



**UNIVERSIDAD PRIVADA TELESUP**

**FACULTAD DE SALUD Y NUTRICIÓN**

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**TESIS**

**“INTELIGENCIA EMOCIONAL Y PROCRASTINACIÓN  
ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DEL TERCERO AL  
QUINTO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN  
EDUCATIVA PÚBLICA “SEÑOR DE LOS MILAGROS” SAN  
MIGUEL – LA MAR, AYACUCHO, 2020”**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

**AUTORES:**

**Bach. CANCHARI DE LA CRUZ, ROSA ISABEL**

**Bach. GUTIERREZ RIVERA, BANESSA**

**LIMA – PERÚ**

**2020**

**ASESOR DE TESIS**

---

**Dr. YRENEO EUGENIO CRUZ TELADA**

## **JURADO EXAMINADOR**

---

**Dra. MARCELA ROSALINA BARRETO MUNIVE**  
**Presidente**

---

**Dra. ROSA ESTHER CHIRINOS SUSANO**  
**Secretario**

---

**Dra. NANCY MERCEDES CAPACYACHI OTÁROLA**  
**Vocal**

## **DEDICATORIA**

A nuestros familiares, porque es nuestra gran motivación y parte fundamental para el desarrollo de nuestra investigación. Ellos nos dieron la fuerza y apoyo en momentos de debilidad, su amor incondicional y su confianza para lograr este sueño alcanzado.

## **AGRADECIMIENTO**

Nuestro agradecimiento inicial a Dios por este logro, por darnos salud y paciencia para superar las dificultades, por darnos fuerza y enseñarnos a conservar la calma en momentos de debilidad.

A nuestros padres por darnos la vida, por amarnos como somos y por confiar en nosotras en esta larga y ardua carrera.

A nuestras familias, hija, quienes son la razón de nuestra continua lucha y superación, muchas gracias por su comprensión y paciencia en estos largos años de ausencia donde teníamos que dividir nuestros tiempos entre la familia, el trabajo y al estudio.

A nuestros maestros catedráticos por sus enseñanzas impartidas durante nuestra formación profesional, a nuestros compañeros de aula porque también formaron parte de nuestro desarrollo profesional.

## RESUMEN

El propósito de la investigación fue demostrar la relación entre la Inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020. El estudio fue de tipo descriptivo correlacional, de diseño no experimental de corte transversal, en la que se empleó la técnica de muestreo por conveniencia, siendo la muestra la cantidad total de estudiantes del tercero, cuarto y quinto grado de una Institución Educativa Pública. Los instrumentos empleados fueron la Escala de Inteligencia Emocional de Trait Meta-Mood Scale-TMMS-24, con Adaptación de Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N. (2004) del Trait Meta Mood Scale (TMMS-48) de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai (1995). Escala de Procrastinación Académica (EPA). Los resultados alcanzados demuestran que existe relación inversa entre Inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020. Así mismo se determinó que, existe relación inversa entre las dimensiones de la inteligencia emocional, atención emocional ( $\rho=-0,728$ ;  $p=0,000<0,05$ ); claridad emocional ( $\rho=-0,729$ ;  $p=0,000<0,05$ ) y reparación emocional ( $\rho=-0,729$ ;  $p=0,000<0,05$ ) y la procrastinación.

**Palabras clave:** funcionalidad familiar, depresión, cohesión y adaptabilidad familiar.

## ABSTRACT

El propósito de la investigación fue demostrar la relación entre la Inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020. El estudio fue de tipo descriptivo correlacional, de diseño no experimental de corte transversal, en la que se empleó la técnica de muestreo por conveniencia, siendo la muestra la cantidad total de estudiantes del tercero, cuarto y quinto grado de una Institución Educativa Pública. Los instrumentos empleados fueron la Escala de Inteligencia Emocional de Trait Meta-Mood Scale-TMMS-24, con Adaptación de Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N. (2004) del Trait Meta Mood Scale (TMMS-48) de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai (1995). Escala de Procrastinación Académica (EPA). Los resultados alcanzados demuestran que existe relación inversa entre Inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020. Asimismo se determinó que, existe relación inversa entre las dimensiones de la inteligencia emocional, atención emocional ( $\rho=-0,728$ ;  $p=0,000<0,05$ ); claridad emocional ( $\rho=-0,729$ ;  $p=0,000<0,05$ ) y reparación emocional ( $\rho=-0,729$ ;  $p=0,000<0,05$ ) y la procrastinación.

**Palabras clave:** funcionalidad familiar, depresión, cohesión y adaptabilidad familiar.

## ÍNDICE DE CONTENIDO

<b>CARÁTULA</b> .....	<b>i</b>
<b>ASESOR DE TESIS</b> .....	<b>ii</b>
<b>JURADO EXAMINADOR</b> .....	<b>iii</b>
<b>DEDICATORIA</b> .....	<b>iv</b>
<b>AGRADECIMIENTO</b> .....	<b>v</b>
<b>RESUMEN</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vii</b>
<b>ÍNDICE DE CONTENIDO</b> .....	<b>viii</b>
<b>ÍNDICE DE TABLAS</b> .....	<b>xi</b>
<b>ÍNDICE DE FIGURAS</b> .....	<b>xiii</b>
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN</b> .....	<b>16</b>
1.1. Planteamiento de Problema .....	16
1.2. Formulación del problema .....	19
1.2.1. Problema general .....	19
1.2.2. Problemas específicos .....	19
1.3. Justificación del estudio .....	20
1.4. Objetivos de la investigación .....	22
1.4.1. Objetivo general .....	22
1.4.2. Objetivos específicos .....	22
<b>II. MARCO TEÓRICO</b> .....	<b>23</b>
2.1. Antecedentes de la Investigación .....	23
2.1.1. Antecedentes nacionales .....	23
2.1.2. Antecedentes internacionales .....	27
2.2. Bases teóricas de las variables .....	30
2.2.1. Inteligencia emocional .....	30
2.2.2. Procrastinación .....	36
2.3. Definición de términos básicos .....	44

<b>III. MARCO METODOLÓGICO.....</b>	<b>46</b>
3.1. Hipótesis de la investigación.....	46
3.1.1. Hipótesis general.....	46
3.1.2. Hipótesis específicos.....	46
3.2. Variables de estudio .....	46
3.2.1. Definición conceptual .....	47
3.2.2. Definición operacional .....	47
3.2.3. Operacionalización de las variables .....	48
3.3. Tipo y nivel de la investigación .....	49
3.3.1. Tipo de investigación.....	49
3.3.2. Nivel de investigación.....	49
3.4. Diseño de la investigación .....	50
3.5. Población y muestra de estudio.....	50
3.5.1. Población .....	50
3.5.2. Muestra .....	51
3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	51
3.6.1. Técnicas de recolección de datos.....	51
3.6.2. Instrumentos de recolección de datos .....	53
3.7. Métodos de análisis de datos .....	57
3.8. Aspectos éticos.....	58
<b>IV. RESULTADOS .....</b>	<b>59</b>
4.1. Descripción de la muestra.....	59
4.2. Descripción de las variables .....	62
4.2.1. Comprobación de la hipótesis general .....	68
4.2.2. Comprobación de la hipótesis específica 1 .....	69
4.2.3. Comprobación de la hipótesis específica 2 .....	70
4.2.4. Comprobación de la hipótesis específica 3 .....	71
<b>V. DISCUSIÓN .....</b>	<b>72</b>
5.1. Análisis de discusión de resultados.....	72
<b>VI. CONCLUSIONES .....</b>	<b>75</b>
<b>VII. RECOMENDACIONES.....</b>	<b>76</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>77</b>

<b>ANEXOS .....</b>	<b>80</b>
Anexo 1: Matriz de consistência .....	81
Anexo 2: Matriz de operacionalización de la variable Inteligencia emocional .....	82
Anexo 3: Instrumento.....	84
Anexo 4: Validación de los instrumentos .....	87
Anexo 5. Matriz de datos.....	93

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Descripción por grado de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020.....	59
Tabla 2.	Descripción por edad de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho según grado de estudios.....	60
Tabla 3.	Descripción por sexo de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho.....	61
Tabla 4.	Inteligencia emocional de los estudiantes °del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho.....	62
Tabla 5	Atención emocional de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho.....	63
Tabla 6.	Claridad emocional de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho ....	64
Tabla 7.	Reparación emocional de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho.....	65
Tabla 8.	Procrastinación académica de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho.....	66
Tabla 9.	Prueba de normalidad .....	67
Tabla 10.	Inteligencia emocional y procrastinación académica en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho .....	68
Tabla 11.	Atención emocional y procrastinación académica en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho. ....	69

Tabla 12. Claridad emocional y procrastinación académica en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho.....	70
Tabla 13. Reparación emocional y procrastinación académica en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho .....	71

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho según grado de estudios. .	59
Figura 2. Edades de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho según grado de estudios .....	60
Figura 3. Estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho según sexo.....	61
Figura 4. Inteligencia emocional de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho.....	62
Figura 5. Atención emocional de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho.....	63
Figura 6. Claridad emocional de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho ....	64
Figura 7. Reparación emocional de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho.....	65
Figura 8. Procrastinación académica de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho.....	66

## INTRODUCCIÓN

En el contexto educativo existen estudiantes con indicadores de falta de atención y claridad emocional, asimismo se evidencia en muchos estudiantes que presentan inseguridad, intolerancia, conductas agresivas y desacuerdos entre ellos, todo esto no permite llevar un clima adecuado en clases y por ende, la dificultad no solo de la relación entre los estudiantes, sino la motivación para la realización de sus actividades escolares, que repercute en la deficiencia, en el manejo de tiempo que conlleva a la postergación académica que evidencia una carencia de competencias emocionales; los docentes sostienen que los estudiantes presentan conductas de postergación de actividades, tareas, así como problemas de autocontrol y organización de su tiempo, evidenciando rasgos de procrastinación, conductas que están afectando el proceso educativo en las diferentes regiones de nuestro país, motivos por los cuales se presentan los resultados de la investigación de la relación entre inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho.

Al respecto, algunos estudios de investigación han abordado la relación entre la inteligencia emocional y la procrastinación académica en los estudiantes de secundaria. A continuación, se presenta el contenido del presente estudio en el primer capítulo, en base a la observación de la realidad problemática del tema en investigación, se plantea y se formula el problema, luego se plantean también los objetivos y justificación teórica y social de la investigación. El segundo capítulo, aborda el marco teórico conceptual respecto a las variables inteligencia emocional y procrastinación académica con antecedentes internacionales y nacionales. Se realiza también una revisión teórica de las variables para conocer sus definiciones, clasificación y modelos conceptuales que las sustentan. Finalmente, se ofrecen las definiciones de términos básicos presentes en el estudio. El tercer capítulo, incluye aspectos como la metodología de investigación empleada, en este caso se realiza una investigación aplicada con diseño correlacional para establecer la asociación entre las variables. Además, se precisan las técnicas e instrumentos de evaluación

para la recolección de datos, así como el procesamiento para obtener los resultados correspondientes, para elaborar la respectiva presentación y análisis. El cuarto capítulo, incluyen los resultados obtenidos, gracias al procesamiento estadístico de los datos recolectados mediante el programa SPSS versión 23, donde los resultados son presentados en tablas y gráficos. En el quinto capítulo, se plantea la discusión e interpretación de los resultados obtenidos en relación con los antecedentes de investigaciones relacionados de manera directa, así como con las teorías que fundamentan estos resultados obtenidos con las variables de estudio. Finalmente, en el capítulo sexto se presentan las conclusiones llegadas en base a los objetivos trazados; y finalmente en el Capítulo siete, se presentan las recomendaciones de la investigación, así como las referencias bibliográficas y los anexos del presente estudio.

## **I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1. Planteamiento de Problema**

En el presente siglo, el proceso de la educación a nivel mundial ha sufrido cambios por diferentes factores siendo el de mayor influencia la globalización, las redes sociales, nuevos paradigmas que han están desarrollándose paralelo al proceso de socialización de los seres humanos desde la percepción y todo el proceso de las etapas del desarrollo humano, debido a esto, la educación tiene nuevos retos, originados por los cambios de mentalidad derivadas de los avances científicos y también relacionados con el dominio y control de las emociones. Es evidente que el compuesto de las habilidades personales, emocionales, sociales y de destrezas adquiridas predominan en el desarrollo de niveles de inteligencia emocional de los estudiantes de secundaria, el cual influyen en las habilidades para adaptarnos y enfrentarnos a las presiones del medio ambiente social/académico.

El primer ámbito en el que se inicia la formación de los rasgos primarios de la inteligencia emocional es la familia y ahí, es donde se presenta similitud entre los comportamientos, actitudes y reacciones entre los integrantes de la misma familia. Además, una de las características más relevantes de la inteligencia emocional es la facultad del proceso continuo de modificación de control y manejo de las emociones y sentimientos a lo largo de toda la vida; es válida la preocupación que nace desde la Institución Educativa Pública de formación, a fin de complementar el desarrollo de la personalidad de cada estudiantes por ser parte de un proceso educativo integral y es con ese propósito que se torna importante la investigación realizada porque al conocer las competencias emocionales de los estudiantes, serán las ayudarán a comprender las causas por las que ellos posponen en el cumplimiento de tareas asignadas, así como el proceso de modificación de conductas adaptativas en el ámbito escolar, permitiéndose la implementación de las técnicas y estrategias más adecuadas y pertinentes para potenciar la atención emocional, la claridad y reparación emocional. La manera tradicional educativa en las Instituciones Educativas Públicas y Privadas, han centrado sus esfuerzos en el progreso de las competencias de tipo cognitivo, descuidando en gran medida la dimensión afectiva/emocional, así como la social de los estudiantes para que logren

un desarrollo humano armonioso no sólo en el nivel académico, sino también para que puedan adquirir habilidades, destrezas, competencias sociales y emocionales que permitan un proceso educativo integral desde una perspectiva biopsicosocial.

Uno de los problemas educativos en el Perú consiste en cómo orientar al adolescente, quien atraviesa por una crisis de identidad, donde las emociones dominan su existencia y aunque en algunas ocasiones se ignoren, son determinantes en el día a día, en el vivir de los estudiantes de las Instituciones Educativas de Educación Básica Regular, siendo determinante el clima escolar, el salón de clase, el cómo se enseña y se aprende, en dejar fluir o no la creatividad, que facilitarán o impedirán el desarrollo de la inteligencia emocional, que es la que determina el manejo de las emociones para lograr su adaptación y equilibrio, es así que, los procesos de pensamiento serán canalizados de forma adecuada, situación que obliga a cada maestro de educación secundaria en desarrollar habilidades, técnicas de control y manejo de emociones, motivos que hacen relevante los resultados de la investigación realizada.

La educación presta cada vez mayor atención a la influencia de las emociones en el proceso de aprendizaje y al desarrollo de la capacidad creativa, se podrá ayudar y orientar a los estudiantes para que desarrollen su creatividad. La capacidad de regular las emociones, y propiciar la inteligencia emocional, es importante porque libera las dificultades que se presentan en el rol creativo de los educandos e influye en procesos que se relacionan en toma de decisiones, el razonar, la atención, la adquisición del aprendizaje y además con el bienestar físico (Damasio, 2006).

Por otra parte, si a esta problemática de las competencias emocionales se añade la problemática de la procrastinación académica que, viene a ser la falta de autorregulación de manera específica la predisposición de algunos estudiantes a ignorar o sencillamente evadir una acción que puede hallarse dentro de su dominio; el problema psicosocial se hace más crítica, si existe indiferencia en los docentes de secundaria. Las investigaciones sobre procrastinación demuestran que no se trata solamente de un inconveniente con la administración eficaz del tiempo, sino que, además, incluye una difícil interacción entre sus diferentes componentes. En la última década se afirma que, no sólo las dimensiones cognitivas son las que

intervienen en los logros académicos, sino también la personalidad de estudiante, docente y padres de familia, dos dimensiones que hasta ahora han sido estudiados de manera aislada para estar al tanto sobre su efecto en la creación del conocimiento. Stim Pychlyl es un psicólogo de Canadá que forma parte de una investigación que concluye que "en la actualidad, el problema más grave de la educación es la procrastinación". El conjunto de especialistas ha priorizado en sobre esta acción de la voluntad durante varios años, con información global, para "tratar de entender por qué a veces nos convertimos en nuestro peor enemigo con retrasos innecesarios y voluntarios" de las obligaciones.

Desde el punto de vista psicológico, la procrastinación académica es más propio entre las personas impulsivas, que quieren alcanzar el perfeccionismo, que se abruman por las expectativas que tienen a los demás sobre sí misma y temen fracasar, suele afectar más a los adolescentes por la etapa crítica en que se encuentran, porque en la adolescencia intermedia comprendida entre los 13 a 15 años y la tardía de 16 a 19 años, son determinantes para un mejor control de las emociones. La procrastinación aqueja desde hace mucho tiempo atrás; pero hoy en día se ha incrementado de tal manera, se le suele llamar "un mal moderno", por ejemplo, Arévalo (2011), indica que en Latinoamérica el procrastinar es una particularidad arraigada, es ante este horizonte que no se podría negar que existe en nuestra cultura y más aún con las consecuencias que suelen traer en la vida privada y/o profesional de los procrastinadores. Se puede afirmar que, la inteligencia emocional se relaciona con la procrastinación académica que muestran los estudiantes, por ello, si es que hubiera incorrectos niveles de destreza y motivación, la inteligencia emocional traería como consecuencia la poca perseverancia de un estudiante ante un ensayo, un trabajo para casa o la misma labor de aprendizaje.

En la Institución Educativa Pública "Señor de los Milagros" San Miguel – La Mar, Ayacucho, existen estudiantes indicadores de falta de atención y claridad emocional, así como la solución del resarcimiento de daño emocional de padres a hijos, asimismo se evidencia en muchos estudiantes que, presentan inseguridad, intolerancia, conductas agresivas y desacuerdos entre ellos, todo esto no permite llevar un clima adecuado en clases y por ende dificulta no solo la relación entre los

estudiantes, sino la motivación para la realización de sus actividades escolares, que repercute en la deficiencia en el manejo de tiempo que conlleva a la postergación académica que evidencia una carencia de competencias emocionales; finalmente los docentes sostienen que los estudiantes presentan conductas de postergación de actividades, tareas, así como problemas de autocontrol y organización de su tiempo, evidenciando rasgos de procrastinación; por lo que nos planteamos la siguiente interrogante ¿Existe relación entre inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020?

## **1.2. Formulación del problema.**

### **1.2.1. Problema general**

PG. ¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020?

### **1.2.2. Problemas específicos**

PE 1. ¿Cuál es la relación entre la dimensión atención emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020?

PE 2. ¿Cuál es la relación entre la dimensión claridad emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020?

PE 3. ¿Cuál es la relación entre la dimensión reparación emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020?

### **1.3. Justificación del estudio**

Para realizar la presente investigación con las variables de inteligencia emocional y procrastinación fue necesario presentar la justificación que resalte la relevancia e importancia que a continuación se detalla:

La justificación a nivel teórico fue importante porque con el estudio realizado, se comprobó la relación existente entre inteligencia emocional y procrastinación, dentro de un contexto de estudiantes de tercero al quinto de secundaria, brindando así el soporte teórico y empírico con las investigaciones como las realizadas por Steel (2007) donde se han relacionado variables en estudio. Los aportes teóricos facilitaron información teórica actualizada que podrán ayudar a futuras investigaciones que busquen trabajar las variables del estudio en el ámbito nacional al proporcionar antecedentes efectivos de la presencia de dichas variables en la población utilizada de estudiantes de secundaria, nos permitieron relacionar los aportes teóricos con aportes empíricos. Siendo útil los resultados obtenidos porque han servido como punto de partida para los estudios que buscan indagar al respecto, estrategias para mejorar la motivación académica, el clima escolar, rendimiento académico y las competencias emocionales.

