



IDENTIFICACIÓN DE PROCRASTINACIÓN EN LOS TUTORADOS DE DOS PROGRAMAS EDUCATIVOS: GERONTOLOGÍA Y CIENCIAS POLÍTICAS

Eje temático: 4. Tendencias y prácticas innovadoras para la atención integral del estudiante. Acciones
incluyentes en un contexto de diversidad.

Nivel del sistema escolar: Nivel Superior (Licenciatura).

Nombres de los autores y Correos electrónicos: 1. Guerrero Ceh Jaqueline Guadalupe.
jgguerre@uacam.mx 2. Pérez Dzul Luis Armando luaperez@uacam.mx 3. Muñoz González Daniel Antonio
daamunoz@uacam.mx

Institución, Facultad / Departamento / Dependencia / Área a la que pertenecen: Universidad Autónoma de
Campeche / 1 y 3 Facultad de Enfermería, 2 Facultad de Ciencias Sociales.

RESUMEN

En todas las instituciones de educación superior (IES), es una prioridad el servicio a los estudiantes, es por ello que el programa institucional de tutorías, se consolida como una herramienta de apoyo importante para el cliente (estudiante). En este estudio se presenta el tema de procrastinación, como una propuesta de inclusión en el plan de acción tutorial, que permita identificar en los tutorados, desde el inicio del trabajo de tutoría el nivel de procrastinación. Se pretende comparar la relación que tiene la procrastinación con el desempeño académico, en dos programas educativos (PA): Gerontología y Ciencias Políticas. El procedimiento se dividió en tres etapas: Primera.- se seleccionó a un grupo de segundo semestre de cada programa educativo (PA), se le aplicó el instrumento y se analizó el nivel de procrastinación de cada tutorado por PA. Segunda.- se realizó un taller, contando con la participación de los dos grupos de estudio, en el cual se dio a conocer los resultados obtenidos y contenidos teóricos del tema. Se confirma y acepta la hipótesis de investigación: La procrastinación está presente en altos porcentajes.



INTRODUCCIÓN

Este estudio tiene como objetivo analizar el impacto que tiene la procrastinación en el desempeño académico de los tutorados de dos programas educativos en dos Facultades diferentes en una misma Universidad: Licenciatura en Gerontología de la Facultad de Enfermería y la Licenciatura en Ciencias Políticas en la Facultad de Ciencias Sociales. Se pretende comprobar la relación de la variable procrastinación con los estudiantes, con la hipótesis: Alto nivel de procrastinación presente en los tutorados. Los elementos centrales de la ponencia son dos: Antecedentes científicos, el cual se integra por los aspectos teóricos del tema procrastinación, su noción, características y estudios relacionados; Materiales y métodos, integrado por los aspectos metodológicos que guiaron el estudio.

DESARROLLO

Antecedentes científicos

En la sociedad del Siglo XXI, se vive cada vez más rápido, los compromisos se multiplican y se corre el riesgo de caer en constantes distractores que nos impiden realizar lo prioritario. La palabra procrastinar proviene del latín *procrastinatio*.-*onis*, que significa acción y efecto de procrastinar, y a su vez significa aplazar o diferir. (DRAE) Con frecuencia se confunde con pereza, lo cual es erróneo debido a que no se refiere a que no quiera hacerlo, sino que la persona decide ocupar su tiempo en otra actividad y difiere la actividad prioritaria. La procrastinación se define como toda aquella acción o hábito de postergar actividades o situaciones que deben atenderse, sustituyéndolas por otras situaciones más irrelevantes o agradables. Ferrari (1995) define la procrastinación como: “la postergación en el inicio o conclusión de una actividad específica, mediante la realización de una actividad innecesaria o menos importante, acompañada de un estado de ansiedad”. Leenan (2008) propone que es un error considerar la procrastinación como simple holgazanería o pereza, porque ésta última es la resistencia a emprender una acción, mientras que la



procrastinación implica estar ocupado, realizando una actividad substituta, para evitar seguir adelante con la actividad prioritaria que requiere de acción en el momento presente. Sapadyn (en Mind Matic), propone una taxonomía con seis tipos diferentes de procrastinación:

