

PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA, AUTORREGULACIÓN DEL APRENDIZAJE Y
ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE RECIEN INGRESO A COMUNIDADES
UNIVERSITARIAS

Andrea Escobar González

Luz Amparo Corzo Afanador

Tesis para optar al título de Magister en Psicología Comunitaria

Asesor:

Paulo Cesar Sepúlveda González

PHD (c) en Psicología

Universidad Nacional Abierta y a Distancia Colombia

Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades

Maestría en Psicología Comunitaria

Bogotá

2018

Principalmente dedicamos esta tesis al doctor **Paulo Cesar Sepúlveda González**, director y asesor de nuestro proyecto de investigación, por ser el pilar más importante en todo este proceso y por demostramos siempre su apoyo incondicional en todas las etapas de este estudio, logrando como equipo de trabajo nuestro gran objetivo con mucha perseverancia, compromiso y respeto hacia nuestros participantes.

Agradecemos a todas las **universidades participes de esta investigación**, a la doctora **María del Pilar Triana Giraldo** y a todos nuestros **docentes de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD**, por transferirnos sus conocimientos y guiarnos en este proceso de formación como futuras magister en psicología comunitaria.

Tabla de contenido

Resumen.....	7
Introducción	11
1. Planteamiento del problema.....	13
1.1. Antecedentes.....	15
2. Justificación	19
3. Objetivos	23
3.1 Objetivo general	23
3.2 Objetivos específicos.....	23
4. Problema de investigación.....	23
5. Hipótesis	24
5.1 Hipótesis de trabajo	24
6. Marco Teórico	24
6.1 Comunidad universitaria	24
6.2 Salud mental en comunidad.....	26
6.3 Procrastinación	27
6.4 Procrastinación académica	28
6.5 Autorregulación del aprendizaje.....	28
6.6 Ansiedad.....	30
7. Metodología	32
7.1 Tipo de estudio	33
7.2 Muestra y muestreo	34
7.3 Instrumentos	34
7.4 Procedimiento.....	35

7.4.1 Estrategia de búsqueda	35
7.4.2 Plan de análisis estadístico	37
7.5 Hipótesis estadística	38
7.6 Aspectos éticos	38
8. Resultados	39
8.1 Características de los participantes del estudio	39
8.2 Uso del tiempo por fuera de la institución.....	40
8.3 Resultados de la dilación académica.....	41
9. Discusión	45
Conclusiones	48
Referencias	50
Anexos	62

Listas de tablas

<u>Tabla 1. Distribución de la muestra por ciudades de los participantes en el estudio de la procrastinación académica.....</u>	<u>39</u>
<u>Tabla 2. Características sociales de los participantes en el estudio de la procrastinación académica.....</u>	<u>40</u>
<u>Tabla 3. Edad, cantidad de cursos o materias y distribución de las horas al día que dedican a sus actividades un grupo de estudiantes de primer año de formación universitaria.....</u>	<u>41</u>
<u>Tabla 4. Puntuaciones de la prueba de procrastinación académica.....</u>	<u>41</u>
<u>Tabla 5. Puntuaciones de los factores de autorregulación de autorregulación del aprendizaje...42</u>	<u>42</u>
<u>Tabla 6. Correlaciones entre la procrastinación académica y la autorregulación del aprendizaje.....</u>	<u>43</u>
<u>Tabla 7. Ansiedad en sexo femenino y masculino.....</u>	<u>43</u>
<u>Tabla 8. Correlación por edades.....</u>	<u>45</u>

Lista de figuras

<u>Figura 1. Sirois, F. M. (2007).....</u>	<u>17</u>
<u>Figura 2. Imagen propia.....</u>	<u>19</u>
<u>Figura 3. Técnica tree of science.....</u>	<u>37</u>

Resumen

Esta investigación abordó el tema de la procrastinación académica, comprendida como un fenómeno que constituye un patrón cognitivo y conductual relacionado con la intención de hacer una tarea y con una falta de diligencia para iniciarla, desarrollarla y culminarla, dicho proceso estaría acompañado por la experimentación de ansiedad, inquietud o abatimiento (Ferrari, J., Johnson, J., & McCown, 1995), produciendo consecuencias negativas en relación al rendimiento, al bienestar subjetivo y efectivo como la ansiedad (Klingsieck, 2013; Steel & Klingsieck, 2016), los educandos posponen sus actividades siendo conscientes de que tienen un tiempo adecuado para su ejecución (Ferrari & Díaz-Morales, 2007; Quant & Sánchez, 2012). El estudio se realizó en Colombia en las siguientes ciudades intermedias: Bucaramanga (Santander), Ibagué (Tolima), Pereira (Risaralda) y en el exterior en ciudad Panamá.

Las Investigaciones indican la prevalencia de la procrastinación académica en población universitaria, haciendo alusión entre el 80% y 95% de los educandos universitarios presentan conductas dilatorias en algún instante, el 75 % se considera procrastinador y el 50% aplazan continuamente los estudios (Rodríguez & Clariana, 2017). También, existen estudios en Lima Metropolitana (Marquina Lujan, 2016), en el que se evidencio que el 37.7% de los estudiantes hacen tareas que debieron realizar tiempo atrás.

Para la ejecución de esta investigación se examinó cuatro factores de la autorregulación del aprendizaje: ejecutivo, cognitivo, motivación y control de ambiente; la autorregulación del aprendizaje consiste cuando el educando establece sus objetivos, monitoriza, regula, controla la cognición y comportamiento (Fernández, Estrella., Bernardo, Ana., Suárez, Natalia., Cerezo,

Rebeca., Núñez, José., & Rosario, 2013). También se analizó la ansiedad rasgo considerada como un estado emocional estable y la ansiedad estado como un aspecto inmediato, que es modificable en el tiempo (Spielberger, 1972, 1986, 1989), algunos estudios correlacionan la procrastinación académica con la ansiedad (Pardo, Perilla, & Salinas, 2014). Se ha encontrado que entre más ansiedad o esfuerzo se evidencie o presente el sujeto, más probable es que la persona procrastine (Boysan & Kiral, 2016; Kennedy & Tuckman, 2013; Rozental & Carlbring, 2014; Solomon & Rothblum, 1984a; Steel & Klingsieck, 2016; Svartdal, 2010; Tice & Baumeister, 1997).

El objetivo principal de la investigación fue: determinar la existencia de relación entre la procrastinación académica, autorregulación del aprendizaje y ansiedad en estudiantes de recién ingreso a comunidades universitarias. Se planteó una metodología con enfoque cuantitativo, con instrumentos de evaluación de procrastinación académica, autorregulación del aprendizaje denominado SRLI (inventor self-regulated), la prueba de STAI de ansiedad; con escala Likert. Para el proceso de caracterización se realizó una encuesta con preguntas politómicas en las cuales se indagan variables como la edad, sexo, nivel socioeconómico y algunas condiciones de estudio relacionadas con los estudiantes. De acuerdo a los instrumentos y a lo expuesto en la resolución 8430 el estudio se clasifica como una investigación sin riesgo. La investigación contribuye a la obtención de la salud mental integral, pretendiendo en el educando un bienestar físico, psicológico y social, debido a que a la procrastinación académica puede comprometer la salud mental del educando, conllevando a consecuencias negativas en el rendimiento académico, la ansiedad ante los exámenes, la deserción, entre otros (Cardona Villa, 2015).

Se concluye con los resultados obtenidos, que existe asociación entre la procrastinación académica con todos los factores de autorregulación del aprendizaje, encontrándose correlaciones superiores en el procesamiento ejecutivo con un coeficiente de 0,861 ($p=0,00$) y procesamiento cognitivo con un coeficiente de 0,813 ($p=0,00$). Se evidenció correlación positiva entre la ansiedad y la procrastinación académica, la ansiedad rasgo presentó mayor asociación con la procrastinación académica con un coeficiente de 0,417 ($p=0,00$) (ver tabla 6). El sexo femenino obtuvo mayor promedio de ansiedad estado rasgo (ver tabla 7).

Palabras clave: Procrastinación Académica, Ansiedad de Estado, Ansiedad de Rasgo, Autorregulación del Aprendizaje.

Summary

The following study was conducted in Colombia in the following intermediate cities: Bucaramanga (Santander), Ibagué (Tolima), Pereira (Risaralda), due to the similarity of population registered in the 2005 census conducted by the National Department of Statistics DANE (Bucaramanga with 509,918, Ibagué with 495.246 and Pereira with a total of 428.397) (DANE, 2005). The participating university from abroad as a comparative sample of the study.

Academic procrastination is a phenomenon that constitutes a cognitive and behavioral pattern. It is related to the intention of performing a task and the lack of diligence to start, develop and complete it, and such process would go together with experimentation of anxiety, dejection, and worry (Ferrari, J., Johnson, J., & McCown, 1995), producing negative consequences in relation to performance, to subjective and effective well-being such as anxiety (Klingsieck, 2013; Steel & Klingsieck, 2016), learners postpone their activities being

aware of the time they are given to develop them (Ferrari & Díaz-Morales, 2007; Quant & Sánchez, 2012). Some researches show the prevalence of academic procrastination on university population, making an allusion that between 80% and 95% of the university students present task – avoidance behaviors at any moment, 75% is considered procrastinator and 50% frequently postpone their studies (Rodríguez & Clariana, 2017). There also exist studies, in Lima Metropolitana (Marquina Lujan, 2016), where it is evidenced that 37.7% of students develop tasks that they should have done some time ago.

For the execution of this research, four factors of the self - regulation of learning were considered: Executive, cognitive, motivational and environmental control. The self- regulation of learning occurs when the learner establishes his/her objectives, monitors, regulates, controls de cognition and behavior (Fernández, Estrella., Bernardo, Ana., Suárez, Natalia., Cerezo, Rebeca., Núñez, José.,& Rosario, 2013). In the same way the trait – anxiety was analyzed, considering this as an emotional stable state and the state anxiety as an immediate aspect that can be modified though the time (Spielberger, 1972, 1986, 1989), some studies correlate academic procrastination with anxiety(Pardo et al., 2014). It has been found that the more anxiety or effort is evidenced or present the subject, the more likely it is that the person procrastinates(Boysan & Kiral, 2016; Kennedy & Tuckman, 2013; Rozental & Carlbring, 2014; Solomon & Rothblum, 1984a; Steel & Klingsieck, 2016; Svartdal, 2010; Tice & Baumeister, 1997).

The main objective of this investigation was: determine the existence of a relationship between academic procrastination, self-regulation of learning and anxiety in new students entering university communities. A methodology with a quantitative approach was proposed, with instruments for evaluation of academic procrastination, self-regulation of learning called SRLI (self-regulated inventor), the STAI test of anxiety; with Likert scale. For the

characterization process, a survey was carried out with political questions in which variables such as age, sex, socioeconomic status and some study conditions related to students are investigated. According to the instruments and to that stated in resolution 8430, the study is classified as a risk-free investigation. The investigation contributes to the obtaining of the integral mental health, pretending in the student a physical, psychological and social wellbeing, because the academic procrastination can compromise the mental health of the student, leading to negative consequences in the academic performance, the anxiety before the exams, the desertion, among others (Cardona Villa, 2015).

It is concluded with the obtained results, the association of academic procrastination with all the self – regulation of learning factors, finding correlations greater in the executive processing with a coefficient of 0,861 ($p=0,00$) and cognitive process with a coefficient of 0,813 ($p=0,00$). Positive correlation between anxiety and academic procrastination was evidenced, trait anxiety presented a greater association with academic procrastination with a coefficient of 0,417 ($p=0,00$) (see table 6). Female sex obtained higher average state trait anxiety (ver tabla 7).

Key words: Academic procrastination, state anxiety, trait anxiety, self – regulation of learning.

Introducción

Las instituciones universitarias son consideradas comunidades, según (Montero, 2004) comunidad es todo grupo en continua evolución y transformación, con sentido de pertenencia e identidad social, siendo la colectividad consiente de si como grupo; los educandos pertenecientes a estas entidades educativas se encuentran con un mayor grado de exigencia, competitividad y se

hallan con una realidad que les exige mayor responsabilidad en su formación académica, teniendo autonomía e iniciativas propias, exigiéndose ellos mismos en la organización de sus asignaturas, siendo de esta forma independientes del tiempo y el esfuerzo dedicado para lograr el título universitario.

La formación académica incluye el entorno social, familiar, económico, emocional, entre otros, incidiendo en el rendimiento académico; dentro de las situaciones presentadas en la formación profesional del educando se asocia la procrastinación académica, la cual es un fenómeno que constituye un patrón cognitivo y conductual relacionada con la intención de hacer una tarea y con una falta de diligencia para iniciarla, desarrollarla y culminarla; el proceso estaría acompañado por la experimentación de ansiedad, inquietud o abatimiento (Alegre, 2013; Ferrari, Johnson, & McCown, 1995), algunos estudios correlacionan la procrastinación académica con la ansiedad (Pardo et al., 2014). Para reducir esta problemática, se plantea que el estudiante establezca objetivos que orienten su aprendizaje intentado monitorizar, regular y controlar su cognición, motivación y comportamiento con la intención de alcanzarlos, concebido esto como autorregulación del aprendizaje (Fernández, Estrella., Bernardo, Ana., Suárez, Natalia., Cerezo, Rebeca., Núñez, José., & Rosario, 2013; Rosario, P., Pereira, A., & Hogemann, 2014).

El estudio pretende contribuir a la comprensión de la procrastinación académica, con el fin de que pueda ser replicado y transferido los hallazgos, para que a un futuro, se den soluciones a esta problemática, obteniéndose una salud mental comunitaria, que incluye un bienestar físico, social y emocional y con ello se disminuya las situaciones relacionadas con la deserción; siendo

el alumno el principal ente en todos los aspectos y no la propia institución ni los demás recursos educativos(Escanés, Herrero, Merlino, & Ayllón, 2014).

