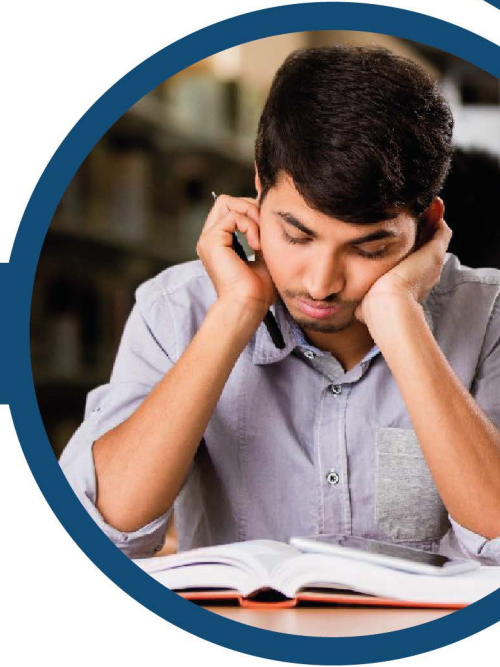


Capítulo 2



Procrastinación académica en algunos alumnos de 4to grado de la Licenciatura en Educación de la UADIR

Andrés Manuel López Ahumada¹

<https://doi.org/10.61728/AE20254636>



¹ Universidad Autónoma de Nayarit. 21013604@uan.edu.mx

Resumen

En esta presente investigación titulada Procrastinación académica de algunos alumnos de 4to Grado de la Licenciatura en Educación de la UADIR. Se llevó a cabo mediante un diseño de investigación clasificado como una investigación de tipo observacional, retrospectiva y transversal. Así mismo, en esta investigación se empleó un enfoque mixto, con una inclinación predominante hacia lo cuantitativo, teniendo como técnicas de investigación la observación, la encuesta y el test. Mismos que ayudaron al cumplimiento de nuestro objetivo, el cual se basa en proponer estrategias para disminuir la procrastinación de algunos de los alumnos de 4.º grado de la Licenciatura en Ciencias de la Educación de la Unidad Académica de Ixtlán del Río, Nayarit, ciclo escolar 2024-2025. Los resultados obtenidos dentro de cada herramienta de recolección de datos nos mostraron un panorama clave en cuanto al tipo de grado de procrastinación que se presentaba en los alumnos, causas principales de su conducta procrastinativa, estrategias para disminuir la procrastinación, entre otros puntos clave. Mismos resultados que nos llevaron a la toma de decisión final, en donde se proponen tres estrategias que ayudarán a disminuir muy significativamente la procrastinación, así como de igual manera se proponen recomendaciones tanto psicológicas como pedagógicas que ayudarán y facilitarán el proceso de disminuir la conducta procrastinativa.

Introducción

La procrastinación académica, el acto de posponer tareas académicas a pesar de su importancia, ha surgido como un desafío prevalente en entornos educativos. Esta tendencia, ampliamente estudiada y reconocida, no solo afecta el rendimiento académico, sino que también impacta la salud mental y emocional de los estudiantes. Este protocolo de investi-

gación se propone explorar las causas, los efectos y las estrategias para abordar la procrastinación académica, reconociendo su influencia en el logro educativo y la calidad de vida de los individuos.

La procrastinación académica es un fenómeno complejo que ha despertado interés en el ámbito de la psicología educativa y la pedagogía, pero aún queda mucho por comprender. Este estudio se propone examinar los factores psicológicos, sociales y situacionales que contribuyen a este comportamiento, así como identificar posibles intervenciones y estrategias efectivas para mitigar sus efectos negativos.

Al comprender mejor la procrastinación académica y sus implicaciones, se busca no solo ofrecer una visión más completa de este comportamiento, sino también proponer soluciones prácticas y efectivas que puedan mejorar el desempeño académico y promover estrategias de autorregulación entre los estudiantes."

Esta introducción sienta las bases para investigar un fenómeno complejo como la procrastinación académica, destacando su importancia, sus implicaciones y el propósito del estudio para comprenderlo y abordarlo de manera efectiva.

Marco teórico

Se seleccionó, como bases teóricas del presente estudio, la teoría de la autoeficacia de Albert Bandura, la misma que detalla y relaciona algunos puntos relevantes y de importancia para esta investigación. De acuerdo con Bandura (1997), el concepto de autoeficacia es percibido como "la creencia en la propia capacidad de organizar y ejecutar las acciones necesarias para alcanzar los logros deseados". Bandura (1997) propuso que el ser humano se programa a sí mismo para tener éxito o fracasar, y que existen tres factores cuya interrelación la determina:

- A. Los aspectos personales en la forma de afectos, cogniciones y eventos biológicos.
- B. El comportamiento.
- C. Fuerzas ambientales.

