiabilidad del Test de procrastinación Académica (PA)

Validez: La validez del contenido fue evaluada mediante el método DPP, el cual consiste en obtener las calificaciones de cinco expertos en el tema. Este método permite medir la validez del instrumento a través del juicio de dichos expertos.

Tabla 6

Calificación de 5 expertos a través del método DPP para el Test de procrastinación Académica (PA)

Ítem	Expertos					Promedio
	Dr. José Alejandro	Mg. Andre Alberto	Psic. Luis Escalante	Psic. José Antonio	Psic. Durga Johnna	
1	5	5	5	5	5	5
2	5	5	4	5	5	4.8
3	5	5	5	5	5	5
4	5	4	5	5	5	4.8
5	5	5	5	5	5	5
6	5	5	5	5	5	5
7	5	5	5	4	5	4.8
8	5	5	5	5	5	5
9	5	5	5	5	5	5

Nota. Datos obtenidos a través de la evaluación de los jueces expertos.

$$DDP = \sqrt{(X_1 - Y_1)^2 + (X_2 - Y_2)^2 + \dots + (X_9 - Y_9)^2}$$

Dónde:

X_i = Valor máximo en la escala para el ítem i.

Y_i = El promedio del ítem i.

$$DDP = \sqrt{(5 - 5)^2 + (5 - 4.8)^2 + \dots + (5 - 5)^2}$$

$$DDP = 0.35$$

Tabla 7

Determinación de la valoración de juicio de expertos de acuerdo con la escala valorativa

Escala	Valoración	Valoración de Expertos
0 – 2.4	A = Adecuación total	DDP = 0.35
2.4 – 4.8	B = Adecuación en gran medida	
4.8 – 7.2	C = Adecuación promedio	
7.2 – 9.6	D = Escasa Adecuación	
9.6 - 12	E = Inadecuación	

Nota. Datos tomados de (De la Torre Dueñas & Accostupa Quispe, 2013)

Después de resolver la ecuación, el resultado es $DPP = .35$, que cae en el rango A en la escala de valores. Esto significa que el instrumento es perfectamente adecuado y puede aplicarse en la muestra de investigación.

Confiabilidad: Para determinar la confiabilidad en este estudio, se realizó una prueba piloto con el 10% de la muestra total, que consistió en encuestar virtualmente a 21 estudiantes de psicología utilizando un enlace de Google Forms. Posteriormente, se llevó a cabo un análisis de consistencia interna utilizando el coeficiente alfa de Cronbach. Los resultados revelaron un valor de .71, lo cual indica un nivel de confiabilidad aceptable.

El coeficiente alfa de Cronbach se utiliza para evaluar la consistencia interna de un instrumento de medición, en este caso, la prueba utilizada en el estudio. Un valor de .71 sugiere que las preguntas en la prueba están relacionadas entre sí de manera consistente, lo que indica una buena confiabilidad del instrumento.

4.6 Procedimiento de recolección de datos

Primero, se envió una invitación masiva, vía correo electrónico institucional, a todos los estudiantes de psicología que cumplieron con los requisitos de la muestra del estudio para completar un formulario de Google donde se incluyó el consentimiento informado, la información necesaria de cómo completar las pruebas, así como la “escala del sentido del humor” y el “test de procrastinación académica”. Luego, solicitamos permiso a cuatro profesores universitarios de psicología para usar sus clases virtuales con la finalidad de aplicar las pruebas a todos los estudiantes, posteriormente, los profesores universitarios aceptaron proporcionar espacios de tiempo en sus clases virtuales. Una vez, dentro de las clases virtuales se procedió a leer verbal y grupalmente el consentimiento informado, seguido dello, se dio inicio al llenado de las encuestas con una duración de 30 minutos aproximadamente. El trabajo se realizó en 6 clases

virtuales pertenecientes a los semestres segundo, cuarto, quinto, sexto, octavo y decimo semestre.

4.7 Procesamiento y análisis de datos

Para la recopilación de datos, se elaboró el consentimiento informado para la muestra de estudio. Posteriormente, se envió el enlace del formulario que incluye el consentimiento informado, la escala de medición del sentido del humor y el Test de procrastinación académica, vía correo institucional y vía mensaje de la sala de Google meet. Se obtuvieron un total de 212 resultados en la aplicación del formulario virtual. Sin embargo, se excluyeron a tres participantes que no estuvieron de acuerdo con el consentimiento informado y a cinco participantes que informaron ser menores de edad, lo que dejó un total de 204 protocolos de respuestas válidos.

Los datos recopilados fueron analizados utilizando el programa estadístico IBM-SPSS, versión 26. En primer lugar, se realizó el análisis de la estadística descriptiva de las variables sociodemográficas y de las variables de investigación. Luego, se utilizó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, ya que nuestra muestra era mayor a 50 participantes, para determinar si las distribuciones de las variables eran normales.

Tabla 8*Pruebas de normalidad de las variables de estudio*

	<i>Kolmogorov-Smirnov</i>		
	<i>Estadístico</i>	<i>gl</i>	<i>Sig.</i>
Procrastinación académica	,076	204	,006
Humor Afiliativo	,055	204	,200
Humor de automejora	,061	204	,059
Humor agresivo	,054	204	,200
Humor de descalificación personal	,067	204	,028

Nota. Elaboración propia.

En la tabla 8 se evidencia que en las dimensiones de humor afiliativo, de automejora y agresivo hay distribuciones normales, mientras que la dimensión de humor de descalificación personal y procrastinación académica presentaron distribuciones no normales.

Para cumplir con los objetivos específicos 1 y 2, que consistían en comparar grupos según el sexo de los participantes, se utilizó la prueba t de Student para muestras independientes en las dimensiones de humor afiliativo, humor de automejora y humor agresivo, ya que estas variables presentaron distribuciones normales. Para la dimensión de humor de auto descalificación y procrastinación académica, se utilizó la prueba U de Mann-Whitney debido a que presentaron distribuciones no normales.

Asimismo, se empleó el coeficiente de correlación de Rho de Spearman para identificar asociaciones entre el humor afiliativo y la procrastinación académica, entre el humor de automejora y la procrastinación académica, entre el humor agresivo y la procrastinación académica, y entre el humor de auto descalificación y la procrastinación académica. Dado que

las variables de humor de auto descalificación y procrastinación académica no presentaron distribuciones normales.

Tabla 9

Interpretación del coeficiente de correlación de Rho de Spearman

Valor de <i>rho</i>	Interpretación
-1	Correlación negativa perfecta
-0.90 a -0.99	Correlación negativa muy fuerte
-0.70 a -0.89	Correlación negativa considerable
-0.40 a 0.69	Correlación negativa media
-0.20 a - 0.39	Correlación negativa débil
-0.01 a 0.19	Correlación negativa muy débil
0	No existe correlación
0.01 a 0.19	Correlación positiva muy débil
0.20 a 0.39	Correlación positiva débil
0.40 a 0.69	Correlación positiva media
0.70 a 0.89	Correlación positiva considerable
0.90 a 0.99	Correlación positiva muy fuerte
1	Correlación positiva perfecta

Nota. Datos obtenidos de **(Baptista Lucio, Fernández Collado, & Hernández Sampieri, 2010)**.

Por último, se hizo la interpretación del coeficiente de correlación Rho de Spearman (ver tabla 9) para determinar el grado de relación entre ambas variables con la finalidad de realizar la prueba de hipótesis.

Tabla 10

Matriz de consistencia de la investigación

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables E Indicadores	Metodología
Problema general ¿Cuál es la relación entre el sentido del humor y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022?	Objetivo general Determinar la relación entre el sentido del humor y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022.	Hipótesis general Existe relación estadísticamente significativa entre el sentido del humor y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022.	Variables Sentido del humor. Procrastinación académica. Sexo.	Tipo de investigación No experimental.
Problemas específicos 1. ¿Cuáles son las diferencias en el sentido del humor, según sexo? 2. ¿Cuáles son las diferencias de la procrastinación académica, según sexo? 3. ¿Cuál es la relación entre el humor afiliativo y la procrastinación académica? 4. ¿Cuál es la relación entre el humor de automejora y procrastinación académica? 5. ¿Cuál es la relación entre el humor agresivo y la procrastinación académica? 6. ¿Cuál es la relación entre el humor de auto descalificación y la procrastinación académica?	Objetivos específicos 1. Identificar y comparar el sentido del humor, según sexo. 2. Identificar y comparar la procrastinación académica, según sexo. 3. Determinar la relación entre el humor afiliativo y la procrastinación académica. 4. Determinar la relación entre el humor de automejora y la procrastinación académica. 5. Determinar la relación entre el humor agresivo y la procrastinación académica. 6. Determinar la relación entre el humor de auto descalificación y la procrastinación académica.	Hipótesis específicas 1. Existen diferencias estadísticamente significativas en el sentido del humor, según sexo. 2. Existen diferencias estadísticamente significativas en la procrastinación académica, según sexo. 3. Existe relación estadísticamente significativa entre el humor afiliativo y la procrastinación académica. 4. Existe relación estadísticamente significativa entre el humor de automejora y la procrastinación académica. 5. Existe relación estadísticamente significativa entre el humor agresivo y la procrastinación académica. 6. Existe relación estadísticamente significativa entre el humor de auto descalificación y la procrastinación académica.	Técnicas de recolección de datos • Cuestionarios • Excel • SPS	Diseño de la investigación Transversal-Correlacional
				Instrumentos de medición 1. Escala de Sentido del Humor (Cassaretto y Martínez, 2009). 2. Test de procrastinación académica (Sánchez, 2019).

Nota. Elaboración propia.

Capítulo V

Resultados

En este capítulo se presentan los resultados obtenidos en esta investigación, en línea con los objetivos planteados. En primer lugar, se exponen los resultados sociodemográficos del estudio. A continuación, se presentan los resultados descriptivos de los puntajes de las dimensiones de la variable **sentido del humor**, así como del puntaje global de la variable **procrastinación académica**. Además, se destacan los resultados más relevantes encontrados entre las variables de investigación y los datos sociodemográficos. Por último, de acuerdo con el objetivo general del estudio, se analiza la relación entre las dimensiones del **sentido del humor** y la **procrastinación académica**.

5.1 Resultados sociodemográficos

Los participantes de este estudio fueron estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco que se encontraban matriculados en el semestre 2022 – 2 y todos ellos eran mayores de edad.

La muestra del estudio estuvo compuesta por un total de 204 estudiantes, de los cuales 143 eran mujeres (70.1%) y 61 eran hombres (29.9%). La edad de los participantes se encontraba en un rango comprendido entre los 18 y los 25 años, con una edad media de 21.16 años con una

$DE = 2.9$. Asimismo, 95 participantes (46.6%) son de la ciudad del Cusco, 90 participantes (44.1%) son de provincias y 19 participantes (9.3%) son de otras regiones del Perú. Además, los participantes reportaron que 143 dellos (70.1%) viven con sus padres y hermanos, 42 dellos (20.6%) viven solos, 15 dellos (7.4%) viven con algún familiar y 4 dellos (2%) viven con amigos o compañeros. Adicional a ello, 55 participantes (27%) manifestaron tener pareja y 149 participantes (73%) manifestaron no tener pareja.

Los participantes de este estudio fueron estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la UNSAAC que se encontraban cursando desde el primer hasta el décimo semestre de la carrera siendo 13 estudiantes (6.4%) del primer semestre, 42 estudiantes (20.6%) del segundo semestre, 8 estudiantes (3.9%) del tercer semestre, 43 estudiantes (21.1%) del cuarto semestre, 21 estudiantes (10.3%) del quinto semestre, 16 estudiantes (7.8%) del sexto semestre, 11 estudiantes (5.4%) del séptimo semestre, 11 estudiantes (5.4%) del octavo semestre, 14 estudiantes (6.9%) del noveno semestre y 25 estudiantes (12.3%) del décimo semestre. Adicional a ello, se encontró que la media de cursos que llevan los estudiantes fue de 6 cursos con un $DE = 1.54$ y los rangos fueron de 1 curso a 8 cursos.

5.2 Análisis descriptivo

Sentido del humor

A continuación, se presenta la tabla 11 que muestra las frecuencias y porcentajes correspondientes a las cuatro dimensiones del sentido del humor analizados en el estudio.

Tabla 11*Datos descriptivos de la Variable “Sentido del humor”*

Dimensiones del sentido del humor	<i>Nivel bajo</i>		<i>Nivel medio</i>		<i>Nivel alto</i>	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Afiliativo	71	34.8	79	38.7	54	26.5
Mejoramiento personal	69	33.8	78	38.2	57	27.9
Agresivo	63	30.9	83	40.7	58	28.4
Descalificación personal	65	31.9	82	40.2	57	27.9

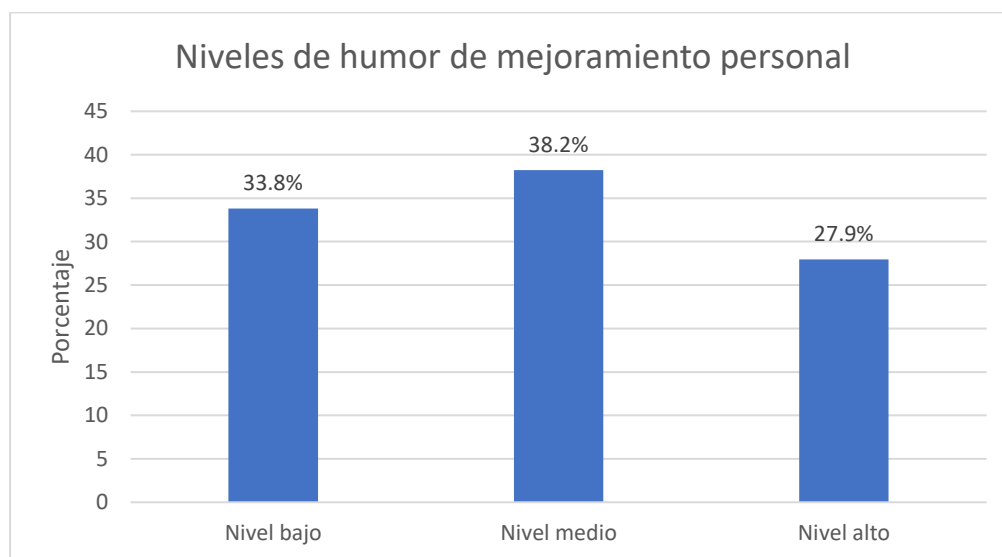
Nota. Elaboración propia.**Figura 2***Niveles de humor afiliativo**Nota.* Elaboración propia.

