

## Teorías sobre la procrastinación y su incidencia en el ámbito educativo

Theories about procrastination and its incidence in the educational field

**Jorge Alejandro Suárez Sarmiento**

[jorgeasuarezs@gmail.com](mailto:jorgeasuarezs@gmail.com)

Docente universitario

ORCID: 0000-0002-1577-475X

República Bolivariana de Venezuela

### RESUMEN

El presente artículo científico tiene como propósito analizar las principales teorías sobre la procrastinación y su incidencia en el ámbito educativo, tomando en cuenta que en los actuales momentos la sociedad se enfrenta a múltiples retos y obstáculos para garantizar la continuidad de las actividades educativas, lo cual constituyen la razón misma de la existencia del claustro universitario. Por lo tanto, se hace vital estudiar a profundidad este innovador tema, que se erige como uno de los fenómenos que está afectando de manera negativa los distintos programas académicos de la actualidad, en procura de identificar las características asociadas a la conducta procrastinadora. Para el logro de este objetivo, se realizó una investigación documental, materializada a través del abordaje de estudios previos sobre este concepto, incluyendo el análisis de los modelos psicodinámico, motivacional, conductual y cognitivo, así como la teoría de las representaciones sociales, con sus principales elementos y funciones, terminando con el análisis de la teoría de la modificabilidad estructural cognitiva, todos ellos orientados a dilucidar las condiciones asociadas con este fenómeno. Luego de este recorrido, se analizaron los resultados obtenidos, los cuales guardaron relación directa con el comportamiento característico de los estudiantes que realizan sus tareas a última hora, e incluso en algunos casos no logran su entrega oportuna, lo que se encuentra determinado dentro de las teorías exploradas. Las reflexiones finales ratificaron la coexistencia del fenómeno de la procrastinación en el ámbito universitario, siendo un elemento de sumo interés que amerita un permanente estudio, tanto para entender los múltiples aspectos asociados a este, que a su vez permita la definición de las necesarias estrategias para su mitigación dentro del proceso educativo.

**Palabras clave:** Principales, teorías, procrastinación, gerencia, educativa.

### ABSTRACT

The purpose of this scientific article is to analyze the main theories on procrastination and its incidence in the educational field, taking into account that at present, society faces multiple challenges and obstacles to guarantee the continuity of educational activities, which they constitute the very reason for the existence of the university faculty. Therefore, it is vital to study this innovative topic in depth, which stands as one of the phenomena that

is negatively affecting the different academic programs of today, in an attempt to identify the characteristics associated with procrastinating behavior. To achieve this objective, a documentary research was carried out, materialized through the approach of previous studies on this concept, including the analysis of psychodynamic, motivational, behavioral and cognitive models, as well as the theory of social representations, with their main elements and functions, ending with the analysis of the theory of cognitive structural modifiability, all of them aimed at elucidating the conditions associated with this phenomenon. After this tour, the results obtained were analyzed, which were directly related to the characteristic behavior of students who perform their homework at the last minute, and even in some cases do not achieve timely delivery, which is determined within the theories explored. The final reflections ratified the coexistence of the phenomenon of procrastination in the university environment, being an element of great interest that deserves a permanent study, both to understand the multiple aspects associated with it, which in turn allows the definition of the necessary strategies to its mitigation within the educational process.

**Keyword:** Main theories, procrastination, management, educational

## INTRODUCCIÓN

En los actuales momentos de la sociedad, marcados por un cúmulo de factores que interactúan en el desenvolvimiento de sus habitantes, es necesario profundizar en las conductas que puedan tener relación directa con elementos de interés para la comunidad científica, tanto en el ámbito de la gerencia empresarial, así como en la educativa, tomando en cuenta la intrínseca correlación de ambas para el crecimiento mutuo.

Un tema que ha estado bajo la observación de numerosos investigadores a lo largo de varias décadas ha sido la procrastinación, conocida como la tendencia a postergar la culminación de ciertas actividades, dejándolas para última hora. Sin embargo, lo que inicialmente se avizoró como un patrón conductual propio de la población de un determinado sector, paulatinamente ha decantado en la observancia de este fenómeno en diferentes ámbitos.