Esto es, la relación entre lo que uno sabe y lo que uno hace está marcada por lo que uno piense acerca de su eficacia, y este proceso se ve influenciado por los factores ambientales. Si la persona, debido a experiencias pasadas exitosas, ha ido construyendo un autoconcepto de eficacia, tendrá mejores posibilidades de enfrentarse a situaciones futuras con igual éxito. Es un círculo virtuoso que se construye en el tiempo. Bandura ejemplificó, en su teoría, que las expectativas de eficacia (lo que la persona piensa, desea e imagina sobre sí misma) son diferentes a las expectativas de resultado (las habilidades que posee para lograr ejecutar la conducta necesaria); sin embargo, lo primero suele ser un gran motor que ayuda a lograr el resultado deseado.

De otro lado, Bandura postuló que el ser organizado, autorreflexivo y autorregulado son conceptos interrelacionados que facilitan la autoeficacia. Se puede concluir, siguiendo su pensamiento, que quien posea estas características será una persona con más posibilidades de sentirse motivada, ser persistente y alcanzar los logros propuestos; todo ello sin olvidar que la propia biología y el ambiente de desarrollo también cuentan. Como afirmó Bandura, “Las creencias de las personas sobre su eficacia moldean los tipos de escenarios anticipatorios que construyen y ensayan”.

Diseño de la investigación

En esta investigación titulada La procrastinación de algunos de los alumnos de 3er grado de la Licenciatura en Ciencias de la Educación de la Unidad Académica de Ixtlán del Río, Nayarit, Ciclo Escolar 2024-2025, se llevará a cabo un diseño de investigación clasificado como una investigación de tipo observacional, retrospectiva y transversal.

La investigación observacional implica que los datos se recogen sin manipular el entorno ni los sujetos de estudio. En este caso, se observa y analiza la procrastinación entre los alumnos de 3er grado de la Licenciatura en Ciencias de la Educación sin intervenir ni alterar sus comportamientos habituales.

Al ser un estudio retrospectivo, los datos se obtendrán a partir de registros, encuestas y otros métodos que permiten mirar hacia atrás en el tiempo para identificar patrones y comportamientos relacionados con la procrastinación. Esto implica revisar los hábitos y comportamientos

de los estudiantes durante el ciclo escolar 2024-2025, considerando antecedentes y posibles factores que hayan influido en sus niveles de procrastinación.

El diseño transversal indica que los datos se recogen en un único momento o en un período corto, proporcionando una "fotografía" del fenómeno en estudio en un momento específico del tiempo. En este caso, se analizarán los datos correspondientes al ciclo escolar 2024-2025 para entender la procrastinación de los alumnos durante este periodo sin realizar seguimientos posteriores.

Este diseño metodológico permitirá obtener una comprensión detallada y puntual sobre los niveles y factores asociados a la procrastinación en los estudiantes.

De igual manera, puede consultar esta información de diseño de la investigación en la Matriz de consistencia en Anexo 1.

Métodos y técnicas de investigación

La presente investigación empleará un enfoque mixto, con una inclinación predominante hacia lo cualitativo. Este enfoque permite una comprensión integral del fenómeno de la procrastinación, combinando la riqueza de los datos cualitativos con la precisión de los datos cuantitativos.

El uso de un enfoque mixto, con una inclinación hacia lo cualitativo, se justifica por la complejidad del fenómeno de la procrastinación. Los datos cualitativos permitirán explorar en profundidad las experiencias subjetivas y las motivaciones de los estudiantes, mientras que los datos cuantitativos ofrecerán una medida objetiva y generalizable de la prevalencia y características de la procrastinación. Esta combinación enriquecerá la comprensión del fenómeno y facilitará el desarrollo de estrategias de intervención más efectivas.

Con este diseño metodológico, la investigación buscará proporcionar una comprensión profunda y matizada de la procrastinación entre los alumnos de 3er grado de la Licenciatura en Ciencias de la Educación, identificando tanto los factores subyacentes como las posibles estrategias para abordar este comportamiento.

Así mismo, esta información de métodos y técnicas de investigación puede ser consultada en el anexo 1.

Técnicas e instrumentos

Para la presente investigación se utilizarán las siguientes técnicas e instrumentos, los mismos que servirán de apoyo para la recolección de datos:

Como primera técnica se tiene la encuesta, pues Sampieri (Metodología de la investigación, 1997) señala que el cuestionario consiste en un conjunto de preguntas respecto a una o más variables a medir. Es por ello que como instrumentos se implementaron los siguientes:

Test dirigido a alumnos: instrumento que nos ayudará principalmente a la detección, selección y evaluación del grado de esta conducta en los alumnos; véase en anexo 3.