Tabla 1
Conceptos básicos

Perfeccionistas	Quieren que cada proyecto sea perfecto, esto generalmente los “congela” por miedo a no lograr este objetivo irrealista, aunque hayan sido ellos mismos los que hayan definido los objetivos.
Soñadores	Sufren de “pensamiento mágico”. “Va a funcionar todo bien”, dicen, aunque no hacen nada para acercarse a sus objetivos.
Generadores de Crisis	Dicen que normalmente trabajan mejor bajo presión, pero para ser más precisos, prefieren protestar y generar crisis para no hacer en definitiva ninguna tarea.
Atormentados	Sus miedos consumen sus procesos de pensamiento e impiden que cualquier tarea sea realizada, mientras imaginan y meditan en cada posible escenario de desastre y fracaso.
Desafiantes	Les molesta las asignaciones de tareas, retomando control de sus vidas rechazando el trabajo en forma oportuna y cooperativa, o directamente en forma frontal.
Sobrecargados	Conocidos también como “los complacientes”, esta gente no puede decir que no, y por lo tanto toma más y más responsabilidades sin ninguna expectativa razonable de ser capaces de cumplir sus obligaciones.

La procrastinación en cualquiera de sus formas es un problema que cuesta enormes cantidades de tiempo y dinero para las personas y grupos involucrados. Los costos sociales e institucionales son enormes aun considerando factores y aspectos iniciales del problema, sin entrar en mayor detalle o análisis sobre todos sus posibles efectos, se estiman pérdidas millonarias (Steel, 2011) La procrastinación ha sido vinculada con otros fenómenos de total relevancia social como los de ansiedad (Ransom-Flint, 2006), depresión, la baja auto-estima (Rothblum, Solomon, & Murakami, 1986), la culpa y el estrés (Takács, 2005; Holloway, 2003), el bajo rendimiento académico (Angarita, Sánchez, & Barreiro, 2012) e incluso otros más específicos como el de ansiedad matemática o estadística (Rosario et al., 2008; Onwuegbuzie, 2004). La procrastinación puede ser el reflejo de características ambientales y situaciones que promueven la elección de otras actividades distintas a las tareas asignadas según sus consecuencias, como en el caso de la demora en obtener



recompensas o la aversión a la tarea, además de características personales que promueven el aplazamiento, vinculadas con una baja motivación al logro (Howell & Watson, 2007). LaForge (2005), identifica aspectos comunes que parecen ser antecedentes en distintos niveles y desde otras lógicas, entre los procrastinadores. Tales incluyen rasgos de indecisión vinculados con formas de protección de la autoestima a través de poner obstáculos frente a una problemática de procrastinación.

La atención integral del estudiante, es una política institucional encaminada a brindar apoyo académico, financiero y psicosocial, a los estudiantes con miras a garantizar su ingreso, permanencia, éxito académico y graduación oportuna; igualmente está encaminado a atender a la población con necesidades educativas especiales. Ofrece: consejería y acompañamiento, tutorías especializadas, talleres de fortalecimiento académico, talleres de sensibilización a docentes para atención a estudiantes en situación de discapacidad. La actividad tutorial se define como la función específica cuyo propósito es asegurar que todos los estudiantes alcancen los objetivos del plan de estudios que cursan. El objetivo de la acción tutorial es el de optimizar el rendimiento de la enseñanza a través de una ayuda adecuada al alumno, a lo largo de su avance por el sistema educativo, dando respuesta a la atención de la diversidad. Se constituye, pues, la acción tutorial como un elemento inherente a la actividad docente en el marco de un concepto integral de la educación. Entraña una relación individualizada en la estructura dinámica de sus actitudes, aptitudes, motivaciones, intereses y conocimientos. La tutoría se vincula a la acción orientadora que un docente realiza con un grupo de alumnos, de tal manera que el profesor-tutor "es el que se encarga del desarrollo, maduración, orientación y aprendizaje de un grupo de alumnos a él encomendado; conoce, y tiene en cuenta, el medio escolar, familiar y ambiental, en que viven, y procura potenciar su desarrollo integral." La acción del tutor y del programa de tutorías, como eje central de atención integral al estudiante, es evitar la procrastinación en el estudiante, y por ende, mejorar las habilidades de estudio, promoviendo su fortalecimiento integral que permitirá obtener el éxito académico.