A nivel social esta investigación ha sido de beneficio de los estudiantes, docentes y auxiliares de la educación que laboran en la Institución Educativa Pública donde se realizó el estudio, asimismo ha servido para las futuras investigaciones sobre las variables procrastinación y relacionen con otras variables de estudio. También es de beneficio para los estudiantes de otras Instituciones Educativas Públicas y Privadas, al brindar información empírica sobre como la presencia de competencias de inteligencia emocional pueden disminuir la presencia de conductas de procrastinación, lo que puede generar esfuerzos orientados a la mejor utilización de recursos personales para beneficio académico como acceso a becas de estudio, retención estudiantil o titulación oportuna.

La importancia a nivel práctico del presente trabajo de investigación radica en que, la inteligencia emocional que es un concepto al que no se le da la relevancia debida en las Instituciones Educativas Públicas y Privadas, y es por ello que con este estudio científico se demostró su relación con una posible causa que afecta a

muchos estudiantes, la procrastinación o síndrome de postergación problemática poco conocida en el país y, por ende, no existen tantos estudios nacionales al respecto. Estudio que ayudó a conseguir aportes teóricos acerca del nexo entre ambas problemáticas psicosociales, para transmitirlo a aquellos profesionales y personas cercanas al contexto escolar y universitario, y se pueda influir de manera positiva con una toma de conciencia de este problema que dejarlo para mañana, y los estudiantes pueden ser motivados, animados a mejorar la distribución de su tiempo, para un mejor estudio de sus asignaturas programadas, trabajos y demás responsabilidades para así, conseguir un rendimiento académico y/o social adecuado a cada uno de ellos, así como una mejora en la administración de sus competencias emocionales.

Finalmente, la justificación metodológica que presentó la investigación realizada fue porque se utilizó métodos, técnicas e instrumentos psicológicos que permitieron conocer los niveles de inteligencia emocional con Escala de Inteligencia Emocional de TRAIT Meta-Mood Scale-TMMS-24, las dimensiones de falta de atención y claridad emocional, así como la solución del resarcimiento de daño emocional y los estados de procrastinación, con la aplicación de la escala, la Escala de Procrastinación Académica – EPA.

Estudio que fue importante a nivel metodológico porque permitió mostrar la validez confiabilidad de ambos instrumentos, con los resultados obtenidos, así como poder realizar las recomendaciones para un control y mejora de la problemática. Asimismo, el empleo de estos instrumentos sirvió para obtener su validación por contenido por criterio de expertos que estuvieron a cargo de dos doctores en psicología. También, después de aplicado los instrumentos se logró obtener con los resultados obtenidos la confiabilidad con el Alfa de Crombach, de la escala de inteligencia emocional TRAIT – Meta – Mood Scale – TMMMS-24, y de la escala de Procrastinación Académica EPA, con el proceso estadístico utilizado para el procesamiento de los datos.

## **1.4. Objetivos de la investigación**

### **1.4.1. Objetivo general**

Establecer la relación entre inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020

### **1.4.2. Objetivos específicos**

- OE 1. Determinar la relación entre la dimensión atención emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020
- OE 2. Determinar la relación entre la dimensión claridad emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020.
- OE 3. Determinar la relación entre la dimensión reparación emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020

## **II. MARCO TEÓRICO**

### **2.1. Antecedentes de la Investigación**

#### **2.1.1. Antecedentes nacionales**

Gross & John, Villanueva (2019), en su tesis de Maestría en la Universidad César Vallejo, titulado "Inteligencia Emocional y Procrastinación Académica en estudiantes de 4° de secundaria de una institución educativa", el propósito del estudio fue determinar la relación inversa entre la Inteligencia Emocional y la Procrastinación Académica en estudiantes de 4° de secundaria de una Institución Educativa Pública, Trujillo en el año 2018. De tipo aplicada, de nivel descriptiva correlacional de diseño no experimental de corte transversal. La población está compuesta por 959 estudiantes y la muestra es de 166 estudiantes a quienes se aplicaron los instrumentos de medición. Los procedimientos utilizados fueron los proporcionados por las estadísticas, comenzando con la construcción de tablas, la construcción de gráficos y la aplicación de la prueba de hipótesis para probar la hipótesis de la investigación. Se obtuvo en la inteligencia emocional que el 91.0% de los encuestados tienen un nivel atípico y el 83.7% de los encuestados tienen un nivel medio en procrastinación académica. También, se ha encontrado que existe una relación negativa significativa entre la inteligencia emocional y la procrastinación académica ( $p < 0.05$ ). Se concluyó que existe una relación inversa significativa entre la inteligencia emocional y la procrastinación académica en estudiantes de 4° de secundaria de la I.E.P. Gustavo Ríes, Trujillo - 2018. Palabras clave: Inteligencia emocional y procrastinación académica.

Este antecedente se ha considerado importante incluirlo debido a que ha trabajado con las dos variables de estudio, su metodología es similar y la población parecida.

Huaccha (2019), en su tesis de maestría en la Universidad Privada Antenor Orrego de Trujillo, titulado Inteligencia emocional, procrastinación y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de una Institución Educativa Particular de Trujillo. Tuvo por objetivo determinar la relación entre la inteligencia emocional, procrastinación y rendimiento académico en una muestra de 200

estudiantes del nivel secundario de una institución educativa particular de Trujillo. Para ello, se hizo uso del inventario de inteligencia emocional de Bar-On ICE:, la Escala de procrastinación académica, como también, la media de sus puntuaciones globales académicas. En los resultados se observó una correlación inversa de grado bajo entre las variables inteligencia emocional y procrastinación ( $\rho = -.25$ ;  $p < .01$ ), una correlación directa de grado bajo en relación a las variables inteligencia emocional y rendimiento académico ( $\rho = .29$ ;  $p < .01$ ) y una correlación inversa entre procrastinación y rendimiento académico ( $\rho = -.24$ ;  $p < .01$ ). Asimismo, se encontraron correlaciones significativas entre los factores de la inteligencia emocional con la procrastinación y el rendimiento académico. Palabras clave: inteligencia emocional, procrastinación, rendimiento académico.

Este antecedente fue importante considerarlo porque ha trabajado con las dos variables de estudio, inteligencia emocional y procrastinación, su metodología es similar, la población son estudiantes del nivel de secundaria parecida a la muestra del presente estudio.

Fuentes (2018), en su tesis de Licenciatura de la Universidad Autónoma del Perú, titulado "Funcionamiento familiar y procrastinación académica en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Sur" que tuvo como objetivo establecer la relación entre el funcionamiento familiar y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur. Tipo básico, de nivel descriptivo correlacional, de diseño no experimental de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 427 universitarios de las carreras de derecho y contabilidad, de primero y sexto ciclo, de ambo sexos y cuyas edades oscilan entre los 17 y 35 años. El tipo de investigación es cuantitativa y el diseño es no experimental y transversal. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Test de Percepción del Funcionamiento Familiar (FF-SIL). Los resultados obtenidos muestran que el 26.9% presenta nivel bajo de funcionamiento familiar y el 20.8% presenta nivel promedio alto de procrastinación académica. Así mismo, se encontró una correlación negativa y muy significativa entre el Funcionamiento Familiar y la procrastinación Académica total. Además, se encontraron correlaciones inversas y muy significativas ( $p < 0.05$ ), en la procrastinación académica y sus dos componentes en función a la carrera de

estudio. Palabras clave: funcionamiento familiar, procrastinación académica y estudiantes universitarios.

El antecedente antes mencionado es importante considerarlo porque ha trabajado la variable procrastinación, metodología similar, y a empleado el mismo instrumento de medición a utilizar en el estudio.

Navarro (2017), en su tesis de Licenciatura, de la Universidad San Pedro, titulado Inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes de cuarto grado de secundaria de una institución educativa, barranca, 2017. Investigación que tuvo como objetivo determinar la relación entre inteligencia emocional y procrastinación académica, en estudiantes de cuarto grado de secundaria de una Institución Educativa Pública, Barranca, 2017. Se evaluó a 111 estudiantes, 57 varones y 54 mujeres, entre 14 y 17 años de edad. Se utilizó el Inventario Emocional de Baron Ice (Adaptada en Perú por Nelly Ugarriza y Liz Pajares), que evalúa los componentes intrapersonal, interpersonal, manejo de estrés, adaptabilidad, estado de ánimo, y Escala de procrastinación académica de Deborah Ann Busko, 1998. (Adaptada por Oscar Álvarez) que evalúa la postergación académica. La Metodología fue cuantitativo Correlacional, de diseño no experimental, corte transversal. La población estuvo conformada por estudiantes de cuarto grado de Secundaria. Los resultados indican que existe una relación negativa inversa entre las variables Inteligencia emocional y procrastinación académica, (-0.293). El componente inteligencia intrapersonal, presenta un nivel promedio, al igual que los componentes interpersonales y el componente estado de ánimo; el componente manejo del estrés presenta un nivel excelentemente desarrollado, y el componente adaptabilidad un nivel mal desarrollado, En los niveles de procrastinación académica se evidencia un nivel bajo, 33.3%. Entre el componente intrapersonal de inteligencia emocional y procrastinación académica existe una relación negativa inversa (- 0.178), como también existe relación negativa inversa entre los componentes interpersonal (-0.127), manejo de estrés (- 0.169), adaptabilidad (--0.312), estado de ánimo (-0.192) de inteligencia emocional y procrastinación académica. palabras clave: inteligencia emocional, procrastinación académica, estudiantes de secundaria.

El antecedente mencionado es importante considerarlo porque ha trabajado

las dos variables de estudio inteligencia emocional y procrastinación, metodología similar, y a empleado los mismos instrumentos de medición a utilizar en el estudio.

Núñez (2017), en su tesis de Licenciatura en la Universidad San Pedro titulado Inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes de segundo grado de secundaria de una institución educativa, Barranca, 2017. tuvo como objetivo determinar la relación entre Inteligencia Emocional y Procrastinación Académica en estudiantes de segundo grado de secundaria de una Institución Educativa, Barranca, 2017. La metodología fue cuantitativa, tipo básica, nivel correlacional, de diseño no experimental de corte transversal. La población estuvo conformada por estudiantes de segundo grado de secundaria. Se evaluó a 98 estudiantes, siendo 53 varones y 45 mujeres cuyas edades fluctúan entre los 12 y 15 años de edad; se utilizó el inventario emocional de Baron Ice (Adaptación Peruana por Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares) que evalúa los componentes intrapersonal, interpersonal, manejo de estrés, adaptabilidad y estado de ánimo; y la Escala de procrastinación académica de Deborah Ann Busko, 1998. (Adaptación por Oscar Álvarez) que evalúa la postergación académica. Los resultados indican que existe una relación negativa inversa entre ambas variables. Asimismo, se evidencia un nivel Promedio en los componentes Intrapersonal (59.2%), Interpersonal (43.9%), Manejo de Estrés (30.6%) y Estado de Ánimo (37.8%); asimismo, el componente adaptabilidad con un nivel excelente desarrollada (27.6%). En los niveles de procrastinación académica se evidencia un nivel medio (40.8%), seguido de un nivel muy bajo (31.6%). Entre el componente intrapersonal, interpersonal, manejo de estrés, adaptabilidad y estado de ánimo de inteligencia emocional y procrastinación académica existe una relación negativa inversa. Palabras clave: inteligencia emocional, procrastinación académica, estudiantes de secundaria.

El antecedente mencionado se ha considerado importante porque ha trabajado las dos variables de estudio inteligencia emocional y procrastinación, metodología similar, y a empleado el instrumento de medición de procrastinación a utilizar en el estudio.

### **2.1.2. Antecedentes internacionales**

Pulido y Herrera (2018), realizaron un estudio en la ciudad de Ceuta-España, titulado rendimiento académico e inteligencia emocional según los datos sociodemográficos de género, nivel socio-económico, edad y cultura, siendo el objetivo principal demostrar la relación entre el rendimiento académico e inteligencia emocional según datos sociodemográficos, para analizar los tipos y niveles de rendimiento académico e inteligencia emocional según datos sociodemográficos, para analizar los tipos y niveles de rendimiento académico e inteligencia emocional teniendo en cuenta los datos sociodemográficos (género, nivel socio-económico, edad y cultura), así como investigar, las relaciones entre las variables. De diseño no experimental y corte transversal, alcance descriptivo y correlacional. La muestra de 811 estudiantes de secundaria, donde 46.1% fueron varones y 53.9% mujeres. Se evaluó la inteligencia emocional por medio de un cuestionario elaborado por los investigadores del mencionado estudio. Presenta 66 ítems en cinco categorías (Empatía, auto concepto, autocontrol, motivación y conocimiento de sí mismo). Se hizo uso de las calificaciones para medir el rendimiento académico. En cuanto a los resultados, se halló que el 71.2% de la muestra presenta un nivel medio de IE. Además, los adolescentes de 16-17 son los que obtuvieron las puntuaciones más altas en IE y los de 14-15 son los más bajos. Por último, se muestra que la IE tiene relación significativa con el rendimiento académico; es decir, que a mayor IE que tiene un sujeto mayor es su rendimiento académico.

Se considera importante este antecedente porque trabajó la variable de inteligencia emocional, la metodología empleada fue similar, la muestra utilizada es parecida estudiantes de secundaria.

Camacho (2018), en su investigación “Autorregulación emocional y procrastinación académica en estudiantes de las carreras relacionadas a Ciencias de la Salud y Ciencias Sociales de la ciudad de Ambato- Tumgurahua- Ecuador.” Tuvo como objetivo determinar la relación existente entre la autorregulación emocional y la procrastinación académica en una muestra de estudiantes universitarios de la ciudad de Ambato. El estudio cuantitativo, exploratorio, descriptivo y correlacional. El método general que se va a utilizar es científico y el

ala de Procrastinación general y académica de Busko, inventario perspectiva temporal de Zimbardo y escala de autoeficacia general de Baessler y Schwarzer. Con 400 estudiantes de una universidad cofinanciada (62,5%) y una universidad pública (27,5%) de la ciudad de Ambato. Se obtuvo como resultado que la Procrastinación académica se correlaciona con reevaluación cognitiva  $r= 0,063$ ;  $p< 0,01$ , con supresión emocional  $r= 0,325$ ;  $p< 25 0,01$ , con perspectiva temporal futura  $r= -0,314$ ;  $p< 0,01$ ; con perspectiva temporal pasada positiva  $r= 0,073$  y con autoeficacia general  $r= 0,102$ ;  $p< 0,01$ . Los resultados evidencian que la procrastinación académica tiene relación con reevaluación cognitiva, supresión emocional, así mismo mantiene una correlación con perspectiva temporal futura, perspectiva temporal pasada positiva y autoeficacia general, puesto que al no existir una organización y distribución del tiempo el individuo tiende a aplazar sus actividades y está asociado con una falta de autorregulación emocional lo que interfiere en su desempeño académico.

El indicado antecedente es importante considerarlo porque trabajó con la variable procrastinación académica, presenta similares metodologías de evaluación que se utilizó con la población de estudiantes parecida al presente estudio de investigación a realizar.

Alatraste (2017), realizó una investigación en México, titulado funcionamiento familiar y su relación con la inteligencia emocional en adolescentes México, siendo el objetivo determinar el funcionamiento familiar y su relación con la inteligencia emocional en adolescentes México, de tipo básica, de enfoque cuantitativa, de nivel descriptiva y correlacional de diseño no experimental, de corte transversal, Material y métodos: La población estudiada estuvo constituida por 200 adolescentes de 15 a 18 años, a quienes se le aplicó un cuestionario en escala de Likert usando técnica de encuesta. Resultado: de la muestra total, 144 (72%) mencionaron que sus padres son casados, 32 (16%) que sus padres son divorciados, 2 (1%) en unión libre, 12 (6,1%) separados y 7 (3,5%) contestaron en el apartado de otro. Conclusiones: esta investigación concluye que, existe vínculo entre las dimensiones del funcionamiento familiar y las dimensiones de la inteligencia emocional.

Es importante considerar este antecedente porque trabajo la variable de inteligencia emocional, la metodología empleada fue similar, la muestra utilizada es parecida.

Ramos, Jadán, Paredes, Bolaños y Gómez (2017), realizaron una investigación en Ecuador quienes analizaron y plantearon el objetivo de demostrar la dependencia entre procrastinación, promedio académico y la adicción al internet, de tipo básica, de nivel descriptiva correlacional, de diseño no experimental de corte transversal, empleo la escala de procrastinación académica, en una muestra de 250 alumnos entre 17 y 31 años. Se manejó la Escala de Procrastinación y la calificación promedio de graduación de secundaria categorizadas en alto, medio y bajo. En los resultados, se registró que los estudiantes con alto rendimiento académico presentaban pocas conductas de procrastinación ( $244 = -3.60; p < .05$ ).

El antecedente antes mencionado se ha considerado importante porque trabajó la variable de procrastinación, la metodología empleada fue similar, así como el instrumento de la Escala de Procrastinación Académica – EPA, la muestra utilizada es parecida.

Cardona (2015), con el trabajo “Relaciones entre procrastinación académica y estrés académico en estudiantes universitarios”. Tiene como fin reconocer y profundizar la relación que existe del estrés académico y la procrastinación académica de los alumnos en la Universidad de Antioquia. Esta investigación pudo efectuarse a partir de una orientación empírica analítica no experimental, del tipo transversal, teniendo el nivel descriptivo -correlacional. La muestra se escogió de forma probabilística haciendo uso del muestreo aleatorio simple, teniendo un nivel de confianza del 93%. La muestra estuvo conformada por 198 alumnos; 118 mujeres y 80 varones, teniendo edades entre los 17 y 34 años. Los alumnos estuvieron comprendidos en tres categorías de acuerdo a su área de formación: ciencias médicas y de salud (CMS), ciencias sociales y humanidades (CSH) y ciencias exactas y naturales (CEN). Los instrumentos que se usaron son el inventario de estrés académico SISCO y la escala de procrastinación académica PASS. Se localizaron correlaciones significativas de la conducta procrastinadora con ciertas reacciones físicas, psicológicas y de conducta que se relacionan hacia el estrés académico; el cansancio, el dolor de cabeza, el sopor, depresión,

desconsuelo, angustia o desesperación, dificultades con la atención y enojo. Además, se hallaron ciertas contradicciones significativas por cada cuestionario, conforme las diversas variables en las que se hallaban los alumnos al momento de resolver los cuestionarios.

El antecedente antes mencionado se ha considerado importante porque trabajó la variable de procrastinación, la metodología empleada fue similar, así como el instrumento de la Escala de Procrastinación Académica – EPA, la muestra utilizada es parecida.

## **2.2. Bases teóricas de las variables**

### **2.2.1. Inteligencia emocional**

Goleman (1995), la inteligencia emocional es la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y la de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones.

Goleman (1995), en su publicación del libro “Inteligencia Emocional” en 1995 popularizó el concepto al definirla como “la capacidad de motivarnos a nosotros mismos, de perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones, de controlar impulsos, de diferir las gratificaciones, de regular nuestros propios estados de ánimo, de evitar que la angustia interfiera con nuestras facultades racionales y, por último, la capacidad de empatizar y confiar en los demás”

Mayer y Salovey (1997) refieren que la inteligencia emocional es “la habilidad para distinguir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones, el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual”. Según ellos, la inteligencia emocional incluye la inteligencia intrapersonal y la interpersonal, así como otras habilidades.