Al respecto, el verbo procrastinar hace referencia al hecho habitual de posponer ciertas responsabilidades, e incluso decisiones, siendo concebido como una tendencia a gastar el tiempo, demorar y aplazar de forma intencionada algo que debe ser hecho. Además, la procrastinación como área formal de investigación es relativamente reciente, siendo estudiada en muchos aspectos de la vida humana, por la repercusión que esta posee sobre el logro efectivos en los objetivos propuestos.

## CONSIDERACIONES PRELIMINARES

La procrastinación se ha caracterizado por una persistente falla en la regulación del tiempo para el cumplimiento de determinadas actividades, generando un patrón de conducta basado en el retraso, consciente o inconsciente, para la realización de una acción, así como su posterior entrega. Debido a este comportamiento, un individuo puede experimentar emociones negativas, marcadas por el stress que ocasiona el incumplimiento oportuno de tales obligaciones pendientes, máxime si este retraso puede desencadenar efectos negativos para la persona.

En el entendido del compromiso asumido para la entrega de trabajos en el seno de las instituciones educativas, entonces la procrastinación amerita ser estudiada para establecer los posibles aspectos relacionados con su desarrollo, evolución y repetición. Para ello, una considerable cantidad de investigadores han propuesto diferentes modelos y teorías para analizar esta conducta, lo cual se pretende abordar en el presente estudio bibliográfico.

## MATERIALES Y MÉTODO

El presente artículo se realiza cumpliendo de manera exhaustiva los preceptos académicos contenidos en el marco de la investigación documental, la cual, según Arias (2016), es un “proceso basado en la búsqueda, recuperación, análisis, crítica e interpretación de datos secundarios, es decir, los obtenidos y registrados por otros investigadores en fuentes documentales: impresas, audiovisuales o electrónicas”. Como en toda investigación, el propósito de este diseño es el aporte de nuevos conocimientos (p. 27).

Para alcanzar el objetivo académico de esta investigación documental de carácter expositiva, que conlleve a la ulterior obtención y análisis de información primordial para este abordaje científico, se recurrirá a la revisión de varios autores que abordan esta innovadora temática, basada en una amplia variedad de autores consultados a través de fuentes confiables, electrónicas e impresas, que permita garantizar la generalización o la transferibilidad de los resultados, a los efectos de analizar las teorías sobre la procrastinación y su incidencia en el ámbito académico.

## La procrastinación

El término *procrastinate* combina el adverbio común *pro* que significa “hacia adelante” con la terminación *cras* que significa “para mañana”, lo cual en conjunto significa aplazar intencional y habitualmente algo que debería ser hecho. En este sentido, la procrastinación puede ser intuida como el aplazamiento voluntario de los compromisos personales pendientes, a pesar de ser consciente de sus efectos, mayormente negativos.

Sobre este tema, Castro y Mahamud (2017), consideran que la procrastinación no es solamente dejar de realizar una actividad o tarea, sino posponerla, lo que podría generar ansiedad y preocupación. Por tanto, se le puede considerar como un problema en la organización del tiempo, lo que fortalece un perjudicial hábito de posponer las actividades para más adelante, lo que también se puede ver reflejado en actividades familiares, sociales, laborales, entre otras.

Para Gil y Botello (2018), este acto de postergar dificulta su cumplimiento inmediato y da lugar a problemas, tanto personales como educativos; tales como estrés por el incumplimiento de sus tareas, lo que afecta el rendimiento académico y puede ocasionar la deserción de los estudiantes. A esta conducta se le conoce como procrastinación académica, incidiendo en la correcta orientación para el eficiente logro de las metas propuestas.

Por su parte, Quant y Sánchez (2012), manifiestan que en el área educativa “las personas dejan de hacer sus actividades académicas cuando la fecha de entrega está muy cerca, de igual forma suelen realizar muy pocas actividades y evitan asumir responsabilidades en el trabajo de grupo” (p. 52), pues el estudiante tiene la errónea concepción que la presión por finalizar el tiempo le impulsará a un óptimo desarrollo en sus trabajos.