Materiales y métodos



Se tuvieron tres etapas de desarrollo, en la Primera etapa se integró la población de estudio acorde a lo siguiente: PE Gerontología con 32 sujetos de estudio de los cuales 7 son masculino y 25 femenino, inicialmente se tuvieron treinta y siete encuestas, fueron eliminadas cinco al carecer de información completa, quedando la población en treinta y dos; PE Ciencias Políticas con 91 sujetos de estudio, de los cuales 51 son masculino y 40 femenino. Una población total de 123. En la Segunda etapa se aplicó un instrumento tomado de Canto y Rodríguez (a partir de Knaus, 2002) integrado por 50 ítems, escala tipo Likert con cuatro opciones de respuesta posible: casi nunca (1), a veces (2), frecuentemente (3) y casi siempre (4), se les solicitó a los participantes que leyeran detenidamente cada una de las afirmaciones presentadas e indicaran la frecuencia con la que ellos hacen los mismo. (Ver anexo No. 1). El valor máximo a obtener es de 200 puntos y 50 puntos como mínimo, la media técnica es de 125 puntos. En la tercera etapa, se realizó un taller de procrastinación dirigido a los tutelados.

Resultados

En el PE Gerontología solamente el 9% (tres) obtienen valores entre 126 – 134 puntos.



Figura 1
Valores totales obtenidos

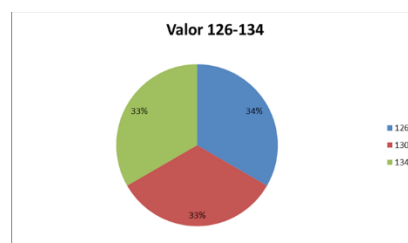


Figura 2
Valores totales obtenidos

En el PE Ciencias Políticas 6% (3) obtienen valores entre 126 – 134 puntos.



Figura 3. Valores obtenidos.

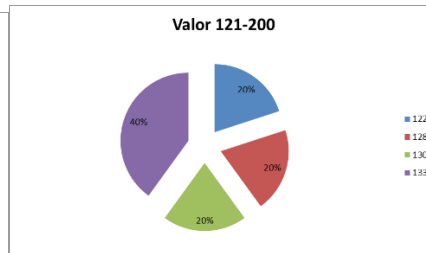


Figura 4. Valores altos obtenidos.

Tabla 1

Tabla 2

Valores obtenidos en Gerontología Valores obtenidos en Ciencias Sociales



GERONTOLOGÍA	M	F	TOTAL
Menos de 80	0	2	2
81 - 90	3	6	9
91 - 100	2	3	5
101 - 110	1	7	8
111 - 120	0	5	5
121 - 200	1	2	3
	6	25	32



C. POLITICAS	M	F	TOTAL
Menos de 80	0	0	0
81 - 90	1	2	3
91 - 100	9	2	11
101 - 110	6	9	15
111 - 120	5	5	10
121 - 200	4	1	5
	25	19	44

CONCLUSIONES o PROPUESTAS



Después de desarrollar esta investigación, se llega a las siguientes conclusiones: 1. En Gerontología, 29 tutelados obtuvieron valores menores a la media (125) y solo tres tutelados obtuvieron valores arriba de la media: dos del género femenino (126 y 130) y uno género masculino (134). En Ciencias Políticas, 41 obtuvieron valores debajo de la media (125) y solo tres tutelados obtuvieron arriba de la media: uno del género femenino (133) y tres del género masculino (128, 130 y 133) Se observa coincidencia de tres tutelados en los dos PE con relación al valor arriba de la media. 2. No existe diferencia significativa de procrastinación por programa educativo. 3. Se acepta la hipótesis inicial al confirmarse un alto porcentaje de procrastinación en ambos programas educativo: Gerontología 91% y Ciencias Sociales 93%.