Encuesta para alumnos: instrumento que nos ayudara principalmente para identificar la causa subyacente de esta conducta en los alumnos, véase en anexo 4.

Encuestas dirigidas a psicólogos: instrumento que nos ayudara principalmente a recopilar información sobre las estrategias psicológicas y enfoques que utilizan para ayudar a las personas a reducir la procrastinación, véase en anexo 5.

Encuestas dirigido a maestros: al igual será un instrumento que nos ayudara principalmente a recopilar información sobre las estrategias pedagógicas y enfoques que utilizan para ayudar a las personas a reducir la procrastinación véase en anexo 6.

Como segunda técnica se emplea la observación, que según Sampieri (Metodología de la investigación, 1997) consiste en el registro sistemático, válido y confiable de comportamientos o conductas que se manifiestan. Es por ello que se empleó el siguiente instrumento:

Registro anecdótico: Este instrumento ayuda a los docentes a documentar y entender mejor el comportamiento del estudiante, identificar causas y ajustar las estrategias de enseñanza; véase en anexo 7.

De acuerdo con nuestro tema, la procrastinación de algunos de los alumnos de 3er grado de la Licenciatura en Ciencias de la Educación de la Unidad Académica de Ixtlán del Río, ciclo escolar 2024-2025, donde sus principales variables dependientes radican en la postergación de actividades por parte de los alumnos, así como la baja autoestima,

inseguridad, falta de motivación y la inestabilidad emocional, que son factores que ayudan a la procrastinación, pero de igual manera la dificultad para organizar tareas o actividades y el miedo a la crítica por parte de los docentes contribuyen a ser procrastinadores.

Población, muestra y muestreo

Para determinar el tamaño de muestra a utilizar en el proyecto la procrastinación de algunos de los alumnos de 4° de la Licenciatura en Ciencias de la Educación de la Unidad Académica de Ixtlan del Rio, ciclo escolar 2023 – 2024. Se consideró el tipo de muestreo aleatorio estratificado. Dividiendo a la población de estudio en los estratos de: Alumnos y cuerpo psicopedagógico.

La justificación de haber elegido este tipo de muestreo, se sustenta en que la estratificación aumenta la precisión de la muestra e implica el uso deliberado de diferentes tamaños de muestra para cada estrato.

Tabla 1.
Muestra

Estrato	Alumnos	Cuerpo psicopedagógico	Total
Población estimada	N1= 21	N2= 3	N= 24
Muestra	N1= 21	N2=3	N= 24

Se determinó aplicar encuestas con preguntas específicas a los alumnos con el fin de identificar qué alumnos presentan procrastinación, así como también al cuerpo psicopedagógico para sustentar bases de conocimiento en cuanto a la procrastinación.

Inicialmente, al terminar el tamaño de la muestra de cada estrato involucrado, se establecieron los tamaños presentados en el apartado presentado en la tabla anterior.

La presente investigación se centra como área de estudio en la Unidad Académica de Ixtlán del Río, con una ubicación en la carretera Guadalajara-Nogales, km 138.5, Carlos Romano, 63940 Ixtlán del Río, Nay. Específicamente en el grupo de tercer grado de Ciencias de la Educación durante el semestre 2024. Como tema principal se investigará la pro-

crastinación de algunos de los alumnos de 3er grado de la Licenciatura en Ciencias de la Educación de la Unidad Académica de Ixtlán del Río, Nayarit, Ciclo Escolar 2024-2025. Misma investigación que les servirá principalmente a los estudiantes de la unidad académica de Ixtlán del Río, especialmente a los alumnos de sexto semestre, pues les ayudará a conocerse mejor a sí mismos, a trabajar la procrastinación para llevar una mejor organización y control de tarea en términos de tiempos, misma que ayudará al estrés educativo. El tema trabajado tiene mucha trascendencia, puesto que es de mucha relevancia y es una problemática que está y ha trascendido a lo largo de los años, que a futuro la misma investigación puede servir de apoyo para sustentar algunas otras investigaciones.

Resultados

A partir de los resultados obtenidos en cada uno de los instrumentos, ya se tomaron las siguientes acciones.

Con la aplicación de nuestro primer instrumento, el test, y los resultados obtenidos, y recordando que este test nos ayudaría principalmente a la detección, selección y evaluación del grado de esta conducta en los alumnos, pudimos identificar principalmente la presencia de procrastinación en procrastinación baja con un total de 11 detectados, procrastinación media con un total de 8 detectados y procrastinación alta con un total de detectados de 2 participantes, mismos resultados que se muestran en la siguiente tabla.