Baron (1997), citado por Guerra, (2013) afirma que la inteligencia emocional es el conjunto de capacidades emocionales, propias e interpersonales, que influyen en nuestra habilidad para adaptarnos y poder afrontar las demandas y exigencias del medio ambiente, esto es un factor muy importante para lograr el éxito en nuestra

vida.

Pérsico (2007), refiere que la inteligencia emocional no es una capacidad innata, esta es una cualidad que se puede aprender y desarrollar a lo largo de la vida y que, si bien la infancia es el período ideal para desarrollarla, nunca es tarde para adquirir esta capacidad, cualquier persona de cualquier edad puede aprender a controlar adecuadamente sus emociones, puede relacionarse mejor consigo mismo, en su entorno y con la sociedad.

### **2.2.1.1. Modelos de inteligencia emocional**

#### *2.2.1.1.1. El modelo de Mayer-Salovey:*

Que define este término como la habilidad que tienen las personas de manejar, percibir, comprender y utilizar las emociones para facilitar el pensamiento. Las habilidades incluidas en este modelo son las siguientes:

- **Percepción emocional:** Espinoza et Saéz, (2015). Implica el reconocimiento consciente de las propias emociones, así como la identificación de que se siente, siendo posible darle una etiqueta verbal.
- **Facilitación emocional del pensamiento:** García y Giménez, (2010).
- Capacidad para relacionar las emociones con otras sensaciones como el sabor y el olor o, usar la emoción para facilitar el razonamiento. En este sentido, las emociones pueden priorizar, dirigir o re digerir al pensamiento, proyectando la atención hacia la información más importante.
- **Comprensión emocional:** Espinoza et Saéz, (2015). Significa la integración de lo que se piensa y siente, es saber considerar la complejidad de los cambios emocionales.
- **Dirección emocional:** García y Giménez, (2010), Comprensión de las implicaciones que tienen los actos sociales en las emociones y regulación de las emociones en uno mismo y en los demás.
- **Regulación de emociones:** Espinoza et Saéz, (2015), Se identifica con la dirección y manejo de las emociones, tanto positivas como negativas, de forma eficaz.

#### *2.2.1.1.2. El modelo Goleman:*

Que lo ve como una mezcla de competencias emocionales y sociales que aportan al liderazgo. Los componentes que constituyen la inteligencia emocional según Goleman (1995) son:

- Conciencia de uno mismo: es la conciencia de los propios estados internos, los recuerdos e intuiciones.
- Autorregulación: es el control de nuestros impulsos y recursos internos.
- Motivación: se explica cómo la tendencia emocional que facilita el logro de objetivos.
- Empatía: es la conciencia de los sentimientos, necesidades y preocupaciones ajenas. - Habilidades sociales: Es la capacidad para dar respuestas deseables a los demás, pero no entendidas como capacidad de control sobre otro individuo.

#### *2.2.1.1.3. El modelo Baron*

Que describe la Inteligencia emocional como un conjunto de competencias emocionales y sociales interrelacionadas, habilidades y comportamientos que alteran el comportamiento inteligente. Este modelo está compuesto por diversos aspectos: componente intrapersonal, componente interpersonal, componente de adaptabilidad, componente del manejo del estrés y, componente del estado de ánimo en general. Estos componentes serán explicados más adelante.

Baron (1997), que describe la inteligencia emocional como una serie de competencias socioemocionales interrelacionadas y destrezas que generan comportamientos inteligentes; y, finalmente, el modelo de Mayer y Salovey (1997), que define la inteligencia emocional como la habilidad para percibir, usar, comprender y manejar las emociones para facilitar el pensamiento”.

### **2.2.1.2. Componentes de la inteligencia emocional**

#### *2.2.1.2.1. Autoconocimiento emocional (o conciencia de uno mismo).*

Hace referencia al conocimiento de nuestras propias emociones, cómo nos afectan el comportamiento, como es el estado de ánimo, también es importante conocer nuestras virtudes y debilidades. Este aspecto es quizá, uno de los más importantes en el aprendizaje de los estudiantes, su desconocimiento dificulta su autocontrol.

#### *2.2.1.2.2. Autocontrol emocional (o autorregulación).*

Es posible identificar el autoconocimiento, detectando señales de ansiedad, nerviosismo o miedo, y previniendo problemas de relación (dentro y fuera de la familia) que pueden obstaculizar una determinada etapa de estudio.

#### *2.2.1.2.3. La autorregulación.*

Consiste en no dejarnos llevar por los sentimientos momentáneos como la ira, la tristeza, temor, placer, amor, sorpresa, disgusto y la vergüenza, o también, por los sentimientos más complejos como los celos, el orgullo y la culpa. Savoley (1994) dice que es importante aprender a manejar estos sentimientos porque ello, permite desarrollar la capacidad para recuperarse con mayor rapidez de todos los reveses y trastornos de la vida.

#### *2.2.1.2.4. Automotivación (la propia motivación).*

Es la forma de dirigir las emociones al servicio de un objetivo nos permite la motivación y fijar la atención en las metas, propósitos y no en los obstáculos. Para ello, es necesario el optimismo e iniciativa, para que seamos emprendedores y actuemos positivamente ante cualquier contratiempo.

#### *2.2.1.2.5. Empatía.*

Es reconocer las emociones ajenas, aquello que los demás sienten y que se puede expresar por la expresión de la cara, por un gesto, por una mala contestación, ayuda a establecer lazos más reales y duraderos con las personas.

### **2.2.1.3. Evaluación de la inteligencia emocional**

Vera (2016), nos indica que, dentro del modelo de habilidades, “uno de los instrumentos de auto informe más utilizados en investigación es el TMMS (Trait Meta-Mood Scale), desarrollado por Mayer, Salovey, Goldman, Turvey y Palfai.

Existe la versión reducida y adaptada al español TMMS-24 de Extremera, Fernández y Ramos (2004). Actualmente, es un instrumento muy utilizado en el ámbito académica. La investigación a desarrollar hará uso del TMMS-24, por considerarlo más conveniente, menos extenso, de fácil aplicación y realización, lo cual lo hace eficiente, eficaz y efectivo. La Escala “está compuesto por 24 ítems. A los participantes se les pide que evalúen el grado en el que están de acuerdo con cada uno de los ítems sobre una escala tipo Likert de 5 puntos que varían desde Nada de acuerdo (1) a Totalmente de acuerdo (5).

La escala está compuesta por tres sub factores: atención a los propios sentimientos, claridad emocional y reparación de las emociones.

- 1) La atención a las emociones**, que se evalúa a través de los 8 primeros ítems, es el grado en el que las personas creen prestar atención a sus sentimientos,
- 2) La claridad emocional** que se evalúa a través de los siguientes 8 ítems, se refiere a cómo creen percibir sus emociones las personas (ej. el ítem 10: Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.
- 3) La reparación emocional** (García y De La Villa Carpio, 2014), que se evalúa con los 8 ítems restantes, se refiere a la creencia del sujeto en su capacidad para interrumpir estados emocionales negativos y prolongar los positivos (ej. ítem 19: Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida). Fernández-Berrocal y Colb. (2004) encontraron una consistencia interna de 0,90 para atención, 0,90 para claridad y 0,86 para reparación”.

### **2.2.1.4. La Evaluación y la expresión de las emociones**

García y De La Villa Carpio (2019). Sostienen que los métodos que están ocultos a la inteligencia emocional inician cuando la información afectiva ingresa en el sistema perceptual. La percepción consiste en inspeccionar, identificar y expresar

de forma adecuada lo que sentimos, nos permite demostrar las emociones y enseñar a las demás personas información sobre lo que uno siente. Aquí se puede incluir la conducta verbal y no verbal.

Inicialmente requerimos entender qué sentimos, y poder ser idóneos de expresar nuestros sentimientos usando el lenguaje verbal o expresiones no verbales. Y luego, requerimos estar preparados para percibir las emociones de los demás y poder ser empáticos con ellos.

- **La Regulación emocional.** Consiste en la capacidad para manejar y regular las costumbres emocionales y las de los otros. Los pensamientos permiten desarrollar el incremento emocional, intelectual y particular para forjar realidad en la administración de las emociones en la vida diaria.
- **La utilización emocional.** Es aquí dónde se refiere a la destreza para usar el conocimiento emocional en la solución de problemas, se muestra el uso de la comprensión de las emociones para acomodarnos a nuevas situaciones y tomar decisiones fundadas en este aspecto.

#### ***2.2.1.5. La inteligencia emocional en el contexto educativo***

Educar a los alumnos a sentir de manera inteligente y cavilar emociones es enseñar en inteligencia emocional. Si llegamos a juntar estos dos tipos de inteligencia de forma significativa, se abren las oportunidades a los docentes, para formar personas con un coeficiente emocional alto que se aceptan individualmente y a su vez son aceptados con quienes conviven. En la actualidad, tenemos un incremento de acciones antisociales, que provocan desadaptación en los estudiantes, es momento cuando se tiene que proceder a partir de la enseñanza, la que se proporciona en el hogar como la del colegio, con la finalidad de advertir estos contextos en el ambiente.

La prioridad de la educación hoy en día es instruir conocimientos, más que en enseñar a los estudiantes a empezar a conocer usar y dominar las emociones Goleman. (1995). En la educación actual se observan diferentes maneras de orientación, por ejemplo, tenemos la orientación para la prevención y el desarrollo, que incluye aprendizajes significativos pero que no se ubican en el currículum

educativo.

Es aquí donde se trabajan habilidades blandas, temas importantes como la educación para la salud, y la educación emocional. “Se sabe que las faltas en las habilidades de la inteligencia emocional afectan a los estudiantes dentro y fuera del contexto escolar” Extremera & Fernández Berrocal (2002). Por otro lado, si los alcanza a evolucionar eficientemente las habilidades de inteligencia emocional lograrán ganancias.

### **2.2.2. Procrastinación**

Tuckman (1990), Sánchez (2010) Es la ausencia de autorregulación, específicamente es la tendencia de algunos estudiantes de dejar de lado o simplemente evitar una actividad que podría estar bajo su propio control.

Natividad, (2014). Indica que la procrastinación es considerada como un retraso innecesario e irracional del inicio o finalización de determinadas tareas, retraso que genera una sensación de conflicto en el sujeto. Muchas veces se ha denominado como una discrepancia entre la “intención” y la “acción” es decir, la distancia entre lo que un individuo tiene intención de hacer y lo que en realidad termina haciendo. Este fenómeno, se ha estudiado en diferentes contextos, ya sea académico o laboral, en relación con la vida cotidiana. Las personas procrastinan muchas actividades en diferentes circunstancias, ya sea el inicio o la culminación de una tarea.

Diversos autores han propuesto definiciones de procrastinación, por ejemplo; para Ferrari, Jhonson y McCown (1995), el término procrastinación proviene del verbo en latín “procrastinare” donde la palabra “pro” significa adelante, y “crastinus” se refiere al futuro, lo que significa posponer o retrasar hasta otro día.

Harriott y Ferrari (1996), han encontrado que la procrastinación es una conducta predominante en la población general, la cual afecta a una porción sustancial de adultos, así como a estudiantes.

Asimismo, Haycock, McCarthy y Skay (1998), refieren que este término hace referencia a la tendencia de posponer la culminación de las responsabilidades, decisiones y tareas que necesitan ser ejecutadas.

### **2.2.2.1. Enfoques psicológicos de la procrastinación**

Sánchez (2010), refiere que la procrastinación se ha estudiado desde diferentes enfoques psicológicos, mencionados brevemente a continuación:

#### *2.2.2.1.1. El Enfoque Psicodinámico de Baker:*

Rothblum (1990), Sostiene que la procrastinación es el temor al fracaso, este modelo se centra en la comprensión de porqué las personas se retiran de las actividades a pesar de tener suficiente capacidad, inteligencia o preparación para llevar a cabo exitosamente sus actividades, también explica que el miedo al fracaso se debe a la existencia de relaciones familiares problemáticas, donde el rol de los padres facilitó un sentimiento de frustración e hizo que la autoestima del niño se vea afectada.

#### *2.2.2.1.2. El Enfoque Motivacional:*

Ferrari, Johnson y Mccown (1991), Sánchez (2010), Plantea que la motivación de logro es un rasgo invariable, donde la persona realiza determinadas actividades para poder alcanzar el éxito en cualquier circunstancia que se presente; por lo cual el sujeto puede elegir dos posiciones: el deseo de alcanzar el éxito o el miedo al fracaso; el primero se refiere al logro motivacional y el segundo a la motivación para evitar una situación negativa. Cuando el miedo al fracaso es mayor que la esperanza de éxito las personas optan por elegir actividades en las cuales perciban que el éxito está garantizado retrasando así aquellas actividades que consideren complejas y en las cuales piensan que pueden fracasar.

#### *2.2.2.1.3. El Enfoque Conductual de Skinner.*

Esta visión refiere que una conducta se mantiene cuando es reforzada si el resultado es positivo Skinner (1977), Carranza (2013). Entonces, las personas procrastinan porque esta conducta de postergar ha sido retroalimentada y además han tenido buenos resultados debido a diversos factores propios del ambiente, lo que conlleva a que el individuo continúe con este tipo de acciones.

#### *2.2.2.1.4. El Enfoque Cognitivo de Wolters:*

Wolters (2003), Carranza (2013) Plantea que la procrastinación implica un procesamiento de información disfuncional que involucra esquemas desadaptativos relacionados con la incapacidad y el miedo a la exclusión social y que los procrastinadores la mayoría de veces reflexionan acerca de su conducta; los individuos experimentan formas de pensamiento obsesivo cuando no pueden realizar una actividad o se acerca el momento de presentar una tarea, además primero se compromete a la realización de una actividad, posteriormente comienza a tener pensamientos quejosos relacionados con el progreso que implica planear y realizar la actividad, entonces comienzan a aparecer pensamientos automáticos negativos relacionados con la baja autoeficacia.

#### **2.2.2.2. Tipología de la Procrastinación**

Respecto a las tipologías de la procrastinación, se han propuesto diferentes aproximaciones. A continuación, exponemos algunas de ellas de acuerdo a su importancia:

Ferrari (2000) clasificó a los procrastinadores en tres tipos, basados en la razón por la que se retrasan las cosas:

- a) El tipo arousal aletarga las tareas para experimentar emociones con la convicción de que consigue mejores resultados cuando trabaja bajo presión.
- b) Los evitadores posponen las cosas como un resultado de una baja autoeficacia con el fin de reducir su ansiedad.
- c) Los procrastinadores indecisos tienen poca capacidad para tomar una decisión.

Hsin y Nam (2018), dividen la procrastinación en activa y pasiva. Los procrastinadores activos tienen la capacidad de administrar sus tareas de manera oportuna y prefieren trabajar bajo presión. Sin embargo, suspenden sus acciones intencionalmente y se concentran en otras tareas importantes del momento. Los procrastinadores pasivos también denominados “tradicionales” no tienen la intención de postergar, pero a menudo terminan aletargando las tareas porque no tienen la capacidad de tomar decisiones y actuar rápidamente ante ellos, lo que

conlleva a no terminar sus tareas asignadas a tiempo.

### **2.2.2.3. Procrastinación Académica**

Natividad (2019), La procrastinación académica, que desde ahora la denominaremos como PA, implica el hábito de posponer la realización de actividades académicas importantes para el estudiante, dicha dilación, le provoca malestar emocional, por lo que suele manifestar deseos de cambio al respecto. El fenómeno de la PA es muy frecuente y según algunos estudios afecta a más de un 90% del alumnado. La PA puede tener también un impacto en la autoestima, autoeficacia, motivación, bienestar psicológico e incluso físico de los estudiantes.

Tuckman, Sánchez (2019), define la PA como la falta o ausencia de la autorregulación, así como la tendencia a posponer o evitar por completo una actividad que está bajo el control de uno mismo.

Steel (2019), menciona que la PA es el actuar voluntario o involuntario, en donde la persona posterga o demora la realización de las tareas que han sido previamente programadas.

Ferrari (1917), Sánchez (2019), explica que es la demora voluntaria en la realización de los trabajos académicos programados, lo que puede deberse a que los estudiantes tienen la intención de realizar la actividad académica dentro del plazo establecido, pero no tienen la suficiente motivación para realizarla.

Se ha planteado que la adolescencia es el período de mayor sensibilidad y peligro para la PA, ya que es una etapa en la que se experimentan muchos cambios. Steel (2007) expone que a menor edad este comportamiento puede convertirse en algo crónico, ya que en los estudios que realizó demostró que, durante los primeros años de universidad, los estudiantes tienen mayor incidencia de conducta procrastinadora.

Domínguez, Villegas y Centeno (2014), consideran que la PA tiene dos dimensiones; la Postergación de actividades y la Autorregulación académica. En el primer caso, hacen referencia al proceso de retrasar la ejecución de ciertas tareas, y por otro lado, con Autorregulación académica, se refiere a un proceso activo, mediante el cual los estudiantes fijan metas para su aprendizaje, tratando de

monitorear, regular y controlar su cognición, motivación y conducta, guiados y restringidos por las características contextuales de su ambiente, además, un estudiante autorregulado es capaz de establecer por sí mismo tales metas de aprendizaje. En esta investigación nos enfocamos en la dimensión de Postergación de actividades, ya que lo que nos interesa es saber qué tanto los estudiantes universitarios tienden a postergar o retrasar sus tareas académicas.

#### *2.2.2.3.1. Características de la procrastinación académica*

Ellis y Knaus (1917), sostienen que la PA es el resultado de creencias irracionales de los sujetos, las cuales provocan que equiparen su percepción de autoestima con su rendimiento, por lo cual sostienen que el procrastinador sigue once pasos elementales de forma casi invariable:

- 1) Desea hacer la tarea, o está de acuerdo con realizarla, aunque pueda no gustarle, porque entiende que el resultado será beneficioso.
- 2) Decide realizarla.
- 3) La demora innecesariamente.
- 4) Considera las desventajas.
- 5) Continúa aletargando la tarea que había decidido realizar.
- 6) Se increpa a sí mismo por su conducta procrastinadora (o se defiende racionalizando o desplazando el proyecto de su mente).
- 7) Continúa procrastinando.
- 8) Termina la tarea en un momento extremadamente próximo a la fecha límite, con la precipitación del “último minuto”.
- 9) Se siente fastidiado y se penaliza a sí mismo por su retraso innecesario.
- 10) Tiene la seguridad que no volverá a procrastinar, estando completamente convencido de ese compromiso preventivo.
- 11) Poco después, en especial si tiene una tarea complicada y que requiere tiempo completar, vuelve a procrastinar.

Por tanto, de acuerdo con estos pasos inherentes al proceso de procrastinar, ésta conducta se concreta en elecciones auto limitantes y las consiguientes cogniciones autocríticas y pensamientos negativos acerca de sí mismo que hacen que se eleven los niveles de ansiedad, depresión, desesperanza, falta de autoconfianza, los sentimientos de inutilidad y, cíclicamente, más procrastinación.

Ellis y Knaus (1918), dan a conocer tres causas básicas de la PA, que a menudo se superponen: autolimitación, baja tolerancia a la frustración y hostilidad. Estas causas son manifestaciones características de un estilo cognitivo que implica una visión distorsionada acerca de uno mismo, de los otros y del mundo.