El Tutor debe establecer límites claros, fechas y consecuencias, debe ayudar al procrastinador a fijar metas pequeñas; ayudarle a ser concreto y realista respecto de lo que necesita hacer. Se sugiere que al inicio del ciclo escolar y dentro de la entrevista de identificación del Tutelado, aplicar el cuestionario exploratorio de procrastinación, luego analizar los resultados y realizar una sesión plenaria sobre el tema de procrastinación, sobre todo haciendo énfasis en los riesgos que se corren ante la falta de conciencia en este tema. Para mejorar el análisis, se recomienda integrar al cuestionario propuesto por Canto, los siguientes elementos: nombre del tutorado, edad, género y promedio del ciclo anterior, lo cual nos permitirá enriquecer el análisis al integrar otras variables, enfocando mejor nuestro acompañamiento al tutorado; los resultados obtenidos en el cuestionario, se deben comparar el promedio inicial y final obtenido en el semestre, esto sería lo ideal, para tener una visión completa del impacto de la procrastinación: el contrastar con los promedio finales obtenidos. Los Tutores tenemos que hacer gran labor de sensibilización entre los tutorados para que participen activamente en estas etapas y se garantice el éxito de las tutorías.



REFERENCIAS

Álvarez. M. y Bizquera R. (1998) Manual de Orientación y Tutoría. Barcelona: Praxis.

Andino, F. (2008) Técnicas de Presentaciones. Extraído el 29 de septiembre de 2016 Desde www.Orientared.Com/Tutoria



ANUIES (2000). Programas Institucionales de Tutoría. Una propuesta de la ANUIES para su organización y funcionamiento en las instituciones de educación superior, México, Colección Biblioteca de la abril del 2016. Disponible en <http://procrastinacion.org/>

Calderón García, A; Díaz-Morales, J F; Argumedo Bustinza, D; Díaz Cema, K; R. Ferrari, J; (2005).

Evaluación de la confiabilidad y la estructura factorial de tres escalas de procrastinación crónica. *Revista de Psicología*, XXIII() 113-138. Consulta realizada el 13 de mayo de 2016. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=337829529004>

Clariana, M; (2013). Personalidad, Procrastinación y Conducta Deshonestas en Alumnado de distintos Grados Universitarios. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 11() 451-472 p. Consulta realizada el 20 de febrero de 2016. Disponible en <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=293128257008>

Contreras-Pulache, H; Conspira-Cross, C; Gil-Guevara, E; Torrejón-Reyes, E; Hinojosa-Camposano, W; Lam-Figueroa, N; Mori-Quispe, E; Espinoza-Lecca, E; Rojas-Bolívar, D; (2011). Procrastinación en el estudio: exploración del fenómeno en adolescentes escolarizados. Lima Metropolitana, Perú.. *Revista Peruana de Epidemiología*, 15() Consulta realizada el 8 de junio de 2016. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=203122771007>

Educación Superior. Serie Investigaciones, ANUIES. Recuperado el 15 de abril de 2016. Disponible en <http://www.uniminuto.edu/web/bienestarsp/modelo-de-atencion-integral-al-estudiante-maie>

García, J. y González, D. (1992) Evaluación e Informe Psicopedagógico. Madrid: EOS.

Gallart, G; Ferrero, M J; Furlan, L A; (2014). Ansiedad ante los exámenes, procrastinación y síntomas mentales en estudiantes de la Universidad Nacional de Córdoba. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 6() 31-39. Consulta realizada el 23 de abril de 2016. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=333432764005>



González-Brignardello, M P; Sánchez-Elvira-Paniagua, Á; (2013). ¿Puede amortiguar el Engagement los efectos nocivos de la Procrastinación Académica?. *Acción Psicológica*, 10() 117-134. Consulta realizada el 15 de junio de 2016. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=344030771012>

Martínez, M. (1991). *Actividades de Tutoría con los Alumnos*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia.
Ortiz, A.L (2007). Técnicas de dinámicas de grupos. Artículos. Consulta realizada el 14 de abril del 2016. Disponible en www.Trabajosdedinamicasdegrupo.com

Mind Matic. Procrastinación. Consultado el 21 de junio de 2016. Disponible en <http://www.mindmatic.com.ar/procrastinat.pdf>

Real Academia de la Lengua Española (RAE) Consulta realizada el 19 de junio de 2016. Disponible en <http://dle.rae.es/?id=UG8b6uO>

Revista iberoamericana de psicología: ciencia y tecnología No. 5(2): 85-94, diciembre 2012.