## Abordajes previos sobre la procrastinación

Según Arias (2016), es importante consultar estudios previos, tales como tesis doctorales, de grado, trabajos de ascenso, artículos e informes científicos relacionados con el tema bajo análisis, es decir, investigaciones realizadas anteriormente y que guardan alguna vinculación con el proyecto. Como bien refiere dicho autor, “los antecedentes

reflejan los avances y el estado actual del conocimiento en un área determinada y sirven de modelo o ejemplo para futuras investigaciones (ibidem: p.106)

Sobre el particular, la experiencia internacional en el área académica presenta algunas investigaciones en varios países donde se evidencian estudios referidos a la procrastinación, lo que se espera permita estructurar las ideas fundamentales para la al análisis de estas teorías, así como su impacto en el área de la gerencia de las organizaciones educativas.

En este orden de ideas, cabe señalar lo expresado por Belito (2020), durante la realización de su tesis doctoral en la Universidad César Vallejo, efectuada en la República del Perú, titulada: “Procrastinación y estrés en el *Engagement* académico de los estudiantes de educación de la Universidad Federico Villareal, 2019”, donde aborda importantes elementos relacionados con el objeto bajo análisis.

Dicha investigación doctoral tuvo como objetivo general determinar la incidencia de la procrastinación y estrés en el *Engagement* académico de dichos estudiantes, siendo una investigación sustantiva, con un nivel explicativo. Por su parte, el diseño de la investigación fue no-experimental, de corte transversal o transeccional, con un estudio correlacional-causal.

El método fue el hipotético deductivo; la población estuvo compuesta por un total de 340 estudiantes universitarios de la Facultad de Educación de los ciclos III, V y VII, mientras que la muestra estuvo conformada por 181 estudiantes, utilizándose el muestreo probabilístico por estratos. Para recolectar los datos sobre la variable procrastinación académica se utilizó el cuestionario de Solomon y Rothblum (1984) PASS (*Procrastination Assessment Scale-Students*).

Por su parte, para la variable estrés académico se formuló con SISCO de Barraza (2007), y para la variable *engagement* académico se utilizó UWES-Student de Salanova, Bresó y Schaufeli (2005), mientras que para el procesamiento de datos se utilizó el software SPSS, versión 24, así como una tabla de datos en Microsoft Excel 2010.

En la investigación se encontraron evidencias estadísticas que indicaron la existencia de una relación significativa. La variable que más incidió en el *engagement* académico es la procrastinación debido a que el valor de Wald = 1108,554 y  $p < 0.05$ . Así mismo se encontró que la procrastinación y estrés académico incidieron en el *engagement*

académico de los estudiantes de la Universidad Federico Villarreal, 2019; debido a la desviación  $p < 0.05$  y el modelo es explicado en 70.4%.

Por su parte, Atalaya y García (2019), en su artículo científico titulado: “Procrastinación: Revisión Teórica”, publicado en la Revista de Investigación en Psicología de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, en la República de Perú, tuvo como objetivo analizar las perspectivas actuales sobre el concepto de procrastinación, los tipos y modelos teóricos que respaldan a este innovador término.

Para ello, revisaron metódicamente las fuentes bibliográficas existentes; asimismo, se eligieron artículos, reportes de investigación y otros estudios psicométricos de diferentes revistas científicas de ciencias sociales indexadas en bases de datos electrónicas a nivel nacional e internacional, con la firme intención de generar un levantamiento teórico sobre tan importante aspecto de corte cotidiano y educativo.

Los resultados mostraron múltiples acepciones para definir con exactitud el significado de la procrastinación, los tipos de procrastinación, sus modelos teóricos y estrategias de prevención en el ámbito educativo. Finalmente, se concluyó que a través de una sustanciosa revisión teórica se delineó un concepto actual para su comprensión global.

Desde otra perspectiva, en procura de la contribución al desarrollo de esta temática, Gómez, Ortiz y Perdomo (2016), redactaron un artículo científico titulado: “Procrastinación y factores relacionados para su análisis en la educación superior”, publicado en I+D Revista de Investigaciones, de la Universidad de la Amazonia, Caquetá, Florencia, en la República de Colombia.