Con autolimitaciones, nos referimos a cómo las personas se desvalorizan por medio de pensamientos autocríticos y autoafirmaciones negativas y despectivas. De esta forma, el procrastinador se desvaloriza debido a sus conductas procrastinadoras pasadas y presentes, lo cual promueve más los aplazamientos y sentimientos de ansiedad y depresión. Muchas veces la intención del procrastinador de hacer bien cualquier tarea pueden impulsarlo a evitar realizarla en el tiempo determinado o encontrar alguna excusa para no realizarla nunca.

Según esta lógica, la PA por una parte deriva de creencias excesivamente estrictas acerca de qué constituye un óptimo cumplimiento de la tarea, es decir, del perfeccionismo.

Por otra parte, la baja tolerancia a la frustración, es la poca capacidad de tolerar la más mínima dificultad para el cumplimiento de metas, actividades o de soportar algún tipo de situación desagradable, la persona procrastina porque se da cuenta que conseguir algún beneficio futuro implica esforzarse mucho en el presente y afrontar algunos sacrificios, sin embargo, asume la creencia errónea de que dicho sacrificio es insoportable. Basados en esta creencia auto limitadora, los individuos con este estilo cognitivo eligen retrasar la tarea y aceptar las consecuencias que pueda traer a largo plazo.

Ferrari et al (1995). La tercera causa de Procrastinación es la hostilidad, concepto que apoya hasta cierto punto la conceptualización psicodinámica de la misma, como un acto inconsciente hacia otras personas significativas (padres,

profesores, amigos, etc.). Ellis y Knaus (1977) caracterizan la hostilidad como una manifestación emocional derivada de un reclamo irracional contra todos aquellos relacionados con la tarea que se aplazó. Por lo tanto, aunque gran parte de la procrastinación derive de la baja tolerancia a la frustración y de los sentimientos de inadecuación, las personas pueden postergar la realización de tareas como una expresión indirecta de ira y hostilidad. hacia las personas asociadas a dichas tareas. Por otro lado, las consecuencias más comunes de la PA son: tener calificaciones bajas, hay un mayor ausentismo a clase, reprobación de año y muchas veces deserción académica.

#### *2.2.2.3.2. Correlatos de la procrastinación académica*

Medina y Tejada (2015), realizaron una investigación en donde encontraron que existe una correlación inversa significativa entre la Procrastinación Académica y autoestima, lo cual quiere decir que a mayores niveles de autoestima se presentan menores niveles de Procrastinación Académica, y viceversa. El estudio se realizó en una población de estudiantes de ambos sexos, entre 17 y 26 años de una universidad privada de la ciudad de Arequipa, utilizando como instrumentos la escala académica de procrastinación de Busko y el inventario de autoestima de Coopersmith.

Vallejos (2015), realizó un estudio conformado por 130 estudiantes de una universidad privada de Lima, 68 de Ingeniería y 62 de Comunicaciones, se encontró que existe una correlación entre la procrastinación académica y la ansiedad ante las evaluaciones. Por otro lado, las mujeres obtuvieron puntajes más altos en cuanto a síntomas fisiológicos de malestar frente a evaluaciones y los hombres obtuvieron mayor puntaje en procrastinación académica. No se encontraron diferencias significativas en el puntaje global de procrastinación según facultad de estudios. Sin embargo, los estudiantes de ingeniería tenían mayor nivel de procrastinación académica.

Alegre (2014), realizó un estudio con el objetivo de establecer la relación entre la autoeficacia y la procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. La muestra se obtuvo por un procedimiento no probabilístico, incidental, evaluándose a 348 alumnos universitarios, siendo el

50.6% de género masculino y el 49.4% femenino, y de acuerdo con el tipo de gestión, el 70.1% pertenecía a universidades particulares, mientras que el 29.9% a universidades estatales. Se evaluó la muestra con la Escala de Autoeficacia y la Escala de Procrastinación Académica. En cuanto a los resultados se aceptó la hipótesis, es decir que existe una relación negativa entre la autoeficacia y la procrastinación.

Pardo, Perilla y Salinas (2014), realizaron una investigación cuyo objetivo fue describir la relación entre la Procrastinación Académica y la ansiedad rasgo, además de la influencia de algunas variables sociodemográficas en relación con la postergación de actividades, Para lo cual se aplicaron dos instrumentos: la escala de procrastinación académica (EPA) adaptada por Álvarez (2010) y el inventario autodescriptivo de ansiedad estado rasgo (IDARE). La muestra estudiada estuvo conformada por estudiantes de psicología de la ciudad de Bogotá-Colombia; 73. mujeres y 27 hombres, con edades comprendidas entre 18 y 37 años. En el análisis de resultados en general se encontró que las variables procrastinación académica y ansiedad-rasgo presentaban una correlación positiva, es decir, que a mayor porcentaje de Procrastinación académica mayores niveles de ansiedad-rasgo, no obstante, las variables sociodemográficas con relación a la procrastinación académica no presentaron diferencias estadísticamente significativas.

#### *2.2.2.3.3. Tipología de la procrastinación académica*

Respecto a las tipologías de la procrastinación, se han propuesto diferentes aproximaciones. A continuación, exponemos algunas de ellas a modo de referencia:

Ferrari (2000), clasificó a los procrastinadores en tres tipos, basados en la razón por la que retrasan las cosas: a) el tipo arousal aletarga las tareas para experimentar emociones con la convicción de que consigue mejores resultados cuando trabaja bajo presión, b) los evitadores posponen las cosas como un resultado de una baja autoeficacia con el fin de reducir su ansiedad, c) Los procrastinadores indecisos tienen poca capacidad para tomar una decisión. Hsin y Nam (2005) dividen la procrastinación en activa y pasiva. Los procrastinadores activos tienen la capacidad de administrar sus tareas de manera oportuna y

prefieren trabajar bajo presión. Sin embargo, suspenden sus acciones intencionalmente y se concentran en otras tareas importantes del momento. Los procrastinadores pasivos también denominados “tradicionales” no tienen la intención de postergar, pero a menudo terminan aletargando las tareas porque no tienen la capacidad de tomar decisiones y actuar rápidamente ante ellos, lo que conlleva a no terminar sus tareas asignadas a tiempo.

### **2.3. Definición de términos básicos**

**Autorregulación Académica.** Valle Núñez, Cabanach, Gonzáles, Rodríguez, Rosario, Cerezo, Muñoz, (2008), Indica que es un proceso donde el estudiante plantea metas de aprendizaje y en el proceso de asimilación de información controla y gestiona sus motivaciones, pensamientos y conductas para alcanzar dichos objetivos.

**Comprensión Emocional de Sí Mismo (CM).** García y Giménez-Mas, (2010). Es la capacidad que muestra el individuo de reconocer sus propios sentimientos. No sólo es la capacidad de ser conscientes de los propios sentimientos y emociones, sino también de diferenciar entre ellos; conocer lo que se está sintiendo y por qué.

**Control de los Impulsos (CI).** López (2008), es la habilidad para resistir o postergar un impulso o arranque para actuar y controlar nuestras emociones, es decir aceptar nuestros impulsos agresivos, estando sereno y controlando la agresión, la hostilidad y la conducta irresponsable.

**Dirección emocional.** García y Giménez (2010), Indica que la comprensión de las implicaciones que tienen los actos sociales en las emociones y regulación de las emociones en uno mismo y en los demás.

**Empatía (EM).** López (2008), Es la capacidad que muestra el individuo de ser consciente, entender y apreciar los sentimientos de los demás. Es ser sensible a lo que otras personas sienten, cómo lo sienten y por qué lo sienten. Ser empático significa ser capaz de “entender emocionalmente” a otras personas.

**Inteligencia Emocional.** Goleman (1995), la inteligencia emocional es la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones.

**Procrastinación.** Steel (2012), Un aplazamiento irracional donde se posponen tareas voluntariamente a pesar de que se sepa que nos irá mal si lo hacemos.

**Procrastinación Académica.** Rodríguez *et.al.* (2017), Indica que la demora innecesaria e injustificada de las tareas relacionadas con el estudio.

**Regulación emocional.** Consiste en la capacidad para manejar y regular las costumbres emocionales y las de los otros. Los pensamientos permiten desarrollar el incremento emocional, intelectual y particular para forjar realidad en la administración de las emociones en la vida diaria.

**Utilización emocional.** Es aquí dónde se refiere a la destreza para usar el conocimiento emocional en la solución de problemas, se muestra el uso de la comprensión de las emociones para acomodarnos a nuevas situaciones y tomar decisiones fundadas en éste.

### **III. MARCO METODOLÓGICO**

#### **3.1. Hipótesis de la investigación**

##### **3.1.1. Hipótesis general**

HG. Existe relación entre inteligencia emocional y procrastinación en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020.

##### **3.1.2. Hipótesis específicos**

HE 1. Si existe relación entre la dimensión atención emocional y procrastinación en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020.

HE 2. Si existe relación entre la dimensión claridad emocional y procrastinación en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020

HE 3. Si existe relación entre la dimensión reparación emocional y procrastinación en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020.

#### **3.2. Variables de estudio**

Las variables que se van a tratar en la presente investigación son:

- Inteligencia emocional
- Procrastinación

### **3.2.1. Definición conceptual**

#### **3.2.1.1. *Inteligencia emocional***

Mayer y Salovey, (1997), La definición más concisa que delimita la Inteligencia Emocional será aquella que la considera como “la habilidad para percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones y la de los demás promoviendo un crecimiento emocional e intelectual”.

#### **3.2.1.2. *Procrastinación académica***

Natividad (2019), La procrastinación académica, es el hábito de posponer la realización de actividades académicas importantes para el estudiante, dicha dilación, le provoca malestar emocional, por lo que suele manifestar deseos de cambio al respecto.

### **3.2.2. Definición operacional**

#### **3.2.2.1. *Inteligencia Emocional***

Para la evaluación de la Inteligencia emocional en la presente investigación se tomó en cuenta la Escala de Trait Meta-Mood Scale-TMMS-24, con Adaptación de Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N. (2004) del Trait Meta Mood Scale (TMMS-48) de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai (1995).

Los indicadores que serán evaluados

- Atención emocional:
  - Percepción emocional personal.
  - Percepción emocional interpersonal
- Claridad emocional:
  - Integración de la emoción
  - Integración de la razón
  - Empatía.
- Reparación emocional:
  - Regulación emocional personal
  - Resolución de conflictos interpersonales

### 3.2.2.2. Procrastinación Académica

La variable Procrastinación para el presente estudio se midió con la aplicación de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko -1998 que cuenta con 2 dimensiones las cuales son Postergación de Actividades y Autorregulación Académica; y 4 indicadores: Proceso de regulación de la conducta académica, Uso de estrategias de aprendizaje menos eficaces, Problemas de autocontrol y Organización de tiempo. Constó de 12 preguntas con respuestas de opción múltiple tipo Likert.

Los indicadores que serán evaluados

- Postergación de actividades:
  - Regulación de conducta académica
  - Uso de estrategias de aprendizaje menos eficaces
- Autorregulación académica:
  - Problemas de Autocontrol.
  - Organización de tiempo.

### 3.2.3. Operacionalización de las variables

Variable 1	Dimensiones	Indicadores	Ítems
<b>Inteligencia Emocional</b>	Atención emocional,	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Percepción emocional personal.</li> <li>• Percepción emocional Interpersonal</li> </ul>	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 8.
	Claridad emocional	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Integración de la emoción</li> <li>• Integración de la razón</li> <li>• Empatía</li> </ul>	9, 10, 11, 12, 13, 14, 15 y 16
	Reparación emocional	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regulación emocional personal</li> <li>• Resolución de conflictos interpersonales</li> </ul>	17, 18, 19, 20, 21, 22, 23 y 24

Variable 2:	Dimensiones	Indicadores	Ítems
<b>Procrastinación</b>	Postergación de Actividades	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regulación de conducta académica</li> <li>• Uso de estrategias de aprendizaje menos eficaces</li> </ul>	1, 2, 3, 4, 5, 6
	Autorregulación Académica	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Problemas de Autocontrol.</li> <li>• Organización de Tiempo.</li> </ul>	7, 8, 9, 10, 11, 12

### 3.3. Tipo y nivel de la investigación

#### 3.3.1. Tipo de investigación

El tipo de investigación es básica porque se recogió información de la asociación de inteligencia emocional y procrastinación que favorecen a los estudiantes en el aspecto académico. Investigación que según Valderrama (2013), señala que “una investigación básica o teórica pura o fundamental aporta conocimientos científicos organizados y no produce necesariamente resultados de utilidad práctica de inmediato, solo se preocupa por recoger información de la realidad para enriquecer el conocimiento teórico científico, orientado al descubrimiento de leyes y principios”.

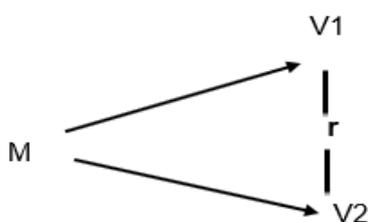
#### 3.3.2. Nivel de investigación

El Nivel de investigación es descriptivo - correlacional, los mismos que, según Hernández. Fernández, C. Baptista, P (2014) refieren que, “los estudios descriptivos son los que buscan especificar las propiedades, características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro

fenómeno que se someta a un análisis”. Y se considera correlacional porque con esta investigación se conoce y evalúa la relación o grado de asociación que existen entre las dos variables de estudio y además se mide, cuantifica y se analiza la vinculación de éstas con sus dimensiones.

### 3.4. Diseño de la investigación

La investigación que se realizó fue de diseño no experimental de corte transversal, porque no se van a manipularon las variables de estudio y se recolectó la información en un determinado tiempo, que ha sido del mes de agosto 2020 a enero del 2021. Hernández, et al. (2014). Esta Investigación No Experimental: es también conocida como investigación Ex Post Facto, término que proviene del latín y significa después de ocurrido los hechos. Según Hernández, et al. 2014, en la investigación Ex Post Facto el investigador tiene que limitarse a la observación de situaciones, ya existentes dada la capacidad de influir sobre las variables y sus efectos. Conforme al diagrama:



En el esquema:

M= Muestra de Investigación

V1 = Inteligencia Emocional

V2 = Procrastinación

r = Posible relación entre las variables

Se asume en este diseño una probabilidad del 90% de relación de variables.

### 3.5. Población y muestra de estudio

#### 3.5.1. Población

La población para la presente investigación fue considerada los estudiantes matriculados en el nivel secundaria de los grados tercero, cuarto y quinto del presente año escolar 2020, que está conformada por ciento treinta y cuatro (134) estudiantes entre varones y mujeres, de la Institución Educativa pública “Señor de

los Milagros”.

### **3.5.2. Muestra**

Por la naturaleza, importancia y relevancia de la investigación; la muestra estaba conformada por la totalidad de la población que fue de ciento treinta y cuatro (134) estudiantes del tercero, cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020.

## **3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

### **3.6.1. Técnicas de recolección de datos**

Las técnicas que se empleó en la investigación fueron:

- La observación, es la técnica que nos permitió poder detectar la correcta revisión de las encuestas emitidas y recolectar la información necesaria.

Sánchez (2015) manifiesta sobre la observación espontánea es un ver, oír, oler, etc., sin “fijar” ni “prestar” atención a los objetos o fenómenos; es un mirar que “barre” las cosas, “a vuelo de pájaro”, rápido y superficial, pues lo que importa no es el detalle sino la mirada de conjunto o la impresión general a primera vista.

La observación del científico, por el contrario, es atenta; se mantiene frente al objeto el tiempo necesario. Más aún, el científico observa al mismo tiempo que registra, es decir, observa “con un lápiz en la mano”. No hay observación científica sin registro. El registro es el que rescata las observaciones, es decir las hace científicas. Y enhebra datos aparentemente dispersos.

Más todavía, el científico observa y frecuentemente manipula las cosas y fenómenos. Observar no significa siempre respeto, en especial cuando se entiende la observación como un proceso. Así, por ejemplo, las secuencias: a). observación-provocación – observación; b). observación- manipulación– observación; c). y, en general, la secuencia: observación- intervención – observación.

Entre la primera y segunda observación de cada secuencia hay una acción por parte del sujeto, pues lo que interesa es el registro de los cambios en la conducta observable del fenómeno o proceso de cuestión. Se observa “desde”. Este señalamiento de los investigadores es divisor.

- La encuesta, es la técnica más importante de recolección de datos con ellas se puede llegar a conocer las respuestas para el análisis de datos.

García (2014) dice acerca de la encuesta es un método que se realiza por medio de técnicas de interrogación, procurando conocer aspectos relativos a los grupos. Tanto para entender como para justificar la convivencia y utilidad de la encuesta es necesario aclarar que un proceso de investigación, en principio, el recurso básico que nos auxilia para conocer nuestro objeto de estudio es la observación, la cual permite la apreciación empírica de las características y el comportamiento de lo que se investiga. Su uso aporta una notable contribución a la investigación a la investigación descriptiva, ya que con la observación se pueden estudiar las propiedades de un lugar, los comportamientos, condiciones de trabajo, relaciones y otros aspectos de las personas. Sin embargo, aunque la observación se aplica a documentos y objetos tiene ciertas limitaciones, ya que no proporciona información respecto a las percepciones de la realidad, las creencias, sentimientos, motivaciones, anticipaciones, conductas pasadas o privadas, o los sueños de las personas para obtener esta información se realizan sondeos o encuestas.

Una encuesta sirve para recopilar datos, como conocimientos, ideas y opiniones de grupos; aspectos que analizan con el propósito de determinar rasgos de las personas, proponer o establecer relaciones entre las características de los sujetos, lugares y situaciones o hechos.

El objetivo de investigación es obtener información relativa a las características predominantes de una población mediante la aplicación de procesos de interrogación y registro de datos.

- La psicométrica, esta técnica permite precisar los baremos para la cuantificación de las categorías de respuesta obtenidas por las encuestas.

Julio M., Maite B., Alberth B., Antony C., Luis L, Jaime T. y Sergio V (2014) estos autores manifiestan sobre la psicometría en el contexto de la psicología.

Entender un campo de estudio determinado implica, en la mayoría de las ocasiones, conocer sus raíces fundacionales. Es decir, conocer los problemas a los que enfrentaron los pioneros, la manera como los entendían y las soluciones que les dieron. A pesar de que éste no es el lugar para ser un viaje en profundidad,

una aproximación histórica a la psicometría debe empezar recogiendo, lo que se consideran sus orígenes y antecedentes. A pesar de que, el desarrollo y la administración de tests psicológicos es una práctica desarrollada fundamentalmente a partir del siglo XX, es posible encontrar algunos antecedentes remotos en culturas tan antiguas como la China. Partiendo de estos antecedentes, y repasando algunas de las contribuciones más importantes que han contribuido a su desarrollo como disciplina científica, estaremos en disposición de ofrecer una definición formal de la psicometría que nos permita situarla en el contexto general de la psicología.

### **3.6.2. Instrumentos de recolección de datos**

Los Instrumentos que se han utilizado para el recojo de la información de las dos variables de investigación fueron:

- Escala de Inteligencia Emocional de Trait Meta-Mood Scale-TMMS-24, con Adaptación de Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N. (2004) del Trait Meta Mood Scale (TMMS-48) de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai (1995).
- Escala de Procrastinación Académica (EPA)

#### **Escala de Inteligencia Emocional de Trait Meta-Mood Scale-TMMS-24**

##### **Ficha técnica**

<b>Nombre de la escala:</b>	Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24).
<b>Autores:</b>	Adaptación de Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N. (2004) del Trait Meta Mood Scale (TMMS-48) de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai (1995).
<b>N.º de ítems:</b>	24.
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Estudiantes nivel secundaria
<b>Duración:</b>	De 10 a 30 minutos.