Los resultados obtenidos en la tabla 11 y la figura 2, señalan que 71 estudiantes (34.8%) presentan un nivel bajo de humor afiliativo 79 estudiantes (38.7) presentan un nivel medio de humor afiliativo y 54 estudiantes (26.5%) presentan un nivel alto de humor afiliativo. Los resultados indican que la mayoría de los estudiantes usan moderadamente el humor afiliativo, el

cual se caracteriza por usar el humor para mejorar las relaciones sociales y para generar un ambiente de paz y armonía.

Figura 3

Niveles de humor de mejoramiento personal

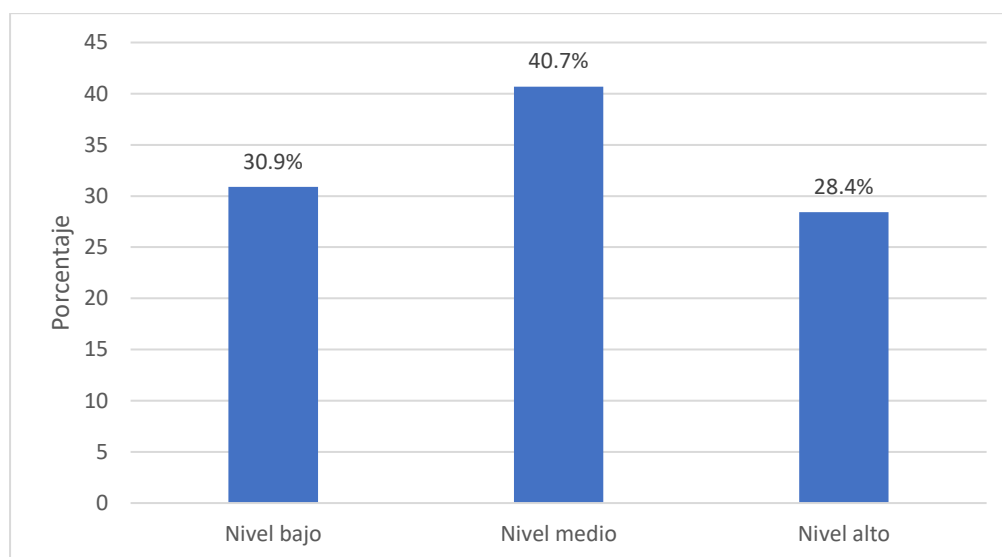


Nota. Elaboración propia.

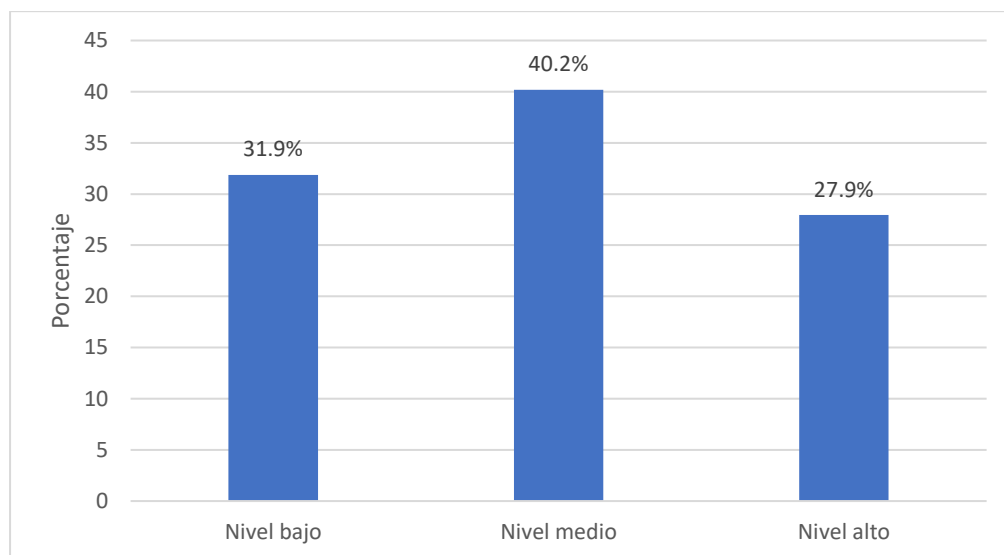
Los resultados obtenidos en la tabla 11 y la figura 3, señalan que 69 estudiantes (33.8%) presentan un nivel bajo de humor de mejoramiento personal, 78 estudiantes (38.2%) presentan un nivel medio de humor de mejoramiento personal y 57 estudiantes (27.9%) manifestaron tener un nivel alto de humor de mejoramiento personal. Estos hallazgos indican que gran número de estudiantes usan moderadamente el humor para aumentarse la autoestima, para percibir todas sus vivencias de manera cómica y sarcástica sin alejarse del contexto real y para manejar las adversidades con bastante humor.

Figura 4

Niveles de humor agresivo.



Los resultados obtenidos en la tabla 11 y en la figura 4, señalan que 63 estudiantes (30.9%) presentan un nivel bajo de humor agresivo, 83 estudiantes (40.7%) manifestaron tener un nivel medio de humor agresivo y 58 estudiantes (28.4%) manifestaron tener un nivel alto de humor agresivo. El mayor porcentaje de estudiantes usa modernamente el humor para expresarse de manera sarcástica, burlona y despectiva de sus compañeros, además de poner en ridículo y hacer quedar mal a los demás.

Figura 5*Niveles de humor de descalificación personal*

Nota. Elaboración propia.

Los resultados obtenidos en la tabla 11 y la figura 5, señalan que 65 estudiantes (31.9%) presentan un nivel bajo de humor de descalificación personal, 82 estudiantes (40.2%) presentan un nivel medio de humor de descalificación personal y 57 estudiantes (27.9%) presentan un nivel alto de humor de auto descalificación. Estos hallazgos refieren que el mayor porcentaje de estudiantes usan moderadamente el humor como medio de aprobación social ya que con la intención de divertir a los demás compañeros uno es capaz de burlarse de sí mismo.

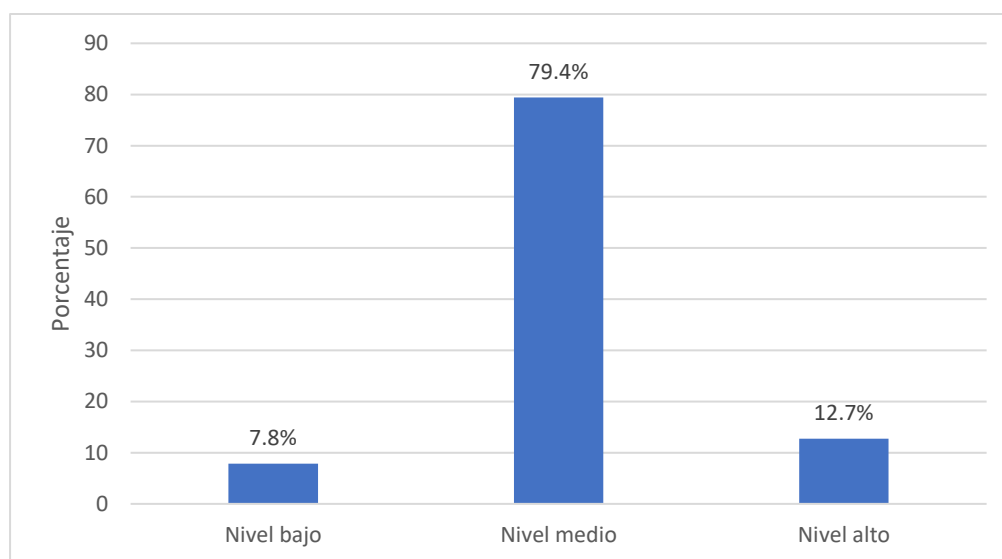
Procrastinación académica

En la tabla 12 se da a conocer las diferentes frecuencias y porcentaje de la procrastinación académica en la muestra evaluada.

Tabla 12*Datos descriptivos de la variable procrastinación académica*

Variable	<i>Nivel bajo</i>		<i>Nivel medio</i>		<i>Nivel alto</i>	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%
*Puntaje global de procrastinación académica	16	7.8	162	79.4	26	12.7

Nota. *Medida que es utilizada para tener una visión general de la variable.

Figura 6*Niveles de procrastinación académica*

Nota. Elaboración propia.

Los resultados obtenidos en la tabla 12 y en la figura 6, señalan que 16 estudiantes (7.8%) presentan un nivel bajo de procrastinación académica, mientras que 162 estudiantes (79.4%) presentan un nivel medio de procrastinación académica y 26 estudiantes (12.7%) presentan un nivel alto de procrastinación académica. Estos resultados indican que la mayoría de los evaluados tiende a tener un nivel moderado de postergación de tareas académicas y aplazamiento injustificado de actividades planificadas.

5.3 Análisis inferencial

Dimensiones del sentido del humor

Con el propósito de identificar posibles diferencias significativas entre el sentido del humor y las variables sociodemográficas, se llevaron a cabo análisis estadísticos empleando la prueba T de Student para muestras independientes. Esta prueba se aplicó específicamente a las dimensiones de humor afiliativo, humor de automejora y humor agresivo, dado que dichas dimensiones exhibieron una distribución normal en la prueba de normalidad (ver anexo 11).

Tabla 13

Diferencias en las dimensiones del sentido del humor según sexo

Dimensiones del sentido del humor	Sexo				<i>t</i> (202)	<i>p</i>
	Mujer <i>n</i> =143		Hombre <i>n</i> =61			
	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>		
Afiliativo	37.27	7.89	38.52	7.95	-1.04	.29
Automejora	29.19	6.64	29.51	7.29	-.30	.76
Agresivo	23.06	6.80	29.13	8.65	-5.36	<.001

Nota. Elaboración propia.

En la tabla 13 se presenta el análisis de comparación entre dos muestras independientes, revelando diferencias significativas en la dimensión de humor agresivo en función de la variable sociodemográfica de sexo. Este hallazgo indica que los hombres mostraron un empleo notablemente mayor del humor agresivo en comparación con el grupo de mujeres.

Por lo expuesto anteriormente, se acepta la hipótesis específica alterna: “Existen diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones del sentido del humor, según sexo, en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022”.

Por otro lado, debido a que el puntaje de distribución en la dimensión de humor de auto descalificación no mostró una distribución normal (ver anexo 7), se utilizó la prueba U de Mann-Whitney para analizar las diferencias en las medias entre grupos.

Tabla 14

Diferencias de la dimensión de humor de auto descalificación según sexo

Dimensiones del sentido del humor	Sexo				<i>U</i>	<i>p</i>
	Mujer <i>n</i> =143		Hombre <i>n</i> =61			
	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>		
Auto descalificación	17.88	5.98	21.00	6.88	3166.50	.002

Nota. Elaboración propia.

En la tabla 14 se observa la diferencia significativa en la dimensión de humor de auto descalificación según la variable sociodemográfica del sexo. Específicamente, se encontró que los hombres tienden a utilizar el humor de auto descalificación de manera significativamente mayor en comparación con el grupo de mujeres.

En base a este resultado, se acepta la hipótesis específica alterna: “Existen diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones del sentido del humor, según sexo, en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022”.

Procrastinación académica

Debido a que el puntaje de distribución de la variable procrastinación académica no mostró una distribución normal (ver anexo 11), se utilizó la prueba U de Mann-Whitney para analizar las diferencias en las medias entre grupos.

Tabla 15*Diferencias de la procrastinación académica según sexo*

	Sexo				<i>U</i>	<i>P</i>
	Mujer <i>n</i> =143		Hombre <i>n</i> =61			
	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>		
Procrastinación académica	39.65	5.33	37.90	6.12	3591.50	.046

Nota. Elaboración propia.

En la tabla 15 se observa la diferencia estadísticamente significativa en la procrastinación académica en función de la variable sociodemográfica de sexo. Esto significa que el grupo de mujeres tienden a procrastinar de manera significativamente mayor en comparación con el grupo de hombres.

Por lo expuesto anteriormente, se acepta la hipótesis específica alterna: “Existen diferencias estadísticamente significativas de la procrastinación académica, según sexo, en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022”.

Sentido del humor y procrastinación académica

A continuación, nos adentraremos en el análisis de correlación entre las variables de estudio, buscando identificar patrones y relaciones significativas que puedan arrojar luz sobre la complejidad intrínseca de nuestro fenómeno de investigación.

Tabla 16*Correlación entre la dimensión de humor afiliativo y procrastinación académica.*

Dimensiones del sentido del humor	Procrastinación académica	
	<i>Rho</i>	<i>p</i>
Afiliativo	-.162	.02

Nota. Elaboración propia.