Al respecto, abordaron la procrastinación o permanencia irregular como una de las problemáticas que afecta a los estudiantes de pregrado, a las universidades y a la comunidad en general, tomando en consideración la afectación de la dilatación excesiva del tiempo en que un estudiante permanezca en una carrera, lo que evidentemente origina mayores esfuerzos individuales e institucionales.

Por lo tanto, en aras de determinar los factores a los que obedece la permanencia irregular, se realizó una investigación cualitativa, mediante el análisis documental de los antecedentes relacionados con la procrastinación, con el fin de plantear estrategias que contrarresten esta problemática que afecta la culminación de una vasta cantidad de estudios universitarios por una considerable parte de la población estudiada.

Tales autores concluyeron que la procrastinación académica es un fenómeno que demanda total atención de las universidades, pues su proliferación genera impactos en varios escenarios y dimensiones. Desde una posición humana, implica insatisfacción por no alcanzar el desarrollo esperado, generando consigo frustración para los educandos; y desde una posición institucional, generando posibles traumas relacionados con cobertura, disponibilidad y exceso de inversiones para las instituciones.

Para la atención del fenómeno se hace necesario la intervención de toda la comunidad académica, pues debido a que la procrastinación es generada por situaciones endógenas y exógenas, es de suma importancia contar con todos los actores del proceso educativo, con el fin de intervenir de manera oportuna y mitigar sus efectos en el ámbito académico, para así promover posibles estrategias para su mitigación y control.

Por otra parte, Garzón (2015), en su tesis doctoral titulada: “Gestión del tiempo, éxito académico y procrastinación en el alumnado universitario”, realizada en el Departamento de Métodos de Investigación y Diagnóstico en Educación de la Universidad de Sevilla, España, tuvo como objetivo principal la caracterización de la gestión del tiempo de estudio junto con la procrastinación en el alumnado universitario en la República de Colombia, así como su relación con el rendimiento académico, contextualizando el estudio de la gestión del tiempo y la procrastinación dentro del marco amplio de las teorías de la autorregulación académica.

Para este objetivo se optó por un diseño mixto que combinó de manera complementaria los resultados provenientes de metodologías cuantitativas y cualitativas. En este orden de ideas, se aplicaron dos cuestionarios: Uno que evalúa la gestión del tiempo, el TMB (*Time Management Behavior Questionnaire*) y otro, el PASS (*Procrastination Assessment Scale for Students*), destinado a medir la procrastinación académica en 494 estudiantes de primer año universitario de diferentes titulaciones de dos universidades de la ciudad de Bogotá, República de Colombia.

A partir de estos resultados se procedió a realizar un primer análisis de las propiedades psicométricas de las pruebas aplicadas, pues éstas no estaban adaptadas a la población colombiana. Una vez verificadas estas propiedades se obtuvieron resultados más cónsonos con respecto a los sujetos informantes. Además, se realizaron cuatro sesiones de grupos de discusión con la participación de 25 estudiantes: Dos de los grupos estuvieron

conformados por estudiantes de alto rendimiento académico y dos de bajo rendimiento académico.

Los resultados de estos grupos de discusión se sometieron a un proceso de categorización progresiva, tanto en primer como en segundo nivel, procediendo a ejecutar una comparación entre las resultas obtenidas por el alumnado de alto y bajo rendimiento, para finalmente realizar la integración de los factores asociados a la gestión del tiempo y la procrastinación, y su relación con el rendimiento académico, mediante ecuaciones estructurales.

Estas resultas arrojaron adecuados indicadores psicométricos para las dos pruebas aplicadas, aunque con posibles mejoras para los cuestionarios. En cuanto a la caracterización de la gestión del tiempo se obtuvieron mejores puntuaciones para las mujeres, para el alumnado que reportó en el cuestionario sociodemográfico que sí planifica su tiempo y para el alumnado con dedicación completa al estudio.

En cuanto a la procrastinación, considerando las puntuaciones del 7 al 10, el porcentaje de procrastinación elevada fue presentado por un 33,3% de los estudiantes bajo análisis. Los resultados señalaron mayores niveles de procrastinación en hombres, mientras las áreas con niveles más elevados de procrastinación fueron las denominadas labores de asistencia, mantenerse al día con las lecturas, trabajos o actividades, así como con las tareas académicas y administrativas.