1. Planteamiento del problema

El ingreso a la formación superior implica ajustes personales, familiares y sociales, debido a las dinámicas propias que tienen las comunidades universitarias en donde los jóvenes asumen nuevos retos como: mayor autonomía, habilidades sociales, autorregulación del aprendizaje, control emocional, exigencia académica, ajuste social, entre otras. La universidad es una comunidad que tiene dinámicas similares a otros tipos de comunidades en las que cada miembro debe hacer frente a los propósitos que se siguen allí para este caso la formación de profesionales, esto implica los esfuerzos y habilidades personales, para la realización de actividades y trabajos en grupo y donde cada quien está contando con el cumplimiento de los acuerdos y responsabilidades de sus pares, es así como la dilación de las tareas, la falta de habilidades de autorregulación y la ansiedad pueden llevar a afectar los trabajos grupales y las propias dinámicas de la comunidad universitaria.

En una comunidad sus miembros colaboran y compiten por diferentes propósitos, para el caso de las universidades, se persigue alcanzar un rendimiento académico reflejado en las notas y promedio, acceso a becas, reconocimiento universitario y aporte a los modelos actuales de excelencia académica; logro reconocido con las acreditaciones de alta calidad. Sin embargo las dificultades que suelen ocurrir en estos estudiantes de primer año es su falta de autonomía, control emocional y el ajuste psicosocial (Angel & Noriega, 2016).

El proceso de adaptación en la comunidad universitaria puede conllevar a consecuencias negativas en la salud mental del educando en relación con el rendimiento y el bienestar subjetivo (Klingsieck, 2013), derivaciones psicológicas, en cuanto a niveles de ansiedad por el aplazamiento actividades (Umerenkova & Flores, 2017), afectando la calidad de vida de los educandos universitarios (Cardona Villa, 2015; Novotney, 2010) ,debido a que el rendimiento académico afecta la salud emocional en el individuo, lo que conlleva la pérdida de interés y baja realización por la actividad, esto conlleva que la ansiedad y otros factores este asociada con cierta afectación del estado mental del individuo, lo que interfiere en actividades diarias del estudiante (Salanova Soria, Martínez Martínez, Bresó Esteve, Llorens Gumbau, & Grau Gumbau, 2005), Morales (1999) señala que “Un individuo sano es aquel que presenta un buen equilibrio entre su cuerpo y su mente, y se halla bien ajustado a su entorno físico y social; controla plenamente sus facultades físicas y mentales, puede adaptarse a los cambios ambientales (siempre que no excedan a los límites normales) y contribuye al bienestar de la sociedad según su capacidad” (Perez M., Ponce A., 2010).

Otro aspecto de especial interés en las universidades que afectan no solo al estudiante si no las dinámicas de trabajo grupal es la permanente procrastinación académica o dilación académica, comprendida como la tendencia de los individuos de posponer las actividades que deben realizar en sus vidas cotidianas, los sujetos son conscientes de que tienen un tiempo adecuado para la ejecución de las tareas pero se presenta aplazamiento voluntario ante los compromisos personales pendientes o la tendencia a evadir las responsabilidades posponiendo tareas a realizar (Angarita, 2012; Chan Bazalar, 2011; Clariana, Cladellas, Badia, & Gotzens, 2011).

Existe un importante número de investigaciones que han evaluado estos aspectos de manera individual y otras tantas no las ubican en el contexto del ingreso a la comunidad universitaria y se quieren estudios que puedan establecer la relación de estas variables y la existencia de diferencia por sexo. De acuerdo a esto se planteó la pregunta de investigación: ¿Existe asociación entre la procrastinación académica, autorregulación del aprendizaje y ansiedad en estudiantes de recién ingreso a comunidades universitarias?

1.1 Antecedentes

La Procrastinación, se remonta desde nuestros ancestros, encontrándose registros antes de cristo, en donde se hace alusión a la importancia de realizar las actividades a tiempo; como es el caso del primer poeta de la antigua Grecia, llamado Hesíodo (700 a. de C.), el autor en su poema *Los trabajos y los días*, escribe en sus versos “*No dejes nada para el día siguiente, ni para el otro día, porque el trabajo diferido no llena el granero*”. (Ruido, n.d.) También, en los 400 a. d .C, el general ateniense (Tucídes), componía muchos textos sobre la estrategia militar, y mencionaba que la Procrastinación es “*el más criticado de los rasgos del carácter, útil sólo para retrasar el comienzo de la guerra*” (Sánchez, 2010). Del mismo modo, se evidencio relación con este término, en los años 1579, cuando el novelista inglés John Lyly, famoso por su obra *Eupheus: The Anatomy of Wit*, escribió: “*Nada tan peligroso como dejar todo para último momento... es la causa de todos los males humanos*”(Sánchez, 2010). Este concepto se considerada un defecto, rasgo de carácter o incluso un acto pecaminoso o de manifestación de pereza pernicioso que en cualquier caso denotaba algo negativo, inmoral, inapropiado y hasta peligroso para la salud(Angarita, 2012).Actualmente la procrastinación influye negativamente en la salud mental de las personas, en el bienestar psicológico, relacionándose con síntomas de

ansiedad, depresión, estrés y problemas de concentración de las actividades (Cardona Villa, 2015; Chirapo, 2016).

Con respecto a la procrastinación Académica, se ha asociado al acto de retrasar las tareas al punto de originar un rendimiento bajo en calificaciones y abandono del curso (Solomon & Rothblum, 1984a); otros autores lo definen con la tendencia a gastar el tiempo (Tuckman, 2003) vinculándose con bajos niveles de perseverancia y altos niveles de distracción mientras se trabaja en una tarea (Steel & Klingsieck, 2016), relacionándose con un fallo en la autorregulación, en donde los educandos establecen las metas, controlan las cogniciones, motivaciones y conductas (Umerenkova & Flores, 2017). Los estudiantes que tienen niveles altos de autoeficacia, que planifican de manera oportuna las tareas, tienden a presentar menor procrastinación (Wolters, Pintrich, & Karabenick, 2005). En 2007 los psicólogos de la universidad de Estatal de Florida Dianne M. Tice, PhD, y Roy F. Baumeister, PhD, verificaron la procrastinación en estudiantes de psicología de la salud, se reportó mayor estrés y enfermedades de los educandos que procrastinaban al final del periodo académico (Novotney, 2010)

En estudios de Estados Unidos se ha encontrado que el 20% de la población universitaria presentan procrastinación académica y en el 80% se observan conductas asociadas a la dilación (Sánchez, 2010). En 2016 se realizó un estudio de procrastinación académica con 717 estudiantes universitarios de psicología de tres universidades de Perú, se encontró un nivel alto de dilación académica en los educandos (Alexis, 2016); en el mismo año se efectuó una investigación en la que se halló relación negativa de la procrastinación académica con la autorregulación del aprendizaje, es decir, los educandos que presentaron altos niveles de procrastinación académica obtuvieron menor autorregulación académica (Alegre, 2016). En esta misma fecha, en Trujillo- Perú se determinó la relación de la procrastinación académica y los

motivos de procrastinación académica con el bienestar psicológico, existiendo en el estudio correlaciones significativas de las dilación académica con reacciones psicológicas y comportamentales, afectando dimensiones de propósito de vida, el dominio del entorno y autonomía del alumno; se descubrió que los educandos con buen bienestar psicológico, promueven conductas saludables, planifican y reorganizan las acciones encaminándolas al logro de la meta o satisfacción (Chirapo, 2016), en ello se incluye que las habilidades sociales, cuando el sujeto se desarrolla en un contexto social, organiza las cogniciones y conductas para el logro de las metas u objetivos trazados ante cualquier situación social (Torres Mercado, 2016). Se cita la siguiente investigación realizada con una comunidad de 254 personas de Canadá, Estados Unidos, participantes de Europa y Australia, se examinó a través del modelo de ecuaciones estructurales: la relación de la postergación con la salud. (Figura 1)(Sirois, 2007)

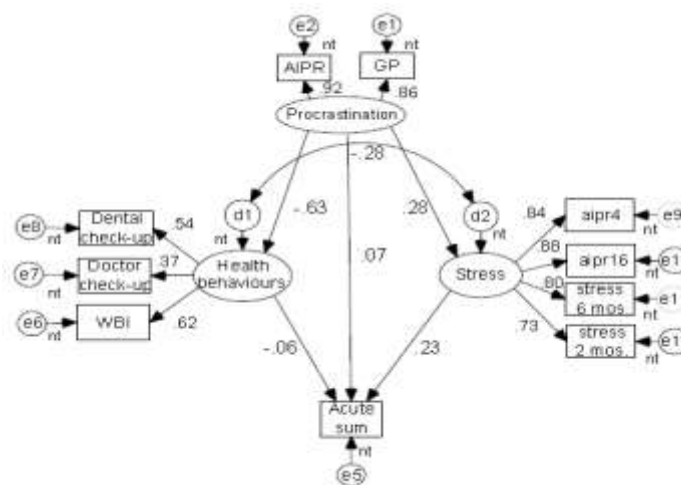


Figura 1. Sirois, F. M. (2007). "I'll look after my health, later": A replication and extension of the procrastination-health model with community-dwelling adults. *Personality and Individual Differences*, 43(1), 15–26. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.11.003>

En Barcelona- España, con una muestra de 171 jóvenes entre 18 y 19 años de high school

y universidad, se halló correlación negativa de la dilación con el rendimiento académico, existiendo tendencia a procrastinar entre la transición del bachillerato y la universidad, interviniendo negativamente en el aprendizaje. (Clariana, Gotzens, Badia, & Cladellas, 2012). En 2014 en Bogotá - Colombia se realizó un estudio para describir la relación de la procrastinación académica y la ansiedad rasgo, con una muestra de 100 estudiantes de psicología de seis universidades, en el resultado se evidenció correlación positiva de la procrastinación académica con la ansiedad-rasgo, es decir, a mayor postergación de actividades, mayor respuesta emocional de ansiedad (Pardo et al., 2014). Otra investigación en 2015 identificó la ansiedad y procrastinación académica en 179 estudiantes de la universidad Nacional de Tumbes de Lima Metropolitana, de la facultad de ciencias sociales, los resultados presentaron niveles de ansiedad con puntajes de 20 a 75 (altos y medios) y alto el nivel de procrastinación académica (Barreto, 2015).

Finalmente se puede indicar que la procrastinación o dilación académica es una problemática que está presente en las comunidades universitarias, lo cual puede generar problemas en la salud mental del mismo, en aspectos como la calidad del aprendizaje, la ansiedad, motivación, el estrés, entre otros factores (Cardona Villa, 2015) en la medida en que los requerimientos académicos, las dificultades en el aprendizaje y la adquisición de habilidades desarrollan entornos de fracaso o éxito que acompañados con la intensidad horaria, el ritmo de estudio, la presiones de grupo, los cambios en horario de alimentación, los cambios en el ciclo del sueño, la competitividad, pueden descomponer las condiciones de salud mental en el educando que está iniciando el proceso de formación académica (Gutierrez Rodas et al., 2010) (Figura 1).

Para el desarrollo de este estudio se considera la procrastinación y la autorregulación del

aprendizaje, como aspectos que se relacionan con la ansiedad, los cuales deben ser considerados y estudiados para conocer el ajuste social de los estudiantes que ingresan a una comunidad académica universitaria (ver figura 2).

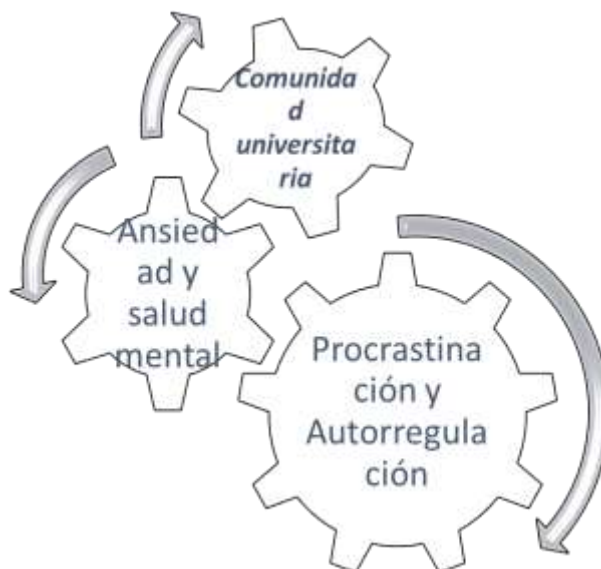


Figura 2. Imagen propia

2. Justificación

La procrastinación o dilación académica se refiere a la demora voluntaria de una acción (Sánchez, 2010), la finalización de tareas importantes hasta el punto de la incomodidad (Solomon & Rothblum, 1984b) produce consecuencias negativas en relación al rendimiento, al bienestar subjetivo y efectivo como la ansiedad (Klingsieck, 2013; Steel & Klingsieck, 2016). Por consiguiente, esta investigación se enfocó en los jóvenes que inician su proceso de formación académica, se analizó si los estudiantes presentan aplazamiento de tareas o retraso de actividades indispensables o compromisos importantes, que en su momento ocupan el primer lugar a realizar, dando prioridad a otras labores que brinda la sociedad actual, y que son más

atractivas para los educandos (Aguilar, Peláez, Esteve, & Fernández, 2009; Clariana et al., 2012; Ferrari & Díaz-Morales, 2007; Quant & Sánchez, 2012), conocido actualmente, como Procrastinación Académica.

Los educandos con baja tendencia a procrastinar tienen mayor probabilidad de la culminación de los estudios universitarios de primer año, en comparación con los estudiantes con alta posibilidad de procrastinar académicamente (Umerenkova & Flores, 2017);

Es importante en el educando los procesos cognitivos para la planificación, incorporación y ejecución del nuevo conocimiento o aprendizaje recibido, permitiéndose de esta forma una adecuada salud mental integral, al ser el mismo estudiante capaz de controlar, monitorear y guiar su aprendizaje, conllevándolo al cumplimiento de metas (Rosario, P., Pereira, A., & Hogemann, 2014), se es consciente de los procesos relevantes para el aprendizaje y la supervisión, examinando cada una de las alternativas antes de tomar una adecuada decisión (Flavell, 1979). La autorregulación hace posible el memorizar, razonar, resolver conflictos, construir significados y diseñar estrategias para lograr metas personales (Zimmerman, 1989).