<b>Finalidad:</b>	Evaluar la inteligencia emocional percibida mediante los componentes atención a las emociones, claridad emocional y reparación emocional.
<b>Tipificación:</b>	Baremación según género
<b>Descripción:</b>	La TMMS-24 está basada en Trait Meta-Mood Scale – TMMS. la cual es una escala rasgo que evalúa el meta conocimiento de los estados emocionales mediante 48 ítems. En concreto, las destrezas con las que podemos ser conscientes de nuestras propias emociones, así como de nuestra capacidad para regularlas. La TMMS-24 contiene tres componentes claves de la inteligencia emocional con 8 ítems cada una de ellas: atención emocional, claridad emocional, reparación emocional

**Evaluación.** Para obtener una puntuación en cada uno de los componentes, sume los ítems del 1 al 8 para la atención emocional, los ítems del **9 al 16 para la claridad emocional** y del 17 al 24 para la reparación emocional. Luego sitúe la puntuación obtenida en la tabla que se presenta a continuación, la cual muestra los puntos de corte para hombres y mujeres, pues existen diferencias en las puntuaciones para cada uno de ellos.

**Normas de interpretación.** Es importante recalcar que las puntuaciones obtenidas mediante este instrumento reflejan la percepción que tiene el estudiante de su atención a las emociones, de su claridad emocional y de su reparación emocional. Según esto, existe la posibilidad de que algunos estudiantes sobrestimen o subestimen sus capacidades; debemos tener en cuenta que la veracidad y confianza de los resultados dependen de la sinceridad que haya tenido el estudiante al llenar el cuestionario. Además, para interpretar correctamente la escala fue necesario tener en cuenta que el componente atención emocional, tanto las puntuaciones muy bajas como muy altas pueden demostrar problemas de diferente tipo en el estudiante evaluado.

**Validez y confiabilidad.** Se puede afirmar que la fiabilidad del instrumento es acorde con evidencias obtenidas con otros tipos de estudios en los que se ha

aplicado la Escala TMMS 24, incluso se acerca mucho a lo encontrado por los creadores de la misma, la cual comprende Alfas entre 0.86 y 0.90(8,11). Arroja Alfas de Cronbach superiores a 0,80 en las dos dimensiones.

#### **Estadísticas de fiabilidad**

Alfa de Cronbach	N de elementos
,850	24

Se obtuvo el coeficiente de Alfa de Cronbach 0,80 lo cual indica que el cuestionario es respetable.

### **Escala de Procrastinación Académica (EPA)**

#### **Ficha Técnica**

**Título:** Escala de Procrastinación Académica (EPA)  
**Autor:** Deborah Ann Busko  
**Adaptación al español:** Traducida y adaptada al español con el nombre de Escala de Procrastinación Académica (EPA) por Álvarez (2010)

**Adaptación del instrumento a la población objetivo.** El instrumento ha sido adaptado por las investigaciones realizadas a estudiantes del quinto año de secundaria de.

**Procedencia:** Canadá  
**Objetivo:** Medir el nivel de procrastinación académica  
**Población:** Estudiantes de secundaria.  
**Administración:** Individual y colectiva.  
**Duración:** Sin límite de tiempo.

**Estructura.** El cuestionario posee 2 dimensiones las cuales son *Postergación de Actividades* y *Autorregulación Académica*; las cuales cuentan con 4 indicadores: *Proceso de regulación de la conducta académica*, *Uso de estrategias de aprendizaje menos eficaces*, *Problemas de autocontrol*, *Organización de tiempo*. Consta de 12 preguntas con respuestas de opción múltiple tipo Likert con el siguiente orden:

- 1) Nunca
- 2) Casi Nunca
- 3) A Veces
- 4) Casi Siempre
- 5) Siempre

### **Confiabilidad del instrumento**

Para obtener la confiabilidad del instrumento se considera la escala elaborada por De Vellis (2012) que alega que:

- Debajo de .60 es inaceptable
- De .60 a .65 es indeseable
- Entre .65 y .70 es mínimamente aceptable
- De .70 a .80 es respetable
- De .80 a .90 es buena
- De .90 a 1.00 es muy buena

**Validez y confiabilidad.** Se puede afirmar que la fiabilidad del instrumento es acorde con evidencias obtenidas con otros tipos de estudios en los que se ha aplicado la Escala de Procrastinación Académica (EPA), Arrojando Alfas de Cronbach superiores a 0,80 en las tres dimensiones. Obteniendo un a confiabilidad de 0.845.

<b>Estadísticas de fiabilidad</b>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,845	12

Se obtuvo el coeficiente de Alfa de Cronbach 0,845, lo cual indica que el cuestionario es respetable.

**Validez por juicio de expertos:** es un método de validación útil para verificar la fiabilidad de una investigación que se define como “una opinión informada de personas con trayectoria en el tema, que son reconocidas por otros como expertos cualificados en éste, y que pueden dar información, evidencia, juicios y valoraciones, se llevó a cabo a través de los siguientes especialistas:

Dra. Nancy Mercedes Capacyachi Otárola	Especialista temática	aplicable
Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada	Especialista metodológico	aplicable

### 3.7. Métodos de análisis de datos

El proceso estadístico se utilizó para procesar la información que se obtuvo conforme se detalla:

- Para la investigación realizada se elaboró una base de datos que van a consolidar la información a obtener de la muestra, en un documento en Excel 2016 las que serán procesadas estadísticamente en el Paquete Estadístico Para la Ciencia Social - (Statistical Package for Social Science) SPSS – Versión 23.
- Para analizar la información a obtener, se empleó los métodos estadísticos como: tablas de niveles y frecuencias con ayuda del SPSS para el análisis descriptivo de las variables en estudio, así como sus dimensiones, cuyos resultados se van a presentar en tablas y figuras con sus respectivas interpretaciones.
- Para la contratación de las hipótesis se llevó a cabo un análisis no paramétrico, el que es definido por Hernández, Fernández, y Baptista (2014) como una distribución no normal, “libre”, de la población objetivo.
- Se utilizó el coeficiente Rho de Spearman para definir el nivel de Correlación entre las variables y las dimensiones, las que están expresadas en tablas con sus respectivas interpretaciones. Según Hernández, Fernández, y Baptista (2014) los coeficientes Rho de Spearman, “son medidas de correlación para variables en un nivel de medición ordinal, de tal modo que los individuos de la muestra pueden ordenarse por rangos”.
- Se presentaron los resultados en tablas y figuras con sus debidas interpretaciones, conforme a los objetivos planteados.

### **3.8. Aspectos éticos**

Para el desarrollo de la investigación se tuvo en cuenta los principios éticos de la Asociación de Psicología Americana – APA, que norma la investigación científica, también tuvimos presente la protección a la muestra participante, de todo daño respetando así como sus derechos fundamentales, velando en todo momento por el bienestar de todos los participantes en las investigaciones, tratando con justicia a todos los estudiantes que participen como muestra de estudio, teniendo en cuenta como investigador los principios éticos, axiológicos y deontológicos del Código de Ética Profesional del Psicólogo Peruano así como al Código de Ética de Investigación de la Universidad Privada TELESUP, para lo cual se ha tenido presente el asentimiento informado de cada estudiante participante en el estudio, así como la declaración de autenticidad, que es un compromiso de veracidad de todo investigador del contenido de la tesis universitaria formulada.

Se tuvo el apoyo y autorización de la Directora y docentes de la Institución Educativa, informando a cada uno de los integrantes de la muestra, asimismo se le indicó los beneficios y la confidencialidad que se originó a partir de la investigación. Asimismo, se solicitó el permiso respectivo a las autoridades debidas para la ejecución del presente estudio.

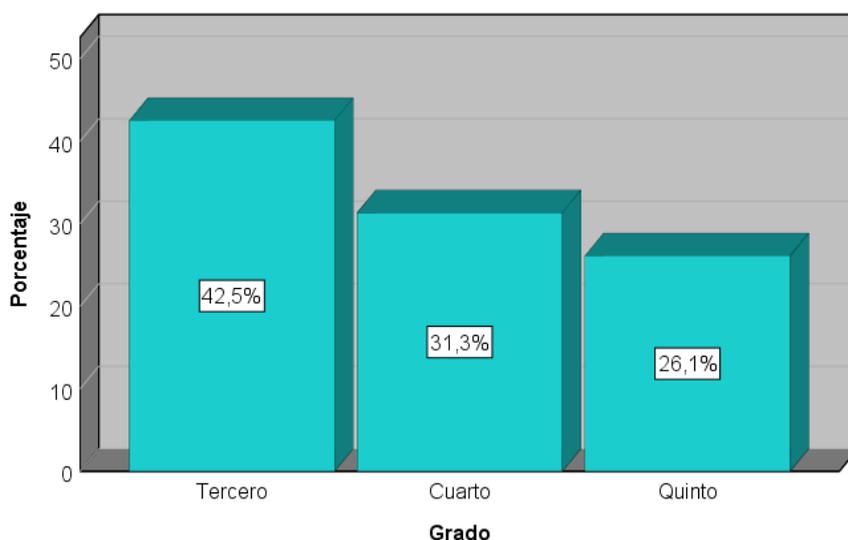
## IV. RESULTADOS

### 4.1. Descripción de la muestra

**Tabla 1.**

*Descripción por grado de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020.*

	Frecuencia	Porcentaje
Tercero	57	42,5
Cuarto	42	31,3
Quinto	35	26,1
Total	134	100,0



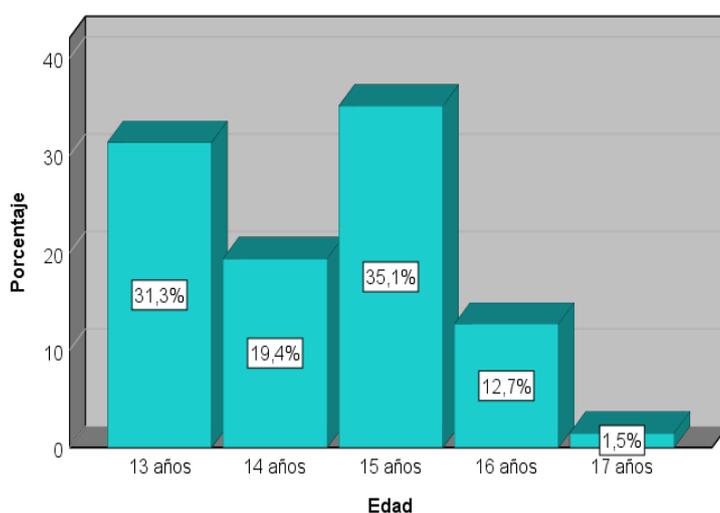
**Figura 1.** Estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho según grado de estudios.

En la tabla 1 y figura 1, se tiene que la mayor parte de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, cursan el tercero (42,5%) y cuarto grado (31,3%). En menor proporción se hallan los estudiantes del quinto que hacen el 26,1% de toda la muestra.

**Tabla 2.**

*Descripción por edad de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho según grado de estudios*

	Frecuencia	Porcentaje
13 años	42	31,3
14 años	26	19,4
15 años	47	35,1
16 años	17	12,7
17 años	2	1,5
Total	134	100,0



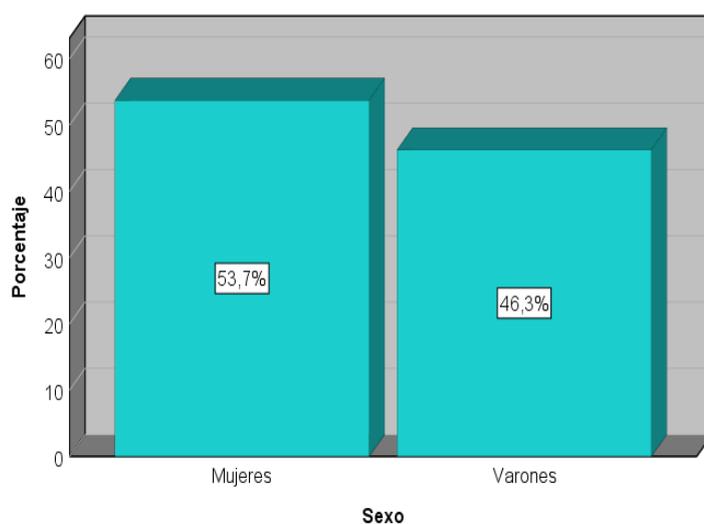
**Figura 2.** Edades de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho según grado de estudios

Como se describe en la tabla 2 y figura 2, la mayor parte de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, tienen 15 años (35,1%) y 13 años (31,3%), seguido de aquellos que tienen 14 años (19,4%) y 16 años (12,7%). Por otro lado, solo el 1,5% tiene 17 años.

**Tabla 3.**

*Descripción por sexo de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho*

	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Masculino	72	53,7
Femenino	62	46,3
Total	134	100,0



**Figura 3.** Estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho según sexo

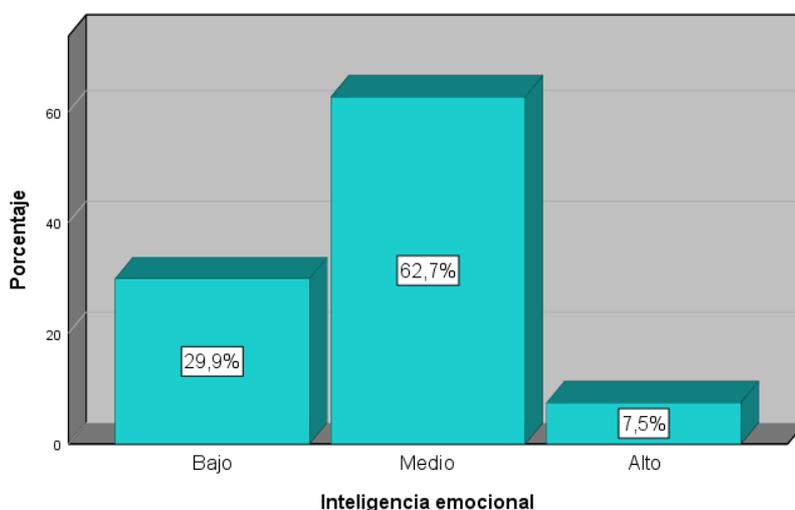
Como se observa en la tabla 3 y figura 3, la mayor parte de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, son mujeres (53,7%), y solo el 46,3% son varones.

## 4.2. Descripción de las variables

**Tabla 4.**

*Inteligencia emocional de los estudiantes °del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho*

	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Bajo	40	29,9
Medio	84	62,7
Alto	10	7,5
Total	134	100,0



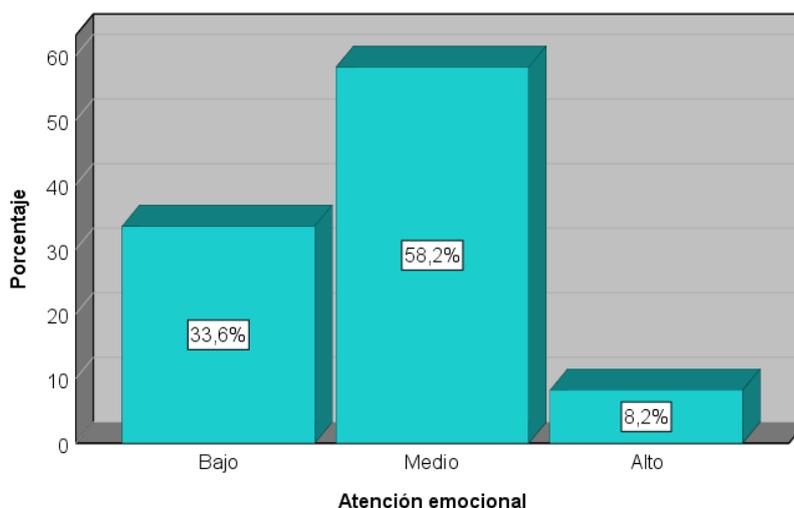
**Figura 4.** Inteligencia emocional de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho

En la tabla 4 y figura 4, se tiene el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho. La mayoría tiene un nivel de inteligencia emocional medio (62,7%), aunque hay un 29,9% de estudiantes que tienen nivel de inteligencia emocional bajo. Solo el 7,5% tienen nivel alto de inteligencia emocional.

**Tabla 5**

*Atención emocional de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho*

	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Bajo	45	33,6
Medio	78	58,2
Alto	11	8,2
Total	134	100,0



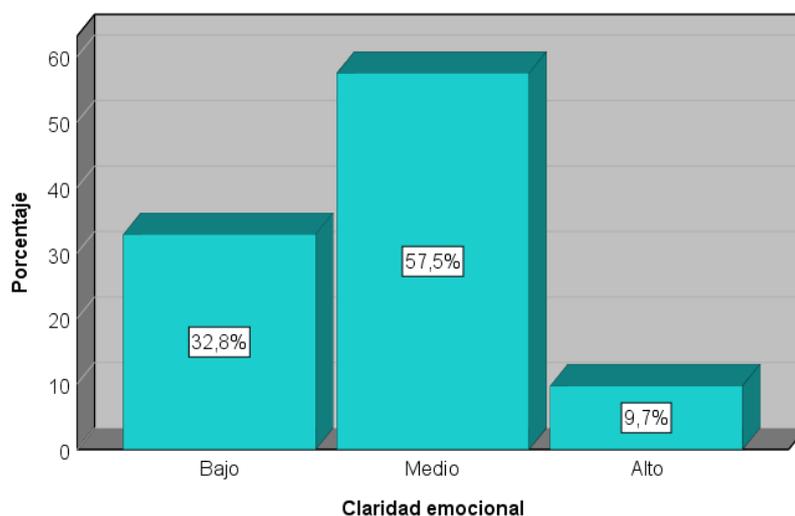
**Figura 5.** Atención emocional de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho

En la tabla 5 y figura 5, se tiene el nivel de atención emocional de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho. La mayoría tiene un nivel de atención emocional medio (58,2%), aunque hay un 33,6% de estudiantes que tienen nivel de atención emocional bajo. Solo el 8,2% tienen nivel alto de atención emocional.

**Tabla 6.**

*Claridad emocional de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho*

	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Bajo	44	32,8
Medio	77	57,5
Alto	13	9,7
Total	134	100,0



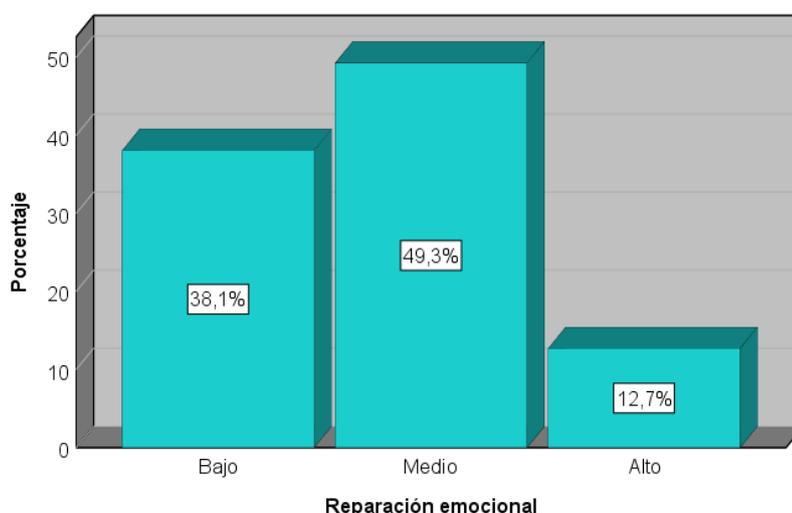
**Figura 6.** Claridad emocional de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho

En la tabla 6 y figura 6, se tiene el nivel de claridad emocional de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho. La mayoría tiene un nivel de claridad emocional medio (57,5%), aunque hay un 32,8% de estudiantes que tienen nivel de claridad emocional bajo. Solo el 9,7% tienen nivel alto de claridad emocional.