La referida tesis doctoral concluyó que los altos niveles de procrastinación en las tareas de asistencia, pudieran estar indicando dificultades de asertividad y búsqueda de ayuda para un número importante de estudiantes del primer año universitario. Por su parte, las tres áreas que los estudiantes reportaron que les generaron mayores problemas de ansiedad cuando procrastinan son: escribir un trabajo para final del curso, mantenerse al día con las actividades, y estudiar para los exámenes.

### **Modelo psicodinámico de la procrastinación**

Según Atalaya y García (2019), tanto la teoría psicoanalítica como la psicodinámica, se erigen como las formas más antiguas para explicar este comportamiento, tomando en cuenta que generalmente la procrastinación viene desde la infancia; etapa que



desempeña un rol muy importante en el desarrollo de la personalidad del adulto, así como en la influencia de los procesos mentales inconscientes y conflictos internos en la conducta.

De igual manera, los teóricos psicoanalíticos coinciden en que las expectativas de los padres influyen en los rasgos de personalidad del individuo y en el desarrollo de la conducta procrastinadora; de este modo, los estudiantes pueden sentirse presionados por la aprobación de sus padres, así como coaccionados a demostrar un buen rendimiento académico, en muchos casos desencadenando una postura rebelde, propia de los adolescentes, quienes optan por probar sus propios límites a través de la procrastinación.

### **Modelo motivacional de la procrastinación**

Según Gómez, Ortiz y Perdomo (2016), es un modelo que estimula al éxito, visto como indicador de la persona que modifica un conjunto de conductas para lograr sus metas en diferentes aspectos de su vida. Para ello, el sujeto escoge entre dos enfoques: el deseo de lograr el triunfo, o el temor a no alcanzarlo; el primero hace hincapié al factor motivacional y el segundo a la estimulación para evadir un contexto que el sujeto toma como negativo.

De acuerdo con ello, el modelo motivacional identifica dos teorías: la autodeterminación, que implica un sentimiento de libertad al hacer aquello que la persona ha decidido llevar a cabo, pudiendo ser intrínseca o extrínseca; y la teoría de las metas, un comportamiento dinámico basado en el desarrollo de funciones cognitivas y el compromiso de un accionar asertivo para ejecutar sus tareas.

Así mismo, existen evidencias que la motivación autodeterminada tiene una relación negativa con la procrastinación, en el entendido que los estudiantes desmotivados presentan mayor probabilidad de procrastinar, pues al implicarse con una actividad de elección personal es más fácil que pueda ser resuelta si el alumno genera un sentimiento positivo de logro.

### **El modelo conductual de la procrastinación**

Según Quant y Sánchez (2012), el modelo conductual sostiene que una conducta se conserva cuando es repetitiva, y permanece por sus efectos de recompensa. Entonces, si los estudiantes optan por retrasar sus tareas porque ello se visualiza como un logro a largo plazo, y a su vez este comportamiento postergatorio es reforzado de manera continua al

obtener premios en otras actividades, además en breve tiempo, se estará consolidando una conducta orientada hacia la procrastinación.

Además, partiendo del hecho de que las experiencias previas de los individuos son aprendidas desde la infancia y se fortalecen a lo largo del tiempo, si las personas se han acostumbrado a posponer una actividad para así obtener una recompensa a corto plazo, y esta conducta se ha repetido a lo largo del tiempo, se refuerza la idea de que el retrasar el desarrollo de una tarea es un hecho normal en el comportamiento de las personas.

### **El modelo cognitivo de la procrastinación**

Según Gil y Botello (2018), esta teoría señala que los procrastinadores mayormente tienen un procesamiento de información disfuncional, y que constantemente reflexionan sobre su comportamiento de aplazar actividades, por lo que presentan estructuras desadaptativas en su pensamiento, con una implicancia negativa de imposibilidad y temor al rechazo social al momento de tener que realizar una tarea.

En este orden de ideas, la teoría de la terapia racional emotiva propuso un modelo denominado ABC para complementar el estudio de la procrastinación. El fundamento principal de este modelo es el contenido y la forma de pensar de la persona; es decir, la manera de interpretar circunstancias y las creencias que ha desarrollado sobre sí mismo, las demás personas y el mundo en general.

El modelo ABC establece unas condiciones básicas sobre las cuales se analiza esta conducta: la letra A representa el evento activo que debe ser realizado, el cual puede ser real o imaginado, mientras B constituye las interpretaciones o creencias respecto a ese evento, propias de cada persona, y finalmente C simboliza las consecuencias de la consignación tardía, o la imposibilidad cierta de fallar en su entrega.

Por otra parte, la teoría Racional Emotiva Conductual explica estas disonancias emotivas que se despliegan por creencias irracionales que posee una persona sobre su condición de vida; lo cual, ocasiona malestar a nivel cognitivo, conductual y emocional. Así mismo, estos autores coinciden que la procrastinación se inicia al creer que es imposible desarrollar alguna actividad y presentar poca tolerancia a la frustración para resolverla.

Este enfoque cognitivo-conductual considera la existencia de 11 pasos que parecen ser inevitables para los procrastinadores: 1) desea realizar una tarea, 2) toma la decisión de hacerlo, 3) retrasa innecesariamente, 4) observa la desventaja, 5) continúa posponiendo las tareas, 6) se reprende por procrastinar, 7) continúa postergando, 8) completa tareas en el último minuto, 9) se siente fastidiado, 10) se promete no postergar de nuevo; y, 11) poco tiempo después, vuelve a procrastinar.

### **Teoría de las representaciones sociales**

Las representaciones sociales son “la elaboración de un objeto social por la comunidad con el propósito de conducirse y comunicarse” (Moscovici, 1963: p. 251). Implican una construcción del conocimiento mediante el lenguaje y representa un proceso favorable en el carácter social que se forja, debido a que es un modo particular de compartir y adquirir el conocimiento, permitiendo establecer comparaciones intergrupales que son imprescindibles en la construcción de la identidad grupal.

Como refuerzo de este importante constructo, Jodelet (1989), por su parte expone que existe un conocimiento específico, asociado con el saber de sentido común, a través del cual los seres humanos experimentan la realidad, cuyos contenidos manifiestan la “operación de procesos generativos y funcionales socialmente caracterizados, y constituyen modalidades de pensamiento práctico, que se orientan hacia la comunicación, la comprensión y el dominio del entorno social, material e ideal” (p. 475).

Además, Jodelet (1989), señala tres elementos indispensables en las representaciones sociales: el contenido o la información, que abarca las nociones o conocimientos referentes a un objeto social. Seguidamente se propone el objeto hacia donde se dirige el significado, y este se presenta como situación, hecho, lugar, concepto entre otros; y finalmente se exhibe como último elemento el sujeto quien percibe el objeto, a quien pertenece, un individuo o grupo, que comparte una serie de referencias y percibe, al saberse apoyado por el pensamiento colectivo, que es normal dejar de cumplir con los límites temporales mencionados anteriormente.

Para conectar este elemento a la realidad, se consideran las personas de una determinada región geográfica o de una comunidad, caracterizados por “dejar todo para la

última hora”, siendo una conducta recurrente entre sus integrantes, información que denota el contenido idiosincrático de la postergación como objeto social transmitido.

Asimismo, las representaciones sociales tienen básicamente tres funciones: La primera de ellas hace referencia a la integración de la novedad, traducido como la posibilidad de traer a la compilación de saberes del grupo un cúmulo de nuevos conocimientos, elementos novedosos que se compaginen con los anteriores para hacer propio lo desconocido hasta entonces, agregándolo al sistema de representaciones preexistente en cada sociedad.

Por otra parte, prosigue la interpretación de la realidad, la cual radica en permitir reconocer los objetos sociales partiendo del significado social que les hayan sido atribuidos, ubicándolos en las categorías preexistentes. Cabe destacar que las representaciones sociales se modifican y construyen en el proceso de interacción social, pasando por un transcurso de interpretación activa de la realidad de cada individuo.