Romo, a. (2004) La incorporación de los programas de tutoría en las Instituciones de Educación Superior. ANUIES. 112 p



Anexo único

Cuestionario Exploratorio de Procrastinación Tomado de Canto y Rodríguez, J.E. a partir de Knaus (2002)

INSTRUCCIONES: Enseguida se les presentara un conjunto de afirmaciones que han sido expresadas por jóvenes como tú. Por favor utiliza la siguiente escala para indicar la frecuencia con que haces lo mismo que ellos. Escribe el número que indique tu respuesta en el espacio que se muestra después del **número** de la afirmación. Usa la siguiente escala.

Casi nunca	A veces	Frecuentemente	Casi siempre
1	2	3	4

1. Cumpro a tiempo con mis responsabilidades escolares.
2. Cuando me siento inseguro de los resultados, lo dejo para otro momento.
3. Tengo grandes ideas y planes que dejo en el borrador.
4. Llego tarde a mis citas.
5. Me adhiero a mis prioridades escolares.
6. Cuando me enfrento a situaciones desagradables me digo "lo hare después".
7. Puedo dar explicaciones convincentes para excusarme por mis atrasos.
8. Sé que hay cambios personales que necesito hacer, pero no los hago.
9. Pierdo mucho tiempo antes de comenzar a hacer mis deberes académicos.
10. Logro mis objetivos antes del límite del tiempo.
11. Dejo que se me acumule el trabajo que debo hacer.
12. Me prometo a mí mismo terminar la tarea más tarde y luego no cumpro mi promesa.
13. Tengo que esperar a estar inspirado antes de hacer la tarea.
14. Comienzo hacer mis tareas en el último minuto.
15. Cuando digo que voy hacer algo, lo hago inmediatamente.
16. Hago grandes progresos en los cambios que quiero hacer sobre mi persona, pero luego vuelvo a caer.
17. Mis demoras en cumplir con las tareas afectan negativamente a los demás.
18. No llego a tiempo a los lugares que debo ir.
19. Sueño despierto durante el día, en lugar de hacer las tareas.
20. Fácilmente tomo decisiones y me apego a ellas.
21. Cuando sé qué debo hacer una tarea, me digo a mí mismo "lo comenzaré a hacer mañana".
22. Si la tarea lleva mucho tiempo hacerla, la dejo para después.
23. Mi lista de "actividades para hacer" pertenece sin completarse.
24. Encuentro formas de alargar los límites de tiempo para entregar mis tareas.
25. Mis metas como estudiante son claras, medibles y alcanzables.
26. Tengo miedo de cometer un error cuando hago mis tareas.
27. Me siento abrumado con demasiadas cosas por hacer.
28. Si la actividad o tarea es frustrante, entonces no lo hago.
29. Procrastinar es fácil para mí.
30. Hago planes para hacer las tareas eficientemente y los cumpro.
31. No puedo soportar sentirme apresurado por las actividades de la escuela.
32. Cuando me enfrento a alguna tarea que me disgusta, antes hago algo que no está relacionado con ella.
33. Puede que sea importante hacer algo, pero si no me gusta, lo dejo para otro día.
34. Espero hasta lo último para comenzar alguna tarea o compromiso.
35. Rápidamente me enfrento a mis problemas personales.
36. Aplazo la toma de decisiones.
37. Procrastino sin considerar los problemas que me puede traer en mi vida.
38. Me siento muy estresado por las actividades académicas que debo hacer.
39. Cuando procrastino me siento mal.
40. Sigo mis horarios y cumpro con los límites de mi tiempo.
41. No puedo hacer las cosas a tiempo.
42. Estudio para mis exámenes con el último minuto.
43. Me siento estresada por la gran cantidad de información que debo asimilar.
44. Dudo cuando tengo que tomar decisiones.
45. Cumpro con mis responsabilidades con prontitud.
46. Temo fracasar en mi formación profesional por no cumplir con mis actividades.
47. Es mi estado de ánimo el que gobierna lo que hago.
48. Espero a estar inspirado para comenzar a hacer mis tareas.



49. Me preocupa equivocarme en mis tareas, por lo que tardo en comenzar a hacerlas.
50. Mi desempeño como estudiante está muy por debajo de lo que realmente podría lograr.
Para comenzar tus resultados, suma cada una de tus respuestas.
Total: