

AUTORREGULACIÓN DEL APRENDIZAJE Y PROCRASTINACIÓN EN
ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO UNIVERSITARIO

CAROLINA IVONNE BEDOYA CÓD. 31427763

UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA UNAD
ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES ARTES Y HUMANIDADES

PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

TRABAJO DE GRADO

CARTAGO, SEPTIEMBRE – 2017

AUTORREGULACIÓN DEL APRENDIZAJE Y PROCRASTINACIÓN EN
ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO UNIVERSITARIO

CAROLINA IVONNE BEDOYA CÓD. 31427763

ASESOR

PAULO CÉSAR GONZÁLEZ

UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA UNAD
ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES ARTES Y HUMANIDADES

PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

TRABAJO DE GRADO

CARTAGO, SEPTIEMBRE – 2017

Agradecimiento

A Dios en primera instancia, por ser mi guía permanente; a mi esposo Julio Cesar y mis hijos Nicolás y Sara que son los pilares de mi vida, a la Universidad Nacional Abierta y a Distancia por darme la oportunidad de conseguir un logro más en mi vida, a todos los docentes que me han acompañado en este proceso y en especial al Dr. Paulo Cesar González por su valiosa orientación y apoyo incondicional resaltando su espíritu investigativo para la elaboración de este trabajo.

Tabla de Contenido

Agradecimiento	3
Introducción.....	8
1. Planteamiento del problema.....	9
1.1 Antecedentes.....	9
2. Objetivos	13
2.1 Objetivo General:.....	13
2.2 Objetivos específicos	13
3. Metodología	14
4. Muestra y muestreo	15
4.1 Criterios de inclusión.....	16
4.2 Batería de evaluación.....	16
4.3 Plan de análisis.....	18
5. Marco Teórico	18
5.1 Procrastinación y educación	18
5.2 La Procrastinación y la autorregulación en el proceso de aprendizaje	20
5.3 Procrastinación y autorregulación.....	22
5.4 Marco Legal.....	24
6. Resultados	25

Discusión	31
Conclusiones.....	34
Referencias	35
Anexos.....	37
Pruebas de normalidad.....	37

Lista de tablas

<i>Tabla 1 Características sociales de una muestra de estudiantes universitarios en un estudio de Procrastinación académica en el 2017.</i>	<i>26</i>
<i>Tabla 2 Percepción del estrés y estado de salud de un grupo de estudiantes universitarios.</i>	<i>27</i>
<i>Tabla 3 Edad, promedio académico número de asignaturas y horas al día que dedican a sus diversas actividades.</i>	<i>27</i>
<i>Tabla 4 Puntuaciones de la prueba de dilación académica en un grupo de estudiantes universitarios.</i>	<i>28</i>
<i>Tabla 5 Puntuaciones de los factores de autorregulación académica en una muestra de estudiantes universitarios del eje cafetero.</i>	<i>29</i>
<i>Tabla 6 Correlaciones entre la procrastinación y la autorregulación del aprendizaje en una muestra de estudiantes universitarios</i>	<i>30</i>
<i>Tabla 7 Nivel de postergación de actividades por género</i>	<i>31</i>

Resumen

Se presentan los resultados de una investigación bajo el enfoque cuantitativo de diseño transversal que aborda la problemática de la procrastinación, esta temática ha sido de especial interés en los últimos años teniendo en cuenta los esfuerzos de diferentes investigadores por conocer y tratar de establecer parámetros sobre cómo diferentes grupos, en especial los jóvenes estudiantes aplazan o dilatan sus actividades en el momento de la realización de un ejercicio académico. Esta temática está asociada con la autorregulación del aprendizaje, se revisa la asociación de los factores de los constructos procrastinación y autorregulación, además de contrastar características sociales de los participantes en el estudio.

Palabras clave: Procrastinación, Autorregulación, Aprendizaje, Metacognición

Abstract

We present the results of a research under the quantitative approach of transversal design that addresses the problem of procrastination. This problem has been of special interest in recent years, taking into account the efforts of different researchers to know and try to establish parameters on these groups especially young students postpone or expand their activities at the time of performing an academic year. This theme is associated with self-regulation of learning, reviewing the association of factors of the constructs procrastination and self-regulation, as well as contrasting social characteristics of the participants in the study.

Key words: procrastination, self-regulation, learning, metacognition

Introducción

En la actualidad la investigación y las publicaciones científicas sobre la procrastinación académica presenta un alto crecimiento, existe una preocupación común entre los investigadores ya que la dilación puede dar lugar a un profundo malestar personal. Es así como se pretende acercarse al conocimiento de las habilidades y dificultades que presentan los estudiantes en la educación superior, siendo ésta importante para la creación y desarrollo de programas que eviten la deserción del sistema.

La procrastinación académica o dilación es un fenómeno que tiene diversas características, algunos investigadores han considerado entre ellas, un rasgo de personalidad, (Mercé Clariana, Ramón Cladellas, María de Mar Badia, 2011), la procrastinación no solo tendría un efecto negativo en la realización de las tareas sino también en el autocontrol, organización y planificación de las actividades que deben hacerse.

Algunos hallazgos permiten asociar la procrastinación con el estrés académico, preocupación por los estudios e incluso ansiedad ante los exámenes (Cardona Villa, 2015), aunque esta asociación parece ser un tema poco investigado. Otros estudios señalan que la procrastinación puede ser causa de absentismo académico e incluso relacionarse directamente con diferentes secuelas clínicas tales como la depresión, la ansiedad o el estrés. (Natividad Sáez, 2014)

La investigación sobre la procrastinación muestra relación con los procesos de autorregulación del aprendizaje, así como la metacognición, (Norabuena Penadillo, 2011a) temas de amplia investigación por la ciencias psicológicas, la pedagogía y otras ciencias sociales, así mismo la procrastinación es un constructo de reciente estudio aunque con

menciones a lo largo de la historia, sin embargo los estudios publicados se refieren principalmente a la investigación en el ámbito de la educación presencial; este estudio pretende revisar la situación de un grupo de estudiantes universitarios en el Eje cafetero y comprobar la asociación de los factores de los constructos procrastinación y autorregulación, además de revisar características sociales de los participantes.

1. Planteamiento del problema

Al revisar la literatura científica y de acuerdo a la zona o contexto de interés del estudio, se consideró que ante las pocas investigaciones publicadas sobre la temática en la zona, se estableció la siguiente pregunta que refleja el nivel de conocimiento del tema y la necesidad de conocimiento actual.

¿Cuáles son las dimensiones de la autorregulación del aprendizaje y la procrastinación académica de mayor presencia en un grupo de estudiantes universitarios de primer año de formación, pertenecientes a universidades del eje cafetero?

1.1 Antecedentes

Aprender, es un proceso sistemático que requiere de un continuo acompañamiento y de las herramientas necesarias para hacer de ella una fuente de conocimiento y crecimiento

personal, que lleven al sujeto a apropiarse de su desarrollo a través de la madurez que se adquiere durante la misma, reconociendo y aplicando las características implícitas propias de una persona consciente de su posición en la sociedad y de la responsabilidad que tiene consigo mismo y con los demás.

El aprendizaje es un constructo que empieza a forjarse desde la niñez y que cada día desempeña un papel más relevante en relación con el conocimiento, en la actual sociedad del conocimiento se destaca como el desarrollo cognitivo influye de alguna manera, en la conducta y comportamiento de las personas y ambas incluidas en las propuestas de cambio social indican la importancia de encontrar los factores que influyen en las falencias del campo educativo, en relación con la deserción escolar y el bajo rendimiento académico.

Los primeros estudios que abordan el control de los sujetos en su proceso de aprendizaje, datan aproximadamente desde el año 1970, cuando John Flavell quiso añadir un componente adicional al conocimiento obtenido mediante los procesos cognitivos, es así como acuñó el término metacognición a dichos procesos, argumentando que el sujeto en su proceso de educación debe aportar más que un simple conocimiento, debe apropiarse del mismo tomando conciencia de sus necesidades, capacidades y falencias que lo lleven a la reflexión para hacer o convertirse en autogestor de su propio proceso educativo y proyecto de vida.(Norabuena Penadillo, 2011a)

La metacognición fue referida por este autor como el conocimiento que el mismo sujeto tiene sobre su proceso y productos cognitivos o cualquier otro asunto relacionado. Flavell (1976:223). De otro lado infiere que el reconocimiento y la aceptación de las debilidades, así como de los pasos a seguir para superarlas hacen parte importante de la

metacognición. Este autor, recoge de manera colectiva todos los elementos que inciden en la calidad de la educación que se ofrece y que se recibe, es así cómo esboza los diferentes conceptos de aprendizaje y los sistemas que representan el conocimiento, los actores de los mismos y el importante papel que desempeña el docente en el proceso de aprendizaje.

Para los autores que focalizan sus estudios e investigaciones en estrategias cognitivas y metacognitivas, estas tienen diferencias, pero a la vez una estrecha relación, Toda vez que las primeras nos indica el procedimiento o los pasos a seguir para la adquisición de un conocimiento mientras que la segunda nos permite conocer los propios procesos mentales la utilización del conocimiento para adquirir uno nuevo, la utilización y transformación del mismo.

Siguiendo las aportaciones de autores como Flavell, Pintrich y Zimmerman que parte de las publicaciones de Flavell, el cual se refiere a aprender a controlar los propios procesos de aprendizaje; lo que implica realizar de manera consciente y reflexiva lo que el estudiante está haciendo y ser capaz de someter a control esos procesos e intentar regularlos eficazmente. En general, se define la metacognición como: *“la capacidad que tienen las personas para razonar sobre sus pensamientos y la forma como aprenden”* (Martínez Guerrero, 2004).

Flavell introduce este concepto de una manera teórica investigativa y aplicativa que trasciende a la psicología cognitiva desarrollando técnicas que puedan ser utilizadas en la pedagogía y mejoren el rendimiento en el aprendizaje, para que el estudiante pueda controlar su propio proceso de pensamiento y adquiera la habilidad de aprender a aprender, pueda autorregularse y valla encaminado a alcanzar los objetivos propuestos,

Existen diversas investigaciones que coinciden en la idea de que, quienes hacen uso de estrategias de autorregulación, obtiene un resultado positivo en el rendimiento académico. Cuando un estudiante es consciente de la efectividad de las estrategias que utiliza para regular su aprendizaje académico se siente que lo controla y es responsable de su propio aprendizaje, además de incrementar su motivación para aprender, se sostiene el uso de tales estrategias y mejora su rendimiento escolar (Norabuena Penadillo, 2011b)

En este creciente interés por el aprendizaje académico se suma la importancia de la motivación en este proceso, la cual involucra la expectativa de éxito y fracaso, la autopercepción del individuo, las metas, las relaciones afectivas y emocionales. El modelo de cognición-motivación de Pintrich y Schrauben (1992), es un exponente de un modelo integrador en el cual se considera que, si bien existen múltiples factores que influyen en el aprendizaje, son los factores cognitivos y motivacionales y sus relaciones los que ejercen una influencia más directa en el compromiso del estudiante con su aprendizaje y rendimiento académico (Cardozo, 2008)

En un estudio hecho por Pintrich, P y Degroot, (1990) constataron que los mejores alumnos de alto rendimiento académico, manifestaron alta motivación y alta capacidad de autorregulación del aprendizaje y los de bajo rendimiento, mostraron baja motivación y baja capacidad de autorregulación, usando pocas estrategias metacognitivas y utilizando estrategias de repetición (Norabuena Penadillo, 2011b).

Finalmente se resume que la autorregulación se caracteriza por la integración de: conocimiento metacognitivo, regulación de la cognición, procesos motivacionales, autoeficacia y asertividad. La autorregulación constituye una importante herramienta

operativa para el logro del aprendizaje; se considera que aprender es el resultado de un proceso de autorregulación, pues cada individuo construye su propio sistema personal para aprender el cual puede mejorar progresivamente (Norabuena Penadillo, 2011b)

2. Objetivos

2.1 Objetivo General:

Para poder dar respuesta a la pregunta de investigación se definió el siguiente objetivo general:

Determinar las dimensiones de la autorregulación del aprendizaje y la procrastinación académica de mayor presencia en un grupo de estudiantes universitarios de primer año de formación, pertenecientes a universidades del eje cafetero.

2.2 Objetivos específicos

- Analizar la capacidad de autorregulación del aprendizaje en un grupo de estudiantes universitarios.

- Identificar los niveles de procrastinación académica de un grupo de estudiantes universitarios.
- Estimar las relaciones entre las dimensiones de la autorregulación del aprendizaje y la procrastinación académica, en un grupo de estudiantes.
- Establecer la posible relación entre la procrastinación y la autorregulación del aprendizaje

3. Metodología

Con el fin de dar cumplimiento al objetivo general producto del vacío del conocimiento en la población seleccionada para este estudio, se estructuró un estudio bajo el enfoque cuantitativo, el nivel de análisis del estudio es descriptivo, el cual pretende mostrar de forma general los valores que son referencia para otras poblaciones, pero que por el tipo de muestreo no son generalizables, siendo este un limitante. El diseño del estudio fue observacional y transversal, siendo este tipo de estudios adecuados para hacer revisiones de un fenómeno en un determinado periodo de tiempo.

En este tipo de estudio, no experimental, se observan las particularidades de los fenómenos existentes en las que no se provocan situaciones que afecten los resultados de las variables. En este caso los investigadores no tienen control de las variables y por ello no se puede influir sobre ellas porque hacen parte de los hechos vividos por los participantes, las relaciones y resultados se observan tal y como han ocurrido en su contexto natural.

El estudio por ser transversal, realiza observaciones en un único momento y con este estudio se busca mostrar las relaciones de las variables, sin indicar causalidad o predictibilidad.

La muestra se conformó por 196 estudiantes universitarios pertenecientes a diferentes universidades presenciales ubicadas en el Eje cafetero colombiano, los programas académicos fueron diversos y los criterios de ingreso al estudio fueron los siguientes:

- Ser mayores de edad
- estar en primer año de formación universitaria
- No presentar consumo de psicofármacos en la actualidad
- No presentar déficits cognitivo
- Tener disposición de una hora mínimo para diligenciar la batería de evaluación

El tipo de muestreo fue por autoselección, el procedimiento fue invitar a los estudiantes

El tipo de muestreo es intencional y se usarán formularios digitales y análogos, validados por juicio de experto

4. Muestra y muestreo

El tipo de muestra es no probabilística y se conformó de 196 estudiantes universitarios pertenecientes a universidades del Eje Cafetero, que cursan diferentes

programas de formación profesional y que se encuentran en el primer año de formación.

Para la consecución de la muestra se pidió el permiso a varias universidades, de naturaleza pública y privada en la modalidad presencial.

4.1 Criterios de inclusión

Para la inclusión de la muestra se considera que fueran estudiante universitarios mayores de edad que no refieren problemas de aprendizaje que estén matriculados en primer semestre de cualquier programa, que refieran tiempo suficiente para diligenciar la batería de evaluación. La participación en el estudio fue voluntaria y anónima,

Con el fin de participar, los estudiantes tenían que dar su consentimiento mediante la firma de documentos de consentimiento informado. Las edades de los participantes se encontraban en un rango entre los 18 y 45 años.

4.2 Batería de evaluación

Para la construcción de la batería de evaluación se construyó inicialmente una encuesta de caracterización conformada por 16 ítems, que indagan por aspectos como: sexo, estado civil, conformación familiar, antecedentes psicológicos que se impidiera participar del estudio, y percepción de estrés, entre otros. Teniendo en cuenta que la variable de estudio es la Procrastinación, se usó la Escala de Procrastinación académica, utilizado en diferentes escenarios donde se pretende evaluar la dilación del estudiante de forma general y

puntualmente en el proceso de aprendizaje, es un instrumento con una escala Likert con 5 opciones que van desde nunca, hasta siempre.

La prueba complementaria de la batería de evaluación es el Instrumento de Autorregulación para el aprendizaje (SRLI) diseñada por Lindner y Harris (1992) en su primera versión de base en el modelo (SESRL) de Zimmerman y Martínez – Pons (1986). Se trata de un instrumento construido específicamente para valorar la autorregulación para el aprendizaje. En la tercera y última versión el ISRL consta de 80 enunciados; en donde 20 enunciados corresponden a la medición de 4 subescalas. La primera subescala (ejecutiva) mide el proceso de ejecución es decir el proceso metacognitivo, consciente o deliberado; considera el análisis de la tarea, las estrategias de construcción, el monitoreo cognitivo y las estrategias de evaluación. La segunda subescala (cognitiva) hace referencia al proceso cognitivo, es decir al proceso automático o habitual incluye la atención, el almacenamiento y recuperación de datos, y la ejecución de la tarea. La tercera subescala (de motivación) consiste en las creencias y cuestiones de motivación personales; es decir, la atribución y la orientación hacia la meta. La cuarta y última subescala (control del ambiente) miden los aspectos de control y empleo del medio ambiente; o sea la búsqueda de ayuda, la administración del tiempo, la administración de tareas y recursos del ambiente. Cada reactivo es contestado sobre la base de la escala Likert (Norabuena Penadillo, 2011b).

El tiempo promedio de respuesta para este inventario es de 20 a 30 minutos. la versión usada para esta investigación está conformada por 60 ítems que es réplica de un estudio realizado con el mismo tipo de población (Norabuena Penadillo, 2011b)

4.3 Plan de análisis

Para el análisis se realizó inicialmente un proceso de tabulación mediante formulario en línea, que permitió tener control de los datos puesto que no se permitía cerrar el formulario con datos incompletos. Una vez obtenida y depurada la información de los participantes, se procedió a codificar todas las variables cualitativas y realizar los respectivos análisis, que para estas variables fueron: análisis de frecuencia y porcentajes acumulados. Para las variables cuantitativas se realizaron medidas de tendencia central entre ellos los valores promedios de cada uno de los factores con su respectiva desviación estándar, se revisaron valores mínimos, máximos y se calcularon los intervalos de confianza, estimado el límite inferior y el límite superior. Para cada una de las variables cuantitativas se realizaron pruebas de normalidad y por último se realizó análisis por sexo y pruebas de correlación, para determinar la fuerza de asociación.

5. Marco Teórico

5.1 Procrastinación y educación

A partir de las diferentes apreciaciones que ha sugerido el concepto y del enfoque científico que se le ha dado en la actualidad en torno a la deserción escolar y al bajo rendimiento académico, se puede inferir que procrastinar es realizar inconscientemente una tarea distinta a la que requiere mayor prioridad, en términos generales consiste en aplazar

una tarea dispendiosa por otra que sea agradable, o bien, que proporcione resultados positivos a corto plazo.

Existen diferentes razones por las cuales una persona posterga alguna actividad, dentro de ellas se pueden relacionar: la falta de conocimiento sobre un tema específico lo cual impide la realización a tiempo de la tarea académica; la falta de motivación que impulse al estudiante a dar inicio y término a una tarea específica; la distracción que se suscita cuando se presenta una distracción, en este punto emerge la impulsividad del individuo, constituyéndose en un rasgo característico de la dilación; dificultades cognitivas y conductuales que llevan al individuo a prorrogar tareas.

El aprendizaje del ser humano está condicionado a factores biológicos y naturales y por lo tanto las estructuras escolares deben considerar programas de bienestar psíquico y físico para estudiantes y maestros, siendo estos necesarios para la efectividad del proceso educativo. En el proceso de aprendizaje se considera el conocimiento del estudiante sobre sí mismo, sus capacidades, falencias, motivaciones, así mismo la comprensión de la tarea a realizar y en este orden de ideas se establece la relación con su forma de aprender.

Este acto está mediado por la necesidad, el deseo y el interés por hacer algo, ellos son el motor del individuo para que realice acciones que lo lleven a la consecución de un objetivo, esto es motivación y surge de una situación psicológica dinámica, en este punto el papel del docente es fundamental ya que debe despertar el sentido creativo de tensiones positivas que permitan al estudiante ser quien establece sus propias metas.

Para lograr un ambiente educativo apropiado que se ajuste a las necesidades del individuo se deben tener en cuenta una serie de factores como las dimensiones del acto educativo, el concepto de hombre, su educación y su papel en la sociedad, el contexto en el cual se desarrolla para determinar las metas y objetivos, haciendo especial énfasis en la

pedagogía, la comunicación y la motivación. Esta última se genera y se fortalece a partir de ciertos estados de aciertos o desaciertos, necesidades y buscando que los estudiantes trabajen con energía por un propósito.

Lo anterior supone en el alumno el uso adecuado de un conjunto de procesos cognitivos, conciencia, responsabilidad, adaptación a nuevas formas de aprendizaje, reflexión y regulación, todo esto es lo que se denomina metacognición tomando gran relevancia en los estudios realizados así como la autorregulación en el proceso de aprendizaje.

A partir de lo expuesto y centrando la investigación en los problemas educacionales descritos anteriormente, se abordará el acto educativo desde los procesos de enseñanza y aprendizaje, teniendo en cuenta que la educación es una ciencia que conduce al individuo por un camino de progreso y desarrollo, no está exenta de sufrir modificaciones y de transformarse a través del tiempo por diferentes razones, a estas modificaciones el ser humano debe adaptarse, es necesario entonces que tanto el proceso educativo como el aprendizaje del hombre vayan a la par

5.2 La Procrastinación y la autorregulación en el proceso de aprendizaje

El tema ha sido reiterado en la historia de la humanidad, por tal razón presentamos una recopilación de autores y pensadores que se han preocupado por esta temática, aunque si bien no con la misma nominación, en términos prácticos se refieren a lo mismo.

El término Procrastinación proviene del latín Procrastinare, que literalmente significa dejar las cosas o postergarlas para otro día (Luján, Gomez-Vargas, Salas-Herrera, Santibañez-Gihua, & Rumiche-Prieto, 2016). Actualmente dada la importancia que tiene este tema en el acto educativo las investigaciones señalan que la mayoría de los estudiantes presentan experiencias de problemas de este tipo, la procrastinación es habitualmente asociada con consecuencias académicas negativas (Natividad Sáez, 2014). Por ello, está relacionado con bajas notas y la deserción escolar. Tal es el caso del Código Hammurabi, en donde se encuentran las primeras aproximaciones al referirse a la consideración del riesgo de caer en esta conducta cuando se establecen fechas límites para realizar una actividad.

En la historia de la antigua Grecia en el siglo VIII a.m. el poeta Hesíodo ya hacía referencia al aplazamiento de tareas, al hombre necio y negligente que dejaba todo para última hora, cuando este poeta aconsejaba ya en sus escritos mencionaba que no se debe dejar nada para mañana pues siempre el holgazán aplaza la tarea.

Para el historiador Tucídides, la procrastinación constituía no solo un simple rasgo de la personalidad sino también el más criticado; en la historia en algunos libros espirituales se aportan referencias que relacionan al hombre procrastinador como perezoso, indolente, irresponsable, indisciplinado, portador de consecuencias negativas para sí mismo y para la sociedad.

El novelista inglés John Lyly, en su libro Eupheus, escribió en 1579 “Nada tan peligroso como dejar todo para último momento... es la causa de todos los males humanos” (Sánchez, 2010) Como las anteriores existe un gran número de obras que hacen referencia al acto de aplazar o postergar cualquier actividad, Burka y Yuen indicaron que los procrastinadores pueden ser abrumados por el miedo al fracaso o por el miedo al éxito,

Además, algunos comportamientos procrastinatorios pueden representar una forma de rebelión a los que tienen la autoridad.

Según estos autores el tratamiento de estas personas varía en tenerlos completamente conscientes de sus motivos para dilatar y/o capacitarlos en programas de gestión del tiempo. Rorer (1983) ha ofrecido recientemente un resumen y elaboración de varias interpretaciones del comportamiento procrastinatorio propuestas por Ellis y Knaus (1977). Para él, y al igual que Burka y Yuen, la dilación es vista como una respuesta de miedo al fracaso o al rechazo.

El comportamiento procrastinatorio puede ser resultado de la falta de voluntad de actuar de manera desagradable o para evitar tareas difíciles (Sabini & Silver, 1982). Una tercera interpretación implica resentimiento percibido basado en el trato injusto por los demás hacia influencia y el efecto suscitó en los diferentes contextos.

5.3 Procrastinación y autorregulación

Existen estudios sobre la relación entre la procrastinación académica y la autorregulación en donde se evidencia claramente la correlación en estas dos variables, las personas que suelen dilatar sus actividades muestran una falta de autoregulación a nivel cognitivo, motivacional y conductual frente a los estudiantes autorregulados, los cuales manejan estrategias o técnicas útiles y eficaces, memorizan y evalúan su rendimiento y muestran creencias motivacionales adaptativas (Natividad Sáez, 2014).

La autorregulación, aunque hace referencia a la capacidad que tiene el individuo de responder a sus propias necesidades, también tiene relación directa con el aspecto motivacional el cual se construye desde diferentes representaciones, ya que la falta de

motivación y esfuerzo de los alumnos es una variable importante en las notas y deserción escolar, y esto se evidencia de manera más relevante en las universidades, consecuencia de una formación personal que supone valores, estrategias y hábitos de trabajo y que los estudiantes carecen.

Desde distintos modelos teóricos y evidencias se ha tratado de entender el fenómeno de la procrastinación, se ha vinculado con la evitación de tareas y el miedo a fracasar, lo que hace que el estudiante se implique en la dilación para evitar situaciones en las que se supone que un posible fracaso se atribuirá a su capacidad personal (Cardona Villa, 2015), así como con el bajo uso de estrategias cognitivas o metacognitivas, bajas expectativas vinculadas a creencias irracionales o las consecuencias de postergar en el corto plazo para obtener refuerzos inmediatos.

En este sentido la autorregulación implica no solo el conocimiento de los procesos cognoscitivos del estudiante en el desarrollo de tareas que conlleven a un aprendizaje, sino además, el conocimiento de los aspectos motivacionales que generen, dirigen y mantienen las acciones que de éste deriven, ya sea que requieran de modificaciones con respecto a sí mismo como actor de su proceso, o de las condiciones en las cuales está llevando a cabo su aprendizaje.

S

Dentro del marco educativo como compilador de actores y estrategias utilizadas en el mismo, es indiscutible e innegable que la educación debe ocupar un lugar privilegiado en las agendas locales y nacionales y debe incluir de manera integral, la problemática educativa debe estudiarse como un todo e instar el conocimiento y potencialidades del recurso humano, otorgándole un carácter inseparable, complejo y de retroalimentación.

La transformación de la sociedad, el progreso y desarrollo de un país se mide a través de la calidad de vida de las personas y ésta se obtiene gracias a la calidad de la educación y formación que se le procure al individuo, la buena educación es portadora de reproducción de conocimientos, comportamientos y de valores como la conciencia y la responsabilidad, entre otras.

Postergar actividades de manera consecutiva puede significar un grave problema y ocasionar una conducta evasiva, de temor sin que se perciba el perjuicio que causa en ámbitos distintos a los escolares, es el caso del fracaso laboral, personal, familiar, profesional, social y de pareja.

Ahora bien, en la comprensión de la educación a distancia, específicamente la educación virtual uno de los constructos que aparecen con mayor fuerza en las investigaciones recientes sobre aprendizaje (zimmerman 1990, Schunk 2001, Pintrich 2000) es el de la autorregulación como proceso fundamental en la construcción de conocimiento.

5.4 Marco Legal

Existen aspectos legales que deben tomarse en cuenta en este trabajo de investigación; y se hace una pequeña referencia de algunas leyes que tienen relación con este tema.

La Ley 115 de Febrero 8 de 1994 en el artículo 1 estableció que la educación es un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una

concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y de sus deberes (Congreso de la República de Colombia, 1994)

La ley 10 de 1990 también nos habla de los aspectos éticos que se deben tener en cuenta en toda investigación en la que el ser humano es participe de cualquier investigación en la cual debe permanecer el respeto a su dignidad y la protección de los derechos y su bienestar (“República De Colombia Ministerio De Salud,” 1993)

La ley 1090 por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones, en la que se subraya la naturaleza biopsicosocial del individuo, y nos recuerda que el bienestar y la prevención son parte esencial del sistema de valores que conduce a la sanidad física y mental de toda persona (Colombia, 2006).

6. Resultados

Los resultados obtenidos en la presente investigación, en cuanto a la caracterización de los participantes en el estudio, permitieron entrever aspectos que pueden ser tenidos en cuenta para su discusión y conocimiento de la problemática, por lo cual se presentan análisis estadísticos diferenciados, en este caso pudimos encontrar que en la muestra hay una proporción mayor de mujeres que de hombres características similares a la que reportan otros estudios, se encontró que el 66.6% de la muestra pertenecen al sexo femenino y que el 84.2% reportan un estado civil de soltero, otro dato que es importante considerar es que el nivel socioeconómico bajo con un 58.7% es el que presenta una mayor prevalencia en el estudio, seguido muy de cerca del estrato socioeconómico medio y en una baja proporción el nivel socioeconómico alto. En cuanto a la

estructura de la familia se pudo constatar que la familia nuclear tiene la mayor proporción con el 40.3% y que el 52.5% de los estudiantes aún viven con papá y mamá, este dato surge de la frecuencia acumulada de familia biparental y biparental extensa (ver tabla 1).

Tabla 1 Características sociales de una muestra de estudiantes universitarios en un estudio de Procrastinación académica en el 2017.

Característica	n	%
Femenino	131	66,8
Masculino	65	33,2
Casado	8	4,1
Soltero	165	84,2
Unión Libre	23	11,7
Nivel socioeconómico bajo	115	58,7
Nivel socioeconómico medio	80	40,8
Nivel socioeconómico alto	1	0,5
Monoparental extenso	32	16,3
Biparental Nuclear	79	40,3
Biparental extenso	24	12,2
Compuesta	1	0,5
Sin núcleo	28	14,3
Unipersonal	1	0,5

Fuente: Elaboración propia

Una característica importante para los estudios sobre la procrastinación tiene que ver con la autopercepción física y mental como también a la percepción del estrés, en este caso, se encontró que el 62.2% de los estudiantes reportan poco estrés y el 99% no refieren ningún tipo de condición de salud especial o discapacidad (ver tabla2).

Tabla 2 Percepción del estrés y estado de salud de un grupo de estudiantes universitarios.

Característica	n	%
Sin discapacidad física	194	99
Con discapacidad	2	1
Sin estrés	13	6,6
Con poco estrés	122	62,2
Mucho estrés	61	31,1

Fuente: elaboración propia.

Para comprender la complejidad del fenómeno de la procrastinación se consideró caracterizar el tiempo que ellos usualmente dedican a sus actividades todo en el marco de un día en este caso se pudo establecer que la actividad a la cual invierten el mayor número de horas son a la navegación en las redes sociales con un promedio de 3.3 (\pm 2.2) horas de actividades diversas diferentes a las horas de estudio

Tabla 3. Edad, promedio académico número de asignaturas y horas al día que dedican a sus diversas actividades.

Tabla 3 Edad, promedio académico número de asignaturas y horas al día que dedican a sus diversas actividades.

	media (de)	mediana (RI)
Edad en años	20 \pm 5,4	19 (17,2-21,7)
Promedio académico	3,9 \pm 3,7	4 (3,7-4,0)
Horas de estudio fuera del aula	3,6 \pm 1,8	3 (2-4)

Número de asignaturas	6,5 ±1,6	7 (5-8)
Tiempo en redes y/o juegos en línea	3,3 ±2,2	3 (2-5)
Horas en actividades diferente al estudio	3,2 ±2,8	2 (1-4,7)

De = desviación estándar RI = Rango intercuartil

Fuente: elaboración propia.

La prueba de dilación académica a puntuaciones esperadas para la variable sesión académica con un promedio de 18.90 (\pm 5.1). Esta puntuación es superior a otros estudios reportados en Latinoamérica donde hicieron uso del mismo instrumento de evaluación de postergación académica cuando se evalúa la autorregulación académica como un factor de la autorregulación presentó puntuaciones esperadas en este caso un promedio de 7.26 para la muestra participante de estudio(ver tabla 4).

Tabla 4 Puntuaciones de la prueba de dilación académica en un grupo de estudiantes universitarios.

		Autorregulación académica	Postergación de actividades
Media		7,26	18,90
Intervalo de confianza para la media al 95%	Límite inferior	6,88	18,19
	Límite superior	7,63	19,62
Mediana		8,00	19,00
Desv. típ.		2,652	5,082
Mínimo		3	9
Máximo		15	35

Fuente: elaboración propia.

La variable de estudio fue la autorregulación del aprendizaje, esta variable nos permite identificar como los sujetos están realizando sus procesos cognoscitivos básicos para la realización de una actividad, en este caso se midieron cuatro factores y una escala global de la autorregulación; al revisar los valores promedio de cada uno, se pudo establecer que el factor con mayor puntuación promedio es: procesamiento ejecutivo con una puntuación de 39.31 (\pm 6.8) mostrando este valor con veintiún puntos por debajo de estudios realizados con poblaciones en similares condiciones a este estudio; al revisar el intervalo de confianza se pudo identificar que el rango entre el límite inferior y el límite superior está establecido por tan solo 1.93. El comportamiento de la variable es cercano en cuanto a su puntuación con los otros cuatro factores siendo el control ambiente el que presenta mayor distancia por cuanto este presenta la menor puntuación con un promedio de 36.27 y una desviación estándar de 6.9. (Ver tabla 5).

Tabla 5 Puntuaciones de los factores de autorregulación académica en una muestra de estudiantes universitarios del eje cafetero.

		Procesamiento ejecutivo	Procesamiento cognitivo	Motivación	Control ambiente	Total autorregulación
Media		39,31	38,81	38,42	36,27	152,80
Intervalo de confianza para la media al 95%	LI	38,34	38,05	37,52	35,29	149,85
	LS	40,27	39,56	39,32	37,25	155,75
Mediana		39,00	38,50	38,50	36,50	152,50
Desv. típ.		6,848	5,336	6,392	6,952	20,934
Mínimo		21	23	23	16	105

Máximo	60	54	58	58	208
---------------	----	----	----	----	-----

LI= Límite inferior, LS= Límite superior

Fuente: Elaboración propia

Para poder hacer las pruebas de correlación se realizó inicialmente una prueba de normalidad haciendo uso de la técnica de kolmogórov-smirnov en ella se pudo determinar que las variables no seguían una distribución normal por tal razón se utilizó para indagar la asociación el coeficiente de correlación estadístico de Spearman (Camacho-Sandoval, 2008), la cual es la técnica utilizada para este tipo de variables que no presentan una distribución normal. Al revisar cada una de las puntuaciones de acuerdo al coeficiente de correlación se pudo determinar que existe una asociación con todos los factores de la autorregulación del aprendizaje, presentando una mayor asociación entre las variables control ambiente y motivación, con la procrastinación; al interior de la prueba de autorregulación aprendizaje se encontraron correlaciones superiores con motivación con un coeficiente de 0,831(p=0,00) y procesamiento cognitivo con un coeficiente de 0,817(p=0,00). (Ver tabla 6)

Tabla 6 Correlaciones entre la procrastinación y la autorregulación del aprendizaje en una muestra de estudiantes universitarios

		Autorregulación académica	Postergación de actividades	Procesamiento ejecutivo	Procesamiento cognitivo	Motivación	Control ambiente	Total autorregulación
Rho de Spearman	Autorregulación académica.	1,000	,516**	,191**	,239**	,298**	,362**	,341**
	Postergación de actividades		1,000	,289**	,429**	,445**	,671**	,560**
	procesamiento ejecutivo				,582**	,590**	,440**	,798**
	procesamiento cognitivo				1,000	,560**	,608**	,817**

Motivación	1,000	,596**	,831**
Control ambiente		1,000	,806**
Total autorregulación			1,000

****.** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Elaboración propia

Al revisar la diferencia entre el nivel de procrastinación académica entre hombres y mujeres de este grupo de estudiantes universitarios se evidencia que los hombres postergan más las actividades a diferencia de las mujeres (ver tabla 7)

Tabla 7 Nivel de postergación de actividades por género

Tabla 01 Nivel de postergación de actividades ordinal

Sexo		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Femenino	Bajo	43	32,8	32,8	32,8
	Medio	56	42,7	42,7	75,6
	Alto	32	24,4	24,4	100,0
Masculino	Bajo	17	26,2	26,2	26,2
	Medio	29	44,6	44,6	70,8
	Alto	19	29,2	29,2	100,0

Fuente: Elaboración propia

Discusión

De acuerdo a lo que nos habíamos planteado al inicio de la investigación podemos señalar que, las dimensiones de la autorregulación del aprendizaje y la procrastinación académica de mayor presencia en los participantes fueron: control ejecutivo y motivación,

esto indica que son los factores que deben ser tenidos en cuenta en el momento de la comprensión total del fenómeno, puesto que son los procesos mentales que señalan debilidades en los jóvenes para administrar sus pensamientos y sostener atención prolongada en el momento de ejecución en una tarea académica, se sugiere que otros estudios revisen diferencias en cuanto al tipo de motivación. Al comparar los resultados obtenidos con estudios similares el proceso ejecutivo fue el que presentó mayor puntuación a pesar de que al contrastar las puntuaciones con estudios similares, ésta se presentó con un promedio superior.

Lo cual indica que los estudiantes de la muestra del Eje Cafetero son menos autorregulados y podrían situarse en un nivel medio bajo respecto a otros estudios (Norabuena Penadillo, 2011b).

Analizando la capacidad de autorregulación del aprendizaje de este grupo de estudiantes universitarios se puede deducir que es medio baja y las dimensiones que muestran mayor relación son motivación, indicando con ellos que a pesar de la formación previa los estudiantes al ingresar a un procesos de formación superior carecen de mayores habilidades para desarrollar actividades académicas que demanden un tiempo prolongado de atención, esto también puede ser explicado por la edad de los participantes y como los elementos emocionales y circunstanciales pueden afectar la motivación académica.

Indicando a nivel de género los niveles de procrastinación académica de este grupo de estudiantes universitarios se evidencia que los hombres postergan más las actividades a diferencia de las mujeres (ver tabla 1 en anexos), en la prueba de dilación académica la puntuación promedio es superior a otros estudios reportados en Latinoamérica donde hicieron uso del mismo instrumento de evaluación.

Estimando las relaciones entre las dimensiones de la autorregulación del aprendizaje y la procrastinación académica los resultados refieren que si hay una relación positiva entre estas dos variables, lo que señala que una de las causas para aplazar las actividades académicas es la baja autorregulación encontrada en estos estudiantes.

Conclusiones

Basados en este proceso de investigación y de acuerdo al análisis y a los datos obtenidos se concluye que:

- De acuerdo a los resultados de esta investigación las dimensiones de más presencia en la muestra de los estudiantes del eje cafetero son motivación y control ejecutivo las cuales son dimensiones negativas para el proceso de autorregulación en el aprendizaje. El área de control ejecutivo hace referencia al uso de estrategias o técnicas para la realización de una tarea y el área de motivación consiste en las cuestiones de motivación personal, es decir las que influyen en una meta, lo cual indica que debe hacerse un cambio progresivo para mejorar esta conducta
- Se hace visible la relación que hay entre procrastinación y autorregulación del aprendizaje lo que da pie a pensar en la posibilidad de explicar el fracaso académico y la deserción escolar que existen en los estudiantes, por lo que se sugiere trabajar en programas preventivos que disminuyan esta conducta.
- Finalmente se puede decir que el proceso de autorregulación del aprendizaje constituye una herramienta importante para el logro del aprendizaje en todos los estudiantes regido por objetivos y metas propias, así como los componentes motivacionales, que en conjunto permiten resultados excelentes y así mismo evitar la dilación de las tareas.

Referencias

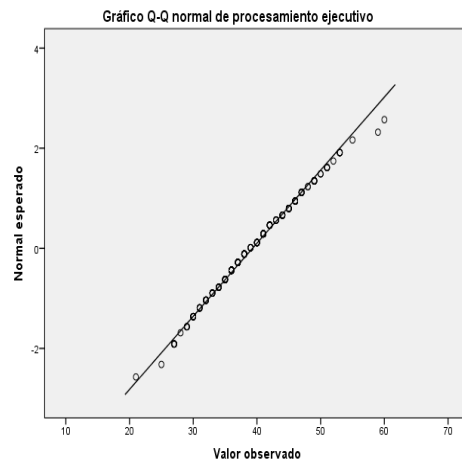
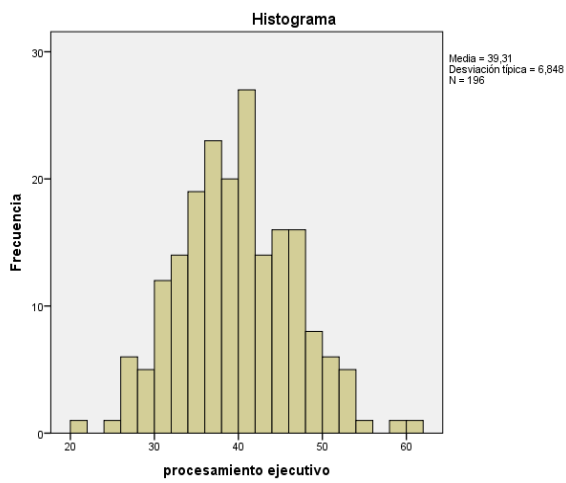
- Camacho-Sandoval, J. (2008). Nota estadística Asociación entre variables : correlación no paramétrica, *50*(3), 144–146.
- Cardona Villa, L. C. (2015). Relaciones entre procrastinación académica y estrés académico en estudiantes universitarios, 1–84. Retrieved from http://200.24.17.74:8080/jspui/bitstream/fcsh/242/1/CardonaLeandra_relacionesprocrastinacionestresacademicoestudiantesuniversitarios.pdf
- Cardozo, A. (2008). Motivación, Aprendizaje y Rendimiento Académico en Estudiantes del Primer Año Universitario. *Laurus*, *14*(1315–883X), 209–237.
- Colombia, C. D. L. R. De. (2006). Ley 1090 DE 2006. *Diario Oficial*, *2006*(46383), 1–27. Retrieved from http://www.unisabana.edu.co/fileadmin/Documentos/Investigacion/comite_de_etica/Ley_1090_2006_-_Psicologia.pdf
- Congreso de la República de Colombia. (1994). Ley 115 febrero 8 de 1994. *Congreso de La República de Colombia*, *50*. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Luján, Gomez-Vargas, Salas-Herrera, Santibañez-Gihua, & Rumiche-Prieto. (2016). Procrastinación en alumnos universitarios de Lima Metropolitana. *Psicodidáctica*, *1*(1), 1–7. Retrieved from <http://www.aulavirtualusmp.pe/ojs/index.php/rpoe/article/viewFile/747/585>
- Martinez Guerrero, J. I. (2004). *La Medida de Estrategias de Aprendizaje en Estudiantes Universitarios*.

- Mercé Clariana, Ramón Cladellas, María de Mar Badia, C. G. (2011). La influencia de género en variables de la personalidad que condicionan el aprendizaje: inteligencia emocional y procrastinación académica, *14*(1575–965), 87–96.
- Natividad Sáez, L. A. (2014). Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios, 1–355. Retrieved from [http://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/37168/Tesis Luis A. Natividad.pdf?sequence=1](http://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/37168/Tesis%20Luis%20A.%20Natividad.pdf?sequence=1)
- Norabuena Penadillo, R. M. (2011b). *Relación entre el aprendizaje autorregulado y rendimiento académico en estudiantes de enfermería y obstetricia de la Universidad Nacional “ Santiago Antúnez de Mayolo ” - Huaraz*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- República De Colombia Ministerio De Salud. (1993), 1993.
- Sánchez, A. M. (2010). Procrastinación académica: un problema en la vida universitaria. *Studiositas*, 5(51), 87–94.

Anexos

Pruebas de normalidad

Procesamiento ejecutivo



Procesamiento cognitivo

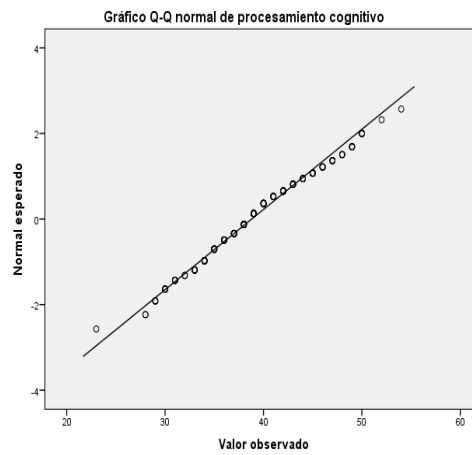
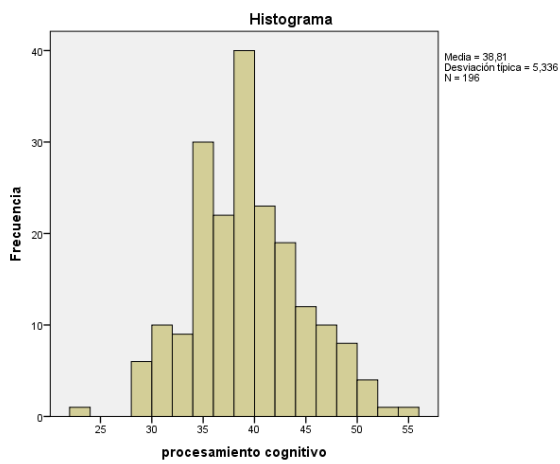
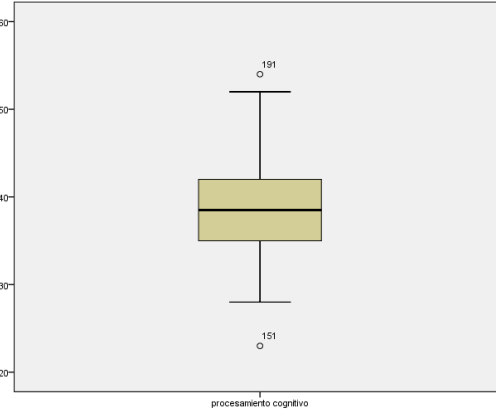
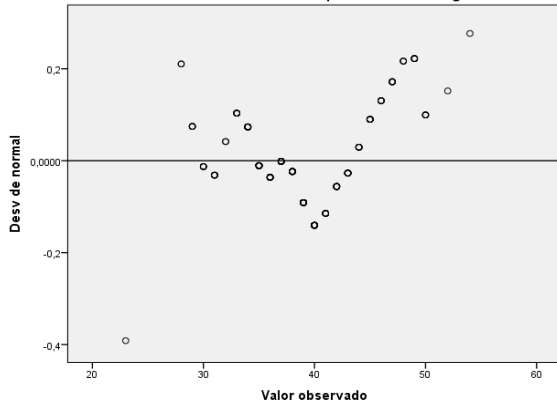
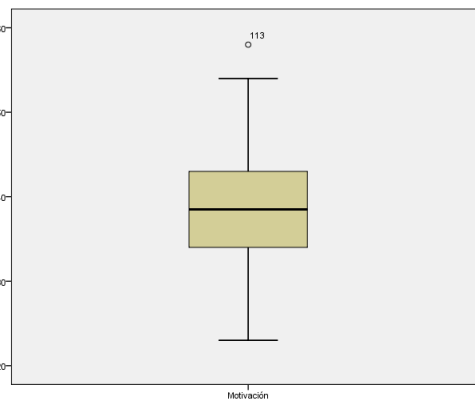
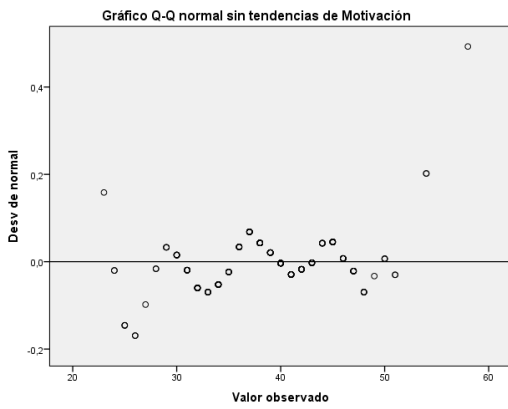
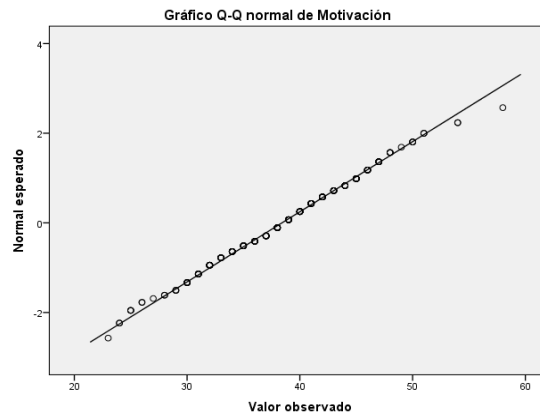
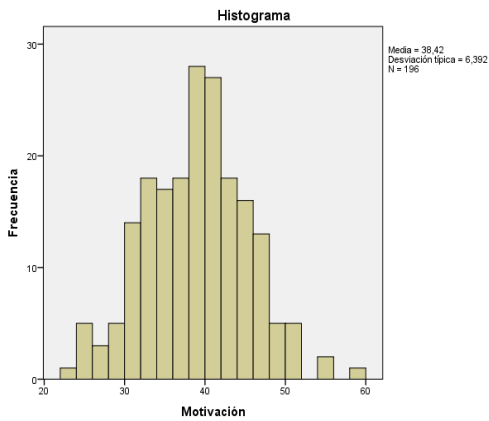


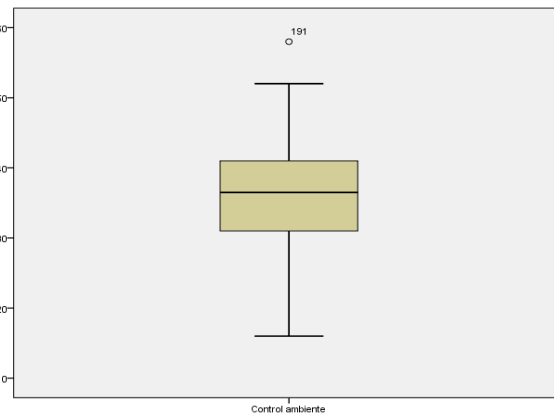
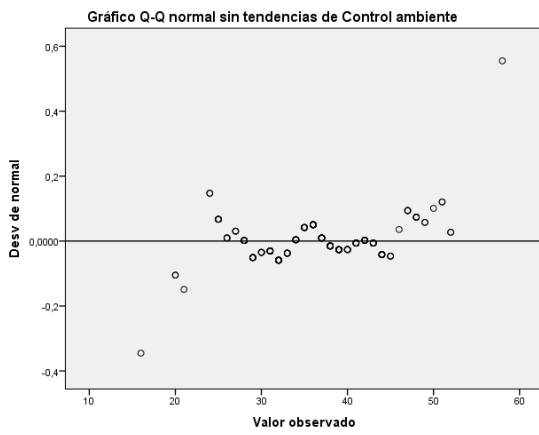
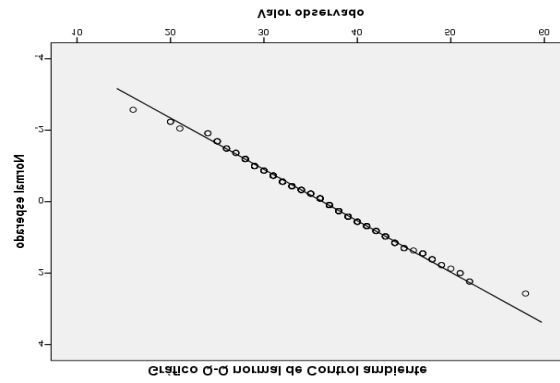
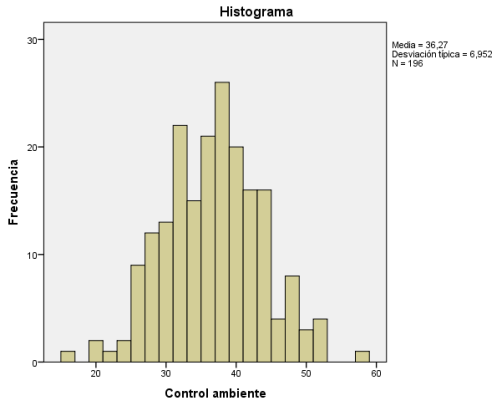
Gráfico Q-Q normal sin tendencias de procesamiento cognitivo



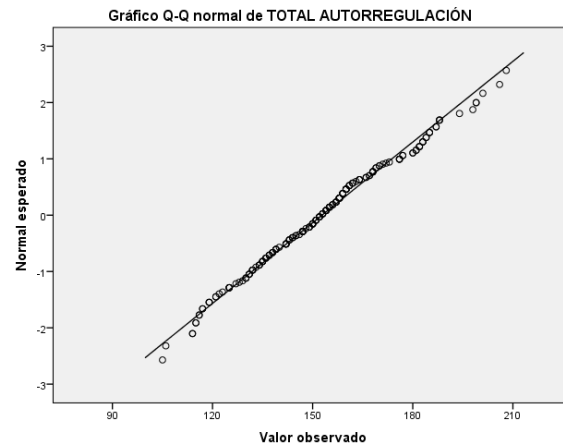
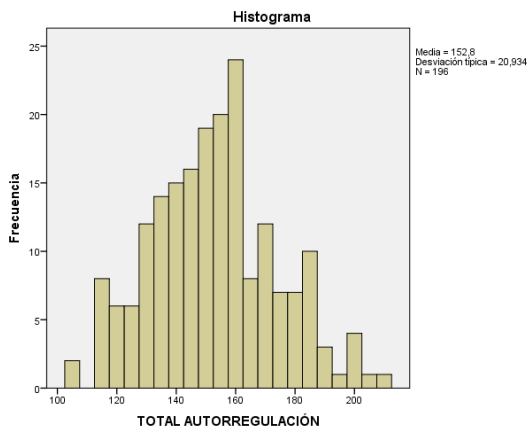
Motivación

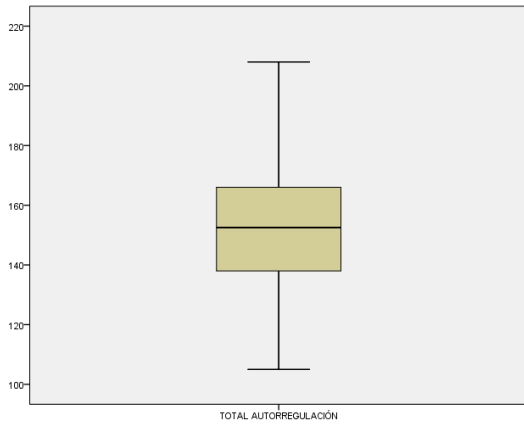


Control ambiente

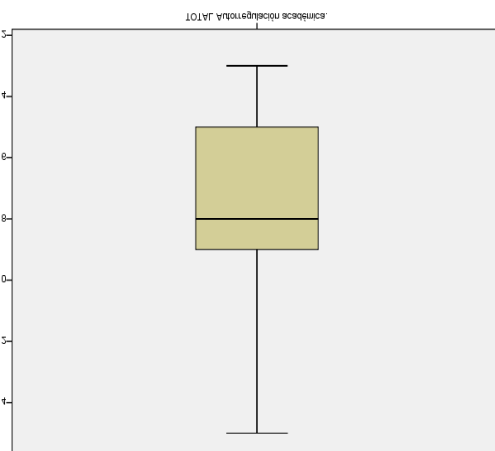
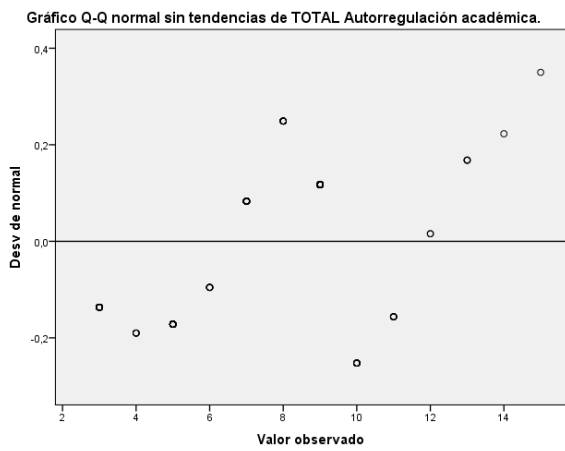
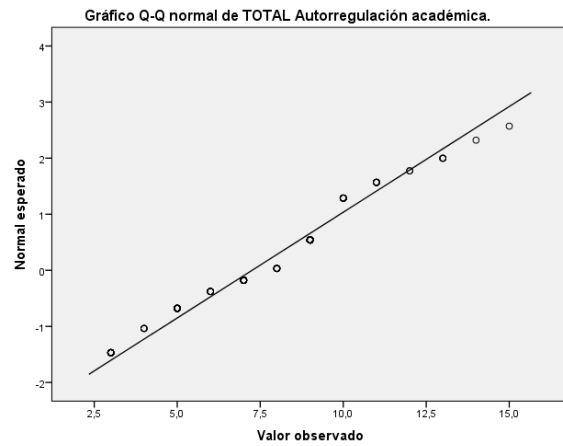
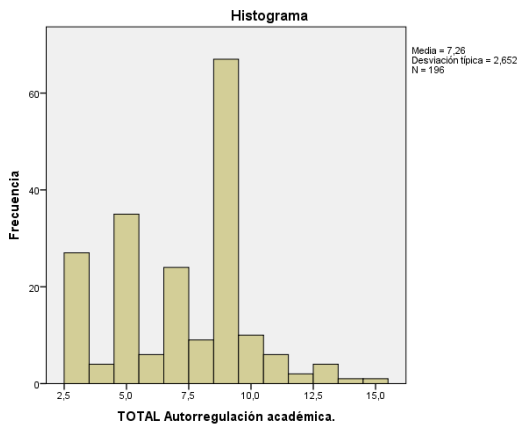


Total autorregulación





Total autorregulación académica



Total postergación de actividades