Aparece finalmente la orientación de las conductas, la cual supone la decisión de adoptar las pautas de comprensión de la realidad, según la voluntad de cada persona, amparado bajo el conocimiento del sentido común en el que enmarcan las representaciones sociales que van siendo consensuadas en la historia del grupo social.

### **Teoría de la modificabilidad estructural cognitiva**

Según Velarde (2008), esta teoría plantea la creencia de que los pensamientos del individuo puedan cambiar con la colaboración de un ente modificador o mediador de este proceso. Su principal exponente, Feuerstein, sostuvo en 1950 que la modificabilidad en los seres humanos se da a partir de un punto de su desarrollo, en un sentido más o menos predecible hasta ese momento. Define además al ser humano como un organismo abierto, receptivo al cambio, que puede modificarse a sí mismo a su gusto por un acto de voluntad.

Dado lo anterior, la contribución de un agente mediador de la modificabilidad de la estructura cognitiva, precisa de hacer consciente la propia capacidad para modificarse, al romper los paradigmas con la determinación de producir cambios efectivos para combatir el fenómeno de la procrastinación por medio de la participación de posibles agentes mediadores. No obstante, para lograr este cometido, es indispensable que el sujeto experimente ciertas emociones y sentimientos, para lograr el cambio deseado.

Por lo tanto, la modificabilidad estructural cognitiva rechaza la concepción del estudiante desde una perspectiva pasiva pues, al contrario, lo visualiza con un enfoque y modificación activo, afirmando de manera enfática que el individuo es transformable. Además, concluye que el profesor es el principal agente de cambio y transformación de estructuras deficientes de alumnos con dificultades de aprendizaje, debiendo estar dotado de formación cognitiva, metodológica y ética humanística, entre otros.

## RESULTADOS

Finalizado la revisión documental del material investigado, es preciso compendiar los principales aspectos asociados con la procrastinación, en el marco de las principales teorías que estudian este fenómeno, que se observa tanto en la cotidianidad de las personas, así como en las actividades educativas, lo cual amerita una profunda y continua revisión. Por tanto, se procede a verificar las resultas de las teorías previamente abordadas, para así esquematizar los elementos inherentes al presente objetivo.

Inicialmente es preciso destacar que luego de la revisión documental pertinente, surgieron criterios similares de que, durante el proceso procrastinador, el individuo experimenta sentimientos desagradables como ansiedad, depresión y desesperación acompañados de baja autoestima y sentimientos de incapacidad. Esto significa que la persona presenta un razonamiento inadecuado, pues tiene conclusiones erróneas, pero adolece de la manera como superar esta situación en alto grado estresante.

Según los resultados esbozados por Garzón (2015), se encontraron indicios referidos al hecho asociado al alumnado que combina el estudio con otras responsabilidades, quienes obtuvieron peores puntuaciones y mayores necesidades de gestionar adecuadamente su tiempo, lo cual fue ratificado en los grupos de discusión, donde estos indicaron contar con muy poco tiempo para realizar sus actividades.

Los resultados indican que los estudiantes que buscan la optimización del tiempo tienen hábitos y rutinas estables, pero al mismo tiempo, con suficiente flexibilidad para ajustar las tareas a las condiciones o exigencias cambiantes. Igualmente, en este grupo se encontró una mayor cantidad y calidad en el uso de las herramientas para la gestión del tiempo.

De otro modo, el alumnado de alto rendimiento generó patrones más estables y autorregulados, lo que al parecer crea mejores hábitos de sueño, alimentación, ocio y salud. Estos resultados apoyan una visión integral sobre el impacto favorable de la autorregulación en la buena gestión del tiempo de estudio, sin embargo, esto no influye solamente en el rendimiento académico, sino también en la salud y estabilidad emocional del alumnado.

En cuanto a la modelización de las relaciones entre gestión del tiempo, procrastinación y rendimiento académico se demostró mediante el modelo de ecuaciones estructurales que el rendimiento académico estuvo determinado positivamente por las habilidades de gestión del tiempo, evidenciándose de manera negativa por los hábitos de procrastinación. Es decir, a mayores habilidades de gestión del tiempo y menor nivel de procrastinación, mayor será la probabilidad de obtener un buen rendimiento académico.