La investigación contribuye a la comprensión de la procrastinación académica, con el fin de que pueda ser replicado y transferido los hallazgos a las comunidades académicas, para que, a un futuro, se den soluciones a esta problemática, y con ello se disminuya las situaciones relacionadas con la deserción, evitándose de esta forma el fracaso escolar, debido a que se ha detectado que este repercute sensiblemente en la deserción universitaria, siendo un problema que preocupa al país y a razón de ello Colombia establece el sistema para la prevención de la educación superior (SPADIES), el cual es un software informático, que hace parte del portafolio de productos del Ministerio de Educación Nacional, y tiene como objetivo realizar seguimiento a los estudiantes que abandonan sus estudios superiores; siendo una razón importante en el proceso

de adaptación de los alumnos y disminuyendo impactos negativos en su proyecto de vida. Los datos favorecen el planteamiento de acciones que mejoren el proceso de aprendizaje buscando que sea activo y constructivo por cuanto el estudiante establece sus propios objetivos, procurando monitorizar, regular y controlar sus pensamientos, su motivación y su comportamiento de acuerdo a dichas metas propuestas comprendido como Autorregulación del Aprendizaje (Fernández, Estrella., Bernardo, Ana., Suárez, Natalia., Cerezo, Rebeca., Núñez, José.,& Rosario, 2013).

El estudio aporta a salud de manera integral, en donde los educandos, tiene la plena consciencia de sus necesidades y capacidades, permitiéndose que el estudiante autorregule su proceso de aprendizaje, siendo estos proactivos en cuanto a los esfuerzos por aprender, debido a que son conscientes de sus habilidades y limitaciones, guiando sus comportamientos por objetivos y estrategias que los ayudan alcanzar las metas propuestas en su inicio de formación; potenciando sus propios recursos cognitivos y teniendo la capacidad de controlar sus realidades, para el logro de sus propias metas, a través del control y dominio académico, siendo el educando, generador de estrategias, que los conduce a la adquisición de sus objetivos propuestos y realizar un autoanálisis sobre los progresos que el mismo estudiante va generando. Del mismo modo, se hace un aporte a la comprensión del proceso de adaptación a la vida universitaria, el reconocimiento de los recursos personales en este nuevo entorno con alta exigencia personal y social; para que a un futuro se den pautas para facilitar el proceso de aprendizaje en los estudiantes que procrastinan académicamente.

La investigación hace hincapié a la importancia de una visión integral sobre el impacto de la autorregulación no sólo en el rendimiento académico, también en la salud y la estabilidad emocional del estudiante; tal como lo manifiesta (Umerenkova & Flores, 2017) “*el incremento*

en las habilidades autorregulatorias reduce la ansiedad de los estudiantes, produce efectos positivos tanto en el rendimiento académico como en el manejo de las relaciones sociales y recreativas, generando unas buenas condiciones para un “control integral” de la vida para el desarrollo exitoso del bienestar psicológico y de la salud.”

Los estudios de esta naturaleza son importantes para crear meta-análisis y comparar constantemente diferentes poblaciones para conocer el comportamiento del fenómeno basado en evidencia empírica. Se pretende a través del estudio, la obtención de una salud mental integral partiendo de factores que son sensibles a las dinámicas en las colectividades universitarias, igualmente, hace un aporte a la comprensión del proceso de adaptación a la vida universitaria, el reconocimiento de los recursos personales en este nuevo entorno con alta exigencia personal y social; para que a un futuro se den pautas para facilitar el proceso de aprendizaje en los estudiantes que procrastinan académicamente y de esta forma comprender los hábitos y estrategias de aprendizaje que tienen las personas en el día a día.

Finalmente desde el ámbito de la psicología comunitaria, se proyecta ser promotores, guías del proceso, favoreciendo el crecimiento y el desarrollo autónomo de la colectividad universitaria; adquiriendo ellos mismos los recursos y el control de sus actividades o situaciones, o dominio de sus propias vidas, para lograr los objetivos o metas, solución de las problemáticas presentadas, siempre teniendo presente un bienestar colectivo; guiando a la comunidad universitaria a ser líderes de su propio proceso de cambio mediante mecanismos participativos tendientes al desarrollo de organizaciones autónomas, desde la acción, investigación y la participación compartiendo intereses que los motive; partiendo de una realidad existente; conllevando a una reflexión acerca de su propio contexto social, para mejorar sus procesos y rendimientos académicos.

3. Objetivos

3.1 Objetivo general

Determinar la existencia de relación entre la procrastinación académica, autorregulación del aprendizaje y ansiedad en estudiantes de recién ingreso a comunidades universitarias.

3.2 Objetivos específicos

- Establecer la presencia de procrastinación académica de un grupo de estudiantes universitarios de primer año de formación universitaria.
- Identificar la presencia de ansiedad, tanto rasgo como estado en un grupo de estudiantes universitarios de primer año de formación universitaria.
- Identificar la capacidad de autorregulación del aprendizaje en un grupo de estudiantes de primer año de formación universitaria.
- Estimar la relación entre la procrastinación académica, los tipos de ansiedad, y la capacidad de autorregulación en un grupo de estudiantes universitarios.

4. Problema de investigación

¿Existe asociación entre la procrastinación académica, autorregulación del aprendizaje y ansiedad en estudiantes de recién ingreso a comunidades universitarias?

5. Hipótesis

5.1 Hipótesis de trabajo

De acuerdo a la revisión teórica y a nivel de comprensión de la temática para Latinoamérica, se ha definido el siguiente presupuesto: Existe relación entre la procrastinación académica, autorregulación del aprendizaje y ansiedad en estudiantes de recién ingreso a comunidades universitarias.

Esta relación se ha constatado en estudios que manifiesta que entre más ansiedad o esfuerzo presente el sujeto, más probable es que la persona procrastine, otros registros bibliográficos relacionan la dilación académica con una baja capacidad de autorregulación y autocontrol de la conducta, siendo importante en el educando los procesos cognitivos para la planificación, incorporación y ejecución del nuevo conocimiento o aprendizaje recibido, para el cumplimiento de metas (Alegre, 2013; Boysan & Kiral, 2016; Fernández, Estrella., Bernardo, Ana., Suárez, Natalia., Cerezo, Rebeca., Núñez, José.,& Rosario, 2013; Ferrari et al., 1995; Kennedy & Tuckman, 2013; Rosario, P., Pereira, A.,& Hogemann, 2014; Rozental & Carlbring, 2014; Solomon & Rothblum, 1984a; Steel & Klingsieck, 2016; Svartdal, 2010; Tice & Baumeister, 1997)

6. Marco teórico

6.1 Comunidad Universitaria

Partiendo del concepto de Comunidad por (Montero, 2004) : “*grupo en constante transformación y evolución (su tamaño puede variar), que en su interrelación genera un sentido de pertenencia e identidad social, tomando sus integrantes conciencia de sí como grupo, y fortaleciéndose como unidad y potencialidad social*” (Montero, 2004), *inclusión de diversidad y el logro de compartir en ella misma* (Tonon, 2012), de acuerdo a esto se define comunidad universitaria a todos los individuos que están inmersos dentro de un dinámica social académica, convirtiéndose en sujetos participativos en su contexto social, con compromisos dentro de la colectividad; la universidad es un escenario social, cultural, ético-estético, cognitivo, se confronta ideas, proyectos, y sentimientos(Tonon, 2012). Las personas que hacen parte de las comunidades universitarias, se vincula con ella a través de la participación activa de sus miembros, los cuales se interrelacionan entre sí; la comunidad se desarrolla a partir de la interacción de los sujetos que pertenecen en ella, y los sujetos permiten la creación de comunidades a partir de la interacción con otros individuos que comparten características, y objetivos en común.

Por tanto, el concepto de comunidad va más allá del encuentro de sujetos en busca de un propósito común. La comunidad debe ser entendida por varios aspectos que involucran las voluntades de los seres que la conforman, en este caso cuando estamos hablando de la comunidad académica se debe tener en cuenta la existencia de normas en las cuales los sujetos que ingresan deben adaptarse e incorporarse a sus formas de vida y a sus lógicas de convivencia pero también deben reconocer sus condiciones personales para poder llegar al momento de la interacción que demanda no solamente un desempeño como profesional sino también una serie de habilidades sociales para poder dar cuenta de los conocimientos que se van adquiriendo en el proceso educativo y en el entorno académico, además se someten los sujetos a una permanente

presión social que llevan a cuestionar factores relacionados con su personalidad, inteligencia emocional, habilidades sociales y construcción de identidad, así la estabilidad emocional de los sujetos se ve seriamente sometida a prueba que pueden desencadenar a largo plazo en la deserción o el afianzamiento del propósito de formación de los estudiantes, por otro lado la comunidad académica tiene un entorno que provee una serie de servicios para que los estudiantes se adapten y tengan un estado de bienestar al interior de la comunidad, esa es la razón de la existencia de bienestar estudiantil en cada una de las universidades y que a la vez es contemplado por la misma ley de educación que propende no solamente por la formación académica sino por un entorno agradable y estimulante para los estudiantes. El estudiar entonces factores como el retraso en la entrega de las tareas y también la ansiedad permite comprender una parte de todo el entramado de exigencias que se le realizan a los estudiantes cuando ingresan a una comunidad académica y también permite entrever la dinámica de la comunidad para facilitar los procesos de adaptación de los estudiantes .

6.2 Salud mental en comunidad

La salud mental comunitaria se enfoca hacia la comprensión y acción para el mejoramiento de la calidad de vida de un grupo social o comunidad (Neira & Escribens, 2010) se planifica en base a los problemas, necesidades de la colectividad y se ejecuta con la participación de los miembros de la comunidad. (Marcos, 2012), es un ente de transformador de la realidad para la comprensión de las necesidades y se orientada a mejorar las condiciones de vida (Bash, 2006), de acuerdo a la Organización Mundial de la Salud OMS “*La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades*”. (OMS, 2013).

La salud mental en las comunidades universitarias, facilita el proceso de adaptación e interacción en el contexto académico, social y cultural, permitiendo la adaptación a los cambios presentes en su ambiente (Perez M., Ponce A., 2010). Siendo el educando conciente de sus propias capacidades, a través de la planeación, control y monitoreo de sus procesos de aprendizaje y comportamientos que lo llevaran a la obtención de las metas diseñadas desde el inicio de la formación universitaria, en donde el estudiante afronte las tensiones académicas con normalidad, y pueda desarrollar las metas de forma productiva y fructífera, lográndose un bienestar colectivo permanente, pero también por la facilidad del desarrollo de la libre personalidad de los individuos y el reconocimiento de sus potencialidades y capacidades como participantes del proceso de formación.

6.3 Procrastinación

El termino procrastinación o dilación, proviene del latín: pro, adelante, y crastinus, referente al futuro, y del verbo latino procrastinare, que significa “dejar algo para el día siguiente” (Rodríguez & Clariana, 2017); haciendo alusión a un mismo significado interpretado en distintas épocas por autores, encontrándose registros que la refieren como la tendencia a demorar el inicio o la finalización de tareas importantes hasta el punto de la incomodidad (Solomon & Rothblum, 1984b), o la acción de postergar actividades o situaciones que uno debe atender, por otras situaciones más irrelevantes (Aguilar et al., 2009). También, otros autores la comprenden como un patrón de actividades que deben ser entregadas en un momento establecido, refiriendo al retraso innecesario de una actividad o compromiso relevante y oportuno (Ferrari & Díaz-Morales, 2007; Quant & Sánchez, 2012), o la incapacidad subjetivamente aversivo para iniciar o completar la búsqueda de un objetivo dado, fenómeno común en contextos académicos (Krause & Freund, 2014), que conlleva a consecuencias

negativas en relación con el rendimiento y el bienestar subjetivo (Klingsieck, 2013), derivaciones psicológicas, en cuanto a niveles de ansiedad por el aplazamiento o la demora intencionada de las actividades (Umerenkova & Flores, 2017), lo cual puede afectar la calidad de vida y la salud mental de los educandos universitarios (Cardona Villa, 2015)

La procrastinación, siempre ha estado presente en todos nuestros contextos sociales y personales, relacionándose con las siguientes palabras: procrastinador por incomodidad, procrastinación conductual, procrastinación de la salud, procrastinación por duda de si mismo, procrastinación al cambio, procrastinación resistente, procrastinación de tiempo, **procrastinación académica**, procrastinación organizacional y procrastinación sobre promesas, o procrastinación de tipo indiferencia, hábito, apatía, inercia, demora, entre otras (Angarita, 2012).

6.4 Procrastinación Académica

La investigación se centró en la procrastinación académica o dilación académica; la cual es comprendida como la acción de retrasar voluntaria e innecesariamente la realización de tareas al punto de experimentar malestar subjetivo (Alexis, 2016; Clariana et al., 2012), o la tendencia de posponer o evitar por completo una actividad bajo el control de uno (Kennedy & Tuckman, 2013). Otros autores, lo manifiestan como la tendencia a retrasar las tareas académicas previstas, aunque estas puedan dar lugar a consecuencias negativas (Patrzek, Sattler, Veen, Grunschel, & Fries, 2015) o simplemente el retraso voluntario de la acción en las tareas académicas (Gustavson & Miyake, 2017). También, la tendencia de gastar el tiempo y aplazar algo que debe ser realizado, es una de las incidencias de la procrastinación académica (Umerenkova & Flores, 2017).