Tabla 2.

Resultados del test de procrastinación.

Procrastinación baja	Procrastinación media	Procrastinación alta
11	8	2

A partir de la detección y selección de la procrastinación en los diferentes niveles, se optó por tener una nueva población centrada específicamente en los niveles de procrastinación media y procrastinación alta, ya que son los niveles en donde la procrastinación comienza a presentar riesgos, teniendo como nueva muestra 10 alumnos.

Tabla 3.*Muestra 2*

Estrado	Alumnos	Total
Población estimada	N1=10	N1=10
Muestra	N1=10	N1=10

Al tener la nueva muestra comenzamos con la aplicación del cuestionario mismo que si bien recordamos nos ayudara identificar la causa subyacente de esta conducta en los alumnos, la aplicación de esta encuesta se llevó acabo de formularios de google y los resultados fueron los mostrados anteriormente, en donde se arrojan resultados que las principales cusas son el desperdicio de tiempo en actividades de óseo, saturación de trabajos y falta de interés. Después de ello aplico la técnica de la observación en donde se observó los comportamientos naturales, sin alterar el estado de los alumnos, donde los resultados fueron registrados en nuestro hoja de registro (véase anexo) y los resultados de la observación fueron muy similares a los de la encuesta pues se percató que los alumnos están un mayor tiempo en el teléfono durante el horario de clases.

Posteriormente se realizó la aplicación de las encuestas a los maestros y psicólogos, mismas encuestas que nos ayudarían a la recopilar información sobre las estrategias psicopedagógicas o enfoques que utiliza para ayudar a las personas a reducir la procrastinación. Los resultados obtenidos fueron muy buenos y todos coincidían en que la mejor estrategia es la organización del tiempo y actividades, a partir de los resultados se crearon las siguientes estrategias que ayudaran a disminuir la procrastinación por parte de los alumnos.

- Utilizar aplicaciones en tu móvil en donde registres la organización de tus actividades, tales como un calendario con recordatorios activos; proponemos una aplicación que se llama Todoist.
- Organizar y plasmar todas tus actividades del día en una agenda que puedas llevar contigo a todos lados y consultar en todo momento.
- Organizar las actividades del día y plasmarlas visualmente en una pizarra e ir marcando aquellas actividades ya realizadas.

Tabla 4.
Evaluación de las estrategias

Evaluación de las estrategias			
Rubrica de evaluación:	1 - satisfactorio	2 - Bueno	3 - excelente
Dimensión a evaluar	Aplicación	Agenda	Pizarra
Llama la atención por parte del estudiantes	3	2	2
Motiva al alumno a cumplir sus actividades	3	1	1
Usabilidad (es fácil de hacer fácil de ejecutar)	2	3	1
Es accesible para el alumno	3	3	2
Activa recordatorios para cumplir las actividades	3	1	1
Aplica el uso tecnológico	3	1	1
Cumple su función de disminuir la procrastinación	3	2	2
Factibilidad	3	2	2
Puntuación total	23	15	12

A partir de la anterior evaluación tenemos la siguiente propuesta de estrategias que ayudaran a disminuir la procrastinación de los alumnos:

1. Utilizar aplicaciones en tu móvil en donde registres la organización de tus actividades tales como, calendario con recordatorios activos, proponemos una que se llama aplicación que se llama Todoist
2. Organizar y plasmar todas tus actividades del día en una agenda que puedas llevar contigo a todos lados y consultar en todo momento.
3. Organizar las actividades del día y plasmarlas visualmente en una pizarra e ir marcando aquellas actividades ya realizadas.

Discusiones

Como se mencionaba en nuestras bases teóricas de esta investigación, la teoría de autoeficacia de Bandura (1997). Nos habla principalmente que la autoeficacia es percibida como "la creencia en la propia capacidad

de organizar y ejecutar las acciones necesarias para alcanzar los logros deseados, en relación con ello y a partir de los resultados ya mostraron anteriormente tenemos como estrategias las ya antes mencionadas, mismas que están relaciona directamente con nuestras bases teóricas, pues ellas nos hablan principalmente acerca de la autoeficacia que radica en la capacidad que tiene la propia persona para organizar cada una de sus actividades, es por ello que nuestras estrategias están diseñadas para que el alumno procrastinador ponga en práctica la organización, y a lo largo del tiempo adquiera esa capacidad y pueda alcázar sus logros deseados.

Conclusión

La aplicación, por sus características, se perfila como la mejor estrategia, debido a que los alumnos están muy en contacto con la tecnología y es más llamativa, además de que tiene la función de recordatorios, etc. En segundo lugar, se tiene la agenda; al igual que la pizarra, es un muy buen instrumento que ayuda a disminuir la procrastinación, y en tercer lugar tenemos la pizarra. Debido a la accesibilidad de una pizarra, cumple una gran función en disminuir la procrastinación.

De igual manera, en esta investigación se pudo comprobar nuestra hipótesis, pues, si bien recordamos, nuestra hipótesis de investigación es que el posponer las actividades escolares desarrolla procrastinación en algunos de los alumnos de 6.º grado de la Licenciatura en Ciencias de la Educación de la Unidad Académica de Ixtlán del Río, Nayarit, ciclo escolar 2025-2026, y en el cuestionario dirigido a alumnos procrastinadores, la mayoría de los encuestados nos menciona que las causas de su conducta procrastinativa es debido al aplazamiento de actividades a causa de la pérdida del tiempo en actividades de ocio.

Es muy importante saber, como recomendación, que además de las estrategias ya mencionadas, es muy importante el apoyo psicológico para poder dar un giro hacia esas conductas y atender posibles consecuencias a causa de la procrastinación. Y así mismo, por parte de docentes, ayudar a disminuir esta conducta a nuestros alumnos por medio de actividades acordes a su estilo y ritmo de aprendizaje, fraccionar temas y sus actividades para que no sean tan largos y extensos, hablar e incluir en

clase estrategias para administrar su tiempo. Todo esto ayudará a que el alumno disminuya muy significativamente esta conducta denominada procrastinación.

Referencias

- Alegre. (2013). *educacaion un mirada a la realidad* . Educacion, 7-9.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. Freeman.
- Barreto. (2015). *Un vistaso a los prblemas educativos*. Univer.
- Chan. (2011). *Procrastinacion academica y su impacto*. La educacion presente , 6-8.
- Clariana, G. B. (2012). *La educacion de hoy*. MUNDO EDUCATIVO, 12-19.
- Clariana, G. B. (2012). *La realidad educativa*. Un mundo de educacion, 12.
- Clariana, G. B. (8 de Julio de 2018). *Administración de Empresas y Organización de la Producción*. Obtenido de Administración de Empresas y Organización de la Producción: <http://www4.ujaen.es/~cruiz/tema1.pdf>
- Domínguez, V. Y. (2014). *Una mirada a la realidad educatia*. Educación la moda, 12-18.
- Giannoni. (2015). *La procratinación academica*. Universidad de lima peru.
- Gil, Flores, G. U. y. (2017). *La realidad en la educación*. companystil.
- Gil, Flores, G. U. y. (2017). *Procrastinación académica*. Educacion Colombia , 9-13.
- González-Brignardello, M. P. E. P. (2013). *¿Puede amortiguar el engagement los efectos nocivos de la procrstinacion academica?* Acción psicologica, 1-10.
- Martínez, J. & Carrillo, J. (2015). *Breve revisión de la práctica de la evaluación docente en la Universidad Autónoma de Nayarit*. Universidad Autónoma de Nayarit.
- Nativida. (2014). *La procrastinación académica*. Educación, mundo y cultura , 10-13.
- Paz, A. d. (2 de Agosto de 2022). *PSICOPARTNER*. Obtenido de PSICOPARTNER: <https://www.psicopartner.com/la-procrastinacion-que-es-causas-y-estrategias/#:~:text=Causas%20de%20la%20procrastinaci%C3%B3n&text=La%20baja%20autoestima%2C%20>

[lo%20h%C3%A1bitos,pueden%20llevar%20a%20la%20inacci%C3%B3n](#)

- Rothblum, S. &. (1984). *La procrastinación un Problema*. Mundo educativo, 23-44.
- Sampieri, R. H. (1997). Metodología de la investigación. En Hernanedez, S. *Metodología de la investigación* (pp. 563-564). Mc Grall Hill.
- Sampieri, R. H. (2006). Diseño Metodológico. En R. H. Sampieri, *Diseño metodológico* (pág. 374). Mc Education.
- Sánchez, G.-B. y. (2013). *Educación*. Educación presente, 21- 22.
- Sarason (1984). (1984). *Procrastinación en la educación*. Unitec.
- Scoppa, D. P. (2014). *Procrastinación un problema sin importancia*. Educación en el mundo, 5-7.
- Scoppa, P. y. (2014). *Problemas educativos*. Univer.
- Tarazona, R. A. (2016). *Los problemas educativos actuales*. Educationplanet.
- Vallejo. (2015). *Miradas educativas*. Panorama Educacional, 15-20.