En la tabla 16 se muestra el análisis de correlación entre la dimensión de humor afiliativo y la procrastinación académica, revelando una correlación negativa y estadísticamente significativa. Aunque la correlación es negativa, su intensidad es considerada muy débil según el nivel establecido. Esto sugiere que a medida que aumenta el humor afiliativo, la procrastinación académica tiende a disminuir, indicando una relación inversa entre ambas variables.

Por lo expuesto anteriormente, se acepta la hipótesis específica alterna: “Existe relación estadísticamente significativa entre el humor afiliativo y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022”.

Tabla 17

Correlación entre la dimensión de humor de automejora y la procrastinación académica.

Dimensión del sentido del humor	Procrastinación académica	
	<i>Rho</i>	<i>p</i>
Automejora	-.131	.06

Nota. Elaboración propia.

En la tabla 17 se muestra el análisis de correlación entre la dimensión de humor de automejora y la procrastinación académica, revelando que no existe correlación estadísticamente significativa entre ambas variables ($p > 0.05$).

Por lo expuesto anteriormente, se acepta la hipótesis específica nula y se rechaza la hipótesis específica alterna: “Existe relación estadísticamente significativa entre el humor de automejora y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022”.

Tabla 18

Correlación entre la dimensión de humor agresivo y la procrastinación académica.

Dimensión del sentido del humor	Procrastinación académica	
	<i>Rho</i>	<i>p</i>
Agresivo	.088	.21

Nota. Elaboración propia.

En la tabla 18 se muestra el análisis de correlación entre la dimensión de humor agresivo y la procrastinación académica, revelando que no existe correlación estadísticamente significativa entre ambas variables ($p > 0.05$).

Por lo expuesto anteriormente, se acepta la hipótesis específica nula y se rechaza la hipótesis específica alterna: “Existe relación estadísticamente significativa entre el humor agresivo y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022”.

Tabla 19

Correlación entre la dimensión de humor de descalificación personal y la procrastinación académica.

Dimensión de humor	Procrastinación académica	
	<i>Rho</i>	<i>p</i>
Descalificación personal	.135	.06

Nota. Elaboración propia.

En la tabla 19 se muestra el análisis de correlación entre la dimensión de humor de descalificación personal y la procrastinación académica, revelando que no existe correlación estadísticamente significativa entre ambas variables ($p > 0.05$).

Por lo expuesto anteriormente, se acepta la hipótesis específica nula y se rechaza la hipótesis específica alterna: “Existe relación estadísticamente significativa entre el humor de descalificación personal y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022”.

Capítulo VI

Discusión de los resultados

En este estudio, se exploró la posible asociación entre el sentido del humor y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco durante el año 2022. A continuación, se analizarán y discutirán los resultados obtenidos en relación con el sentido del humor y la procrastinación académica. Posteriormente, se discutirán los objetivos específicos de esta investigación con el fin de profundizar en los hallazgos y su relevancia para la comprensión de estos aspectos en el contexto estudiantil.

Primera: en referencia a los niveles hallados sobre las cuatro dimensiones del sentido del humor en estudiantes de Psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022, son los siguientes: se evidencia que gran número de estudiantes manifestaron tener un nivel moderado de humor afiliativo, esto quiere decir que el uso del humor en estos estudiantes se caracteriza por hacer reír a sus compañeros al realizar cosas graciosas con la finalidad de hacer que sus relaciones sociales sean más agradables entre ellos, estos estudiantes se caracterizan por ser más sociables, más extrovertidos y con mayor estabilidad emocional; Además a ello, gran número de estudiantes manifestaron tener un nivel moderado del humor de

mejoramiento personal, lo cual significa que los estudiantes perciben las adversidades del entorno académico con bastante humor con el fin de evitar todo tipo de emociones negativas generadas por la ansiedad y el estrés que son generados por las demandas académicas; Asimismo, gran número de estudiantes manifestaron tener un nivel moderado de humor agresivo lo cual significa que usan moderadamente el humor dentro del ambiente académico para burlarse de sus compañeros, tratándolos de formas despectivas y menospreciándolos; Adicional a ello, gran número de estudiantes manifestaron usar moderadamente el humor de forma auto descalificativa, es decir hacen reír a sus compañeros con la intención de promover sus relaciones interpersonales sin importar de menospreciarse a sí mismo o burlarse de sí mismo. Los resultados encontrados en este estudio muestran similitudes con los hallazgos de la investigación realizada por Romero (2019). En ambos estudios se concluyó que no existen diferencias significativas en los niveles del sentido del humor afiliativo, de automejora, agresivo y de descalificación personal. Esto sugiere que tanto hombres como mujeres presentan un nivel moderado en todo el sentido del humor y que utilizan el humor de manera similar para divertir a sus compañeros y mejorar sus relaciones interpersonales. Estos resultados respaldan la idea de que el humor es una herramienta comúnmente utilizada para fortalecer las relaciones sociales y promover un ambiente amigable y cordial entre los estudiantes de psicología en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

No obstante, los resultados hallados en este estudio difieren de los hallazgos de Salavera et al. (2018) y Gadea (2015). En el estudio de Salavera et al., se encontró que los estudiantes universitarios presentaban un mayor nivel de uso de humor positivo, como el humor afiliativo y el humor de mejora personal, y un menor nivel de uso de humor desadaptativo, como el humor agresivo y el humor de descalificación personal. Además, en el estudio de Gadea sobre

estudiantes de nivel secundario, se concluyó que los adolescentes reportaron un mayor uso de humor benevolente, que incluye el humor afiliativo y el humor de mejora personal, en comparación con el humor perjudicial, que abarca el humor agresivo y el humor de descalificación personal.

Por consiguiente, bajo lo expuesto anteriormente y al examinar los hallazgos de este estudio confirmamos que las clases virtuales y semipresenciales genera una falta de socialización e interacción entre compañeros dentro de un salón de clases, es por ello por lo que en este estudio no se encontró diferencias en las cuatro dimensiones del sentido del humor a comparación de los otros dos estudios donde los evaluados fueron estudiantes que asistían a clases presenciales y donde si hubo diferencias en el sentido del humor.

Segunda: en referencia a los niveles de procrastinación académica en los estudiantes de Psicología, se encontró que gran número de los evaluados (79.4) % manifestaron tener un nivel moderado de procrastinación académica lo cual significa una moderada actitud de postergar el cumplimiento de tareas y proyectos, así como evitar la realización de tareas que resultan ser complicadas con el fin de generar emociones negativas como la frustración. Estos hallazgos tienen parecido con lo que sostiene Quispe (2019) quien trabajo con estudiantes de primeros ciclos de una Universidad del Cusco, donde los estudiantes manifestaron tener un nivel moderado de procrastinación académica. Pero, en lo que no concuerda es en el estudio de Pilares (2020), quien trabajo con estudiantes de la facultad de ciencias de la Salud de una universidad Privada de la Ciudad del Cusco donde se evidencio que la mayoría de los estudiantes tenían un nivel alto de procrastinación académica. Por consiguiente, en base a lo expuesto anteriormente y al evaluar estos resultados, concluimos que la procrastinación académica de alguna u otra forma está

presente en los ambientes académicos ya se con un nivel moderado o un nivel alto, esto dependiendo de las circunstancias.

Tercera: en función al objetivo específico que tiene como propósito contrastar el sentido del humor en estudiantes de Psicología de acuerdo con el sexo, se pudo encontrar diferencias significativas en el humor agresivo $t(202) = -5.36, p = <.001$ y el humor de descalificación personal $U=3166.5, p = .002$ donde se encontró que los hombres tienen un mayor uso del humor agresivo y de descalificación personal a comparación con las mujeres. Esto quiere decir que en los ambientes académicos los hombres a comparación de las mujeres son los que tienen una mayor actitud de hacer reír a su salón de clases al burlarse o al ridiculizar a sus compañeros y también son capaces de burlarse o ridiculizarse a sí mismos. Después de analizar la información proporcionada, se rechaza la hipótesis nula y se confirma la hipótesis de investigación, la cual sugiere que existen diferencias en el sentido del humor según el género de los estudiantes. Estos resultados guardan relación con las investigaciones de Salavera et al. (2018) en estudiantes universitarios donde los hombres a comparación de las mujeres hacen mayor uso del humor tanto positivo (afiliativo y de auto mejora) como negativo (agresivo y descalificación personal); Gadea (2015) en adolescentes, quien señala que los hombres a comparación de las mujeres hacen mayor uso del humor agresivo; y Romero (2019) en estudiantes de una institución educativa del Callao donde se evidenció que los hombres a comparación de las mujeres tienen mayor uso del humor auto descalificativo, humor de automejora y el humor agresivo, sin embargo las mujeres obtuvieron un mayor puntaje que los hombres en el uso del humor afiliativo.

Por consiguiente, bajo lo expuesto anteriormente y al evaluar estos resultados, inferimos que estas diferencias se explicarían por el uso de habilidades y actitudes sociales entre hombres y mujeres, tal como lo menciona Romero (2019) quien refiere que los hombres tienden a tener

problemas para expresar lo que piensan y sienten, tienen poca conducta prosocial y tienen menor calidad de relación entre compañeros, mientras que las mujeres tienden a relacionarse entre compañeros con facilidad, se preocupan por el bienestar social y son más atentas. Por otro lado, estas diferencias también podrían ser explicados por los estereotipos de comportamiento entre hombres y mujeres de nuestro entorno social, así lo explica Gadea (2015) quien hace referencia que las mujeres desde temprana edad son condicionadas a no expresarse de forma agresiva, ni tosca y ni brusca, haciendo que las mujeres eviten el uso del sentido del humor desadaptativos (agresivo y descalificación personal), sin embargo, ellas tienen otras estrategias para interactuar en el medio social, las cuales se basan en el uso de habilidades sociales, escucha activa, una buena comunicación corporal, entre otras. Pero este condicionamiento no es tan evidente en los hombres quienes desde temprana edad siguen los modelos parentales tradicionales donde el comportamiento agresivo e imperativo es necesario para ganar un mayor espacio en la sociedad, es por eso por lo que las conductas toscas y bruscas entre niños resulta ser algo normal.

Cuarta: en referencia al objetivo específico que busca contrastar la procrastinación académica de acuerdo con el sexo en los estudiantes de Psicología, se pudo encontrar diferencias significativas en la procrastinación académica $U = 3591.5, p = .046$ donde el promedio de mujeres puntuó más que el promedio de los hombres. Esto implica que existe una inclinación entre las mujeres a posponer la ejecución de sus labores, deberes y entregas en mayor medida que los hombres. Basándonos en la información presentada, la hipótesis nula es rechazada, y en cambio, se confirma la hipótesis de investigación que indica que hay diferencias estadísticamente significativas en la tendencia a la procrastinación académica en función del sexo. Estos resultados difieren a las investigaciones de Pilares (2020) quien trabajó con estudiantes de la facultad de ciencias de la salud de una Universidad Privada de la ciudad del Cusco y Quispe

(2019) quien trabajó con estudiantes de primeros ciclos de una Universidad del Cusco, estos investigadores señalan que no se encontraron diferencias significativas en la procrastinación académica de acuerdo con el sexo de los participantes. Sin embargo, Fausto (2021) en su estudio sobre la procrastinación académica y creencias irracionales en estudiantes de secundaria, concluye que la procrastinación académica se relaciona positiva y en un nivel alto con las creencias irracionales relacionadas con el perfeccionismo.

Por consiguiente, tras analizar la información previamente expuesta y realizar una evaluación exhaustiva de los resultados, llegamos a la conclusión de que esta diferencia o divergencia en el sexo de los participantes con la procrastinación académica se debe a que las mujeres tienden a ser más detallistas, perfeccionistas y tienen mayor temor al fracaso a comparación con los hombres. Estremadoiro (2021), explica que el perfeccionismo guarda estrecha relación con la procrastinación académica y esta conducta sobresale más en las mujeres que en los hombres, es por ello que las mujeres tienden a establecer metas altas y a la vez irreales, y este perfeccionismo genera en las mujeres la postergación de sus actividades ya que tienen miedo a fracasar en el cumplimiento de sus objetivos trazados; Asimismo, esta investigadora hace referencia que las mujeres tienen un mayor nivel de miedo al fracaso a comparación con los hombres.

Quinta: en referencia del objetivo específico que tiene como propósito determinar la relación estadísticamente significativa entre el humor afiliativo y la procrastinación académica en estudiantes de psicología, se pudo encontrar que el valor calculado para el índice de correlación no paramétrico fue $\rho = -.162, p = .02$. La evidencia sugiere la presencia de una relación inversa entre ambas variables, indicando que, de acuerdo con los criterios de Cohen, el nivel de efecto o asociación observado es de magnitud pequeña. Esto significa que mientras haya

un mayor nivel de humor afiliativo habrá un menor nivel de procrastinación académica y viceversa, es decir el hecho de usar el humor con la finalidad de hacer reír a los demás y de mejorar las relaciones sociales hace que un estudiante tienda a no postergar sus actividades académicas. Ante lo expuesto, se rechaza la hipótesis nula y se confirma la hipótesis de investigación, la cual sostiene que hay una relación estadísticamente significativa entre el humor afiliativo y la tendencia a la procrastinación académica. No se encontraron antecedentes de estudio que hayan relacionado a estas dos variables anteriormente y es por ello por lo que no se puede hacer una discusión comparativa con los hallazgos de esta investigación. Adicional a ello, es la primera vez que se relaciona el sentido del humor y la procrastinación académica por lo que todos los resultados obtenidos en esta investigación son novedosos y originales, los cuales servirán de antecedentes para las futuras investigaciones. Sin embargo, al comparar los resultados de esta investigación con otras investigaciones que guardan parecido con esta investigación, se encontró a Salavera (2018) quien realizó un estudio sobre el sentido de humor, afectos y personalidad en estudiantes universitarios, donde concluye que las personas que tienen mayor uso del humor afiliativo también tienden a mostrar mayores niveles de actividad, sociabilidad y mayor impulsividad. Además, Poma (2021) que estudio la relación entre los estilos de personalidad y la procrastinación académica, concluye que existe una baja correlación positiva entre el estilo de personalidad cooperativo, sociable, confiado, y sensible con la procrastinación académica. Asimismo, Revilla (2013) quien estudio el sentido de humor y la felicidad en jóvenes universitarios, concluye que existe correlaciones significativas entre el humor afiliativo y mejoramiento personal con la felicidad, esto significa que el humor positivo funciona como soporte ante las demandas y adversidades.