6.5 Autorregulación del aprendizaje

El estudio relaciona la procrastinación académica con la autorregulación del aprendizaje;

partiendo de registros bibliográficos que asocian la dilación académica con una baja capacidad de autorregulación y autocontrol de la conducta (Angarita, 2012; Ferrari et al., 1995); comprendiéndose la autorregulación del aprendizaje como un proceso activo en el cual los estudiantes establecen los objetivos que guían su aprendizaje intentado monitorizar, regular y controlar su cognición, motivación y comportamiento con la intención de alcanzarlos (Fernández, Estrella., Bernardo, Ana., Suárez, Natalia., Cerezo, Rebeca., Núñez, José., & Rosario, 2013; Rosário et al., 2010). De esta forma, los alumnos que autorregulan su aprendizaje son proactivos en cuanto a los esfuerzos por aprender, debido a que son conscientes de sus habilidades y limitaciones y, además el comportamiento de estudio esta guiado por objetivos y estrategias que los ayudan alcanzarlos; los alumnos tienen la capacidad de intervenir intencionalmente en su ambiente de aprendizaje en función de los objetivos que se hayan propuesto (Rosario, P., Pereira, A., & Hogemann, 2014). Por consiguiente, los alumnos que autorregulan su proceso de aprendizaje, pueden: a) intervenir para construir sus propios significados, objetivos y estrategias b) regular sus creencias motivacionales manteniendo una percepción positiva de las actividades académicas, c) presentar amplias estrategias cognitivas y metacognitivas, d) monitorizar sus procesos y evaluar el desarrollo de las actividades, e) adaptarse a las diferentes situaciones del contexto (Fernández, Estrella., Bernardo, Ana., Suárez, Natalia., Cerezo, Rebeca., Núñez, José., & Rosario, 2013). Por tanto, el aprendizaje autorregulado se desarrolla en tres fases (pensar antes, pensar durante, pensar después) y se aplica a las diferentes áreas: cognitiva, motivacional, emocional, conductual (Quiles, Antonio, José, & Vera, 2015); de esta forma, por medio de la presente investigación se analizó la relación de la Procrastinación académica con los diferentes procesos que intervienen en la autorregulación del aprendizaje, tales como:

- **Procesamiento ejecutivo:** Relacionado con la toma de decisiones para elegir un plan, se refiere a conducir y controlar las cogniciones y las acciones (Castañeda Figueiras, 1998).
- **Procesamiento cognitivo:** Proceso de forma consciente (regulado) para que se produzca una incorporación significativa del nuevo conocimiento (Escribano & Del Valle, 1998).
- **Motivación:** Capacidad para activar escenarios favorables que crean una intención y actitud favorable hacia el aprendizaje (Lanz, 2006).
- **Control de ambiente:** Capacidad para establecer la intención de aprender y protegerla de otras tendencias a la acción (voluntad) (Lanz, 2006).

La autorregulación del aprendizaje, a través de los procesos o componentes cognitivos, motivacionales y conductuales, proporciona al individuo la capacidad de ajustar sus acciones y metas para conseguir los resultados deseados, teniendo presente los cambios en las condiciones ambientales (Quiles et al., 2015).

La autorregulación aporta un impacto positivo para un bienestar en la salud, la estabilidad emocional , psicológica y el rendimiento académico en el estudiante, debido a que reduce la ansiedad, permite el manejo de las relaciones sociales y recreativas (Umerenkova & Flores, 2017)

6.6 Ansiedad

La procrastinación académica se relaciona con estados emocionales como el estrés, ansiedad, depresión y hasta la baja autoestima, también, la dificultad en la toma de decisiones, rebelión contra el control, falta de aserción, miedo a las consecuencias del éxito, aversión

percibida de la tarea, normas excesivamente perfeccionistas sobre competencias; en correspondencia a la ansiedad, se ha encontrado que entre más ansiedad o esfuerzo se evidencie o presente el sujeto, más probable es que la persona procrastine, considerándose la dilación como un mecanismo de afrontamiento con preocupación por los errores, lo que podría afectar en el individuo la percepción subjetiva de no ser capaz de completar tareas, por la preocupación o ansiedad derivada de las actividades académicas; llevando hasta desencadenar en el sujeto consecuencias para la salud, como es el estrés mental, las reacciones de estrés físico, Problemas, agotamiento y enfermedad; y las consecuencias afectivas que incluyen ansiedad, Ira, vergüenza, insatisfacción, tristeza, sensación de presión, sentimiento culpable o sintiéndose incómodo (Boysan & Kiral, 2016; Kennedy & Tuckman, 2013; Rozental & Carlbring, 2014; Solomon & Rothblum, 1984a; Steel & Klingsieck, 2016; Svartdal, 2010; Tice & Baumeister, 1997).

Con respecto a la ansiedad, esta es considerada una secuencia compleja de hechos cognitivos, afectivos y comportamentales evocada por alguna forma de stress; donde los términos tensión y stress pueden estar relacionados con los componentes de activación muscular y neurofisiológica del estado que caracteriza la ansiedad (De Ansorena Cao, Cobo Reinoso, & Romero Cagigal, 1983). Se ha considerado que para definir la ansiedad de forma adecuada, hay que tener presente la ansiedad como estado emocional y la ansiedad como rasgo de personalidad, la cual está relacionada con la teoría de Ansiedad Estado- Rasgo (Ries, Castañeda, Campos, & Castillo, 2012). De acuerdo a (Spielberger, 1972, 1986, 1989), la Ansiedad- Estado es un “estado emocional” inmediato, modificable en el tiempo, caracterizado por una combinación única de sentimientos de tensión, aprensión y nerviosismo, pensamientos molestos y preocupaciones, junto a cambios fisiológicos, y la Ansiedad ansiedad-rasgo hace referencia a las

diferencias individuales de ansiedad relativamente estables, siendo estas una disposición, tendencia o rasgo.

Según un estudio realizado por la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Secretaría distrital de Salud de Bogotá (SDS), refieren la ansiedad dentro de los principales trastornos que afectan a los colombianos. Por ello es de vital importancia que la salud mental del ser humano sea favorable, esto conlleva a mantener productividad en cada uno de los distintos entornos de esta manera contribuye activamente a la comunidad en general de forma positiva. Maritza Montero considera la comunidad como un grupo de individuos en constante transformación y evolución. “Los individuos pueden ejercer sobre su ambiente individual y social, solucionar problemas que los aquejan y lograr cambios en esos ambientes y en la estructura social.”(Montero, 1984). El ser humano “puede autorregularse (esto es, la capacidad para controlar, regular y modelar el comportamiento” (Vielma & Salas, 2000)

7. Metodología

Para la realización del presente estudio se siguió en riguroso proceso, la lógica de la investigación en ciencias sociales, que parte de explorar el conocimiento existente sobre la temática, fue así que se realizó un rastreo bibliográfico a través del método de búsqueda de operadores booleanos, utilizándose la base de datos de Scopus y la técnica tree of sciencie. De acuerdo a esta búsqueda se consideró que de acuerdo al nivel de conocimiento existente y al tipo de publicaciones se determinó que el enfoque que responde a la pregunta de investigación es un enfoque cuantitativo, por lo cual el siguiente paso fue la búsqueda de instrumentos psicométricos que pudiesen conformar la batería de evaluación con una confiabilidad adecuada y con valores

comparativos para población de habla hispana, se seleccionaron los que tenían referencias para Colombia y se definió la estrategia de recolección de información, con esta batería definida se realizó la prueba piloto y con ello se definió el tipo de estudio y alcance que este lograría.

7.1 Tipo de Estudio

El enfoque del estudio, se fundamentó en la investigación cuantitativa, debido al interés de especificar características de valores en personas, grupos, comunidades, procesos entre otros y posteriormente se usados para comparar y conocer el comportamiento de las puntuaciones, buscando con ello obtener una línea base que sirviesen a otros estudios de la misma naturaleza. El diseño se definió como transversal, por cuanto el interés estaba centrado en evaluar a los participantes una única vez en el tiempo, que para este caso, se definió debía hacerse solo en el momento de recién ingreso a la comunidad universitaria, teniendo en cuenta que para el estudio no se construyó ninguna situación, experimento ó intervención por parte de los autores, sino que se observaron condiciones ya existentes, no provocadas por los investigadores se define como un estudio observacional. Partiendo de los antecedentes, quienes indican el nivel de conocimiento sobre la temática en la actualidad y considerando los escasos estudios en Colombia y Panamá, para dar respuesta a la pregunta y los objetivos del proyecto el nivel de análisis se definió como relacional, que es la busca asociación de variables mediante patrones en grupos de poblaciones y cuyo propósito final es conocer el tipo de asociación que puede existir entre dos o más variables, identificando el grado de asociación, estas asociaciones, se sustentan en hipótesis sometidas a prueba sin necesidad de requerir causalidad aclarando que las relaciones se observan tal y como se han dado en su contexto natural (Kerlinger, 1985; Stracuzi & Pestana, 2012). El diseño metodológico es acorde con la finalidad de la investigación, la cual es conocer la posible existencia de relaciones significativas de las variables, procrastinación, autorregulación del

aprendizaje y ansiedad en estudiantes que recién ingresan a una comunidad universitaria considerando una muestra en específico no probabilística.

7.2 Muestra y muestreo

La muestra obtenida para este estudio está compuesta por estudiantes voluntarios de recién ingreso a una comunidad universitaria, la cual se conformó de 407 sujetos de los cuales 253 eran mujeres y 154 varones pertenecientes a 12 comunidades universitarias de educación presencial. El muestreo es de tipo no probabilístico por conveniencia, es decir que los participantes ingresan al estudio porque se encuentran en el lugar de interés en un momento no determinado previamente y se van captando por un periodo de tres meses, por lo cual, los resultados del estudio se limitan a la muestra, no se pretende generalizar a la población estudiantil en general.

7.3 Instrumentos

Para la fase de recolección de la información se estructuró la batería de evaluación con los siguientes instrumentos:

- Encuesta de caracterización conformada por 18 ítems, que indagan por aspectos como: Sexo, edad, estado civil, programa académico, promedio académico, estrato socio económico, conformación familiar, percepción de estrés, entre otros.
- EPA Escala de Procrastinación Académica: Empleado en distintos escenarios para evaluar la dilación en los estudiantes de forma general y principalmente en el proceso del aprendizaje. Conformado por 12 ítems con una escala Likert con cinco (5) opciones que van desde: nunca, hasta siempre (Álvarez, 2010; Dominguez, Villegas, & Centeno, 2014)

- Instrumento de Autorregulación del Aprendizaje: Utilizado para evaluar en los estudiantes los niveles de autorregulación: ejecutivo, cognitivo, motivacional y control de ambiente; conformado por 60 ítems con una escala Likert con cinco (5) opciones que van desde: casi siempre típico en mí, hasta, no es típico en mí en lo absoluto (Norabuena Penadillo, 2011).
- Cuestionario STAI de Ansiedad Estado-Rasgo: en total 40 ítems, que evalúa la ansiedad como estado transitorio (Ansiedad de Estado) y como rasgo latente (Ansiedad de Rasgo)(Spielberger, Charles Donal Gorsuch & Lushene, 1970)

7.4 Procedimiento

El estudio partió de una exhaustiva búsqueda bibliográfica, que posteriormente permitió definir aspectos de la investigación, como lo fue: principales autores, antecedentes del estudio y el vacío del conocimiento, también el nivel de análisis de los datos, los instrumentos y las consideraciones éticas entre otros aspectos que se detallaran más adelante. Para el proceso de recolección de los datos se creó un cuadernillo análogo y virtual con el respectivo consentimiento informado, el formulario virtual permitió el control en cada una de las respuestas brindadas por los estudiantes participantes, debido a que el formulario se diseñó para que no se pueda avanzar a falta de una respuesta, esto en cada uno de los ítems que hacen parte de la batería de evaluación. Luego se descargó en una matriz todas las respuestas entregadas por los participantes, se construyó una base de datos en el programa estadístico Statgraphics.

7.4.1 Estrategias de búsqueda

Para la revisión del avance de conocimiento y referentes teóricos respecto al tema de la procrastinación, se siguió el procedimiento de métodos de búsqueda con operadores Booleanos.

Se utilizó la base de datos de Scopus en la que se incluyeron los criterios, *procrastination and academic*, para lo cual solamente se encontró un artículo, así fue como se cambiaron los criterios de búsqueda en inglés, la búsqueda de la bibliografía se limitó a 5 años (2017-2013). La ecuación de búsqueda se estableció limitando en las áreas de la psicología, ciencias sociales y humanidades, teniendo en cuenta documentos de artículos, revistas científicas y libros, con ello se logró un número total de 137 documentos de *procrastination and academic*, los autores citados fueron Fries, S. (6); Grunschel, C. (6); Balkis, M. (5); Duru, E. (4); Klingsieck, K.B. (4); Patrzek, J.(4), Clariana, M (3); Pychyl, T.A (3), Seo, E.H (3) Bong, M.(2). También, se incluye los criterios *Procrastination academic and Self-regulation* en las áreas de psicología, ciencias sociales y humanidades teniendo en cuenta documentos de artículos y revistas científicas, con ello se logró un número total de 17 documentos, los autores citados fueron: Freund, A.M.(2); Fries, S.(2); Grunschel, C.(2); Krause, K.(2); Patrzek, J.(2)

Del mismo modo, se incluye en la búsqueda de Scopus los criterios *procrastination academic and anxiety*, la búsqueda se limitó a los últimos 5 años (2017-2013), en las áreas de la psicología, ciencias sociales y humanidades, teniendo en cuenta documentos de artículos, revistas científicas y libros, con ellos se logró un número total de 23 documentos, los autores más citados Monacis, L. (2); Orsillo, S.M. (2).

Con el fin de corroborar el resultado de la búsqueda, se utilizó la técnica *tree of science*, y se accedió a la base de datos *web of science*, con los resultados de la búsqueda bajo los criterios de *procrastination academic* se logró construir el Árbol dejando en la base los siguientes documentos con mayor impacto en la raíz de los siguiente autores: (Lay, 1986; Solomon & Rothblum, 1984a; Steel, 2007; Tice & Baumeister, 1997), como columna o tronco del árbol se definieron los autores: (Kennedy & Tuckman, 2013; Klingsieck, 2013; Krause & Freund, 2014;

Steel & Klingsieck, 2016), y los autores recientes que muestran el mayor impacto están: (Blouin-Hudon & Pychyl, 2017; Boysan & Kiral, 2016; Çikrikçi & Erzen, 2016; De Palo, Monacis, Miceli, Sinatra, & Di Nuovo, 2017; Gustavson & Miyake, 2017; Karatas, 2015; Sirois, Molnar, & Hirsch, 2017; Stewart, Stott, & Nuttall, 2015; Svartdal, 2010; Wolters & Hussain, 2015; Živčić-Bećirević, Smojver-Ažić, & Martinac Dorčić, 2015).