**Tabla 7.**

*Reparación emocional de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho*

	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Bajo	51	38,1
Medio	66	49,3
Alto	17	12,7
Total	134	100,0



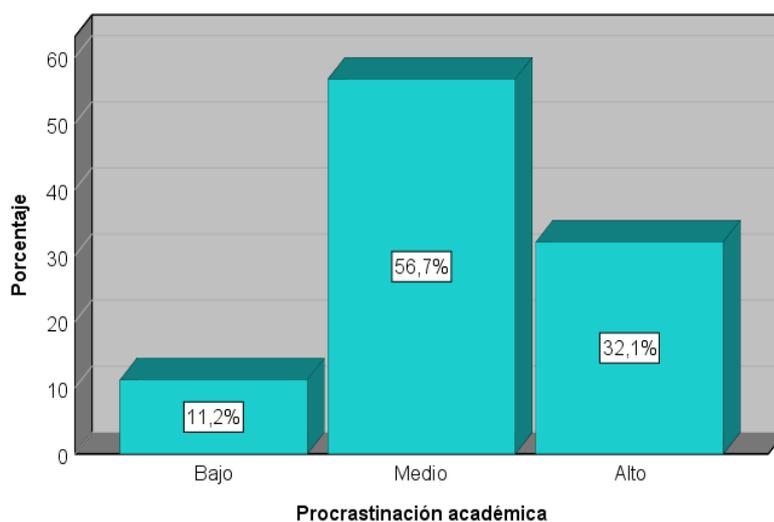
**Figura 7.** Reparación emocional de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho

En la tabla 7 y figura 7, se tiene el nivel de reparación emocional de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho. La mayoría tiene un nivel de reparación emocional medio (49,3%), aunque hay un 38,1% de estudiantes que tienen nivel de reparación emocional bajo. Solo el 12,7% tienen nivel alto de reparación emocional.

**Tabla 8.**

*Procrastinación académica de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho*

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	15	11,2
Medio	76	56,7
Alto	43	32,1
Total	134	100,0



**Figura 8.** Procrastinación académica de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho

En la tabla 8 y figura 8, se tiene los niveles de procrastinación académica de los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho. La mayoría tiene un nivel medio de procrastinación académica (56,7%) pero hay un importante 32,1% que tienen alto nivel de procrastinación académica. Solo el 11,2% bajo nivel de procrastinación académica.

## 4.2. Comprobación de hipótesis

Antes comprobar las hipótesis se procede a realizar las pruebas de bondad de ajuste según método de Kolmogorov - Smirnov y Shapiro Wilk, a fin de evaluar la distribución de los datos y en base a dicho resultado elegir la prueba estadística correcta para comprobar las hipótesis.

**Tabla 9.**  
*Prueba de normalidad*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	GI	Sig.
Atención emocional	,082	134	,028	,975	134	,015
Claridad emocional	,075	134	,065	,976	134	,020
Reparación emocional	,106	134	,001	,974	134	,012
Inteligencia emocional	,111	134	,000	,961	134	,001
Procrastinación académica	,144	134	,000	,935	134	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

En la tabla 9 se tiene los resultados de las pruebas de bondad de ajuste según método de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro Wilk. En ambos casos se obtienen valor  $p < 0,05$ , para todas las distribuciones evaluadas, lo que implica que esas distribuciones difieren de la distribución normal; es decir, los datos a utilizar para la comprobación de hipótesis no tienen distribución normal. En razón a lo indicado, se decide utilizar el coeficiente rho de Spearman para comprobar las hipótesis.

#### 4.2.1. Comprobación de la hipótesis general

H0: No existe relación entre inteligencia emocional y procrastinación académica en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020.

H: Existe relación entre inteligencia emocional y procrastinación académica en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020.

**Tabla 10.**

*Inteligencia emocional y procrastinación académica en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho*

			<b>Inteligencia emocional</b>	<b>Procrastinación académica</b>
Rho de Spearman	Inteligencia emocional	Coeficiente de correlación	1,000	-,826**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	134	134
	Procrastinación académica	Coeficiente de correlación	-,826**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	134	134

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

En la tabla 10 se observa que existe correlación negativa, significativa y alta ( $\rho = -0,826$ ;  $p = 0,000 < 0,05$ ) entre las variables inteligencia emocional y procrastinación académica. De acuerdo a este resultado se procede a rechazar la hipótesis nula; es decir que existe relación significativa entre inteligencia emocional y procrastinación académica en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020. Esto implica que a mayor inteligencia emocional menor procrastinación académica.

#### 4.2.2. Comprobación de la hipótesis específica 1

H0: No existe relación entre atención emocional y procrastinación académica en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020.

H: Existe relación entre atención emocional y procrastinación académica en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020.

#### **Tabla 11.**

*Atención emocional y procrastinación académica en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho.*

			<b>Atención emocional</b>	<b>Procrastinación académica</b>
Rho de Spearman	Atención emocional	Coefficiente de correlación	1,000	-,728**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	134	134
	Procrastinación académica	Coefficiente de correlación	-,728**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	134	134

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

En la tabla 11 se observa que existe correlación negativa, significativa y alta ( $\rho = -0,728$ ;  $p = 0,000 < 0,05$ ) entre atención emocional y procrastinación académica. De acuerdo a este resultado se procede a rechazar la hipótesis nula; es decir que existe relación significativa entre atención emocional y procrastinación académica en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020. Esto implica que a mayor atención emocional menor procrastinación académica.

### 4.2.3. Comprobación de la hipótesis específica 2

H0: No existe relación entre claridad emocional y procrastinación académica en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020.

H: Existe relación entre claridad emocional y procrastinación académica en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020.

**Tabla 12.**

*Claridad emocional y procrastinación académica en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho.*

			Claridad emocional	Procrastinación académica
Rho de Spearman	Claridad emocional	Coeficiente de correlación	1,000	-,729**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	134	134
	Procrastinación académica	Coeficiente de correlación	-,729**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	134	134

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

En la tabla 12 se observa que existe correlación negativa, significativa y alta ( $\rho = -0,729$ ;  $p = 0,000 < 0,05$ ) entre claridad emocional y procrastinación académica. De acuerdo a esto resultado se procede a rechazar la hipótesis nula; es decir que existe relación significativa entre claridad emocional y procrastinación académica en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020. Esto implica que a mayor claridad emocional menor procrastinación académica.

#### 4.2.4. Comprobación de la hipótesis específica 3

H0: No existe relación entre reparación emocional y procrastinación académica en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020.

H: Existe relación entre reparación emocional y procrastinación académica en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020.

**Tabla 13.**

*Reparación emocional y procrastinación académica en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho*

			Reparación emocional	Procrastinación académica
Rho de Spearman	Reparación emocional	Coeficiente de correlación	1,000	-,726**
		Sig. (bilateral)	.	,000
	N		134	134
	Procrastinación académica	Coeficiente de correlación	-,726**	1,000
Sig. (bilateral)		,000	.	
N		134	134	

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

En la tabla 13 se observa que existe correlación negativa, significativa y alta ( $\rho = -0,726$ ;  $p = 0,000 < 0,05$ ) entre reparación emocional y procrastinación académica. De acuerdo a este resultado se procede a rechazar la hipótesis nula; es decir que existe relación significativa entre reparación emocional y procrastinación académica en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020. Esto implica que a mayor reparación emocional menor procrastinación académica.

## V. DISCUSIÓN

### 5.1. Análisis de discusión de resultados

El presente estudio tuvo como objetivo general Establecer la relación entre inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes de del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho. A continuación, se va discutir los principales hallazgos, comparándolos con los antecedentes nacionales e internacionales citados y analizados de acuerdo a las teorías vigentes que sostiene el tema de investigación.

En ese sentido, para la Hipótesis general, se halló que, existe correlación negativa, significativa y alta ( $\rho=-0,826$ ;  $p=0,000<0,05$ ) entre inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la IEP “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020. Esto implica que los estudiantes que tienen mayor inteligencia emocional tendrán menor procrastinación académica. Resultados que se asemejan a los estudios realizados por Gross& John, Villanueva (2019), en su tesis de Maestría en la Universidad César Vallejo, titulado “Inteligencia Emocional y Procrastinación Académica en estudiantes de 4<sup>to</sup>. de secundaria de una institución educativa”, el propósito del estudio fue determinar la relación entre la Inteligencia Emocional y la Procrastinación Académica en estudiantes de 4<sup>o</sup> de secundaria de una Institución Educativa Pública, Trujillo en el año 2018. Estudio en la que, se ha encontrado que existe una relación negativa significativa entre la inteligencia emocional y la procrastinación académica ( $p < 0.05$ ). Se concluyó que existe una relación inversa significativa entre la inteligencia emocional y la procrastinación académica en estudiantes de 4<sup>o</sup> de secundaria de la I.E.P. Gustavo Ríes, Trujillo - 2018.

A nivel específico, al contrastar la hipótesis específica 01, se observa que, existe correlación negativa, significativa y alta ( $\rho=-0,728$ ;  $p=0,000<0,05$ ) entre atención emocional y procrastinación académica, en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020. Esto implica que a mayor atención

emocional en los estudiantes de la muestra en estudio presentaran menor procrastinación académica. Resultado que concuerdan con los estudios realizados por Huaccha (2019), en su tesis de maestría en la Universidad Privada Antenor Orrego de Trujillo, titulado Inteligencia emocional, procrastinación y rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de una Institución Educativa Particular de Trujillo. Tuvo por objetivo determinar la relación entre la inteligencia emocional, procrastinación y rendimiento académico en una muestra de 200 estudiantes del nivel secundario de una institución educativa particular de Trujillo. En cuyos resultados se observó una correlación inversa de grado bajo entre las variables inteligencia emocional y procrastinación ( $\rho = -.25$ ;  $p < .01$ ), y una correlación inversa entre procrastinación y rendimiento académico ( $\rho = -.24$ ;  $p < .01$ ). Asimismo, se encontraron correlaciones significativas entre los factores de la atención emocional de la inteligencia emocional con la procrastinación.

Respecto a la hipótesis específica 02, propuesta en la investigación, realizada se observa que existe correlación negativa, significativa y alta ( $\rho = -0,729$ ;  $p = 0,000 < 0,05$ ) entre claridad emocional y procrastinación académica, en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020. Esto implica que a mayor claridad emocional de los estudiantes de secundaria en estudio presentaran menor procrastinación académica. Resultados obtenidos se asemejan a los estudios realizados por Camacho (2018) en su investigación “Autorregulación emocional y procrastinación académica en estudiantes de las carreras relacionadas a Ciencias de la Salud y Ciencias Sociales de la ciudad de Ambato- Tungurahua- Ecuador.” Siendo los resultados. Se obtuvo como resultado que la Procrastinación Académica se correlaciona con Reevaluación Cognitiva  $r = 0,063$ ;  $p < 0,01$ , con Supresión Emocional  $r = 0,325$ ;  $p < 0,01$ , con Perspectiva Temporal Futura  $r = -0,314$ ;  $p < 0,01$ ; con Perspectiva Temporal Pasada Positiva  $r = 0,073$  y con Autoeficacia General  $r = 0,102$ ;  $p < 0,01$ . Los resultados evidencian que la procrastinación académica tiene relación con reevaluación cognitiva, supresión emocional, así mismo mantiene una correlación con perspectiva temporal futura, perspectiva temporal pasada positiva y autoeficacia general, puesto que al no existir una organización y distribución del tiempo el individuo tiende a aplazar sus actividades y está asociado con una falta de autorregulación emocional la que

consideramos que, está relacionada con la claridad emocional de la inteligencia emocional.

Finalmente, respecto a la hipótesis específica 3, propuesta en la investigación, se observa que existe correlación negativa, significativa y alta ( $\rho = -0,726$ ;  $p = 0,000 < 0,05$ ) entre reparación emocional y procrastinación académica en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho. Esto implica que a mayor reparación emocional de los estudiantes de secundaria presentaran menor procrastinación académica. Resultados que tienen un fundamento teórico de Fernández-Berrocal y Colb. (2004), quien refiere que la reparación emocional está relacionada a la creencia del sujeto en su capacidad para interrumpir estados emocionales negativos y prolongar los estados emocionales positivos, es decir cuando uno está triste, piensas en todos los placeres de la vida; es decir cuando se desarrolla la regulación emocional, que consiste en la capacidad para manejar y regular las costumbres emocionales y las de los otros. Los pensamientos permiten desarrollar el incremento emocional, intelectual y particular para forjar realidad en la administración de las emociones en la vida diaria, por lo tanto, los estudiantes de del tercero al quinto de secundaria en estudio que desarrollen competencias, es decir habilidades y destrezas de reparación emocional, presentaran menor procrastinación académica.

## VI. CONCLUSIONES

De acuerdo a los hallazgos de esta investigación, se concluye lo siguiente:

- Primera.** Que, existe correlación negativa, significativa y alta ( $\rho=-0,826$ ;  $p=0,000<0,05$ ) entre inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020. Es decir que, los estudiantes que tienen mayor inteligencia emocional tendrán menor procrastinación académica.
- Segunda.** Se puede afirmar que, existe correlación negativa, significativa y alta ( $\rho=-0,728$ ;  $p=0,000<0,05$ ) entre atención emocional y procrastinación académica, en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública. Es decir que, a mayor atención emocional los estudiantes presentarán menor procrastinación académica.
- Tercera.** Se determinó que, existe correlación negativa, significativa y alta ( $\rho=-0,729$ ;  $p=0,000<0,05$ ) entre claridad emocional y procrastinación académica, en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la referida Institución Educativa Pública. Por lo que, se afirma, a mayor claridad emocional de los estudiantes de secundaria presentarán menor procrastinación académica.
- Cuarta.** Se determinó que, existe correlación negativa, significativa y alta ( $\rho=-0,729$ ;  $p=0,000<0,05$ ) entre reparación emocional y procrastinación académica, en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020. Esto implica que a mayor reparación emocional de los estudiantes de secundaria en estudio presentarán menor procrastinación académica.

## VII. RECOMENDACIONES

- Primera:** Solicitar a la directora de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, la implementación de talleres informativos dirigidos a los estudiantes, docentes y padres de familia, en temas centrados en la importancia del control y manejo de emociones, sus efectos en la salud en el ámbito escolar y familiar, conociendo “El uso de mis emociones agradables”, esto ayudará a mantener una mejor relación en su centro educativo.
- Segunda:** Sugerir a la directora de la Institución Educativa en estudio, implementar actividades de tutoría donde los estudiantes puedan fortalecer la dimensión atención emocional, donde ellos mismos puedan conectarse con sus fortalezas y aprender a conocer las emociones desagradables, y así puedan lograr desarrollar sus competencias emocionales y su relación con procrastinación.
- Tercera:** Sugerir a la directora de la Institución Educativa Pública, brindar talleres vivenciales que ayuden a mejorar la dimensión claridad emocional, “Discernir mejor las emociones de beneficio y las que conducen a enfermedad, desarrollando competencias de autoconciencia, autocontrol y automotivación que ayudará a alcanzar el desarrollo de la inteligencia intrapersonal de los estudiantes.
- Cuarta:** Que la directora y coordinador de Tutoría, de la Institución Educativa Pública en estudio, realicen proyectos que promuevan la creatividad y la mejora en la dimensión reparación emocional orientada a las técnicas de autocontrol emocional mediante la relajación, uso de la imaginación creativa (imaginar una situación feliz que anhela del futuro) o la de reproducir el pasado feliz.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Cabanillas, W. (2002). *Modelos en inteligencia emocional: Más allá del legado de Góleman*. *Revista Peruana de Psicología*, 7(12), 35 – 40.
- Carranque, G.A., Fernández-Berrocal, P., Baena, E., Bazán, R., Cárdenas, B., Herraiz, R., y Velasco, B. (2004). Dolor postoperatorio e inteligencia emocional. *Revista española de Anestesiología y Reanimación*, 51, 75-79.
- Cazau, P. (2004). *Estilos de aprendizaje: Generalidades*, recuperado el 19 de mayo del 2011, de [http://pcazau.galeon.com/guia\\_esti01.htm](http://pcazau.galeon.com/guia_esti01.htm).
- García, C., Fernando, 2014 *Orientaciones metodológicas para el diseño de un cuestionario*, edit. Luminosa – México.
- CHAEA. *Cuestionario Money-Alonso de Estilos de aprendizaje*, recuperado el 30 de mayo del 2011, de <http://estilosdeaprendizaje.es/menu princ2.htm>
- Cooper, R., Sawaf, A. (1998). *La Inteligencia Emocional aplicada al liderazgo y a las organizaciones*.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2002). *Relation of perceived emotional intelligence and health-related quality of life in middle-aged women*. *Psychological Reports*, 91, 47-59.
- Extremera, N., Fernández-Berrocal, P., y Durán, A. (2003). *Inteligencia emocional y burnout en profesores*. *Encuentros en Psicología Social*, 1, 260-265.
- Extremera, N., y Fernández-Berrocal, P. (2003). *La inteligencia emocional en el contexto educativo: hallazgos científicos de sus efectos en el aula*. *Revista de Educación*, 332, 97-116.
- Extremera, N. Fernández-Berrocal, P. Mestre, J. M. y Guil, R. (2004). *Medidas de evaluación de la inteligencia emocional*. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 36, 2.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (en prensa). *Inteligencia emocional y diferencias individuales en el meta-conocimiento de los estados emocionales: una revisión de los estudios con el Trait Meta- Mood Scale*. *Ansiedad y Estrés*.
- Fernández-Berrocal, P. y Ramos, N (2002). *Evaluando la inteligencia emocional*.

- Fernández-Berrocal P y Ramos, N ( Eds .), *Corazones inteligentes*. Editorial Kairós: Barcelona.
- Fernández-Berrocal, P., Alcaide, R., Domínguez, E., Fernández-McNally, C., Ramos, N. S., y Ravira, M. (1998). *Adaptación al castellano de la escala rasgo de meta conocimiento sobre estados emocionales de Salovey et al.: datos preliminares. Libro de Actas del V Congreso de Evaluación Psicológica*. Málaga.
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., y Ramos, N. (2003). *Inteligencia emocional y depresión*. Encuentros en Psicología Social, 1, 251-254.
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the Spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological Reports, 94*, 751-755.
- Goleman, D. (1998). *La Práctica de la Inteligencia Emocional*, traducción del inglés de Fernando Mora y David González Raga (1998) por editorial Kairós. S.A.
- Goleman, D. (1999): *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona: Editorial Kairós 504 pág ISBN: 9788472454071.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2010). *Metodología de la investigación* (5ta. ed.). México, D.F.: Mc. Graw Hill.
- Hernández, S., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (Sampiere 6ta ed.)
- Julio, M., Maite B., Alberth B., Antoni C., Luis L., Jauma T. y Sergio V. (2014) PSICOMETRÍA, (primera edición).
- Sánchez, P, Ricardo, p. (2015). Enseñar a investigar (edit. Plaza y Valdés). México.
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. En J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, Disclosure, y Health* (pp. 125-151). Washington: American Psychological Association.
- Salovey, P., Mayer, J. (1990). *Inteligencia Emocional. Imaginación, Conocimiento y Personalidad*, 9 (3) ,185 -211. Basic Books.
- Sánchez, H. y Reyes, C. (2002). *Metodología y Diseños en la Investigación Científica*. Lima: Editorial Universitaria.

Stenberg, R. (1997). *Inteligencia exitosa*. Barcelona: Ibérica, S.A

Vivas, M, Gallego, D y Gonzáles, B (2007) *Educar las Emociones*, 2da edición. Río de Janeiro.

## **ANEXOS**

## Anexo 1: Matriz de consistência

PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPOTESIS GENERAL	METODOS Y MATERIALES
<p>¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020?</p> <p><b>PROBLEMAS ESPECIFICOS</b></p> <p>¿Cuál es la relación entre la dimensión atención emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020?</p> <p>¿Cuál es la relación entre la dimensión claridad emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020?</p> <p>¿Cuál es la relación entre la dimensión reparación emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020?</p>	<p>Demostrar la relación entre inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020</p> <p><b>OBJETIVOS ESPECIFICOS</b></p> <p>Demostrar la relación entre inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020</p> <p>Determinar la relación entre la dimensión claridad emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020.</p> <p>Determinar la relación entre la dimensión reparación emocional y procrastinación académica en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020</p>	<p>Existe relación entre inteligencia emocional y procrastinación en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020</p> <p><b>HIPÓTESIS ESPECIFICAS</b></p> <p>Si existe relación entre la dimensión atención emocional y procrastinación en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020.</p> <p>Si existe relación entre la dimensión claridad emocional y procrastinación en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020</p> <p>Si existe relación entre la dimensión reparación emocional y procrastinación en estudiantes del tercero al quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública “Señor de los Milagros” San Miguel – La Mar, Ayacucho, 2020.</p>	<p><b>Tipo :</b> Aplicada</p> <p><b>Nivel:</b> Descriptiva Correlacional</p> <p><b>Diseño:</b> No experimental</p> <p><b>POBLACIÓN Y MUESTRA</b></p> <p><b>Población:</b> Estará conformada 120 estudiantes del tercero al quinto de secundaria</p> <p><b>La muestra:</b> será de 120 estudiantes.</p> <p><b>El muestreo:</b> Se utilizó el tipo No probabilístico por conveniencia.</p>

## Anexo 2: Matriz de operacionalización de la variable Inteligencia emocional

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems
<b>Inteligencia Emocional</b>	Atención emocional,	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Percepción emocional personal</li> <li>• Percepción emocional Interpersonal</li> </ul>	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 8.
	Claridad emocional	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Integración de la emoción</li> <li>• <i>Integración de la razón</i></li> <li>• Empatía</li> </ul>	9, 10, 11, 12, 13, 14, 15 y 16
	Reparación emocional	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regulación emocional personal</li> <li>• Resolución de conflictos interpersonales</li> </ul>	17, 18, 19, 20, 21, 22, 23 y 24

Variable	Dimensiones	Indicadores	Items
<b>Procrastinación</b>	Postergación de Actividades	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regulación de conducta académica</li> <li>• Uso de estrategias de aprendizaje menos eficaces</li> </ul>	1, 2, 3, 4, 5, 6
	Autorregulación académica	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Problemas de Autocontrol.</li> <li>• Organización de Tiempo.</li> </ul>	7, 8, 9, 10, 11, 12

### Anexo 3: Instrumento

## INTELIGENCIA EMOCIONAL

### TMMS-24

Edad: .....Sexo: M ( ) ( ) F Grado: .....Institución Educativa: E( ) P( )

#### INSTRUCCIONES:

A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

1	2	3	4	5
<b>Nada de Acuerdo</b>	<b>Algo de Acuerdo</b>	<b>Bastante de acuerdo</b>	<b>Muy de Acuerdo</b>	<b>Totalmente de acuerdo</b>

1.	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5

15	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

## ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)

Edad: .....Sexo: M ( ) ( ) F Grado: .....Institución Educativa: E( ) P( )

### INSTRUCCIONES:

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

N = Nunca

CN = Casi Nunca

AV = A Veces

CS = Casi Siempre

S = Siempre

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

## Anexo 4: Validación de los instrumentos

### Escala: INTELIGENCIA EMOCIONAL

#### Resumen de procesamiento de casos

Nº	DIMENSIONES/ ítem	Pertinencia		Relevancia		Claridad		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
1	Presto mucha atención a los sentimientos.	x		x		x		
2	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	x		x		x		
3	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	x		x		x		
4	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	x		x		x		
5	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	x		x		x		
	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	x		x		X		
6	A menudo pienso en mis sentimientos.	x		x		x		
7	Presto mucha atención a cómo me siento.	x		x		X		
8	Tengo claros mis sentimientos.	x		x		x		
9	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	x		x		x		
10	Casi siempre sé cómo me siento.	X		x		x		
11	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	x		x		x		
12	Presto mucha atención a los sentimientos.	X		x		x		
13	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	X		X		X		
14	Siempre puedo decir cómo me siento.	X		X		X		
15	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	x		x		x		
16	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	X		X		X		
17	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	X		X		X		
18	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	X		X		X		
19	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	X		X		X		
20	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	X		X		X		
21	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	X		X		X		
22	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	X		X		X		
23	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	X		X		X		
24	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	x		X		x		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): **SI HAY SUFICIENCIA**

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [ X ] Aplicable después de corregir [ ] No aplicable [ ]

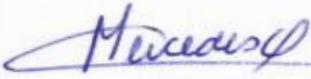
Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg:

**Dra. NANCY MERCEDES CAPACYACHI OTÁROLA.**

**DNI: 07744273**

**Especialidad del validador: PSICOLOGA CLINICA EDUCATIVA**

**Lima, 06 de ENERO del 2021**



---

Firma del Validador  
Dra Nancy M. Capacyachi Otárola  
Colegiatura 4126

---

*Nancy Mercedes Capacyachi Otárola*  
**PSICÓLOGA**  
C.Ps.P. 4126

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO DE INTELIGENCIA  
EMOCIONAL TMMS – 24.**

Nº	DIMENSIONES/ ítem	Pertinencia		Relevancia		Claridad		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
1	Presto mucha atención a los sentimientos.	X		X		X		
2	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	X		X		X		
3	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	X		X		X		
4	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	X		X		X		
5	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	X		X		X		
	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	X		X		X		
6	A menudo pienso en mis sentimientos.	X		X		X		
7	Presto mucha atención a cómo me siento.	X		X		X		
8	Tengo claros mis sentimientos.	X		X		X		
9	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	X		X		X		
10	Casi siempre sé cómo me siento.	X		X		X		
11	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	X		X		X		
12	Presto mucha atención a los sentimientos.	X		X		X		
13	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	X		X		X		
14	Siempre puedo decir cómo me siento.	X		X		X		
15	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	x		X		X		
16	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	X		X		X		
17	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	X		X		X		
18	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	X		X		X		
19	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	X		X		x		
20	Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal.	X		X		x		
21	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	X		X		x		
22	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	X		X		x		
23	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	X		X		x		
24	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	X		X		x		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): **Si hay suficiencia**

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [x] Aplicable después de corregir [ ] No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador. **Dr./ Mg:**

**Dr. Y. Eugenio cruz Telada**

DNI: 09946516

Especialidad del validador: Psicólogo de la Salud

**Lima 04 de mayo del 2021**



**<sup>1</sup>Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

**<sup>2</sup>Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

**<sup>3</sup>Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

.....  
**Dr. Y. Eugenio Cruz Telada**  
**CPs.P. No 2819**  
**DOCTOR EN PSICOLOGIA**

**ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)x**

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

Observaciones (precisar si hay suficiencia): SI HAY SUFICIENCIA

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [ X ]    Aplicable después de corregir [ ]    No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg:

Especialidad del validador: **PSICOLOGA CLINICA EDUCATIVA**

Lima, 06 de ENERO del 2021

  
 Firma del Validador  
 Dra Nancy M. Capacyachi Otárola  
 Colegiatura 4126  


**Dra. NANCY MERCEDES CAPACYACHI OTÁROLA.  
DNI: 07744273**

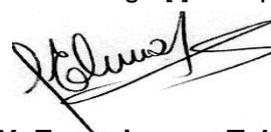
## ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)

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

Observaciones (precisar si hay suficiencia): **Si hay suficiencia**

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [x] Aplicable después de corregir [ ] No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador. **Dr./ Mg:**



**Dr. Y. Eugenio cruz Telada**

DNI: 09946516

Especialidad del validador: Psicólogo de la Salud

Lima 04 de mayo del 2021

<sup>1</sup>**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

## Anexo 5. Matriz de datos

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
1	3	5	2	4	3	5	3	2	5	4	5	2	2	2	1	2	3	4	5	2	3	4	1	1
2	2	3	1	5	4	2	2	4	2	3	5	4	5	2	5	1	2	5	3	4	4	2	5	4
3	2	5	4	2	5	4	5	3	2	1	1	2	4	2	5	3	3	4	4	2	5	5	5	5
4	2	5	4	5	4	5	5	5	2	3	2	5	5	5	3	5	5	4	5	5	5	2	5	4
5	2	1	2	2	1	2	3	1	3	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	3	1	2	1	2
6	1	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	3	2	1	3
7	3	5	2	4	3	5	3	2	5	4	5	2	2	2	1	2	3	4	5	2	3	4	1	1
8	2	1	5	1	5	5	4	4	4	1	2	4	5	4	1	4	4	2	3	2	1	2	1	1
9	1	4	2	4	1	4	2	4	1	4	1	1	4	3	3	1	1	4	1	4	1	4	1	2
10	2	2	2	2	3	3	1	1	1	3	3	2	1	2	3	3	2	2	1	3	2	1	3	1
11	2	2	3	2	1	1	2	1	3	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	3	1	1
12	4	5	1	4	2	2	4	1	3	2	1	4	3	3	2	2	3	2	5	1	3	5	3	2
13	1	1	4	1	4	4	3	1	3	3	2	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
14	4	5	1	4	2	2	4	1	3	2	1	4	3	3	2	2	3	2	5	1	3	5	3	5
15	2	1	4	4	3	2	1	4	5	1	4	4	5	1	3	4	4	1	4	1	3	1	1	2
16	3	1	2	5	1	2	3	2	2	5	5	2	4	1	4	2	5	3	1	1	4	4	5	4
17	1	2	3	2	1	4	1	3	4	3	4	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	4	4	2
18	4	3	2	5	5	4	4	2	5	5	4	3	3	5	2	5	1	3	1	4	3	4	5	3
19	4	3	5	5	3	3	5	4	3	5	2	5	3	5	5	4	5	5	2	4	3	5	4	4
20	2	1	4	4	3	2	1	4	5	1	4	4	5	1	3	4	4	5	4	1	3	5	5	2
21	5	1	2	1	2	4	4	1	4	4	2	5	2	5	4	4	4	4	5	5	2	5	1	5
22	1	1	2	1	1	2	1	3	2	1	2	1	2	3	1	2	2	1	1	3	2	1	1	1
23	4	3	2	5	5	4	4	2	5	5	4	3	3	5	2	5	1	3	1	4	3	4	5	3
24	3	1	4	4	1	2	1	2	2	3	3	3	4	3	2	2	3	3	1	2	2	1	3	3
25	2	1	2	2	1	2	3	1	3	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	3	1	2	1	2
26	2	3	1	5	4	2	2	4	2	3	5	4	5	2	5	1	2	5	3	4	4	2	5	4
27	2	1	4	3	4	1	3	1	1	4	3	4	1	4	1	4	3	4	3	1	2	1	3	2
28	1	5	2	3	3	1	5	5	2	5	2	2	5	3	4	2	5	2	4	5	5	5	2	3
29	1	5	2	3	3	1	5	5	2	5	2	2	5	3	4	2	5	2	4	5	5	5	2	3
30	4	3	2	5	5	4	4	2	5	5	4	3	3	5	2	5	1	3	1	4	3	4	5	3
31	1	4	2	4	1	4	2	4	1	4	1	1	4	3	3	1	1	4	1	4	1	4	1	2
32	2	1	2	4	4	2	1	1	4	2	2	2	5	1	3	3	4	3	1	5	5	4	3	1
33	3	1	2	5	1	2	3	2	2	5	5	2	4	1	4	2	5	3	1	1	4	4	5	4

34	2	1	4	2	2	2	4	1	1	3	1	5	3	2	5	2	2	2	4	4	1	3	4	5	
35	1	1	1	1	1	2	1	1	2	3	1	2	3	2	1	1	2	3	3	2	2	3	2	1	
36	2	5	4	2	5	4	5	3	2	1	1	2	4	2	5	3	5	4	4	5	5	5	2	2	
37	3	1	2	5	5	4	2	1	4	2	2	4	5	1	4	3	1	2	3	5	5	1	4	3	
38	3	5	2	4	3	5	3	2	5	4	5	2	2	2	1	2	3	4	5	2	3	4	1	1	
39	4	2	5	2	1	1	3	4	2	2	1	2	3	2	3	3	3	2	1	3	4	3	4	3	
40	3	1	2	5	1	2	3	2	2	5	5	2	4	1	4	2	5	3	1	1	4	4	5	4	
41	2	2	3	2	1	1	2	1	3	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	3	1	1	
42	3	5	2	4	3	5	3	2	5	4	5	2	2	2	1	2	3	4	5	2	3	4	1	1	
43	4	5	1	4	2	2	4	1	3	2	1	4	3	3	2	2	3	2	5	1	3	5	3	2	
44	1	2	4	2	3	2	1	3	2	4	1	3	1	3	1	1	2	1	4	1	1	1	1	2	
45	5	1	1	2	5	1	3	2	5	2	1	3	1	2	4	4	1	5	4	1	2	2	2	5	
46	1	2	1	2	2	1	2	1	3	2	1	3	2	2	1	3	2	1	2	3	2	1	3	3	
47	2	1	2	2	1	2	3	1	3	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	3	1	2	1	2
48	1	1	4	1	4	4	3	1	3	3	2	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
49	3	1	2	5	1	2	3	2	2	5	5	2	4	1	4	2	5	3	1	1	4	4	5	4	
50	3	5	2	4	3	5	3	2	5	4	5	2	2	2	1	2	3	4	5	2	3	4	1	1	
51	2	5	4	5	4	5	5	5	2	3	2	5	5	5	3	5	5	4	5	5	5	2	5	4	
52	1	1	5	1	3	4	3	3	1	2	5	4	1	2	2	3	3	2	2	3	2	1	4	5	
53	2	1	2	2	1	2	3	1	3	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	3	1	2	1	2	
54	4	5	1	4	2	2	4	1	3	2	1	4	3	3	2	2	3	2	5	1	3	5	3	5	
55	3	1	2	5	5	4	2	1	4	2	2	4	5	1	4	3	1	2	3	5	5	1	4	3	
56	1	2	1	2	2	1	2	1	3	2	1	3	2	2	1	3	2	1	2	3	2	1	3	3	
57	3	5	2	4	3	5	3	2	5	4	5	2	2	2	1	2	3	4	5	2	3	4	1	1	
58	1	2	2	5	4	4	3	5	1	3	5	5	4	4	1	2	5	2	1	5	3	3	3	2	
59	5	1	1	2	5	1	3	2	5	2	1	3	1	2	4	4	1	5	4	1	2	2	2	5	
60	2	1	4	2	2	2	4	1	1	3	1	5	3	2	5	2	2	2	4	4	1	3	4	5	
61	3	5	5	3	2	3	1	1	5	3	5	2	1	4	1	1	1	2	2	5	1	1	1	1	
62	1	1	3	5	5	5	3	3	4	3	1	3	5	5	5	3	3	5	4	3	1	4	1	1	
63	5	5	2	5	4	5	5	5	5	3	5	4	5	4	2	5	5	5	2	5	5	3	5	5	
64	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	3	1	2	2	1	1	2	1	3	1	2	2	1	
65	3	3	4	1	3	1	2	1	3	1	4	3	4	3	3	4	2	2	4	3	1	1	1	3	
66	5	2	3	2	5	4	5	3	4	3	4	2	5	2	2	5	5	5	5	5	5	4	4	2	
67	3	2	2	2	3	2	1	2	1	3	3	1	2	1	1	1	2	2	2	3	3	1	2	1	
68	3	3	5	2	5	2	4	2	5	1	3	4	5	4	3	5	5	4	3	5	5	4	5	5	
69	3	3	5	2	5	2	4	2	5	1	3	4	5	4	3	5	5	4	3	5	5	4	5	5	

70	4	1	5	1	4	1	2	1	1	2	3	4	4	4	3	3	5	3	3	1	2	4	4	4
71	1	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	3	2	1	3
72	2	3	4	3	5	3	5	4	4	5	3	2	2	5	3	5	2	5	5	5	5	2	5	2
73	1	1	1	1	1	2	1	1	1	3	2	4	3	4	2	1	2	1	4	3	1	2	1	1
74	1	4	2	4	1	4	2	4	1	4	1	1	4	3	3	1	1	4	1	4	1	4	1	2
75	1	1	4	1	4	4	3	1	3	3	2	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
76	4	2	5	2	1	1	3	4	2	2	1	2	3	2	3	3	3	2	1	3	4	3	4	3
77	3	2	3	4	2	2	5	2	4	5	5	5	2	4	2	2	4	4	5	3	2	5	4	2
78	5	4	4	5	3	3	5	5	1	5	4	4	4	3	5	3	2	4	1	5	3	3	2	3
79	1	5	2	3	3	1	5	5	2	5	2	2	5	3	4	2	5	2	4	5	5	5	2	3
80	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	3	2	1	3	2	1	2	2	3	1	3	2	2	2
81	1	1	3	5	5	5	3	3	4	3	1	3	5	5	5	3	3	5	4	3	1	4	1	1
82	2	2	2	2	3	3	1	1	1	3	3	2	1	2	3	3	2	2	1	3	2	1	3	1
83	1	4	2	4	1	4	2	4	1	4	1	1	4	3	3	1	1	4	1	4	1	4	1	2
84	1	3	5	1	3	4	4	5	3	5	4	1	2	5	5	4	5	3	4	3	5	1	1	1
85	3	5	2	4	3	5	3	2	5	4	5	2	2	2	1	2	3	4	5	2	3	4	1	1
86	2	1	4	4	3	2	1	4	5	1	4	4	5	1	3	4	4	5	4	1	3	5	5	2
87	1	2	4	2	3	2	1	3	2	4	1	3	1	3	1	1	2	1	4	1	1	1	1	2
88	1	1	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	3	1	2	3	1	2	1	2	1	2	1
89	1	1	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	3	1	2	3	1	2	1	2	1	2	1
90	5	1	1	2	5	1	3	2	5	2	1	3	1	2	4	4	1	5	4	1	2	2	2	5
91	2	2	1	3	2	3	1	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	1	1	1	3	3	1
92	1	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	3	2	1	3
93	2	2	2	2	3	3	1	1	1	3	3	2	1	2	3	3	2	2	1	3	2	1	3	1
94	2	4	3	1	3	4	1	1	2	3	1	2	1	2	4	2	1	4	4	1	2	4	3	1
95	4	5	1	4	2	2	4	1	3	2	1	4	3	3	2	2	3	2	5	1	3	5	3	2
96	1	1	1	1	1	2	1	1	2	3	1	2	3	2	1	1	2	3	3	2	2	3	2	1
97	3	3	2	5	3	2	5	5	1	1	1	4	2	5	2	5	2	5	2	2	5	1	5	1
98	2	1	5	1	5	5	4	4	4	1	2	4	5	4	1	4	4	2	3	2	1	2	1	1
99	2	1	4	2	2	2	4	1	1	3	1	5	3	2	5	2	2	2	4	4	1	3	4	5
100	1	1	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	3	1	2	3	1	2	1	2	1	2	1
101	1	3	3	4	3	4	4	2	3	4	4	4	2	1	1	4	2	3	4	1	3	4	4	3
102	2	5	4	1	4	5	1	5	2	3	2	1	1	1	3	1	5	4	5	5	5	5	5	4
103	1	1	4	1	2	1	3	2	1	1	4	4	2	5	5	3	5	1	3	1	5	2	4	3
104	3	5	2	4	3	5	3	2	5	4	5	2	2	2	1	2	3	4	5	2	3	4	1	1
105	2	2	1	3	2	3	1	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	1	1	1	3	3	1

106	2	4	3	1	3	4	1	1	2	3	1	2	1	2	4	2	1	4	4	1	2	4	3	1
107	5	1	3	5	2	3	2	1	5	1	5	1	1	5	1	3	3	4	4	5	5	3	2	5
108	2	3	4	2	1	2	1	5	5	2	1	3	4	2	2	4	3	3	4	1	3	2	3	1
109	2	1	4	4	3	2	1	4	5	1	4	4	5	5	3	4	4	5	4	1	3	5	5	2
110	2	1	4	3	4	1	3	1	1	4	3	4	1	4	1	4	3	4	3	1	2	1	3	2
111	3	2	3	4	2	2	5	2	4	5	5	5	2	4	2	2	4	4	5	3	2	5	4	2
112	3	1	2	5	5	4	2	1	4	2	2	4	5	1	4	3	1	2	3	5	5	1	4	3
113	1	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	3	2	1	3
114	2	1	2	2	1	2	3	1	3	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	3	1	2	1	2
115	5	4	4	5	3	3	5	5	1	5	4	4	4	3	5	3	2	4	1	5	3	3	2	3
116	3	5	5	3	2	3	1	1	5	3	5	2	1	4	1	1	1	2	2	5	1	1	1	1
117	5	5	3	5	5	2	5	3	5	5	5	2	5	4	3	4	2	3	4	2	3	2	3	4
118	5	5	5	2	3	3	2	5	5	5	2	3	2	5	2	2	3	3	2	2	3	5	2	5
119	3	5	2	4	3	5	3	2	5	4	5	2	2	2	1	2	3	4	5	2	3	4	1	1
120	3	1	2	5	5	4	2	1	4	2	2	4	5	1	4	3	1	2	3	5	5	1	4	3
121	4	5	1	4	2	2	4	1	3	2	1	4	3	3	2	2	3	2	5	1	3	5	3	5
122	2	1	2	4	4	2	1	1	4	2	2	2	5	1	3	3	4	3	1	5	5	4	3	1
123	4	1	3	1	1	1	1	1	4	2	3	1	1	3	3	2	1	4	1	3	3	2	3	1
124	1	1	2	1	2	3	2	1	3	1	4	3	4	2	1	1	4	1	2	2	2	1	2	2
125	1	1	2	1	2	3	2	1	3	1	4	3	4	2	1	1	4	1	2	2	2	1	2	2
126	3	5	2	4	3	5	3	2	5	4	5	2	2	2	1	2	3	4	5	2	3	4	1	1
127	3	5	2	4	3	5	3	2	5	4	5	2	2	2	1	2	3	4	5	2	3	4	1	1
128	1	5	2	3	3	1	1	5	2	5	2	2	1	3	4	2	5	2	4	1	5	1	2	3
129	5	4	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	3	4	5	4	4	5	5	2	3	2
130	2	3	4	2	1	2	1	5	5	2	1	3	4	2	2	4	3	3	4	1	3	2	3	1
131	3	2	3	4	2	2	5	2	4	5	5	5	2	4	2	2	4	4	5	3	2	5	4	2
132	1	1	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	3	1	2	3	1	2	1	2	1	2	1
133	2	2	2	2	3	3	1	1	1	3	3	2	1	2	3	3	2	2	1	3	2	1	3	1
134	1	1	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	3	1	2	3	1	2	1	2	1	2	1

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	1	1	2	1	3	5	5	4	5	3	5
4	3	1	1	4	2	5	3	2	3	4	4
4	5	1	1	2	2	1	2	1	5	5	5
2	2	1	2	3	1	2	1	3	1	3	1
5	4	5	4	4	3	5	4	4	5	5	5
3	4	5	5	4	5	4	5	4	3	4	4
1	2	5	2	2	4	5	5	2	5	2	1
3	4	4	2	4	5	3	2	4	3	3	2
3	5	4	3	3	3	4	5	4	3	3	4
5	5	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4
2	2	1	2	3	1	2	1	3	1	3	1
3	1	1	4	5	4	4	5	1	5	1	5
3	4	5	5	4	5	3	5	5	5	4	3
4	2	4	5	1	5	4	5	2	1	3	2
2	5	5	3	3	2	4	5	5	3	1	1
2	1	4	4	3	4	3	3	3	1	5	5
3	2	5	3	3	5	4	3	5	5	4	4
3	4	4	1	2	3	1	3	1	4	1	1
1	5	1	1	3	1	1	1	1	1	5	2
5	4	3	3	1	1	2	4	4	5	2	2
1	4	3	3	5	5	1	2	3	4	3	2
1	2	2	1	1	2	1	1	3	3	2	1

3	2	1	2	3	1	1	5	4	1	1	2
4	3	4	4	4	3	4	4	3	5	4	3
5	4	4	5	5	3	4	5	4	4	5	4
3	3	1	3	1	4	2	4	4	5	5	1
2	5	3	5	4	4	4	4	2	2	4	2
4	2	5	2	1	3	4	4	1	3	3	3
5	5	1	1	3	4	5	4	1	3	2	1
3	1	3	1	1	2	2	5	5	3	3	5
3	5	1	4	5	4	5	3	5	4	1	5
5	1	1	4	5	3	3	4	2	3	3	5
3	4	1	1	5	4	5	5	2	3	2	3
1	4	2	5	4	4	5	1	2	3	4	5
5	4	5	5	5	3	4	5	5	5	4	2
2	1	1	3	4	4	3	1	4	5	4	3
1	3	3	2	2	5	4	5	2	4	3	4
2	1	3	5	5	2	1	5	5	5	2	1
5	2	4	3	2	4	4	5	1	1	5	5
5	2	2	1	5	4	3	4	4	5	2	1
1	2	3	2	1	2	1	1	1	2	4	1
1	5	4	4	4	3	5	5	1	2	1	2
2	4	2	5	1	4	3	5	1	5	4	3
3	4	4	5	5	4	3	4	4	3	5	4
4	3	1	3	5	4	5	5	2	2	1	5
5	5	3	4	5	4	2	5	5	4	4	3

4	4	4	5	3	5	4	5	5	5	5	4
4	4	5	4	5	5	3	4	4	5	4	4
3	1	2	5	3	4	2	3	1	4	5	5
1	5	4	3	4	4	1	1	4	5	3	2
1	1	3	2	3	3	1	2	1	2	3	1
2	3	3	3	4	5	2	2	4	5	3	5
5	4	5	5	5	5	4	3	4	5	3	5
4	1	2	5	5	5	3	2	3	5	2	1
1	5	3	4	5	3	1	5	2	5	3	1
5	4	3	4	5	4	5	3	5	3	4	4
2	1	2	5	4	2	4	5	5	1	4	2
1	2	1	5	5	1	2	4	5	4	4	2
4	4	5	3	1	3	3	4	1	4	5	3
5	4	3	2	3	1	5	5	1	2	5	3
5	4	2	2	5	3	3	5	4	3	4	1
3	1	2	4	4	4	1	4	2	5	1	5
1	2	2	1	1	2	1	1	3	3	2	1
5	5	4	5	5	4	3	5	5	4	4	3
3	1	3	4	4	4	4	1	3	5	4	5
1	1	1	4	2	3	1	1	2	2	2	4
5	4	3	4	4	4	4	4	4	3	5	4
2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	3	5
3	1	3	1	3	1	3	2	1	2	2	2
4	5	2	4	2	1	5	3	2	4	2	5

4	4	5	5	4	3	4	4	4	4	4	5
1	4	2	5	1	2	1	1	1	1	3	3
3	5	5	5	4	5	5	3	4	4	5	2
5	5	5	5	2	5	3	5	3	1	3	3
5	3	4	5	3	5	4	5	5	4	4	4
5	3	3	4	5	4	1	5	3	3	1	4
4	2	1	2	2	5	3	2	4	4	3	3
3	3	2	1	2	1	5	2	1	2	3	1
2	4	4	1	3	2	1	5	5	2	2	4
3	4	4	4	5	4	5	5	4	3	4	4
4	5	1	3	1	2	5	2	3	4	3	3
4	4	1	5	2	3	5	4	5	5	4	5
3	3	4	3	3	3	3	5	4	5	4	4
3	1	2	5	4	4	3	5	3	1	1	4
2	1	3	3	5	5	3	5	5	3	1	1
4	1	2	5	5	5	3	4	1	4	1	1
4	3	5	4	4	4	4	3	5	4	4	4
4	4	5	3	2	5	4	5	5	5	5	4
5	5	5	4	3	4	4	5	4	5	4	4
4	2	3	5	4	5	5	1	1	5	1	4
4	3	5	3	1	4	5	5	5	5	5	2
5	4	4	4	5	3	3	3	5	4	5	5
4	5	4	5	5	4	3	5	2	1	4	5
3	5	4	5	4	4	4	3	5	3	3	3

3	4	5	3	2	3	1	3	5	2	5	3
3	3	5	5	5	4	5	4	4	5	4	3
4	3	3	5	4	3	1	3	3	4	4	1
3	3	4	5	4	2	1	4	2	2	5	4
2	3	3	3	5	4	4	4	3	1	2	5
4	5	5	3	5	4	5	4	4	4	4	5
5	4	2	2	2	2	4	3	2	4	4	4
1	3	2	4	5	5	1	3	1	3	3	5
3	5	1	5	5	5	4	1	1	3	4	3
1	5	3	5	1	4	2	3	3	2	5	3
3	5	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4
5	5	5	2	3	2	5	4	5	5	3	2
2	5	4	2	5	2	2	3	5	4	1	1
1	4	2	5	3	3	3	4	5	5	3	3
3	3	3	1	5	2	2	1	5	5	4	1
4	4	4	5	4	1	1	5	3	5	2	3
1	5	4	1	4	5	1	2	2	3	5	2
1	2	2	3	4	4	3	4	1	4	5	5
5	5	3	4	5	3	5	4	5	4	3	4
4	5	5	4	4	3	4	5	5	5	4	4
1	3	1	1	5	1	3	5	2	2	1	1
4	3	5	2	1	5	3	5	5	3	4	2
1	2	1	2	2	4	4	2	2	2	1	2
1	4	2	4	2	1	3	4	5	3	1	5

1	4	5	2	4	3	2	1	4	5	5	1
1	1	5	4	1	3	1	5	4	3	4	5
2	5	5	2	2	2	5	4	4	1	1	5
4	1	5	4	5	5	1	2	4	4	3	1
5	4	1	5	4	5	4	4	3	4	2	5
5	3	4	3	5	4	4	4	3	4	4	4
5	4	3	4	4	3	5	4	3	4	5	4
5	3	3	4	4	1	3	2	2	4	3	3
5	2	4	2	2	1	4	2	3	5	2	5
2	2	5	2	4	2	5	3	1	5	3	5
5	4	5	4	4	3	5	4	4	5	5	5
2	5	4	1	5	3	2	4	5	2	2	5
5	4	1	4	5	5	3	1	2	1	1	4
3	3	5	5	3	5	3	5	5	5	4	4
4	4	5	1	5	4	2	5	5	4	5	3
5	5	5	3	5	5	3	4	5	5	4	3
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	1	1	2	1	3	5	5	4	5	3	5
4	3	1	1	4	2	5	3	2	3	4	4
4	5	1	1	2	2	1	2	1	5	5	5
2	2	1	2	3	1	2	1	3	1	3	1
5	4	5	4	4	3	5	4	4	5	5	5
3	4	5	5	4	5	4	5	4	3	4	4
1	2	5	2	2	4	5	5	2	5	2	1

3	4	4	2	4	5	3	2	4	3	3	2
3	5	4	3	3	3	4	5	4	3	3	4
5	5	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4
2	2	1	2	3	1	2	1	3	1	3	1
3	1	1	4	5	4	4	5	1	5	1	5
3	4	5	5	4	5	3	5	5	5	4	3
4	2	4	5	1	5	4	5	2	1	3	2
2	5	5	3	3	2	4	5	5	3	1	1
2	1	4	4	3	4	3	3	3	1	5	5
3	2	5	3	3	5	4	3	5	5	4	4
3	4	4	1	2	3	1	3	1	4	1	1
1	5	1	1	3	1	1	1	1	1	5	2
5	4	3	3	1	1	2	4	4	5	2	2
1	4	3	3	5	5	1	2	3	4	3	2
1	2	2	1	1	2	1	1	3	3	2	1
3	2	1	2	3	1	1	5	4	1	1	2
4	3	4	4	4	3	4	4	3	5	4	3
5	4	4	5	5	3	4	5	4	4	5	4
3	3	1	3	1	4	2	4	4	5	5	1
2	5	3	5	4	4	4	4	2	2	4	2
4	2	5	2	1	3	4	4	1	3	3	3
5	5	1	1	3	4	5	4	1	3	2	1
3	1	3	1	1	2	2	5	5	3	3	5
3	5	1	4	5	4	5	3	5	4	1	5

5	1	1	4	5	3	3	4	2	3	3	5
3	4	1	1	5	4	5	5	2	3	2	3
1	4	2	5	4	4	5	1	2	3	4	5
5	4	5	5	5	3	4	5	5	5	4	2
2	1	1	3	4	4	3	1	4	5	4	3
1	3	3	2	2	5	4	5	2	4	3	4
2	1	3	5	5	2	1	5	5	5	2	1
5	2	4	3	2	4	4	5	1	1	5	5
5	2	2	1	5	4	3	4	4	5	2	1
1	2	3	2	1	2	1	1	1	2	4	1
1	5	4	4	4	3	5	5	1	2	1	2
2	4	2	5	1	4	3	5	1	5	4	3
3	4	4	5	5	4	3	4	4	3	5	4
4	3	1	3	5	4	5	5	2	2	1	5
5	5	3	4	5	4	2	5	5	4	4	3
4	4	4	5	3	5	4	5	5	5	5	4
4	4	5	4	5	5	3	4	4	5	4	4
3	1	2	5	3	4	2	3	1	4	5	5
1	5	4	3	4	4	1	1	4	5	3	2
1	1	3	2	3	3	1	2	1	2	3	1
2	3	3	3	4	5	2	2	4	5	3	5
5	4	5	5	5	5	4	3	4	5	3	5
4	1	2	5	5	5	3	2	3	5	2	1
1	5	3	4	5	3	1	5	2	5	3	1

5	4	3	4	5	4	5	3	5	3	4	4
2	1	2	5	4	2	4	5	5	1	4	2
1	2	1	5	5	1	2	4	5	4	4	2
4	4	5	3	1	3	3	4	1	4	5	3
5	4	3	2	3	1	5	5	1	2	5	3
5	4	2	2	5	3	3	5	4	3	4	1
3	1	2	4	4	4	1	4	2	5	1	5
1	2	2	1	1	2	1	1	3	3	2	1
5	5	4	5	5	4	3	5	5	4	4	3
3	1	3	4	4	4	4	1	3	5	4	5
1	1	1	4	2	3	1	1	2	2	2	4
5	4	3	4	4	4	4	4	4	3	5	4
2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	3	5
3	1	3	1	3	1	3	2	1	2	2	2
4	5	2	4	2	1	5	3	2	4	2	5
4	4	5	5	4	3	4	4	4	4	4	5
1	4	2	5	1	2	1	1	1	1	3	3
3	5	5	5	4	5	5	3	4	4	5	2
5	5	5	5	2	5	3	5	3	1	3	3
5	3	4	5	3	5	4	5	5	4	4	4
5	3	3	4	5	4	1	5	3	3	1	4
4	2	1	2	2	5	3	2	4	4	3	3
3	3	2	1	2	1	5	2	1	2	3	1
2	4	4	1	3	2	1	5	5	2	2	4

3	4	4	4	5	4	5	5	4	3	4	4
4	5	1	3	1	2	5	2	3	4	3	3
4	4	1	5	2	3	5	4	5	5	4	5
3	3	4	3	3	3	3	5	4	5	4	4
3	1	2	5	4	4	3	5	3	1	1	4
2	1	3	3	5	5	3	5	5	3	1	1
4	1	2	5	5	5	3	4	1	4	1	1
4	3	5	4	4	4	4	3	5	4	4	4
4	4	5	3	2	5	4	5	5	5	5	4
5	5	5	4	3	4	4	5	4	5	4	4
4	2	3	5	4	5	5	1	1	5	1	4
4	3	5	3	1	4	5	5	5	5	5	2
5	4	4	4	5	3	3	3	5	4	5	5
4	5	4	5	5	4	3	5	2	1	4	5
3	5	4	5	4	4	4	3	5	3	3	3
3	4	5	3	2	3	1	3	5	2	5	3
3	3	5	5	5	4	5	4	4	5	4	3
4	3	3	5	4	3	1	3	3	4	4	1
3	3	4	5	4	2	1	4	2	2	5	4
2	3	3	3	5	4	4	4	3	1	2	5
4	5	5	3	5	4	5	4	4	4	4	5
5	4	2	2	2	2	4	3	2	4	4	4
1	3	2	4	5	5	1	3	1	3	3	5
3	5	1	5	5	5	4	1	1	3	4	3

1	5	3	5	1	4	2	3	3	2	5	3
3	5	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4
5	5	5	2	3	2	5	4	5	5	3	2
2	5	4	2	5	2	2	3	5	4	1	1
1	4	2	5	3	3	3	4	5	5	3	3
3	3	3	1	5	2	2	1	5	5	4	1
4	4	4	5	4	1	1	5	3	5	2	3
1	5	4	1	4	5	1	2	2	3	5	2
1	2	2	3	4	4	3	4	1	4	5	5
5	5	3	4	5	3	5	4	5	4	3	4
4	5	5	4	4	3	4	5	5	5	4	4
1	3	1	1	5	1	3	5	2	2	1	1
4	3	5	2	1	5	3	5	5	3	4	2
1	2	1	2	2	4	4	2	2	2	1	2
1	4	2	4	2	1	3	4	5	3	1	5
1	4	5	2	4	3	2	1	4	5	5	1
1	1	5	4	1	3	1	5	4	3	4	5
2	5	5	2	2	2	5	4	4	1	1	5
4	1	5	4	5	5	1	2	4	4	3	1
5	4	1	5	4	5	4	4	3	4	2	5
5	3	4	3	5	4	4	4	3	4	4	4
5	4	3	4	4	3	5	4	3	4	5	4
5	3	3	4	4	1	3	2	2	4	3	3
5	2	4	2	2	1	4	2	3	5	2	5

2	2	5	2	4	2	5	3	1	5	3	5
5	4	5	4	4	3	5	4	4	5	5	5
2	5	4	1	5	3	2	4	5	2	2	5
5	4	1	4	5	5	3	1	2	1	1	4
3	3	5	5	3	5	3	5	5	5	4	4
4	4	5	1	5	4	2	5	5	4	5	3
5	5	5	3	5	5	3	4	5	5	4	3