Por consiguiente, con base en lo previamente expuesto y tras examinar los resultados obtenidos, corroboramos que mientras mayor sea el uso de hacer chistes, contar cosas cómicas y divertir a los demás compañeros, tanto con el fin de promover las relaciones interpersonales entre compañeros o para disminuir las situaciones tensas, menor serán las conductas de postergación de actividades académicas; produciendo niveles óptimos de actividad y socialización que genera un buen bienestar y logro de objetivos en los estudiantes.

Sexta: en referencia al objetivo específico que buscan determinar la relación entre el humor de automejora y la procrastinación académica en estudiantes de Psicología, se pudo observar que el índice de correlación rho de Spearman es de $-.131$ con coeficiente de significancia de $p = .06$. Esto significa que no hay correlación estadísticamente significativa entre las dos variables. Esto nos da a entender que las conductas de los estudiantes de psicología se caracterizan por tomar con bastante humor las adversidades y las diversas situaciones académicas, no guarda relación alguna con la procrastinación académica. En consecuencia, se valida la hipótesis nula y se descarta la hipótesis de investigación, la cual postulaba que había una asociación entre el humor de automejora y la procrastinación académica. En otras palabras, los datos y el análisis realizado no proporcionaron suficiente evidencia para respaldar la idea de que existe una relación significativa entre el uso de humor de automejora y la tendencia a procrastinar en el ámbito académico. Anteriormente no se ha realizado correlaciones con estas dos variables de estudio, por lo cual no se cuenta con investigaciones previas a este estudio para realizar las discusiones comparativas, sin embargo, existen otras investigaciones que tienen parecido con las variables del presente estudio, entre ellas tenemos a Salavera (2018) quien concluye que las personas que tienen buen uso del humor de automejora, presentan bajos niveles de ansiedad. Además, Losada y Lacasta (2019) explica que tener un buen nivel de humor de

automejora genera en las personas un buen nivel de salud, así como mejora la resiliencia y genera una buena calidad de vida.

Séptima: en relación con el objetivo específico que busca determinar la relación entre el humor agresivo y la procrastinación académica en estudiantes de Psicología, se pudo observar que el índice de correlación rho de Spearman es de .088 con un coeficiente de significancia de $p = .21$. Los resultados obtenidos indican que no hay una asociación estadísticamente significativa entre las dos variables en cuestión. En otras palabras, los datos recopilados sugieren que no hay una relación importante o relevante entre ambas. Esto explica que la tendencia en los estudiantes de usar el humor con el objetivo de molestar con bromas y poner en ridículo a sus compañeros, no guardan relación con las conductas de procrastinación dentro de los espacios académicos. En tal sentido, la evidencia respalda la hipótesis nula y refuta la hipótesis de investigación que postulaba una conexión entre el humor agresivo y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco. No se encontraron antecedentes bibliográficos que hayan asociado ambas variables anteriormente, para hacer una discusión comparativa. Adicional a ello, esta asociación realizada en el presente estudio resulta ser novedosa y originaria, la cual servirá de antecedentes para futuras investigaciones. Sin embargo, esta no asociación entre ambas variables podría deberse a que el humor guarda estrecha relación a emociones positivas y sociales en general tal y como lo menciona Cassaretto y Martínez (2009) quienes concluyen que existe una relación positiva entre el sentido de humor y la calidad de vida, bienestar, reducción del dolor y mayores nivel de salud en general; además, a ello, la teoría Psicoanalítica explica que el uso del humor en el hombre tiene como fin generar placer en las personas; mas no se ha evidenciado asociaciones del sentido del humor con cierto

tipo de conductas que implican compromiso y responsabilidad como es la procrastinación académica.

Octava: respecto al objetivo específico que tiene como propósito determinar la relación entre el humor de auto descalificación personal y la procrastinación académica en estudiantes de Psicología, se pudo observar que el índice de correlación rho de Spearman es de .031 con un coeficiente de significancia de $p = .06$. La información recopilada revela que no hay una conexión estadísticamente significativa entre las dos variables en cuestión. Esto significa que las conductas en los estudiantes que implican ridiculizarse así mismas con el propósito de conseguir aceptación social no tienden a relacionarse con la procrastinación académica. Basándonos en los resultados obtenidos, confirmamos la hipótesis nula y rechazamos la hipótesis de investigación que sugería una asociación entre el humor de auto descalificación y la procrastinación académica en estudiantes de Psicología. No se encontraron antecedentes bibliográficos que hayan asociado ambas variables anteriormente, para hacer una discusión comparativa. Adicional a ello, esta asociación realizada en el presente estudio resulta ser novedosa y originaria, la cual servirá de antecedentes para futuras investigaciones. Sin embargo, la dimensión de humor de auto descalificación tal y como le menciona Cumpén (2020) es usado frecuentemente por personas que tienen una baja autoestima, adicional a ello, Estremadoiro (2021) refiere que existe una relación inversamente proporcional entre la autoestima y la procrastinación académica, es decir mientras haya mayor nivel de autoestima en las personas, menor será los niveles de procrastinación académica. Es por ellos, que se esperaba encontrar asociación entre el humor de auto descalificación y la procrastinación académica, sin embargo, se recomienda a futuras investigaciones trabajar en estas variables. Por consiguiente, bajo lo expuesto anteriormente y al evaluar estos resultados, concluimos que esta no asociación entre ambas variables podría

explicarse en las diferencias que existe entre el humor y la autoestima. Ya que, el humor se considera como un estado temporal o transitorio que se relaciona con situaciones psicológicas internas y externas, por lo tanto, es variable; mientras que la autoestima se considera como una apreciación global que un individuo hace sobre sí mismo y es considerado como un rasgo de personalidad, lo que nos da a entender que es estable y duradera en el tiempo.

Capítulo VII

Conclusiones y recomendaciones

7.1 Conclusiones

Primera: se ha encontrado que existe una relación significativa entre los estilos del humor y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco en 2022. Esta relación se manifiesta principalmente en la correlación negativa entre el humor afiliativo y la procrastinación académica, lo que indica que el uso del humor afiliativo puede ser un factor protector contra la procrastinación.

Segunda: los estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco presentan niveles moderados en las cuatro dimensiones del sentido del humor: afiliativo (34,8% nivel bajo, 38,7% nivel medio, 26,5% nivel alto), automejora (33,8% nivel bajo, 38,2% nivel medio, 27,9% nivel alto), agresivo (30,9% nivel bajo, 40,7% nivel medio, 28,4% nivel alto) y descalificación personal (31,9% nivel bajo, 40,2% nivel medio, 27,9% nivel alto).

Por otro lado, se identificaron diferencias significativas en el uso del humor agresivo y el humor de auto descalificación entre hombres y mujeres, siendo más frecuente en los hombres el

empleo de humor agresivo y el humor de auto descalificación. Esto sugiere que el sexo puede ser un factor determinante en el uso de estas dimensiones del humor.

Tercera: los estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco presentan predominancia del nivel medio de procrastinación académica (7,8% nivel bajo, 79,4% nivel medio y 12,7% nivel alto).

Por otro lado, se identificaron diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres en relación con la procrastinación académica. Específicamente, las mujeres mostraron un promedio de procrastinación académica más alto en comparación con los hombres. Esta diferencia de género en la procrastinación académica es consistente con la literatura existente.

Cuarta: al relacionar el estilo de humor afiliativo y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022, se obtuvo un ($\rho = -.162, p = .02$), el cual afirma que existe una correlación estadísticamente significativa e inversamente proporcional. Esto implica que existe una relación inversa entre el uso del humor afiliativo y los niveles de procrastinación académica. En otras palabras, cuanto más frecuentemente se utilice el humor afiliativo, menor será la tendencia a procrastinar en el ámbito académico.

Quinta: al relacionar la dimensión de humor de automejora y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022, se obtuvo un índice de correlación no paramétrico de ($\rho = -.131, p = .06$), el cual rechaza que exista una correlación estadísticamente significativa entre las variables en cuestión, esto significa que el uso de humor de automejora no guarda relación alguna con la conducta de postergación de actividades.

Sexta: al relacionar la dimensión de humor agresivo y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Aba del Cusco, 2022, se obtuvo un índice de correlación no paramétrico de ($\rho = .088$ $p = .21$), el cual rechaza que exista una correlación estadísticamente significativa las variables en cuestión, esto significa que el uso del humor agresivo en estudiantes de psicología no guarda relación alguna con la procrastinación académica.

Séptima: al relacionar la dimensión de humor de descalificación personal y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Aba del Cusco, 2022, se obtuvo un índice de correlación no paramétrico de ($\rho = .135$ $p = .06$), el cual rechaza que exista una correlación estadísticamente significativa entre ambas variables, esto significa que el uso del humor de descalificación personal en estudiantes de psicología no guarda relación alguna con la procrastinación académica.

7.2 Recomendaciones

Primera: se sugiere que los docentes puedan incorporar el humor afiliativo en sus clases como una herramienta para fomentar la participación, la motivación y el aprendizaje. Esto puede lograrse a través de contar anécdotas divertidas, utilizar memes o recursos humorísticos relacionados con el contenido de la materia, o realizar actividades grupales que fomenten la interacción social y la colaboración entre estudiantes.

Segunda: que los docentes puedan adaptar sus estrategias de enseñanza y las actividades de clase para considerar las diferencias de género en el uso del humor. Por ejemplo, podrían utilizar más humor afiliativo para conectar con las estudiantes mujeres, y al mismo tiempo abordar las tendencias de humor agresivo y de auto descalificación en los estudiantes hombres de manera constructiva. Esto podría implicar fomentar el respeto mutuo y la sensibilidad en el aula, y brindar espacios para que los estudiantes expresen sus emociones de manera saludable.

Tercera: se sugiere a los docentes, prestar atención especial a las necesidades de las estudiantes en cuanto a la procrastinación académica. Esto podría incluir ofrecer tutorías individualizadas, brindar recursos adicionales para la gestión del tiempo y el estudio, o crear grupos de apoyo específicos para estudiantes mujeres que estén luchando con la procrastinación.

Cuarta: a los estudiantes se sugiere incorporar el humor afiliativo en su vida diaria como una herramienta para reducir el estrés, mejorar el estado de ánimo y aumentar la motivación. Esto puede lograrse a través de contar chistes o anécdotas divertidas a amigos y familiares, participar en actividades humorísticas o ver películas y programas de televisión cómicos.

Quinta: es importante que los estudiantes desarrollen habilidades de autoevaluación, autorreflexión y automotivación para lograr un aprendizaje significativo y duradero. También se

sugiere la búsqueda de recursos externos como mentores, tutorías y grupos de apoyo que puedan brindar orientación y motivación en momentos de duda o desafío.

Sexta: a los estudiantes, limitar el uso del humor agresivo, que busca herir o ridiculizar a los demás, y del humor de auto descalificación, que implica criticarse o burlarse de sí mismo de manera negativa. Estos tipos de humor pueden generar emociones negativas y aumentar la probabilidad de procrastinar. En su lugar, se recomienda enfocarse en el humor afiliativo, que puede tener un impacto positivo en el bienestar académico y personal.

Séptima: a los padres de familia, fomentar el humor positivo en el hogar como una forma de promover el bienestar emocional y social de sus hijos. Esto puede lograrse a través de actividades familiares como contar chistes, ver películas cómicas, jugar juegos de mesa humorísticos o simplemente compartir momentos divertidos juntos.

Referencias

- Atkinson, J. W. (1957). *Motive psychology*. Princeton, NJ: Van Nostrand.
- Alayo Orbegozo, F. (28 de Setiembre de 2020). Unos 174.000 estudiantes peruanos dejaron la universidad en lo que va del 2020. *El Comercio*. Obtenido de <https://elcomercio.pe/respuestas/aumento-sueldo-docente-2023-cuanto-mas-ganaran-los-maestros-desde-este-mes-de-marzo-revtli-noticia/>
- Angarita Becerra, L. D. (2012). Aproximación a un concepto actualizado de la procrastinación. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 5(2), 85-94.
doi:<https://reviberopsicologia.ibero.edu.co/article/view/rip.5209/217>
- Atalaya Laureano, C., & García Ampudia, L. (2019). Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista de Investigación en Psicología*, 22(2), 363-378.
doi:<http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17435>
- Ayala Ramirez, A. S. (2019). *La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos*. Lima: Universidad Peruana Union. doi:<https://doi.org/10.17162/rmi.v5i2.1324>
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Baptista Lucio, P., Fernández Collado, C., & Hernández Sampieri, R. (2010). *Metodología de investigación* (Quinta ed.). (J. Mares Chacón , Ed.) México, México: Mc Graw Hill.
Recuperado el 06 de 12 de 2023
- Baptista Lucio, P., Fernández Collado, C., & Hernández Sampieri, R. (2014). *Metodología de la investigación* (Sexta ed.). (M. Rocha Martínez , Ed.) Mexico: Mc Graw Hill Education.

- Berber Çelik, Ç. (2020). Subjective well-being in university students: what are the impacts of procrastination and attachment styles? *British Journal of Guidance & Counselling*, 2(4), 1-14. doi:10.1080/03069885.2020.1803211
- Carbelo, B. (2006). Emociones positivas: humor positivo. *Papeles del Psicólogo*, 18-30.
- Cassaretto B., M., & Martínez U., P. (2009). Validación de la Escala del Sentido del Humor en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología*, 27(2), 287-309. doi:ISSN 0254-9247
- Chapi Mori, J. L. (2012). Una revisión psicológica a las teorías de la agresividad. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 15(1), 80-93.
- Ciarrochi, J. V., Dykman, B., & Heaven, P. C. (2008). The benefits of humor: A review of the literature. *British Journal of Psychology*, 185-203.
- Clotas, J. (2013). *Sentido del Humor*. Barcelona: Versos y Reversos.
- Contreras Flores, D. (2020). Sobrecarga y estilos de humor en padres que migran a Lima junto con el niño con cáncer infantil. (*Tesis de licenciatura*). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú. Obtenido de https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/17504/CONTRERAS_FLORES_DENYS.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Cordova Bedoya, C., & Jarufe Majluf, M. D. (2022). Relación entre y las Dimensiones de Bienestar en jóvenes de 18 a 25 años de Lima Metropolitana. (*Tesis de Licenciatura*). Universidad de Lima, Lima, Perú.
- Cousins, N. (1979). *El poder del humor*. Barcelona, España: Grijalbo.
- Cuadra L., H., & Florenzano U., R. (2003). El Bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 12(1), 83-96. Obtenido de <https://boletincorteidh.uchile.cl/index.php/RDP/article/view/17380/18144>

- Cumpén Gonzáles, L. E. (2020). Estilos del Humor y Calidad de Vida en estudiantes de una Universidad Privada de Pimentel. (*Tesis de Licenciatura*). Universidad Señor de Sipán, Pimentel, Perú.
- Chakraborty, S., & Sengupta, S. (2017). Gender and procrastination: A review of the literature. *The International Journal of Social Psychology*, 71(2), 142-157.
- De la Torre Dueñas, C., & Accostupa Quispe, Y. (2013). *Estadística inferencial para la investigación en ciencias de la salud* (Primera ed.). Perú.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). *The psychology of human motivation and personality*. New York: The Guilford Press.
- Durand Pinto, S. S. (2015). Factores asociados a la violencia en familias de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa Miguel Grau de Abancay, 2014. (*Tesis de Licenciatura*). Universidad Andina del Cusco, Cusco, Perú. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12557/231>
- Dweck, C. (2006). *Mindset: The New Psychology of Success*. New York: Random House.
- Estremadorio Parada, B. (2021). Procrastinación académica en estudiantes universitarios . *Aportes*(30), 51-65. doi:http://www.scielo.org/bo/pdf/racc/n30/n30_a04.pdf
- Fausto Casafranca, M. I. (2021). *Procrastinación académica y creencias irracionales en estudiantes de secundaria de tres instituciones educativas nacionales en Lima Sur*. Universidad Autónoma del Perú.
doi:<https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/1321>
- Flores Rosado, C. B. (2020). Autoeficacia y Procrastinación Académica en los estudiantes de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Privada de Tacna, 2019. (*Tesis de*

- Licenciatura*). Universidad Privada de Tacna, Tacna, Perú. Obtenido de <http://hdl.handle.net/20.500.12969/1355>
- Freud, S. (1923). *The ego and the id*. London: Hogarth Press.
- Freud, S. (1928). Humor. *Revista Internacional de psicoanálisis*, 1-6.
- Gabriel Madrigal , E. (2013). *Relación entre las Conductas agresivas y el rendimiento academico en niños*. Universidad Autonoma de Mexico.
- Gadea Rubio , C. (2015). ¿Varían los estilos del sentido del humor en púberes y adolescentes? *Temática Psicología* , 11(1), 41-52.
doi:https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/revista_tematica_psicologia_2015/41GADEA.pdf
- Gamarra Moncayo, J. R. (2020). *Estilos de Humor y Resiliencia en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo. (Tesis de Licenciatura)*. Universidad Señor de Sipán, Pimentel, Perú. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12802/7687>
- Garcia Gomez, M. d. (2018). El humor como herramienta de transformación social. *Revista de Comunicación*, 27(2), 181-204.
- Garzón Umerenkova, A., & Gil Flores, J. (2017). El papel de la procrastinación académica como factor de la deserción. *Revista Complutense de Educación*, 28(1), 307-324. doi:ISSN: 1130-2496
- Griffiths, A. (2016). *Self-Depreciation: A Study in Self-Defence*. Londres: Routledge.
- Hernandez Cardenas, N. M. (2020). *Procrastinación Académica, Estrés Académico y Bienestar Psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Chíncha, 2020. (Tesis de Maestría)*. Universidad San Martín de Porres. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12727/7822>

- Hernandez Cardenas, N. M. (2020). Procrastinación Académica, Estrés Académico y Bienestar Psicológico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Chíncha, 2020. (*Tesis de Maestría*). Universidad San Martín de Porres. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12727/7822>
- Herrera Ricaldi, H. C., & Lázaro Guerrero, S. M. (2019). *Estilos de humor y burnout en personal asistencial del Hospital Nacional Ramiro Priale Priale EsSalud Huancayo*. Universidad Continental.
- Hervás, G. (2009). Psicología positiva: una introducción. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23(3), 23-41. doi:ISSN: 0213-8646
- Hobbes, T. (1677). *Leviatan*. México DF: Fondo de Cultura Económica.
- Lieberman, C. (26 de marzo de 2019). Procrastinar no es un asunto de holgazanería, sino de manejo de las emociones. *The New York Times*. Obtenido de <https://www.nytimes.com/es/2019/03/26/espanol/como-evitar-la-procrastinacion.html>
- López Arriola, A. L. (2014). “Autoestima y conducta agresiva en jóvenes” (*estudio realizado en instituto básico por cooperativa de Mazatenango, Suchitepéquez*). Quetzaltenango: Universidad Rafael Landívar.
- López, E., Mesurado, B., & Guerra, P. (2019). Distintos estilos del sentido del humor y su relación con las conductas agresivas físicas y verbales en adolescentes argentinos. *Interdisciplinaria*, 69-78.
- Lopez, S. J., & Snyder, C. R. (2021). *The Handbook of Positive Psychology*. Oxford : Oxford University.
- Losada, A. V., & Lacasta, M. (2019). Sentido del Humor y sus Beneficios en Salud. *Calidad de vida y salud*, 12(1), 2-22.

- Lupano Perugini, M. L., & Castro Solano, A. (2010). Psicología positiva: Análisis desde su surgimiento. *Ciencias Psicológicas*, IV, 43-56.
- Luque, A. (2023). *El arte de no procrastinar*. Madrid, España: Aguilar.
- McGhee, P. (2002). *El humor: una perspectiva psicológica*. Madrid, España: Biblioteca Nueva.
- O'Quinn, K. M., & Silvia, M. J. (2008). Procrastination as Social Contagion: A Theoretical Model. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34(11), 1409-1424.
- Oram, R., & Rogers, M. (2022). Procrastinación Académica en Estudiantes de Pregrado: Comprender el Papel de la Satisfacción y Frustración de Necesidades Psicológicas Básicas y la Motivación Académica. . *Revista Canadiense de Educación/Revue Canadienne De l'éducation*, 619–645.
- Organización Mundial de la Salud. (2023). Obtenido de Salud sexual: https://www.who.int/es/health-topics/sexual-health#tab=tab_2
- Pacheco Carrasco, M. R. (2017). Clima social escolar y bullying en escolares que cursan el sexto grado de primaria y el primero de secundaria de la Institución Educativa Sor Ana de los Angeles de la ciudad del Cusco, 2013. Universidad Andina del Cusco.
- Peña Vera, D. L. (2018). *Estilos de humor en bachilleres de la Facultad de Psicología de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, 2017*. Universidad Inca Garcilaso de la Vega.
- Pickering, R. J. (2013). *Diseño de tareas: Un marco para diseñar tareas de aprendizaje efectivas*. Virginia: ITSUC.
- Pilares Condeña, C. (2020). Factores asociados a la procrastinación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una Universidad privada del Cusco, 2018. *Universidad Andina del Cusco*.

- Pintrich, P. R., & Schunk, D. H. (2002). *Motivation in education: Theory and practice*. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- Poma, L. C. (2021). *Estilos de personalidad y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Arequipa, 2021*. Universidad Cesar Vallejo . doi:<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/69021>
- Premack, D. (1965). Towards a theory of reinforcement. *Psychological Review*, 62(5), 211-233.
- Provine, R. (1997). La risa y el sistema inmunológico: el papel mediador de las respuestas neuroendocrinas. *Psychological Science*, 8(6), 390-393.
- Provine, R. R., Spencer, H., & Funder, D. C. (2005). Self-deprecating humor as an indicator of psychological health: A cross-cultural study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 505-515.
- Quant Quintero, D. M., & Sánchez, A. (Setiembre de 2012). Procrastinación, procrastinación académica: Concepto e implicaciones. *Vanguardia Psicológica*, 3(1), 45-59. doi:ISSN 2216-0701
- Quispe Pillco, E. M. (2019). Procrastinación Académica en Estudiantes de Primeros Ciclos de una Universidad del Cusco, 2018. *Universidad Andina del Cusco*. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12557/2959>
- Quispe Rodriguez, N. G. (2021). *Relación entre la conducta agresiva y las habilidades sociales en estudiantes del nivel secundaria de un colegio de Breña*. Universidad Nacional Federico Villareal.
- Revilla Pérez, E. C. (2013). El sentido del humor y la felicidad en jóvenes adultos universitarios de 20 a 24 años. En *Tesis de grado para optar el grado de Licenciada en Psicología*. Universidad Femenina del Sagrado Corazón.

- Rod A., M. (2007). *The Psychology of Humor: An Integrative Approach*. London: Elsevier.
- Romero Mateo, J. J. (2019). Estilos del sentido del humor en adolescentes de una Institucion Educativa del Callao, 2017. (*Tesis de licenciatura*). Universidad Nacional Federico Villareal, Callao.
- Romero Mateo, J. J. (2019). *Estilos del sentido del humor en adolescentes de una Institución Educativa del Callao, 2017*. Universidad Nacional Federico Villarreal. Obtenido de <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/3119>
- Romero Mateo, J. J. (2019). Estilos del sentido del humor en adolescentes de una Institución Educativa del Callao, 2017. (*Tesis de licenciatura*). Universidad Federico Villareal, Callao.
- Rubio, C. G. (2015). *¿Varían los estilos del sentido del humor en púberes y adolescentes?* Lima: Universidad Femenina del Sagrado Corazón.
- Salavera, C., Úsan , P., Jarie, L., & Lucha , O. (2018). Sentido del humor, afectos y personalidad. Estudio en estudiantes universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana* , 36(1), 83-91. doi:10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.4511
- Sanchez Cuenca, M. E. (2019). *Procastinación académica y nivel de estrés en estudiantes del Instituto Superior Pedagógico Público “Nuestra Señora de Lourdes” de Ayacucho 2018*. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzman y Valle .
doi:<https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14039/3123/TM%20CE-Du%204420%20S1%20-%20Sanchez%20Cuenca%20Miguel%20Eduardo.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Saraswathi, V., & Kanungo, R. (2016). A meta-analysis of gender differences in procrastination. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 42(10), 1329-1345.

- Scheunemann, A., Schnettler, T., Bobe, J., Fries, S., & Grunschel, C. (2021). *Un análisis longitudinal de la relación recíproca entre la procrastinación académica, la satisfacción con el estudio y las intenciones de abandono en la educación superior*. Europa: J. Psychol. Educ.
- Schopenhauer, A. (1819). *El mundo como voluntad e idea*. Londres: Routledge and Kegan Paul.
- Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2004). *Psicología positiva: fundamentos y aplicaciones*. Barcelona, España: Paidós.
- Sotomayor Llanos, M. Y. (2020). Funcionalidad familiar y procrastinación académica en estudiantes de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Privada de Tacna, 2020. (*Tesis de licenciatura*). Universidad Privada de Tacna, Tacna.
doi:<https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/1889/Sotomayor-Llanos-Mirian.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Spence, J. T., & Spence, K. N. (1968). The nature of anxiety disorders. New York: Academic Press.
- Steel, P. (2010). *The Procrastination Equation: How to Stop Putting Things Off and Start Getting Stuff Done*. New York: Harper Collins.
- Steel, P. (2013). *Procrastinación: Cómo vencerla y empezar a vivir*. Barcelona, España: Paidós.
- Steel, P., & Ferrari, M. (2000). Procrastination in Academic Settings: A Review of the Literature. *Educational Psychologist*, 35(1), 3-33.
- Tateishi Serruto, V. G. (2011). Estilos de Humor y Sintomatología Depresiva en acientes con cáncer de mama. (*Tesis de Licenciatura*). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú. Obtenido de <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/1182>

- Tello Del Castillo, G. (2021). *Niveles de conducta agresiva en alumnos de cuarto año de secundaria de una institución educativa pública - Iquitos. 2019*. Universidad Científica del Perú.
- Unidad de Estadística. (2022). *Compendio Estadístico N° 36*. Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.
- Valdiviezo, J. M. (2015). Papel de la risa y el humor en la enseñanza y aprendizaje: Explicaciones neurofisiológicas. *Apuntes Universitarios. Revista de Investigación*, 41-55.
- Velázquez Fernández, A., & Rey Córdova, N. (1999). *Metodología de la investigación científica*. (A. J. Paredes Galván, Ed.) Lima, Jesús María, Perú: San Marcos.
- Vera Poseck, B. (2006). Psicología positiva: una nueva forma de entender la psicología. *Papeles del Psicólogo*, 27(1), 3-8. doi:<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77827102>

Anexos

Anexo 1: Consentimiento informado

Preguntas

Respuestas

212

Configuración

Sección 1 de 5

Estudio sobre las vivencias en el contexto de formación universitaria

Consentimiento Informado

La presente investigación es llevada a cabo por Elvio Ramos Luque y Madelyn Rubi Medina Candia, egresados de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco. El objetivo de este estudio es conocer las vivencias y experiencias de los jóvenes estudiantes universitarios. Si accedes a participar en este estudio, se te pedirá completar dos cuestionarios, lo que te tomará 15 a 20 minutos de tu tiempo.

Tu participación es voluntaria. La información que nos brindes será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de la investigación. Tus respuestas al cuestionario serán analizadas de forma grupal, por lo tanto, tu información personal se mantendrá anónima. Esta investigación forma parte de nuestra formación profesional como psicólogos, por ello, no se podrán devolver resultados individuales.

Recuerda que puedes retirarte en el momento que lo desees; sin embargo, se te pide que, por favor, completes todas las preguntas en cada cuestionario. Cualquier consulta puedes contactar a Elvio Ramos Luque y/o Madelyn Rubi Medina Candia a los siguientes correos: 160829@unsaac.edu.pe / 160411@unsaac.edu.pe respectivamente.

Correo *

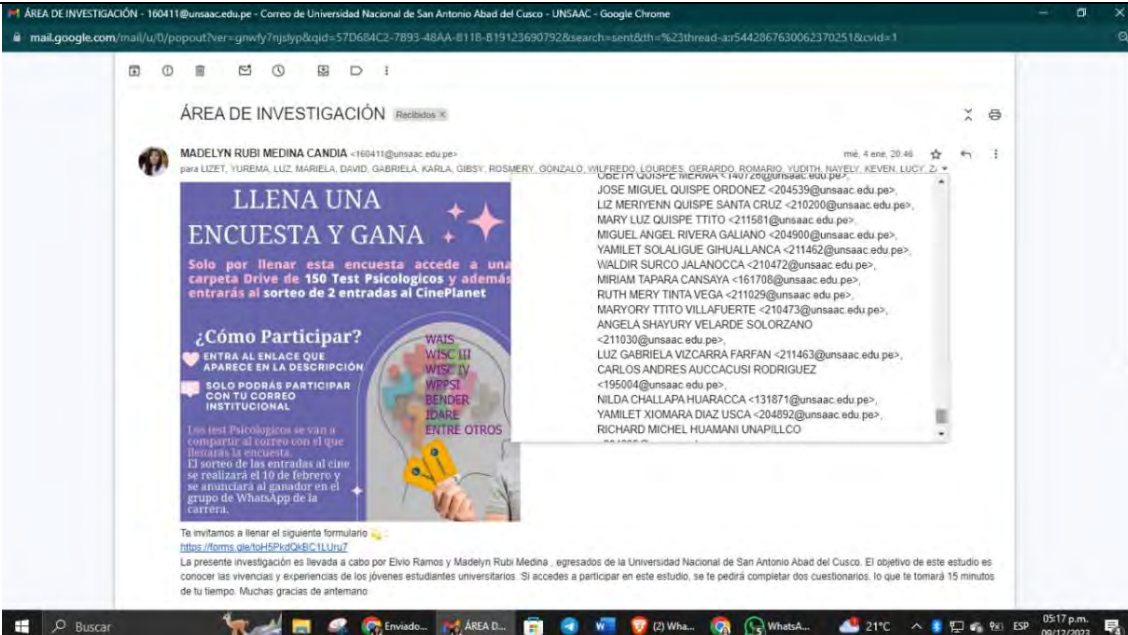
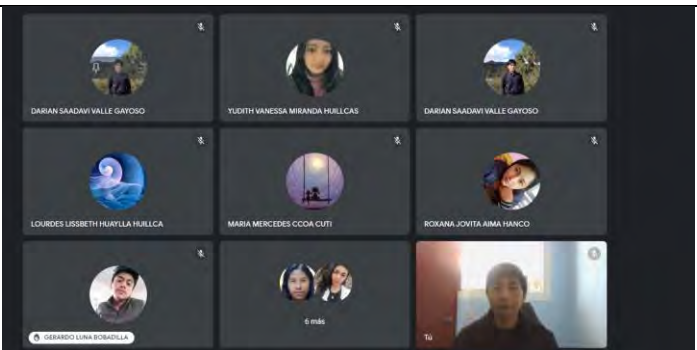
Correo válido

Acepto *

☐ Si

☐ No

Anexo 2: Evidencia fotográfica de la aplicación virtual de los instrumentos de medición

	
	Aplicación virtual en el salón del cuarto semestre académico.
	Numero de encuestados

Anexo 3: Escala del Sentido de Humor (HQS)

Instrucciones: Por favor, responda a las siguientes afirmaciones teniendo en cuenta cómo es usted, cómo se comporta habitualmente. Coloque el número correspondiente a cada afirmación a la siguiente escala:

Totalmente diferente a mí	1
Bastante diferente a mí	2
Algo diferente a mí	3
Ni diferente ni parecido a mí	4
Algo parecido a mí	5
Bastante parecido a mí	6
Totalmente igual a mí	7

Nº	ITEMS	
1	No me gusta reírme o hacer bromas con la gente.	
2	Si estoy triste, el humor ayuda a levantar mi ánimo.	
3	Si alguien se equivoca, trato de hacer bromas al respecto.	
4	Dejo que me hagan bromas o chistes más de lo necesario.	
5	Me resulta fácil hacer reír a la gente, tengo sentido del humor.	
6	Aun cuando no me sienta bien, me divierten las situaciones absurdas o cómicas.	
7	Mi sentido del humor jamás ofende a la gente.	
8	Tolero que mi familia haga bromas que a mí realmente me molestan.	
9	Es raro que haga reír a los demás contando cosas graciosas sobre mí.	
10	Cuando estoy molesto/a o triste, trato de pensar en cosas divertidas para sentirme mejor.	
11	Cuento chistes o hago bromas; no me preocupa cómo piense la gente	
12	Trato de caer bien a los demás haciendo bromas sobre mis debilidades o torpezas.	
13	Suelo reír y bromear a menudo con muchos de mis amigos/as.	
14	Tener sentido del humor me ayuda para evitar sentirme triste o enojado/a.	
15	Me molesta que usen el humor para criticar o hacer sentir mal a otro/a.	
17	Me desagrada contar chistes para entretener a la gente.	
18	Si me siento mal, me esfuerzo en pensar en cosas divertidas que me levanten el ánimo	
19	A veces pienso en cosas graciosas y las digo, aunque el momento no sea adecuado.	
20	Hago bromas o trato de ser divertido/a de forma exagerada.	
21	Disfruto cuando logro hacer reír a otros.	
23	Jamás me río de otra persona, aunque quienes me rodean lo hagan.	
24	Soy la única persona a la que hacen bromas cuando estoy con amigos/as o familiares.	
25	Pocas veces cuento chistes a mi amigo.	
26	La experiencia me ha enseñado que pensar en algo divertido ayuda a afrontar problemas.	
27	Si alguien no me cae bien, uso bromas y chistes para molestarlo/a.	
29	Me cuesta mucho pensar en algo divertido cuando estoy con gente.	
31	Aunque algo me divierta, no lo hago si puedo ofender a alguien.	
32	Permito que amigos y familiares se rían de mí si eso los pone de buen humor y los hace sentir bien.	

Anexo 4: Test de Procrastinación Académica

Instrucciones: A continuación, le presentamos una serie de afirmaciones, referidos a valorar la procrastinación, considerando que no existen respuestas correctas ni incorrectas, tenga a bien, por favor, marcar con un aspa, en la hoja de respuestas, en la opción que mejor exprese su punto de vista, de acuerdo con el siguiente código:

Nunca o casi nunca	A veces	Siempre o casi siempre
1	2	3

Nº	ITEMS	Valoración		
		1	2	3
1	Me disgusta mucho entregar un trabajo o proyecto con algún pequeño error.			
2	Generalmente realizo mis tareas lo antes posible			
3	La perspectiva de fracasar me preocupa mucho			
4	Mis dudas han afectado a algunas de las decisiones más importantes de mi vida (qué debo estudiar, dónde buscar trabajo, etc.).			
5	Tiendo a retrasar el hecho de terminar las cosas, aunque éstas sean importantes			
6	A menudo me comprometo a realizar más tareas de las que realmente puedo asumir			
7	En el trabajo, cada vez que me enfrento a una fecha límite de entrega, espero hasta el último minuto			
8	Me frustro rápidamente cuando los obstáculos interfieren con la búsqueda de mis metas			
9	Cuando tengo que enfrentarme a un problema familiar o de pareja, no empiezo nunca el diálogo, espero a que sea la otra persona quien dé el primer paso, e incluso así suelo evitarlo			
10	Me resulta difícil ponerme a trabajar, cuando sé que tengo muchas tareas pendientes			
11	Al empezar cada semana, ya tengo pensado lo que tengo que hacer y cuándo lo voy a hacer			
12	Cuando tengo que comprar regalos, lo hago con bastante antelación, en lugar de dejarlo para unos pocos días antes			
13	Cuando me enfado con alguien, prefiero darle la espalda antes que explicarle porqué estoy molesto			
14	Cuando tengo que realizar una tarea que no me gusta demasiado, me tengo que obligar a hacerla o de lo contrario no puedo con ella			
15	Generalmente pago mis facturas o dinero que he quedado a deber tan pronto como puedo, en vez de esperar al último momento			
16	Cuando veo en mi celular un mensaje en el contestador de que alguien quiere hablarme de sus problemas, tiendo a retrasar todo lo que puedo a devolverle la llamada			
17	Cancelo o cambio de planes con mis amigos o pareja en el último minuto			
18	Cuando estoy en el trabajo o estudiando, fácilmente me pongo a soñar despierto			
19	Puedo saber con precisión cuánto tiempo me llevará realizar una determinada tarea			
20	Me gusta enfrentarme a retos difíciles			

Anexo 5: Validación de juicio de expertos para la Escala del Sentido de Humor (HQS)

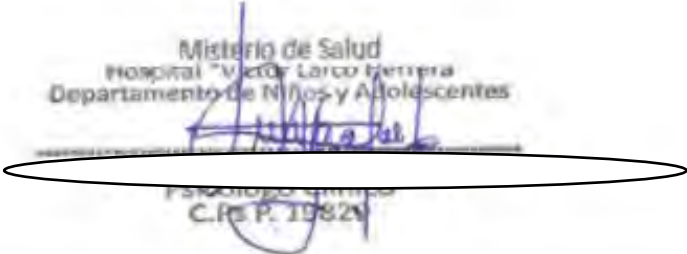
Hoja de preguntas para la ESCALA DE SENTIDO DE HUMOR (HQS)

PREGUNTAS		Escala de valoración				
		1	2	3	4	5
1	¿Considera usted que los ítems del instrumento miden lo que se pretende medir?					X
2	¿Considera usted que la cantidad de ítems registrados en esta versión, son suficientes para tener una comprensión de la materia de estudio?				X	
3	¿Considera usted que los ítems contenidos en este instrumento son una muestra representativa del universo de la materia de estudio?					X
4	¿Considera usted que, si aplicamos en reiteradas oportunidades este instrumento a muestras similares, obtendríamos también datos similares?					X
5	¿Considera usted que los conceptos utilizados en este instrumento son todos y cada uno de ellos, propios de las variables del estudio?					X
6	¿Considera usted que todos y cada uno de los ítems contenidos en este instrumento tienen los mismos objetivos?					X
7	¿Considera usted que el lenguaje utilizado en el presente instrumento es claro, sencillo y no da lugar a diversas interpretaciones?					X
8	¿Considera usted que la estructura del presente instrumento es adecuada al tipo de usuario a quien se dirige el instrumento?					X
9	¿Estima usted que las escalas de medición utilizadas son pertinentes a los objetos de materia de estudio?					X
10	¿Qué aspectos habría que modificar, que aspectos tendrían que incrementarse o que aspectos habría que suprimirse?					
EL INSTRUMENTO ES APLICABLE (X) NO APLICABLE ()						
VALIDADO POR: Dr. [Firma]						
FIRMA o (SELLO): [Firma]						

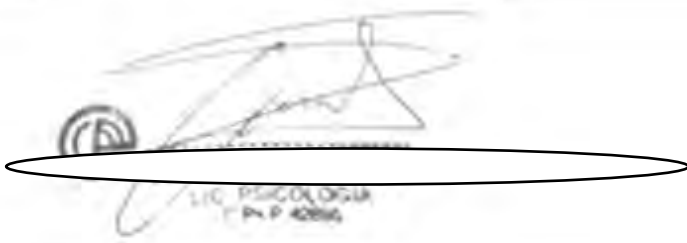
Hoja de preguntas para la ESCALA DE SENTIDO DE HUMOR (HQS)

PREGUNTAS		Escala de valoración				
		1	2	3	4	5
1	¿Considera usted que los ítems del instrumento miden lo que se pretende medir?					X
2	¿Considera usted que la cantidad de ítems registrados en esta versión, son suficientes para tener una comprensión de la materia de estudio?					X
3	¿Considera usted que los ítems contenidos en este instrumento son una muestra representativa del universo de la materia de estudio?					X
4	¿Considera usted que, si aplicamos en reiteradas oportunidades este instrumento a muestras similares, obtendríamos también datos similares?					X
5	¿Considera usted que los conceptos utilizados en este instrumento son todos y cada uno de ellos, propios de las variables del estudio?					X
6	¿Considera usted que todos y cada uno de los ítems contenidos en este instrumento tienen los mismos objetivos?					X
7	¿Considera usted que el lenguaje utilizado en el presente instrumento es claro, sencillo y no da lugar a diversas interpretaciones?					X
8	¿Considera usted que la estructura del presente instrumento es adecuada al tipo de usuario a quien se dirige el instrumento?					X
9	¿Estima usted que las escalas de medición utilizadas son pertinentes a los objetos de materia de estudio?					X
10	¿Qué aspectos habría que modificar, que aspectos tendrían que incrementarse o que aspectos habría que suprimirse?					
EL INSTRUMENTO ES APLICABLE (X)		NO APLICABLE ()				
VALIDADO POR: MG. ANDRE ALBERTO ARIAS LUJAN						
FIRMA o (SELLO):						
 C.Ps.P 17483 DNI 45129097						

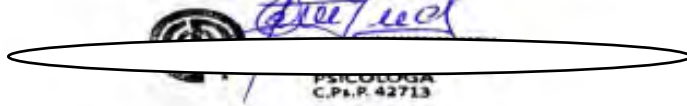
Hoja de preguntas para la ESCALA DE SENTIDO DE HUMOR (HQS)

PREGUNTAS		Escala de valoración				
		1	2	3	4	5
1	¿Considera usted que los ítems del instrumento miden lo que se pretende medir?					x
2	¿Considera usted que la cantidad de ítems registrados en esta versión, son suficientes para tener una comprensión de la materia de estudio?					x
3	¿Considera usted que los ítems contenidos en este instrumento son una muestra representativa del universo de la materia de estudio?					x
4	¿Considera usted que, si aplicamos en reiteradas oportunidades este instrumento a muestras similares, obtendríamos también datos similares?					x
5	¿Considera usted que los conceptos utilizados en este instrumento son todos y cada uno de ellos, propios de las variables del estudio?					x
6	¿Considera usted que todos y cada uno de los ítems contenidos en este instrumento tienen los mismos objetivos?				x	
7	¿Considera usted que el lenguaje utilizado en el presente instrumento es claro, sencillo y no da lugar a diversas interpretaciones?					x
8	¿Considera usted que la estructura del presente instrumento es adecuada al tipo de usuario a quien se dirige el instrumento?					x
9	¿Estima usted que las escalas de medición utilizadas son pertinentes a los objetos de materia de estudio?					x
10	¿Qué aspectos habría que modificar, que aspectos tendrían que incrementarse o que aspectos habría que suprimirse? ninguno.....					
EL INSTRUMENTO ES APLICABLE (x) NO APLICABLE ()						
VALIDADO POR: LUIS ESCALANTE MONTJOY						
FIRMA o (SELLO): 						

Hoja de preguntas para la ESCALA DE SENTIDO DE HUMOR (HQS)

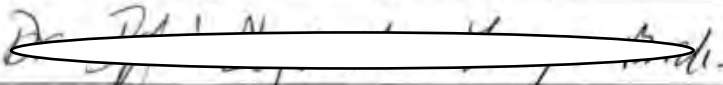
PREGUNTAS		Escala de valoración				
		1	2	3	4	5
1	¿Considera usted que los ítems del instrumento miden lo que se pretende medir?					X
2	¿Considera usted que la cantidad de ítems registrados en esta versión, son suficientes para tener una comprensión de la materia de estudio?					X
3	¿Considera usted que los ítems contenidos en este instrumento son una muestra representativa del universo de la materia de estudio?					X
4	¿Considera usted que, si aplicamos en reiteradas oportunidades este instrumento a muestras similares, obtendríamos también datos similares?				X	
5	¿Considera usted que los conceptos utilizados en este instrumento son todos y cada uno de ellos, propios de las variables del estudio?					X
6	¿Considera usted que todos y cada uno de los ítems contenidos en este instrumento tienen los mismos objetivos?					X
7	¿Considera usted que el lenguaje utilizado en el presente instrumento es claro, sencillo y no da lugar a diversas interpretaciones?				X	
8	¿Considera usted que la estructura del presente instrumento es adecuada al tipo de usuario a quien se dirige el instrumento?				X	
9	¿Estima usted que las escalas de medición utilizadas son pertinentes a los objetos de materia de estudio?					X
10	¿Qué aspectos habría que modificar, que aspectos tendrían que incrementarse o que aspectos habría que suprimirse?					
	Ninguna					
EL INSTRUMENTO ES APLICABLE (SÍ) NO APLICABLE ()						
VALIDADO POR: Jose Antonio Calisaya Tapia						
FIRMA o (SELLO):						
						

Hoja de preguntas para la ESCALA DE SENTIDO DE HUMOR (HQS)

PREGUNTAS		Escala de valoración				
		1	2	3	4	5
1	¿Considera usted que los ítems del instrumento miden lo que se pretende medir?					X
2	¿Considera usted que la cantidad de ítems registrados en esta versión, son suficientes para tener una comprensión de la materia de estudio?					X
3	¿Considera usted que los ítems contenidos en este instrumento son una muestra representativa del universo de la materia de estudio?					X
4	¿Considera usted que, si aplicamos en reiteradas oportunidades este instrumento a muestras similares, obtendríamos también datos similares?					X
5	¿Considera usted que los conceptos utilizados en este instrumento son todos y cada uno de ellos, propios de las variables del estudio?				X	
6	¿Considera usted que todos y cada uno de los ítems contenidos en este instrumento tienen los mismos objetivos?					X
7	¿Considera usted que el lenguaje utilizado en el presente instrumento es claro, sencillo y no da lugar a diversas interpretaciones?					X
8	¿Considera usted que la estructura del presente instrumento es adecuada al tipo de usuario a quien se dirige el instrumento?					X
9	¿Estima usted que las escalas de medición utilizadas son pertinentes a los objetos de materia de estudio?					X
10	¿Qué aspectos habría que modificar, que aspectos tendrían que incrementarse o que aspectos habría que suprimirse?					
	Ninguno					
EL INSTRUMENTO ES APLICABLE (SÍ)		NO APLICABLE ()				
VALIDADO POR: LIC. MEDINA CANDIA DURGA JOHNNA						
FIRMA o (SELLO):						
 						

Anexo 6: Validación de juicio de expertos para el Test de procrastinación académica (PA)

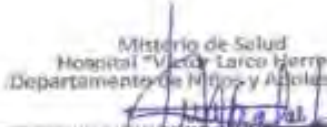
Hoja de preguntas para la prueba de Procrastinación

PREGUNTAS		Escala de valoración				
		1	2	3	4	5
1	¿Considera usted que los ítems del instrumento miden lo que se pretende medir?					X
2	¿Considera usted que la cantidad de ítems registrados en esta versión, son suficientes para tener una comprensión de la materia de estudio?					X
3	¿Considera usted que los ítems contenidos en este instrumento son una muestra representativa del universo de la materia de estudio?					X
4	¿Considera usted que, si aplicamos en reiteradas oportunidades este instrumento a muestras similares, obtendríamos también datos similares?					X
5	¿Considera usted que los conceptos utilizados en este instrumento son todos y cada uno de ellos, propios de las variables del estudio?					X
6	¿Considera usted que todos y cada uno de los ítems contenidos en este instrumento tienen los mismos objetivos?					X
7	¿Considera usted que el lenguaje utilizado en el presente instrumento es claro, sencillo y no da lugar a diversas interpretaciones?					X
8	¿Considera usted que la estructura del presente instrumento es adecuada al tipo de usuario a quien se dirige el instrumento?					X
9	¿Estima usted que las escalas de medición utilizadas son pertinentes a los objetos de materia de estudio?					X
10	¿Qué aspectos habría que modificar, que aspectos tendrían que incrementarse o que aspectos habría que suprimirse?					
EL INSTRUMENTO ES APLICABLE (X) NO APLICABLE ()						
VALIDADO POR: 						
FIRMA o (SELLO):  D. Daniel P. Ps. P. 17/23						

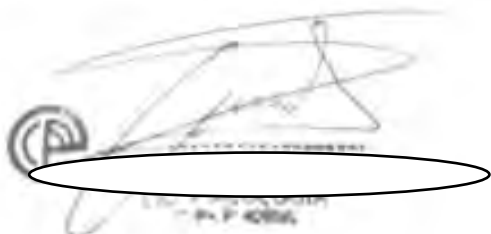
Hoja de preguntas para la prueba de Procrastinación

PREGUNTAS		Escala de valoración				
		1	2	3	4	5
1	¿Considera usted que los ítems del instrumento miden lo que se pretende medir?					X
2	¿Considera usted que la cantidad de ítems registrados en esta versión, son suficientes para tener una comprensión de la materia de estudio?					X
3	¿Considera usted que los ítems contenidos en este instrumento son una muestra representativa del universo de la materia de estudio?					X
4	¿Considera usted que, si aplicamos en reiteradas oportunidades este instrumento a muestras similares, obtendríamos también datos similares?				X	
5	¿Considera usted que los conceptos utilizados en este instrumento son todos y cada uno de ellos, propios de las variables del estudio?					X
6	¿Considera usted que todos y cada uno de los ítems contenidos en este instrumento tienen los mismos objetivos?					X
7	¿Considera usted que el lenguaje utilizado en el presente instrumento es claro, sencillo y no da lugar a diversas interpretaciones?					X
8	¿Considera usted que la estructura del presente instrumento es adecuada al tipo de usuario a quien se dirige el instrumento?					X
9	¿Estima usted que las escalas de medición utilizadas son pertinentes a los objetos de materia de estudio?					X
10	¿Qué aspectos habría que modificar, que aspectos tendrían que incrementarse o que aspectos habría que suprimirse?					
EL INSTRUMENTO ES APLICABLE (X) NO APLICABLE ()						
VALIDADO POR: MG. ANDRE ALBERTO ARIAS LUJAN						
FIRMA o (SELLO):  AN  AN C.Ps.P 17483 DNI 45129097						

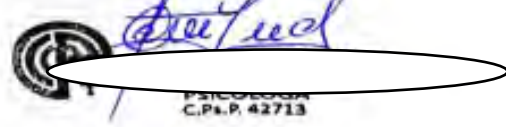
Hoja de preguntas para la prueba de Procrastinación

PREGUNTAS		Escala de valoración				
		1	2	3	4	5
1	¿Considera usted que los ítems del instrumento miden lo que se pretende medir?					x
2	¿Considera usted que la cantidad de ítems registrados en esta versión, son suficientes para tener una comprensión de la materia de estudio?				x	
3	¿Considera usted que los ítems contenidos en este instrumento son una muestra representativa del universo de la materia de estudio?					x
4	¿Considera usted que, si aplicamos en reiteradas oportunidades este instrumento a muestras similares, obtendríamos también datos similares?					x
5	¿Considera usted que los conceptos utilizados en este instrumento son todos y cada uno de ellos, propios de las variables del estudio?					x
6	¿Considera usted que todos y cada uno de los ítems contenidos en este instrumento tienen los mismos objetivos?					x
7	¿Considera usted que el lenguaje utilizado en el presente instrumento es claro, sencillo y no da lugar a diversas interpretaciones?					x
8	¿Considera usted que la estructura del presente instrumento es adecuada al tipo de usuario a quien se dirige el instrumento?					x
9	¿Estima usted que las escalas de medición utilizadas son pertinentes a los objetos de materia de estudio?					x
10	¿Qué aspectos habría que modificar, que aspectos tendrían que incrementarse o que aspectos habría que suprimirse? NINGUNO..... ...					
EL INSTRUMENTO ES APLICABLE (x) NO APLICABLE ()						
VALIDADO POR: LUIS ESCALANTE MONTJOY						
FIRMA o (SELLO):  Misterio de Salud Hospital "Victor Larco Herrera" Departamento de Niños y Adolescentes. C.R. P. 17824						

Hoja de preguntas para la prueba de Procrastinación

PREGUNTAS		Escala de valoración				
		1	2	3	4	5
1	¿Considera usted que los ítems del instrumento miden lo que se pretende medir?					X
2	¿Considera usted que la cantidad de ítems registrados en esta versión, son suficientes para tener una comprensión de la materia de estudio?					X
3	¿Considera usted que los ítems contenidos en este instrumento son una muestra representativa del universo de la materia de estudio?					X
4	¿Considera usted que, si aplicamos en reiteradas oportunidades este instrumento a muestras similares, obtendríamos también datos similares?					X
5	¿Considera usted que los conceptos utilizados en este instrumento son todos y cada uno de ellos, propios de las variables del estudio?					X
6	¿Considera usted que todos y cada uno de los ítems contenidos en este instrumento tienen los mismos objetivos?					X
7	¿Considera usted que el lenguaje utilizado en el presente instrumento es claro, sencillo y no da lugar a diversas interpretaciones?				X	
8	¿Considera usted que la estructura del presente instrumento es adecuada al tipo de usuario a quien se dirige el instrumento?					X
9	¿Estima usted que las escalas de medición utilizadas son pertinentes a los objetos de materia de estudio?					X
10	¿Qué aspectos habría que modificar, que aspectos tendrían que incrementarse o que aspectos habría que suprimirse? Ninguno					
EL INSTRUMENTO ES APLICABLE (SÍ)		NO APLICABLE ()				
VALIDADO POR: Jose Antonio Calisaya Tapia						
FIRMA o (SELLO):						
						

Hoja de preguntas para la prueba de Procrastinación

PREGUNTAS		Escala de valoración				
		1	2	3	4	5
1	¿Considera usted que los ítems del instrumento miden lo que se pretende medir?					X
2	¿Considera usted que la cantidad de ítems registrados en esta versión, son suficientes para tener una comprensión de la materia de estudio?					X
3	¿Considera usted que los ítems contenidos en este instrumento son una muestra representativa del universo de la materia de estudio?					X
4	¿Considera usted que, si aplicamos en reiteradas oportunidades este instrumento a muestras similares, obtendríamos también datos similares?					X
5	¿Considera usted que los conceptos utilizados en este instrumento son todos y cada uno de ellos, propios de las variables del estudio?					X
6	¿Considera usted que todos y cada uno de los ítems contenidos en este instrumento tienen los mismos objetivos?					X
7	¿Considera usted que el lenguaje utilizado en el presente instrumento es claro, sencillo y no da lugar a diversas interpretaciones?					X
8	¿Considera usted que la estructura del presente instrumento es adecuada al tipo de usuario a quien se dirige el instrumento?					X
9	¿Estima usted que las escalas de medición utilizadas son pertinentes a los objetos de materia de estudio?					X
10	¿Qué aspectos habría que modificar, que aspectos tendrían que incrementarse o que aspectos habría que suprimirse?					
Ninguno						
EL INSTRUMENTO ES APLICABLE (SI)		NO APLICABLE ()				
VALIDADO POR: Lic. Durga Johnna Medina Candia						
FIRMA o (SELLO):						
 						

Anexo 7: Fundamentación de validez de contenido

Juez N°1: Dr. J A L B – Docente universitario

Cusco, 8 de enero de 2024

Señores:

Madelyn Rubí Medina Candia

Elvio Ramos Luque

Estimados tesisistas

Respeto al análisis de los test presentados Escala del Sentido de Humor (HQS) y Test de Procrastinación Académica; y con evidencia en investigaciones realizadas a nivel nacional y regional, debo manifestar mi conformidad sobre los mismos.

Ambos instrumentos cumplen validez de contenido, relevancia y claridad, porque es conducente el medir de manera operativa dichos constructos a través de los ítems que han sido planteados, la base teórica de dichos instrumentos es suficiente y relevante para la evaluación existiendo coherencia prospectiva entre ítems, dimensiones y sus dimensiones a evaluar.

Finalmente, y como ya se ha indicado, existen investigaciones previas a nivel nacional que se han presentado para el análisis, en donde también se ha realizado sendas verificaciones de expertos y comités de expertos que le han dado la validez de contenido en sus distintos componentes, y que coinciden con nuestra posición sobre los mismos.

Por todo lo dicho:

Mi opinión es **FAVORABLE** sobre la validez de dichos instrumentos.

Atentamente,

Juez N°2: Máster en Terapia Familiar Sistémica – Docente Universitario

Cusco, 9 de enero de 2024.

Señores: Madelyn Rubí Medina Candia

Elvio Ramos Luque

Estimados tesisistas,

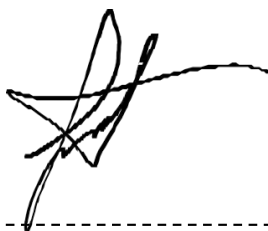
Con respecto a la revisión de los criterios de expertos aplicados a la Escala del Sentido de Humor (HQS) y el Test de Procrastinación Académica, en el cual tuve el privilegio de participar como juez evaluador, deseo expresar lo siguiente:

Mi evaluación fue favorable para la aplicación de los dos instrumentos en la muestra de estudio, el cual fundamento a continuación:

- Los ítems de ambos instrumentos están alineados conceptualmente con las variables de estudio.
- La cantidad de ítems en ambos instrumentos se considera apropiados, permitiendo una cobertura exhaustiva de la materia de estudio y asegurando la integralidad de los instrumentos.
- Existe coherencia en los objetivos de los ítems en ambos instrumentos, fortaleciendo la consistencia y claridad de estos.
- Los ítems de la escala de sentido de humor (HQS) están correctamente clasificados en sus respectivas dimensiones.
- No se han identificado elementos que requieran modificaciones significativas, lo que respalda la validez de contenido del instrumento.
- Existe evidencia de validez y confiabilidad de estos dos instrumentos en nuestro contexto peruano.

En virtud de lo expuesto, mi posición es favorable respecto a la aplicación de estos instrumentos en su muestra de estudio. Quedo a su disposición para cualquier consulta adicional.

Atentamente,



ANDRIE ALBERTO ARIAS LUJÁN

Master en Terapia Familiar Sistémica

C.Ps.P 17483

DNI: 45129097

Juez N°3: Psicólogo Clínico

Cusco, 8 de enero de 2024.

Señores: Madelyn Rubí Medina Candia

Elvio Ramos Luque

Estimados tesisistas,

Referente a la evaluación de juicio de expertos de la Escala del Sentido de Humor (HQS) y el Test de Procrastinación Académica, donde tuve el honor de desempeñarme como juez evaluador, deseo expresar lo siguiente:

Mi evaluación refleja una apreciación positiva y constructiva de los instrumentos de investigación, aspectos que detallo a continuación:

- Los ítems de ambos instrumentos son pertinentes y eficaces para medir las variables deseadas, respaldando así la validez de contenido.
- La cantidad de ítems en ambos instrumentos es adecuada para proporcionar una comprensión completa de la materia de estudio, garantizando la exhaustividad de los instrumentos.
- Todos los ítems presentan una redacción clara y comprensible, lo que facilita la interpretación por parte de los participantes. La ausencia de ambigüedades o términos confusos contribuye a la fiabilidad de las respuestas.
- Existe coherencia en los objetivos de los ítems en ambos instrumentos, fortaleciendo la consistencia y claridad de estos.
- El lenguaje empleado en los ítems de cada instrumento es claro y preciso, minimizando posibles interpretaciones erróneas y mejorando la confiabilidad.
- La estructura propuesta en la Escala del Sentido de Humor (HQS) es acorde al perfil de la muestra de estudio que son estudiantes universitarios, mejorando la aplicabilidad y accesibilidad del instrumento.
- Ambos instrumentos son apropiados para medir las variables en cuestión, asegurando la adecuación de los instrumentos a los objetos de estudio.

Con base en lo anterior, mi opinión es favorable para la aplicación de estos instrumentos en su muestra de estudio. Estoy a su disposición para cualquier consulta adicional y agradezco sinceramente el tiempo y esfuerzo dedicados a este proceso.

Atentamente,

Misterio de Salud
Hospital "Víctor Larco Herrera"
Departamento de Niños y Adolescentes
[Firma]
Psicólogo Clínico
C.R.P. 19829

Juez N°4: Psicólogo Educativo**Test de Procrastinación**

Pertinencia: Los ítems del test miden aspectos relevantes de la procrastinación, como la dificultad para comenzar tareas, la tendencia a posponer tareas hasta el último minuto y la tendencia a sentirse abrumado por las tareas.

Relevancia: Los ítems del test son relevantes para la investigación que estás realizando. Miden los conceptos que necesitas medir para responder a tus preguntas de investigación.

Claridad: Los ítems del test son claros y fáciles de entender. No hay ambigüedad en la redacción de los ítems.

Escala de Sentido del Humor

Pertinencia: Los ítems de la escala miden aspectos relevantes del sentido del humor, como la capacidad de ver el lado divertido de las cosas, la tendencia a contar chistes y anécdotas, y la capacidad de reírse de sí mismo.

Relevancia: Los ítems de la escala son relevantes para la investigación que estás realizando. Miden los conceptos que necesitas medir para responder a tus preguntas de investigación.

Claridad: Los ítems de la escala son claros y fáciles de entender. No hay ambigüedad en la redacción de los ítems.

Conclusiones

En general, los test que utilizaste en tu tesis son válidos para medir la procrastinación y el sentido del humor.

Opinión general

Los test son instrumentos sólidos que te proporcionarán información útil para tu investigación. No son perfectos, pero son lo suficientemente válidos como para cumplir con tus objetivos.

¡Buena suerte con tu investigación!

Atte. Jose Antonio Calisaya Tapia



Juez N°5: Psicóloga Educativa

Para la escala estilos de humor

En cuanto a **pertinencia**, en general, los ítems de la escala son pertinentes para el concepto de sentido del humor. Miden aspectos como la capacidad de ver el lado divertido de las cosas, la tendencia a contar chistes y anécdotas, y la capacidad de reírse de sí mismo.

En cuanto a **relevancia**, los ítems de la escala son relevantes para la investigación que estás realizando. Miden los conceptos que necesitas medir para responder a tus preguntas de investigación.

En cuanto a **claridad**, los ítems de la escala son claros y fáciles de entender. No hay ambigüedad en la redacción de los ítems.

Para el test de procrastinación académica

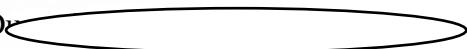
En cuanto a **pertinencia**, en general, los ítems del test son pertinentes para el concepto de procrastinación. Miden aspectos como la dificultad para comenzar tareas, la tendencia a posponer tareas hasta el último minuto y la tendencia a sentirse abrumado por las tareas.

En cuanto a **relevancia**, los ítems del test son relevantes para la investigación que estás realizando. Miden los conceptos que necesitas medir para responder a tus preguntas de investigación.

En cuanto a **claridad**, los ítems del test son claros y fáciles de entender. No hay ambigüedad en la redacción de los ítems.

En conclusión, cumpliendo con cada uno de los criterios que corresponden a la evaluación del juicio de expertos, ambos instrumentos son APLICABLES.



Lic. Dr. 

DNI: 42992260

Anexo 8: Base de datos recogidos

ID	Edad (años)	Sexo	Lugar de procedencia	¿Con quienes vives?	¿Actualmente tiene p.	Semestre actual	Numero de cursos q.	Año en el que empezó	1. Me disgusta mucho	2. Generalmente real
1	19	1	3	1	2	1	6	2022	1	2
2	23	2	2	1	2	7	10	2016	1	3
3	31	2	3	2	1	9	5	2016	2	2
4	23	1	2	1	1	7	1	2017	2	2
5	18	1	1	2	2	4	6	2021	3	2
6	24	2	2	4	1	8	5	2018	2	3
7	24	2	2	1	2	9	1	2016	2	3
8	18	1	1	1	2	4	6	2021	1	1
9	22	1	3	1	2	10	1	2017	1	1
10	23	1	2	4	2	10	1	2016	2	1
11	25	1	1	1	2	10	1	2016	3	3
12	25	1	1	1	2	10	2	2018	2	2
13	22	1	2	4	1	10	6	2018	2	1
14	23	2	1	1	2	10	1	2016	2	1
15	21	1	2	1	2	10	4	2018	2	1
16	21	1	2	1	2	5	6	2020	1	2
17	25	2	1	1	1	10	1	2016	2	3
18	20	1	1	2	2	4	6	2021	3	3
19	25	2	2	4	1	9	1	2016	2	3
20	23	1	2	1	2	7	7	2019	2	2
21	21	1	3	4	1	9	4	2018	3	2
22	23	1	2	1	1	9	1	2016	2	2
23	22	1	1	1	2	7	7	2020	3	3
24	25	2	2	4	2	9	6	2017	2	2
25	27	2	1	1	1	7	6	2019	2	1
26	19	1	1	1	2	1	6	2021	3	3
27	22	1	1	2	1	10	5	2018	2	2
28	21	2	2	1	2	3	7	2021	2	2

3. La perspectiva de	4. Mis dudas han afectado	5. Tiendo a retrasar e	6. A menudo me com	7. En el trabajo, cada	8. Me frustró rápido	9. Cuando tengo que	10. Me resulta difícil p	11. Al empezar cad
3	2	2	2	2	3	2	2	2
2	1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	2	1	2	1	2	2	2
3	2	2	2	2	2	2	3	3
3	2	1	2	2	2	1	2	2
1	2	1	2	2	3	3	3	3
3	3	1	2	2	3	1	3	3
2	2	3	2	3	3	3	2	2
2	2	2	2	2	2	1	2	2
2	1	2	2	2	1	1	2	2
2	2	1	1	1	2	2	2	2
3	2	2	2	2	3	3	3	3
2	3	2	1	3	2	1	3	3
3	2	3	2	2	2	2	3	3
2	1	3	1	3	2	1	1	1
2	2	2	3	3	3	3	1	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	2	1	2	1	2	2	2	2
1	1	2	1	2	1	2	1	1
3	2	2	1	1	2	2	2	2
3	2	2	3	2	2	2	3	3

Enlace de base de datos:

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1dhFDtIjNpuHAZJ7jPY9HwDsvxq49jyyr/edit?usp=s haring&ouid=105769011005619116267&rtpof=true&sd=true>

Anexo 9: Pruebas de normalidad

Pruebas de normalidad						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Total_de_procrastinación	,076	204	,006	,992	204	,314
Humor_Afiliativo	,055	204	,200*	,987	204	,053
Humor_de_automejora	,061	204	,059	,984	204	,019
Humor_agresivo	,054	204	,200*	,988	204	,077
Humor_de_autodesacalificación	,067	204	,028	,988	204	,077

*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

Para la presente investigación se usó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, donde se identificó normalidad en la variable de Humor afiliativo ($p = .200$), en la variable humor de automejora ($p = .059$) y en la variable de humor agresivo ($p = .200$). Sin embargo, se evidencio no normalidad en puntaje global de procrastinación académica ($p = .006$) y en la variable de humor de auto descalificación ($p = .028$).