El rastreo bibliográfico permitió recoger información de las principales publicaciones científicas, obteniéndose información relevante para el análisis del estudio y comparación de resultados con otras investigaciones realizadas.



Figura 3. Técnica tree of science

7.4.2 Plan de análisis estadístico

Se realizó la codificación de cada una de las variables y se efectuó la puntuación de acuerdo a cada uno de los instrumentos, se determinó los factores resultantes y se realizó la categorización teniendo en cuenta la baremación para Colombia. En aquellos instrumentos en los que no se tiene baremación, se tiene en cuenta los puntos de corte de cada uno de los niveles de análisis para las variables partiendo de las medidas de posición como cuartiles y deciles. Para la medición de las variables cualitativas nominales y ordinales se tuvo en cuenta el análisis de frecuencia y el porcentaje. Con las variables cuantitativas o numéricas se realizaron las pruebas

de normalidad, luego se efectuó un análisis de las medidas de tendencia central y de las medidas de posición, finalmente se ejecutaron las pruebas de hipótesis para determinar la relación de cada una de estas variables.

La técnica que se utilizó para hacer la prueba de normalidad es la de kolmogórov-smirnov (prueba no paramétrica que determina la bondad de ajuste de dos distribuciones de probabilidad entre sí). Seguidamente, se realizó análisis por pruebas de correlación teniendo en cuenta los resultados de la prueba de normalidad se determinó si se implementaría pearson o spearman.

Finalmente se efectuó un análisis comparativo teniendo en cuenta el sexo y otras variables sociodemográficas que son relevantes para el estudio y que son acordes con los hallazgos teóricos previos. Se reportó cada uno de los resultados, entregando las matrices de correlación, las derivaciones de la caracterización y los de tendencia central.

7.5 Hipótesis estadística

H0 (Hipótesis nula): No existe relación significativa entre la procrastinación académica y autorregulación del aprendizaje.

H0 (Hipótesis nula): No existe relación significativa entre la procrastinación académica y ansiedad.

H1 o HI (Hipótesis de trabajo): Existe relación significativa entre la procrastinación académica y autorregulación del aprendizaje.

H1o HI (Hipótesis de trabajo): Existe relación significativa entre la procrastinación académica y ansiedad

7.6 Aspectos éticos

La investigación no tiene riesgo para la población objeto de estudio, de conformidad con la resolución 008430 de octubre 4 de 1993, por el cual el ministerio de Salud estable las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación y la salud.

Se reconoció la autonomía de los estudiantes de recién ingreso a comunidades universitarias en querer participar voluntariamente en el proyecto de investigación, a través de un consentimiento informado, de igual forma, con una interacción social y dialógica, informado la real naturaleza del estudio, sin exponerlos a procesos que pudieran provocarles prejuicios o disminución de la autoestima.

También, se respetó los derechos de los participantes y se protegió la confidencialidad de la información obtenida. Se otorgó un trato igualitario a todos los miembros, respetando las creencias, sexo, raza y otras características.

8. Resultados

8.1 Características de los participantes del estudio

La investigación estuvo conformada por una muestra de 407 estudiantes de primer año de formación, pertenecientes a 12 comunidades universitarias . La mayor proporción de estudiantes se ubicaron en la ciudad de Ibagué (38%) (ver tabla 1, anexos 6 y 7).

Tabla 1. Distribución de la muestra por ciudades de los participantes en el estudio de la procrastinación académica.

Ciudades	n	%
Ibagué	157	38,6
Bucaramanga	76	18,7

Eje cafetero	78	19,2
Ciudad Panamá	72	17,7
Sin reportar	24	5,9

Fuente: Elaboración propia

De acuerdo a la caracterización del estudio se encontró una mayor participación del sexo femenino en un 62,2 %, en cuanto al estado civil se reportó que el 84,8% es soltero, Respecto a la condición socioeconómica se estableció que el 52,6%, se clasifican en nivel bajo, seguido del nivel socioeconómico medio. Con respecto a la estructura familiar, el tipo de familia monoparental extensa tuvo la mayor proporción con un 33,4% y el 16,7% monoparental; seguido de la familia sin núcleo con un 16,0% y la biparental nuclear con un 15.5% y el 29.5% de los participantes vive con el papá y la mamá (ver tabla 2).

Tabla 2. Características sociales de los participantes en el estudio de la procrastinación académica

	Características	n	%
Sexo	Femenino	253	62,2
	Masculino	154	37,8
Estado Civil	Soltero	345	84,8
	Unión Libre	40	9,8
	Casado	19	4,7
	Separado	3	0,7
Nivel Socioeconómico	Bajo	214	52,6
	Medio	185	45,5
	Alto	8	2,0
Estructura Familiar	Monoparental extenso	136	33,4
	Monoparental	68	16,7
	Sin núcleo	65	16,0
	Biparental Nuclear	63	15,5
	Biparental extenso	57	14,0
	Compuesta	10	2,5
	Unipersonal	8	2,0

Fuente: Elaboración propia

8.2 Uso del tiempo por fuera de la institución

Al indagar por el tiempo de dedicación en horas por fuera de las aulas, se halló que los estudiantes permanecían en las redes sociales y juegos en línea con un promedio de $3,6 \pm 2,4$ horas al día, seguido de actividades diversas que no están asociadas con el estudio, estas pueden ser actividades como deporte, compartir con amigos y hacer diligencias personales, en un promedio de $3,5 \pm 2,9$ horas, al sumar el tiempo de uso en redes sociales y que dedicaban a otras actividades se estimó que usaban en promedio $7,1 \pm 5,3$ actividades que no están asociadas al estudio (ver tabla 3).

Tabla 3. Edad, cantidad de cursos o materias y distribución de las horas al día que dedican a sus actividades un grupo de estudiantes de primer año de formación universitaria.

	\bar{X}	Dt	IC 95%		Mediana	Mínima	Máximo
			Li	Ls			
Edad	20,71	5,234	20,20	21,23	19,00	15	54
Horas de dedicación al día a actividades académicas fuera del campus	3,52	2,117	3,32	3,73	3,00	0	15
Número de materias, cursos o asignaturas matriculados	6,03	1,493	5,89	6,18	6,00	3	14
Horas al día dedicadas a las redes sociales o vídeo juegos	3,61	2,407	3,38	3,85	3,00	1	10
Horas a actividades deportivas o personales diferentes al estudio	3,49	2,882	3,21	3,77	2,00	1	10

8.3 Resultados de la dilación académica

Una vez revisada las características de la población se presentaron los resultados de la prueba de procrastinación académica, se obtuvo una puntuación promedio de 20,2 (dt=5.6) (ver tabla 4).

Tabla 4. Puntuaciones de la prueba de procrastinación académica

\bar{X}	Dt	IC 95%	Mediana	Mínimo	Máximo
-----------	----	--------	---------	--------	--------

				Li	Ls			
Autorregulación del aprendizaje	del	7,5	2,6	7,2	7,7	8,0	3,0	15,0
Postergación de actividades	de	20,2	5,6	19,6	20,7	20,0	9,0	45,0

Fuente: Elaboración propia

Al analizar las puntuaciones de los factores de autorregulación del aprendizaje (procesamiento ejecutivo, procesamiento cognitivo, motivación y control ambiente), se estableció que el factor con mayor puntuación promedio fue el procesamiento ejecutivo con 54,65 (dt=8,80) cercana al procesamiento cognitivo con puntuación promedio de 53.5 (dt=6,7), siendo la motivación y el control de ambiente los que mostraron una menor puntuación (ver tabla 5).

Tabla 5. Puntuaciones de los factores de autorregulación del aprendizaje

	\bar{X}	Dt	IC 95%		Mediana	Mínimo	Máximo
			Li	Ls			
procesamiento ejecutivo	54,6	8,8	53,8	55,5	55,0	25,0	75,0
procesamiento cognitivo	53,5	6,7	52,9	54,2	54,0	31,0	72,0
Motivación	50,7	5,8	50,2	51,3	51,0	31,0	67,0
Control ambiente	49,6	7,6	48,9	50,4	50,0	17,0	73,0

Fuente: Elaboración propia

Para la realización de las pruebas de correlación de la procrastinación académica y la autorregulación del aprendizaje, inicialmente se utilizó la técnica de kolmogórov-smirnov para verificar si los datos presentaban normalidad; en esta investigación se determinó que las variables no seguían una distribución normal, de acuerdo esto, se utilizó para indagar la asociación el coeficiente de correlación estadístico de Spearman, esta técnica se utiliza para datos

que no siguen distribución normal. Al analizar las correlaciones se determinó que existe asociación con todos los factores de autorregulación del aprendizaje, presentándose mayor asociación entre las variables de control ambiente y motivación, con la procrastinación académica; con autorregulación del aprendizaje se encontraron correlaciones superiores en el procesamiento ejecutivo con un coeficiente de 0,861 ($p=0,00$) y procesamiento cognitivo con un coeficiente de 0,813 ($p=0,00$). La ansiedad rasgo presento mayor asociación con la procrastinación académica con un coeficiente de 0,417 ($p=0,00$) (ver tabla 6).

Tabla 6. Correlaciones entre la procrastinación académica y la autorregulación del aprendizaje

	Autorregulación académica	Postergación de actividades	procesamiento ejecutivo	procesamiento cognitivo	Motivación	Control ambiente	Autorregulación del aprendizaje	Ansiedad estado	Ansiedad rasgo
Rho de Spearman	1,000	,478**	-,285**	-,334**	-,377**	-,450**	-,413**	,242**	,332**
		1,000	-,461**	-,469**	-,555**	-,619**	-,623**	,380**	,417**
			1,000	,656**	,551**	,549**	,861**	-,216**	-,232**
				1,000	,530**	,497**	,813**	-,226**	-,256**
					1,000	,584**	,778**	-,471**	-,489**
						1,000	,793**	-,338**	-,391**
							1,000	-,359**	-,389**
								1,000	,750**
									1,000

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

Fuente: Elaboración propia

Tabla 7. Ansiedad en sexo femenino y masculino

El sexo femenino obtuvo mayor promedio de ansiedad estado rasgo con un promedio de 23,57 ($dt=10,126$), en comparación con el sexo masculino.

Medía	Dt	Mediana	Mínimo	Máximo
-------	----	---------	--------	--------

Femenino	Ansiedad Estado	21,47	11,180	20,00	0	54
	Ansiedad Rasgo	23,57	10,126	23,00	3	53
Masculino	Ansiedad Estado	18,38	10,632	16,00	1	54
	Ansiedad Rasgo	20,36	9,988	19,00	3	51

Fuente: Elaboración propia

Una vez se realizaron las pruebas de normalidad y al establecer que la variable dependiente y las variables independientes no seguían dicha normalidad se decidió continuar con el plan de análisis de correlación a través de Spearman.

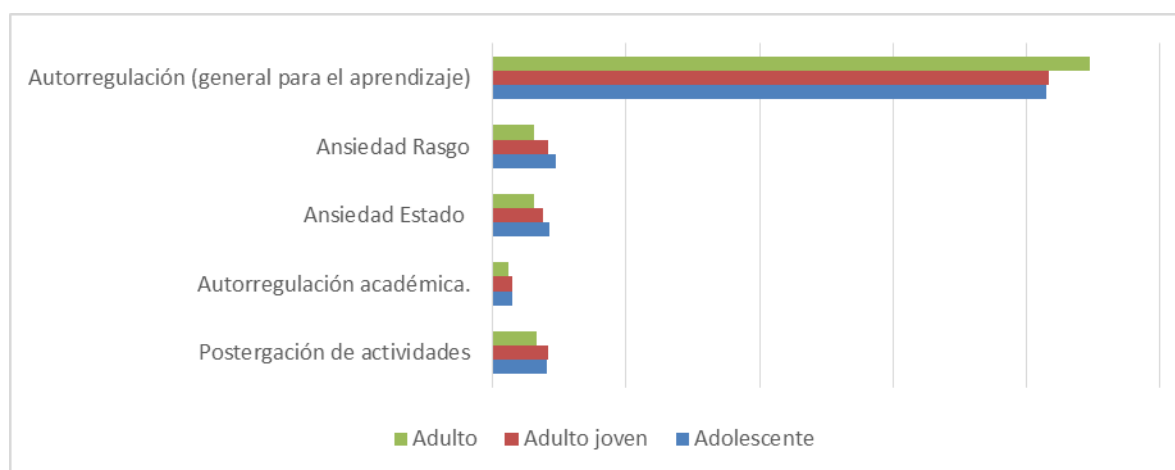
Debido a que las variables no mostraron una distribución normal no se pudo continuar con un análisis de componentes principales que hubiera permitido hacer un análisis reduciendo las variables a unos factores que dieran cuenta de la mayor varianza explicada posible.

Al hacer el comparativo de los resultados en función de la edad se pudo establecer que existe asociación clara entre la procrastinación académica, la autorregulación académica, la ansiedad estado, la ansiedad rasgo y la autorregulación general, sin embargo se encontraron que para los adolescentes es más fuerte la correlación entre la procrastinación y la autorregulación general y es menor la relación entre la procrastinación y la ansiedad. Al revisar esta misma relación con los adultos jóvenes se encontró que aumenta la fuerza de relación de la procrastinación con la ansiedad rasgo y con la ansiedad estado pero disminuye levemente con la autorregulación general. Para el caso de los adultos se puede encontrar que hay una asociación fuerte entre la procrastinación y la autorregulación general, pero hay una mayor fuerza de asociación entre la ansiedad estado y la procrastinación en este grupo de participantes que en los jóvenes o los adultos adolescentes, en otras palabras se observa que a medida que aumenta la edad se presenta mayor relación de la procrastinación con la ansiedad rasgo (ver tabla 8).

Tabla 8. Correlación por edades

	Postergación de actividades	Autorregulación académica.	Ansiedad Estado	Ansiedad Rasgo	Autorregulación (general para el aprendizaje)
Adolescente	20,19	7,62	21,26	23,62	207,27
Adulto joven	20,96	7,41	19,05	20,77	208,32
Adulto	16,63	6,04	15,50	15,71	223,75

Fuente: Elaboración propia



9. Discusión

A partir de la hipótesis general de la investigación, se demostró la existencia de relación entre la procrastinación académica, la autorregulación del aprendizaje y ansiedad en estudiantes de recién ingreso a comunidades universitarias. Los resultados de forma general, evidencian que los participantes del estudio presentaron en alguna instancia dentro de la formación de los estudios, aplazamiento voluntario de las responsabilidades académicas a ejecutar o retraso de los

actividades a realizar, es decir se presentó procrastinación académica; se analizó que a mayor dilación académica menor control del estudiante para establecer objetivos que lo guían al logro de las metas universitarias, impacto negativamente en la autorregulación del aprendizaje del educando; de igual forma se halló en el estudio que los participantes presentaron afectación en sus estados emocionales como lo es la ansiedad derivada del no cumplimiento a tiempo de los compromisos académicos. La investigación tiene proximidad con otros estudios realizados de la dilación académica con la autorregulación del aprendizaje y al mismo tiempo con la ansiedad (Alegre, 2013; Boysan & Kiral, 2016; Fernández, Estrella., Bernardo, Ana., Suárez, Natalia., Cerezo, Rebeca., Núñez, José.,& Rosario, 2013; Ferrari et al., 1995; Kennedy & Tuckman, 2013; Rosario, P., Pereira, A.,& Hogemann, 2014; Rozental & Carlbring, 2014; Solomon & Rothblum, 1984a; Steel & Klingsieck, 2016; Svartdal, 2010; Tice & Baumeister, 1997)

Con respecto a la hipótesis de trabajo H1 o H1, se comprobó la relación de la procrastinación académica con todos los factores de la autorregulación del aprendizaje: procesamiento ejecutivo, procesamiento cognitivo, motivacional y control de ambiente; se halló correlación negativa en cada uno de los factores con la dilación académica; a mayor procrastinación académica menor es la autorregulación del aprendizaje en los estudiantes, lo que conlleva a la afectación en el educando de las competencias académicas que se exigen dentro de la formación universitaria (Angarita, 2012; Fernández, Estrella., Bernardo, Ana., Suárez, Natalia., Cerezo, Rebeca., Núñez, José.,& Rosario, 2013; Ferrari et al., 1995; Quiles et al., 2015; Rosário et al., 2010); este estudio guarda relación con una investigación realizada en Ecuador con 290 participantes, en donde se determinó que aumentando la autorregulación en el estudiante se disminuye las puntuaciones de la procrastinación académica (Carolina & Durán, 2017). También se analizó que se presentó mayor correlación negativa con la procrastinación académica, los

factores de control de ambiente y motivación, en otras palabras, a mayor dilación académica los estudiantes evaluados tienen poca intención de adquirir el aprendizaje y baja actitud de crear un ambiente favorable que lo conduzca hacia las ganas de recibir el nuevo conocimiento; de acuerdo a otras investigaciones, un sujeto con bajo motivación y poco control ambiente puede derivar problemas en la salud mental del mismo, en aspectos como la calidad del aprendizaje, la ansiedad, motivación, el estrés, entre otros factores (Cardona Villa, 2015) que conllevan al bajo rendimiento académico, siendo la motivación y control de ambiente, factores que está relacionado con la importancia de que el mismo estudiante cree escenarios favorables hacia al aprendizaje, para el logro de objetivos propuestos (Rivera & Roldán, 2014). Analizando las puntuaciones de los factores de la autorregulación del aprendizaje, estos se encuentran en un nivel medio, al compararlos con un estudio realizado en Latinoamérica en estudiantes universitarios de enfermería y obstetricia, los puntajes de los factores de autorregulación del aprendizaje corresponden a un nivel medio, lo que indica que los estudiantes de la muestra se ubican entre un nivel medio del aprendizaje autorregulado en cada uno de los factores de la autorregulación del aprendizaje (Norabuena Penadillo, 2011).

En referencia a la segunda hipótesis de trabajo H1 o HI, se halló relación significativa entre la procrastinación académica y la ansiedad, evidenciándose mayor ansiedad rasgo en los educandos, ansiedad manifestada a largo tiempo; las comunidades universitarias presenta exigencias académicas, lo que puede conllevar al educando hacia reacciones de ansiedad y disminución del rendimiento académico, afectando la salud mental del estudiante (Valentin, 2014). Los resultados del estudio presentan similitud con otros estudios realizados por Vahedi, Farrokhi y Gahramani (2012) con 246 mujeres estudiantes de pregrado de diferentes disciplinas

de ciencias sociales, evaluando la ansiedad y la procrastinación, igualmente de un instrumento que evalúa la motivación y las estrategias de aprendizaje; los resultados arrojados mostraron que los estudiantes que presentaron más altos niveles de ansiedad, puntuaban con procrastinación académica alta, concluyendo que la dilación y la autorregulación serian factores predictores para la ansiedad (Pardo et al., 2014); también con un estudio en Bogotá- Colombia, en el que participaron 100 estudiantes de psicología de seis universidades de Bogotá, demostrándose que si existía relación entre la procrastinación académica y la ansiedad, lo cual indicaba que a mayor postergación de actividades, mayor respuesta emocional de ansiedad. ((Pardo et al., 2014)

Conclusiones

De acuerdo a los resultados obtenidos en esta investigación sobre procrastinación académica, autorregulación del aprendizaje y ansiedad en estudiantes de recién ingreso a comunidades, se concluyó lo siguiente:

a. En referencia al objetivo general, se determinó la relación de la procrastinación académica con la autorregulación del aprendizaje, con un coeficiente de correlación negativo de -0,623 ($p=0,00$), es decir, el educando al presentar aplazamiento de las actividades se da un fallo en la planificación, monitoreo y control de las cogniciones y comportamiento, siendo estos, factores necesarios para el cumplimiento de los objetivos que se propone el estudiante en el inicio de la formación universitaria. Con respecto a la ansiedad se evidencio correlación positiva con la dilación académica, la ansiedad rasgo mostro una correlación de 0,417 ($p=0,00$) y la ansiedad estado de 0,380($p=0,00$), lo cual puede influir negativamente en el rendimiento

académico y en la salud mental del educando al hallarse derivaciones psicológicas como los niveles de ansiedad evidenciados.

b. Respecto al primer objetivo específico se encontró la presencia de la procrastinación académica en los 407 sujetos (253 mujeres y 154 varones) de las diferentes comunidades universitarias, en otras palabras se halló a partir de los resultados, que los educandos de la muestra han presentado en algún instante dentro del proceso de inicio de la formación universitaria comportamientos o acciones de aplazar o demorar las actividades de forma voluntaria, siendo los educandos conscientes del cumplimiento de estas tareas para el logro de metas u objetivos propuestos.

c. De acuerdo al segundo objetivo específico, se halló la presencia de la ansiedad estado y rasgo, se presentó mayor asociación de la ansiedad rasgo con la procrastinación académica, lo que indica que a mayor postergación de actividades, mayor respuesta emocional de ansiedad permanente en el educando. El sexo femenino obtuvo mayor puntuación de la ansiedad rasgo con un promedio de 23,57 (dt=10,126).

d. En relación al tercer objetivo, los resultados demuestran que los estudiantes autorregulan los procesos de aprendizaje, controlan y guían las cogniciones para el logro de los objetivos. Se halla presencia del procesamiento ejecutivo, procesamiento cognitivo, motivacional y control ambiente).

e. En cuanto al cuarto objetivo, se demostró que la procrastinación académica presenta correlación con todos factores de la autorregulación del aprendizaje, hallándose mayor correlación con los factores de control ambiente y motivación con la dilación académica, es decir, el estudiante presenta baja capacidad para activar escenarios o contextos sociales favorables con el aprendizaje y a su vez, baja capacidad para establecer la intención de querer

aprender. La autorregulación del aprendizaje mostro correlación superior con el procesamiento ejecutivo, lo cual indica que estos educandos toman decisiones para elegir un plan, controlando las cogniciones y acciones. De igual forma se presentó correlación de la dilación académica con los dos tipos de ansiedad: estado y rasgo.

Referencias

- Aguilar, J. L., Peláez, R., Esteve, N., & Fernández, S. (2009). Limitaciones en el uso de opiáceos mayores en dolor crónico no oncológico: ¿“errare humanum est” o procrastinación médica? *Elsevier Doyma*, *16*(1), 4–6.
- Alegre, A. (2013). Autoeficiencia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Propósitos Y Representaciones*, *1*, 57–82 (26).
- Alegre, A. (2016). *Relación entre la reflexión en el aprendizaje , la autoeficacia académica y la autorregulación del aprendizaje con la procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana Para optar el Grado Académico de Doctor en Psicología*.
- Alexis, S. (2016). Datos normativos de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de psicología de Lima. *Evaluar*, *16*, 20–30.
- Álvarez, Ó. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secuencia de Lima metropolitana. *Persona*, *177*. Retrieved from <https://revistas.ulima.edu.pe/index.php/Persona/article/viewFile/270/257>
- Angarita, L. D. (2012). Aproximación a un concepto actualizado de la procrastinación. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia Y Tecnología*, *5*(2), 85–94. Retrieved from

<http://revistas.iberoamericana.edu.co/index.php/ripsicologia/article/view/249/217>

Angel, J., & Noriega, V. (2016). El ajuste psicosocial de alumnos de nuevo ingreso y la atención tutorial en la Universidad, (February).

Barreto, M. (2015). Relajación en estados de ansiedad y procrastinación en ingresantes a la facultad de ciencias sociales 2015, 119. Retrieved from http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/4543/1/Barreto_em.pdf

Bash, E. (2006). *Salud mental comunitaria en el Perú: Aportes temáticos para el trabajo con poblaciones*. AMARES (Vol. 1). <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>

Blouin-Hudon, E. M. C., & Pychyl, T. A. (2017). A Mental Imagery Intervention to Increase Future Self-Continuity and Reduce Procrastination. *Applied Psychology*, 66(2), 326–352. <https://doi.org/10.1111/apps.12088>

Boysan, M., & Kiral, E. (2016). Associations between procrastination , personality , perfectionism , self-esteem and locus of control. *Routledge*, 9885(August), 12. <https://doi.org/10.1080/03069885.2016.1213374>

Cardona Villa, L. C. (2015). *Relaciones entre procrastinación académica y estrés académico en estudiantes universitarios*. Retrieved from http://200.24.17.74:8080/jspui/bitstream/fcsh/242/1/CardonaLeandra_relacionesprocrastinacionestresacademicoestudiantesuniversitarios.pdf

Carolina, A., & Durán, T. (2017). *Procrastinación Académica y Autorregulación Emocional en Estudiantes Universitarios Academic*.

Castañeda Figueiras, S. (1998). *Evaluación y fomento del desarrollo intelectual en la enseñanza de ciencias, artes y técnicas*. Facultad de psicología, UNAM.

Chan Bazalar, L. A. (2011). Procrastinación Académica Como Predictor En El Rendimiento

Académico En Educación Superior. *Unifé*, 7(1), 53–62.

Chirapo, L. M. (2016). *Facultad de Ciencias de la Salud*. Retrieved from <http://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/10716>

Çikrikçi, Ö., & Erzen, E. (2016). Cinsiyetin Akademik Erteleme Üzerindeki Etkisi : Meta - Analiz Gender Differences on Academic Procrastination : Meta-Analysis, *31*(4), 750–761. <https://doi.org/10.16986/HUJE.2016015387>

Clariana, M., Cladellas, R., Badia, M. D. M., & Gotzens, C. (2011). La influencia del género en variables de la personalidad que condicionan el aprendizaje : inteligencia emocional y procrastinación académica. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación Del Profesorado*, *14*(3), 87–96.

Clariana, M., Gotzens, C., Badia, M. M., & Cladellas, R. (2012). Procrastinación y engaño académico desde la Secundaria hasta la Universidad. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, *10*(27), 737–754. Retrieved from <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4904443/1.pdf>

De Ansorena Cao, A., Cobo Reinoso, J., & Romero Cagigal, I. (1983). El constructo ansiedad en Psicología : una revisión. *Estudios de Psicología*, *16*, 31–45.

De Palo, V., Monacis, L., Miceli, S., Sinatra, M., & Di Nuovo, S. (2017). Decisional Procrastination in Academic Settings: The Role of Metacognitions and Learning Strategies. *Frontiers in Psychology*, *8*, 8.

Dominguez, S., Villegas, G., & Centeno, S. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit*, *20*(2), 293–304.

Escanés, G., Herrero, V., Merlino, A., & Ayllón, S. (2014). Deserción en educación a distancia:

- Factores asociados a la elección de modalidad como desencadenantes del abandono universitario. *Virtualidad, Educación Y Ciencia*, 5(9), 45–55.
- Escribano, A., & Del Valle, A. (1998). *El aprendizaje basado en problemas (ABP). Una propuesta metodológica en Educación Superior*. Narcea.
- Fernández, Estrella., Bernardo, Ana., Suárez, Natalia., Cerezo, Rebeca., Núñez, José., & Rosario, P. (2013). Predicción del uso de estrategias de autorregulación en educación superior. *Anales de Psicología*, 29(3), 865–875. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.139341>
- Ferrari, J., Johnson, J., & McCown, W. (1995). Procrastination and task avoidance: theory, research and treatment.
- Ferrari, J. R., & Díaz-Morales, J. F. (2007). Perceptions of self-concept and self-presentation by procrastinators: Further evidence. *The Spanish Journal of Psychology*, 10(1), 91–96. <https://doi.org/10.1017/S113874160000634X>
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). Procrastination and Task Avoidance. *Time*, (January 1995), 1–6. <https://doi.org/10.1097/00006223-198200760-00002>
- Flavell, J. H. (1979). *Metacognitive and cognitive monitoring: a new area of cognitive developmental inquiry*. *American Psychologist* (Vol. 34).
- Gustavson, D. E., & Miyake, A. (2017). Academic procrastination and goal accomplishment : A combined experimental and individual differences investigation. *Learning and Individual Differences*, 54, 160–172. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2017.01.010>
- Gutierrez Rodas, J. A., Montoya Vélez, L. P., Toro Isaza, B. E., Briñon Zapata, M. A., Rosas Restrepo, E., & Salazar Quintero, L. E. (2010). Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. *Revista CES*, 24(1), 7–17. Retrieved from <http://www.scielo.org.co/pdf/cesm/v24n1/v24n1a02.pdf>

- Karatas, H. (2015). The Explanation of The Academic Procrastination Behaviour of Pre-Service Teachers With Five Factor Personality Traits. *Research in Teacher Education*, 6(2), 11–25.
- Kennedy, G. J., & Tuckman, B. W. (2013). An exploration into the influence of academic and social values , procrastination , and perceived school belongingness on academic performance. *Social Psychology of Education*, 16(3), 435–470.
<https://doi.org/10.1007/s11218-013-9220-z>
- Kerlinger, F. N. (1985). *Enfoque conceptual de la investigación del comportamiento. Interamericana.*
- Klingsieck, K. B. (2013). Procrastination: When Good Things Don't Come to Those Who Wait. *European Psychologist*, 18, 24–34. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.1027/1016-9040/a000138>
- Krause, K., & Freund, A. M. (2014). How to Beat Procrastination The Role of Goal Focus. *European Psychologist*, 19, 132–144.
- Lanz, M. Z. (2006). *El aprendizaje autoregulado. Enseñar a aprender en diferentes entornos educativos.* Noveduc. Retrieved from [https://books.google.com.pa/books?id=rG87WfFaE9VcC&pg=PA1987&dq=Hacia+la+comprensión+del+aprendizaje+autorregulado&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwiv9_vPjajZAhXGpFkKHWu0B7YQ6AEIJjAA#v=onepage&q=Hacia la comprensión del aprendizaje autorregulado&f=false](https://books.google.com.pa/books?id=rG87WfFaE9VcC&pg=PA1987&dq=Hacia+la+comprensión+del+aprendizaje+autorregulado&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwiv9_vPjajZAhXGpFkKHWu0B7YQ6AEIJjAA#v=onepage&q=Hacia+la+comprensión+del+aprendizaje+autorregulado&f=false)
- Lay, C. H. (1986). At last , my research article on procrastination. *Journal of Research in Personality*, 20, 474–495.
- Marcos, A. M. (2012). *La salud mental comunitaria. UNED.*
- Marquina Lujan, R. J. (2016). Procrastinación en alumnos universitarios de Lima

- Metropolitana. *Rev. Peru. Obstet. Enferm*, 12(1), 1–5.
- Montero, M. (1984). La psicología comunitaria: Orígenes, principios y fundamentos teóricos. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 16(3), 387–400.
- Montero, M. (2004). Introducción a la psicología comunitaria. *Paidós. Buenos Aires. Argentina*, 144. Retrieved from <http://www.redalyc.org/pdf/805/80516303.pdf>
- Neira, E., & Escribens, P. (2010). *Salud mental comunitaria una experiencia de psicología política en una comunidad afectada por la violencia. DEMUS*.
- Norabuena Penadillo, R. M. (2011). *Relación entre el aprendizaje autorregulado y rendimiento académico en estudiantes de enfermería y obstetricia de la Universidad Nacional “ Santiago Antúnez de Mayolo ” - Huaraz*.
- Novotney, A. (2010). Procrastination or intentional delay. *GradPSYCH*, 8(1), 14. Retrieved from <http://www.apa.org/gradpsych/2010/01/procrastination.aspx>
- OMS. (2013). Salud mental: un estado de bienestar. Retrieved from http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/
- Pardo, D., Perilla, L., & Salinas, C. (2014). Relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes de psicología. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 14(1), 31–44. Retrieved from http://www.uelbosque.edu.co/sites/default/files/publicaciones/revistas/cuadernos_hispanoamericanos_psicologia/volumen14_numero1/04-articulo_3.pdf
- Patrzek, J., Sattler, S., Veen, F. V., Grunschel, C., & Fries, S. (2015). Studies in Higher Education Investigating the effect of academic procrastination on the frequency and variety of academic misconduct: a panel study. *Studies in Higher Education*, 0(0), 1–16. <https://doi.org/10.1080/03075079.2013.854765>

- Perez M., Ponce A., H. J. y B. (2010). Salud mental y bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de primer ingreso de la Región Altos Norte de Jalisco. *Revistade Educación Y Desarrollo*, 14, 31–37. Retrieved from http://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/14/014_Perez.pdf
- Quant, D. M., & Sánchez, A. (2012). Procrastinación , Procrastinación Académica : Concepto e Implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica*, 3(1), 45–59. Retrieved from http://www.academia.edu/10370305/procrastinación_procrastinación_académica_concepto_e_implicaciones
- Quiles, M. R., Antonio, J., José, M., & Vera, A. (2015). Escala de Evaluación de la Autorregulación del Aprendizaje a partir de Textos (ARATEX-R). *Elsevier*, 8, 68–75.
- Ries, F., Castañeda, C., Campos, C., & Castillo, O. (2012). Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competiciones deportivas. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 12, 9–16.
- Rivera, G., & Roldán, E. (2014). *La motivación del alumno y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de Bachillerato Técnico en Salud Comunitaria del Instituto República Federal de México de Comayagüela, M.D.C., durante el año lectivo 2013*. Retrieved from file:///C:/Users/JhonK/Downloads/la-motivacion-del-alumno-y-su-relacion-con-el-rendimiento-academico-en-los-estudiantes-de-bachillerato-tecnico-en-salud-comunitaria-del-instituto-republica-federal-de-mexico-de-comayaguela-mdc-durante-el-ano-lectiv.pdf
- Rodríguez, A., & Clariana, M. (2017). Procrastinación en Estudiantes Universitarios : su Relación con la Edad y el Curso Académico, 26, 45–60. <https://doi.org/10.15446/rcp.v26n1.53572>

- Rosario, P., Pereira, A., & Hogemann, J. (2014). Autorregulación del aprendizaje : una revisión sistemática en revistas de la base SciELO *, (2), 781–797. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-2.aars>
- Rosário, P., Núñez, J. C., González-Pienda, J., Valle, A., Trigo, L., & Guimarães, C. (2010). Enhancing self-regulation and approaches to learning in first-year college students: A narrative-based programme assessed in the Iberian Peninsula. *European Journal of Psychology of Education*, 25(4), 411–428. <https://doi.org/10.1007/s10212-010-0020-y>
- Rozental, A., & Carlbring, P. (2014). Understanding and Treating Procrastination : A Review of a Common Self-Regulatory Failure, (September), 1488–1502.
- Ruido, M. (n.d.). Los trabajos y los días, 1.
- Salanova Soria, M., Martínez Martínez, I. M., Bresó Esteve, E., Llorens Gumbau, S., & Grau Gumbau, R. (2005). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios: Facilitadores y obstaculizadores del desempeño académico. [Psychological well-being among university students: Facilitators and obstacles of academic performance.]. *Anales de Psicología*, 21(1), 170–180. <https://doi.org/1695-2294>
- Sánchez, A. M. (2010). Procrastinación académica: un problema en la vida universitaria. *Studiositas*, 5(51), 87–94.
- Sirois, F. M. (2007). “I’ll look after my health, later”: A replication and extension of the procrastination-health model with community-dwelling adults. *Personality and Individual Differences*, 43(1), 15–26. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.11.003>
- Sirois, F. M., Molnar, D. S., & Hirsch, J. K. (2017). A Meta-analytic and Conceptual Update on the Associations Between Procrastination and Multidimensional Perfectionism. *European Journal of Personality*, (February). <https://doi.org/10.1002/per.2098>

- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984a). Academic Procrastination : Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates, *31*(4).
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984b). AcademicProcrastinationFrequency.pdf. *Journal of Counseling Psychology*, *31*, 503–509.
- Spielberger, Charles Donal Gorsuch, R., & Lushene, R. (1970). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (STAI)*. Consulting Psychologists Press. Retrieved from [https://books.google.com.pa/books?id=Pp3ZAAAAMAAJ&q=Manual+for+the+State-Trait+Anxiety+Inventory+\(STAI\)%2BPDF&dq=Manual+for+the+State-Trait+Anxiety+Inventory+\(STAI\)%2BPDF&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwisvZH1ou7ZAhUH11MKHcLIA7UQ6AEIKTAA](https://books.google.com.pa/books?id=Pp3ZAAAAMAAJ&q=Manual+for+the+State-Trait+Anxiety+Inventory+(STAI)%2BPDF&dq=Manual+for+the+State-Trait+Anxiety+Inventory+(STAI)%2BPDF&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwisvZH1ou7ZAhUH11MKHcLIA7UQ6AEIKTAA)
- Spielberger, C. D. (1972). Anxiety as an emotional state. *New York: Academic Press.*, 23–49.
- Spielberger, C. D. (1986). Theory and research on anxiety. *New York: Academic Press*, 3–22.
- Spielberger, C. D. (1989). Anxiety in sports: An international perspective. *New York: Hemisphere Publishing Corporation.*
- Steel, P. (2007). The Nature of Procrastination : A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure, *133*(1), 65–94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Steel, P., & Klingsieck, K. B. (2016). Academic Procrastination : Psychological Antecedents Revisited, *51*, 36–46. <https://doi.org/10.1111/ap.12173>
- Stewart, M., Stott, T., & Nuttall, A. (2015). Studies in Higher Education Study goals and procrastination tendencies at different stages of the undergraduate degree, (April), 37–41. <https://doi.org/10.1080/03075079.2015.1005590>
- Stracuzzi, S. P., & Pestana, F. M. (2012). *Metodología de la Investigación Cuantitativa.*

- Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53).
<https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Svarddal, F. (2010). On the Measurement of Procrastination: Comparing Two Scales in Six European Countries. *Front Psychol.*
- Tice, D. M., & Baumeister, R. F. (1997). Longitudinal Study of Procrastination, Performance, Stress, and Health: The Costs and Benefits of Dawdling. *Psychological Science*, 8, 454.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1997.tb00460.x>
- Tonon, G. (2012). Las relaciones universidad-comunidad: un espacio de reconfiguración de lo público. *Polis (Santiago)*, 11(32), 511–520. <https://doi.org/10.4067/S0718-65682012000200024>
- Torres Mercado, A. (2016). *Relación entre habilidades sociales y procrastinación en adolescentes escolares*. Retrieved from [http://repository.ucc.edu.co/bitstream/ucc/940/1/Tesis Maestría Relación entre habilidades sociales y procrastinación en adolescentes escolares.pdf](http://repository.ucc.edu.co/bitstream/ucc/940/1/Tesis%20Maestría%20Relación%20entre%20habilidades%20sociales%20y%20procrastinación%20en%20adolescentes%20escolares.pdf)
- Tuckman. (2003). The effect of learning and motivation strategies training on college students' achievement. *Journal of College Student Development*, 44(3), 430-437.
- Umerenkova, A. G., & Flores, J. G. (2017). El papel de la procrastinación académica como factor de la deserción universitaria [en] The role of academic procrastination as factor of university abandonment, 28(1), 307–324.
- Valentin, M.-O. P. (2014). Ansiedad En Estudiantes Universitarios : Estudio De Una Muestra De Alumnos De La Facultad De Educación Anxiety in University Students : Study of a Sample of Students. *Revista de La Facultad de Educación de Albacete*, 63–78.
- Vielma, E. V., & Salas, M. L. (2000). Aportes de las teorías de Vygotsky, Piaget, Bandura y

- Bruner. Paralelismo en sus posiciones en relación con el desarrollo. *Educere*, 3(1316–4910), 30–37. <https://doi.org/1316-4910>
- Wolters, C. A., & Hussain, M. (2015). Metacognición Learning, *10*, 293.
- Wolters, C. A., Pintrich, P. R., & Karabenick, S. A. (2005). Assessing Academic Self-Regulated Learning. *What Do Children Need to Flourish? Conceptualizing and Measuring Indicators of Positive Development*, 2003(March), 251–270. <https://doi.org/10.1007/b100487>
- Zimmerman, B. J. (1989). A social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of Educational Psychology*, 81(3), 329–339. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.81.3.329>
- Živčić-Bećirević, I., Smojver-Ažić, S., & Martinac Dorčić, T. (2015). Odrednice odgovlačenja u akademskom kontekstu. *Društvena Istraživanja*, 24(1), 47–67. <https://doi.org/10.5559/di.24.1.03>

Anexos

Anexo 1. Recolección de Datos: Universidad Antonio Nariño –Sede Ibagué



Maestría en Psicología Comunitaria.

Dosquebradas, febrero 20 de 2017.

Dr. Giovany Rosero.

Director Zona Ibagué.

Universidad Antonio Nariño.

Asunto: Presentación estudiante investigadora.

El grupo de investigación Sujeto Mente y Comunidad SUMECO, reconocido por Colciencias desea presentar la siguiente estudiante perteneciente al programa de Maestría en Psicología Comunitaria de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia. Esta estudiante, adelanta la fase de recolección de información de la investigación denominada: "**La procrastinación académica y la autorregulación del aprendizaje en estudiantes universitarios de primer año de formación**". Este tipo de evaluación, se ha adelantado en diferentes instituciones de la zona cafetera y la ciudad de Ibagué. El propósito de esta investigación es conocer los recursos usados por los estudiantes para gestionar su proceso de aprendizaje con el fin de establecer estrategias de acompañamiento y comprender más este fenómeno que se presenta en los jóvenes, llevándolos a problemas académicos y sociales. Las técnicas de estrategias de información son: encuestas de auto informe de procrastinación académica y la autorregulación del aprendizaje. Esta batería de evaluación no genera riesgo para sus participantes (Resolución 008430 DE 1993 del Ministerio de Salud) y estaría a cargo de la estudiante de segundo año de Maestría:

- **Andrea Escobar con identificación número 1098662547.**

Esperamos contar con su apoyo para poder adelantar este proceso en su prestigiosa institución y así tener información útil para la creación de planes y programas de apoyo y atención a estos estudiantes. Estoy a su entera disposición ante cualquier inquietud en el celular: 3137527400 o al correo: paulo.gonzalez@unad.edu.co

Atentamente,

Paulo Cesar González Sepúlveda.

PhD (c) en Psicología

TP: 111872

Docente Maestría en Psicología Comunitaria CCVA Eje Cafetero.

Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades, UNAD.

"Por la Calidad Educativa y la Equidad Social"

**CCAV Eje Cafetero, diagonal 25 F con carrera 23 PBX: 3116599
Contiguo a Casa de Milán, Dosquebradas Risaralda.**

Anexo 2. Recolección de Datos: Universidad Antonio Nariño –Sede Bucaramanga



Maestría en Psicología Comunitaria.

Dosquebradas, abril 05 de 2017.

Dr. Miguel José Pinilla Gutiérrez.

Director sede Bucaramanga.

Universidad Antonio Nariño.

Asunto: Presentación estudiante investigadora.

El grupo de investigación Sujeto Mente y Comunidad SUMECO, reconocido por Colciencias desea presentar la siguiente estudiante perteneciente al programa de Maestría en Psicología Comunitaria de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia. Esta estudiante, adelanta la fase de recolección de información de la investigación denominada: "**La procrastinación académica y la autorregulación del aprendizaje en estudiantes universitarios de primer año de formación**". Este tipo de evaluación, se ha adelantado en diferentes instituciones de la zona cafetera y la ciudad de Ibagué. El propósito de esta investigación es conocer los recursos usados por los estudiantes para gestionar su proceso de aprendizaje con el fin de establecer estrategias de acompañamiento y comprender más este fenómeno que se presenta en los jóvenes, llevándolos a problemas académicos y sociales. Los instrumentos de recolección de información son: encuestas de auto informe de procrastinación académica y autorregulación del aprendizaje. Esta batería de evaluación no genera riesgo para sus participantes (Resolución 008430 DE 1993 del Ministerio de Salud) y estaría a cargo de la estudiante de segundo año de Maestría:

- **Luz Amparo Corzo con identificación número cc 37713796.**

Esperamos contar con su apoyo para poder adelantar este proceso en su prestigiosa institución y así tener información útil para la creación de planes y programas de apoyo y atención a estos estudiantes. Estoy a su entera disposición ante cualquier inquietud en el celular: 3137527400 o al correo: paulo.gonzalez@unad.edu.co

Atentamente,

Paulo Cesar González Sepúlveda.

PhD (c) en Psicología

TP: 111872

Docente Maestría en Psicología Comunitaria CCVA Eje Cafetero.

Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades, UNAD.

"Por la Calidad Educativa y la Equidad Social"

**CCAV Eje Cafetero, diagonal 25 F con carrera 23 PBX: 3116599
Contiguo a Casa de Milán, Dosquebradas Risaralda.**

Anexo 3. Recolección de Datos: Universidad del Tolima-Ibagué



Maestría en Psicología Comunitaria.

Dosquebradas, febrero 20 de 2017.

Dr. Luis Guillermo Melo Rojas.
Jefe de Registro y Control.
Universidad del Tolima, Ibagué.

Asunto: Presentación estudiante investigadora.

El grupo de investigación Sujeto Mente y Comunidad SUMECO, reconocido por Colciencias desea presentar la siguiente estudiante perteneciente al programa de Maestría en Psicología Comunitaria de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia. Esta estudiante, adelanta la fase de recolección de información de la investigación denominada: "**La procrastinación académica y la autorregulación del aprendizaje en estudiantes universitarios de primer año de formación**". Este tipo de evaluación, se ha adelantado en diferentes instituciones de la zona cafetera y la ciudad de Ibagué. El propósito de esta investigación es conocer los recursos usados por los estudiantes para gestionar su proceso de aprendizaje con el fin de establecer estrategias de acompañamiento y comprender más este fenómeno que se presenta en los jóvenes, llevándolos a problemas académicos y sociales. Las técnicas de estrategias de información son: encuestas de auto informe de procrastinación académica y la autorregulación del aprendizaje. Esta batería de evaluación no genera riesgo para sus participantes (Resolución 008430 DE 1993 del Ministerio de Salud) y estaría a cargo de la estudiante de segundo año de Maestría:

- **Andrea Escobar con identificación número 1098662547.**

Esperamos contar con su apoyo para poder adelantar este proceso en su prestigiosa institución y así tener información útil para la creación de planes y programas de apoyo y atención a estos estudiantes. Estoy a su entera disposición ante cualquier inquietud en el celular: 3137527400 o al correo: paulo.gonzalez@unad.edu.co

Atentamente,

Paulo Cesar González Sepúlveda.
PhD (c) en Psicología
TP: 111872
Docente Maestría en Psicología Comunitaria CCVA Eje Cafetero.
Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades, UNAD.

"Por la Calidad Educativa y la Equidad Social"

CCAV Eje Cafetero. diagonal 25 F con carrera 23 PBX: 3116599
Contiguo a Casa de Milán, Dosquebradas Risaralda.



**Universidad
del Tolima**

VAC-795

Ibagué, 3 de mayo 2017

Para

DOCENTES DE PLANTA Y CATEDRÁTICOS PRIMER SEMESTRE

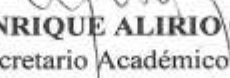
Universidad del Tolima

Asunto: Autorización investigación Procrastinación Académica y Autorregulación del aprendizaje de estudiantes universitarios de primer año de formación académica “. Estudiante Andrea Escobar González Estudiante de Maestría en Psicología Comunitaria UNAD

Respetados docentes

De la manera más atente me permito informarles que la estudiante de Maestría referenciada en el asunto cuenta con el avala por parte del comité de Bio-Ética de la Universidad del Tolima para realizar el ejercicio de recolección de datos de la investigación Procrastinación Académica y Autorregulación del aprendizaje de estudiantes universitarios de primer año de formación académica. Por tal razón, de la manera más atenta solcito se le permita a la estudiante aplicar las encuestas a los estudiantes en un breve espacio de la clase.

Agradezco su valioso apoyo,


ENRIQUE ALIRIO ORTIZ
Secretario Académico
Universidad del Tolima

VAC/Stephanie Melo Ramírez



2.3 - 106

Ibagué, abril 19 de 2017

Investigadora

ANDREA ESCOBAR GONZÁLEZ

Estudiante Maestría en Psicología Comunitaria

Universidad Nacional Abierta y a Distancia - UNAD

Respetada Investigadora:

El Comité de Bioética de la Universidad del Tolima, en acta Ad Referéndum 01 de 2017, después de estudiar el proyecto de investigación titulado "**LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y LA AUTORREGULACIÓN DEL APRENDIZAJE EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE PRIMER AÑO DE FORMACIÓN**", encuentra que no existen riesgos para la población objeto de estudio, de conformidad con la resolución 008430 de octubre 4 de 1993, por la cual el Ministerio de Salud establece la normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación y la salud.

Por las consideraciones anteriores, este comité otorga el AVAL BIOÉTICO al proyecto en mención, como consta en el acta Ad- referéndum 01 de 2017 del Comité de Bioética.

Atentamente,



JONH JAIRO MÉNDEZ ARTEAGA

Director

Oficina de investigaciones y desarrollo científico

Universidad del Tolima

Proyectó: Mónica B.

Anexo 4. Recolección de Datos: Universidad Latina de Panamá ULAT – Ciudad Panamá



Maestría en Psicología Comunitaria.

Dosquebradas, Colombia. Julio 24 de 2017.

Dra. Ana María Flórez León

Directora Maestría en Psicología Social.

Universidad Latina de Panamá.

Asunto: Presentación estudiante investigadora.

En días pasados, por correo electrónico le hice la presentación del grupo de investigación Sujeto Mente y Comunidad SUMECO, reconocido por Colciencias Colombia, con el fin de presentarle una de nuestras estudiantes perteneciente al programa de Maestría en Psicología Comunitaria de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia de Colombia. En la comunicación le mencionada que estamos adelantando una investigación sobre la Procrastinación y algunas variables que están asociadas a este fenómeno. Este tipo de evaluación, se ha adelantado en diferentes instituciones colombianas y la estudiante está interesada en hacer una estancia universitaria en su prestigiosa institución. Por lo anterior, la persona que es portadora de esta carta es nuestra estudiante y sus datos son:

- Andrea Escobar con identificación número 1098662547

Estoy a su entera disposición ante cualquier inquietud en el celular: (57) 3137527400 o al correo: paulo.gonzalez@unad.edu.co.

Atentamente,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Paulo Cesar Gonzalez Sepulveda', is written over a horizontal line.

Paulo Cesar González Sepúlveda.

PhD (c) en Psicología

TP: 111872

**Docente Maestría en Psicología Comunitaria CCVA Eje Cafetero.
Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades, UNAD.**

"Por la Calidad Educativa y la Equidad Social"

**CCAV Eje Cafetero. diagonal 25 F con carrera 23 PBX: 3116599
Contiguo a Casa de Milán, Dosquebradas Risaralda.**



27 de noviembre 2017
ESCPSIC00163

A QUIEN CONCIERNE

Sean mis primeras palabras para desearle éxitos en sus funciones diarias.

Por este medio se confirma que la joven **ANDREA ESCOBAR GONZALEZ** con **CIP 1098662547** procedente de la **UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA –Colombia**, ha sido autorizada a recolectar datos para el proyecto de investigación “La Procrastinación Académica y la Autorregulación del Aprendizaje en estudiantes universitarios de primer año de formación académica: un estudio en tres ciudades de Colombia y una universidad participante del exterior en Panamá.

Atentamente,



Ana María Florez León
Psicóloga
CID 737
Coordinadora
Escuela de Psicología
Te.230-8669
anaflorez@ulatina.edu.pa



Anexo 5. Recolección de Datos: Unidades Tecnológicas de Santander– Bucaramanga



Maestría en Psicología Comunitaria.

Pereira, agosto 30 de 2017.

Dr. Alberto Serrano Acevedo
Vicerrector Académico.
Unidades Tecnológica de Santander.

Asunto: Presentación estudiante investigadora.

El grupo de investigación Sujeto Mente y Comunidad SUMECO, reconocido por Colciencias desea presentar la siguiente estudiante perteneciente al programa de Maestría en Psicología Comunitaria de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia. Esta estudiante, adelanta la fase de recolección de información de la investigación denominada: "**La procrastinación académica y la autorregulación del aprendizaje en estudiantes universitarios de primer año de formación**". Este tipo de evaluación, se ha adelantado en diferentes instituciones de la zona cafetera, la ciudad de Ibagué y Bucaramanga, también se tomará una muestra internacional. El propósito de esta investigación es conocer los recursos usados por los estudiantes para gestionar su proceso de aprendizaje con el fin de establecer estrategias de acompañamiento y comprender más este fenómeno que se presenta en los jóvenes, llevándolos a problemas académicos y sociales. Los instrumentos de recolección de información son: encuestas de auto informe de procrastinación académica y autorregulación del aprendizaje. Esta batería de evaluación no genera riesgo para sus participantes (Resolución 008430 DE 1993 del Ministerio de Salud) y estaría a cargo de la estudiante de segundo año de Maestría:

- **Luz Amparo Corzo con identificación número cc 37713796.**

Como parte de nuestro compromiso con las instituciones participantes, al final debemos entregar los resultados de la evaluación y mencionar su participación en todos los documentos publicados, salvo las instituciones que manifiesten abiertamente su negación a mención. Esperamos contar con su apoyo para poder adelantar este proceso en su prestigiosa institución y así tener información útil para la creación de planes y programas de apoyo y atención a estos estudiantes. Estoy a su entera disposición ante cualquier inquietud en el celular: 3137527400 o al correo: paulo.gonzalez@unad.edu.co

Atentamente,

Paulo Cesar González Sepúlveda.
PhD (c) en Psicología
Docente Maestría en Psicología Comunitaria CCVA Eje Cafetero.
Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades, UNAD.

"Por la Calidad Educativa y la Equidad Social"

CCAV Eje Cafetero. diagonal 25 F con carrera 23 PBX: 3116599
Contiguo a Casa de Milán, Dosquebradas Risaralda.

Anexo 6. Entidades educativas

Entidades Educativas	n	%
Universidad del Tolima	126	31,0
Universidad Latina de Panamá	72	17,7
Universidad Libre de Pereira	48	11,8
Universidad de Santander	43	10,6
Universidad Antonio Nariño	37	9,1
Sin identificar	29	7,1
Unidades Tecnológicas de Santander UTS	20	4,9
Cotecnova	11	2,7
Universidad Cooperativa de Colombia	9	2,2
Universidad de San Buenaventura	7	1,7
Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD	3	0,7
Universidad de Investigación y Desarrollo UID	2	0,5

Fuente: Elaboración propia

Anexo 7. Programa académico

Programa académico	n	%
Enfermería	92	22,6
Psicología	88	21,6
Administración/contabilidad/comercio/economía	50	12,3
Tecnologías/técnica	43	10,6
Derecho/sociología/politología	39	9,6
Salud	34	8,4
Ingenierías/petróleo	32	7,9
Comunicación/trabajo social	15	3,7
Licenciaturas	14	3,4

Fuente: Elaboración propia

Anexo 8. Autopercepción física, mental y estrés

	Características	n	%
Problema de salud (enfermedad crónica)	No	372	91,4
	Si	35	8,6
Discapacidad física	No	399	98
	Si	8	2
Practica un deporte	No	259	63,6
	Si	148	36,4
Consulta con psicólogo o psiquiatra	No	252	61,9
	Si	155	38,1
Nivel de estrés	Poco	254	62,4
	Mucho	123	30,2
	Nada	30	7,4

Fuente: Elaboración propia