Además, el entrenamiento exitoso en la gestión del tiempo debería orientarse hacia la capacitación en habilidades de automonitoreo y autoevaluación; la reflexión crítica del estudiante sobre sus actividades, intereses y metas; el establecimiento de metas y prioridades para fortalecer la motivación intrínseca; el establecimiento de rutinas y hábitos diarios y/o semanales; la mejora en el uso de herramientas para la gestión del tiempo o el manejo adecuado de los trabajos en grupo y búsqueda de ayuda y asistencia, lo que implica introducir entrenamiento en habilidades sociales, asertividad y toma de decisiones.

Sobre el modelo psicodinámico de la procrastinación, Atalaya y García (2019), concluyen que los orígenes de este fenómeno en muchos casos están relacionados con asuntos de inmadurez y desobediencia, por lo que la procrastinación tiende a ser un comportamiento de rebeldía en contra de la autoridad de la figura paterna o materna. Entonces, la procrastinación académica debe ser analizada en términos de transferencia inconsciente como parte de la interrelación entre padres e hijos o también, dentro del contexto educativo, durante la relación profesor-estudiante.

Al abordar el modelo motivacional, Gómez, Ortiz y Perdomo (2016), afirman que cuando prevalece el temor de no cumplir las metas, las personas eligen situaciones donde consideran que el triunfo está asegurado, lo cual no amerita un mayor esfuerzo de su parte, al considerar fácil su cumplimiento. Pero desde otra arista, mayormente prefiere dejar a un

lado aquellas actividades que implican la dedicación de tiempo, así como un desgaste físico o psicológico, por considerarlas difíciles de lograr.

Entonces, el modelo motivacional señala que los estudiantes procrastinadores se encuentran desmotivados, y están propensos a adoptar una postura de rotunda insatisfacción en relación a los objetivos que pretenden cumplir, o se desaniman cuando el obtener un logro implica demasiado esfuerzo y dedicación; ante ello, es más probable que opten por suspender o prorrogar el inicio o avance en sus tareas.

Según Quant y Sánchez (2012), el modelo conductual argumenta que los procrastinadores son aquellos sujetos que están acostumbrados a posponer una actividad que requiera de tiempo y genere malestar, por otra actividad que implique un desarrollo rápido, por lo que dicha conducta repetitiva deriva en el fortalecimiento de un hábito que se prontamente se considera normal.

Referente al modelo cognitivo, Gil y Botello (2018), refieren que estas personas presentan un pensamiento obsesivo cuando no cumplen sus metas propuestas en el momento oportuno, manifestando un pésimo desarrollo de sus actividades, pues tienen dificultad para proyectar y organizar su tiempo, por lo que fracasan constantemente en el cumplimiento de las metas deseadas, aunque lo hayan intentado.

A través de esto, se explica la forma en que la persona genera pensamientos irracionales, así como la consecuencia de las alteraciones emocionales que repercute sobre la conducta, haciendo que el individuo reaccione de manera contraproducente, principalmente por una baja tolerancia a la frustración, dejando de lado actividades importantes para su vida cotidiana.

Durante este proceso, el individuo experimenta sentimientos desagradables como, ansiedad, depresión y desesperación acompañados de baja autoestima y sentimientos de incapacidad. Esto significa que la persona presenta un razonamiento inadecuado, pues tiene conclusiones erróneas, pero adolece de la manera como superar esta situación en alto grado estresante.

Al abordar la Teoría de las Representaciones Sociales, Jodelet (1989), sostiene que el sentido común está creándose continuamente en todas las sociedades, especialmente en aquellas que han logrado popularizar las ciencias y los conocimientos técnicos, por lo que

se hace indispensable determinar la forma como los sujetos conocen la realidad, la piensan y la orientan en su vida cotidiana.

Finalmente, Velarde (2008), sostiene que la Teoría de la Modificabilidad Estructural Cognitiva es un concepto distinto a los cambios producto del desarrollo, pues la inteligencia, de acuerdo a este planteamiento, deviene de la construcción activa del individuo, de tal manera que este puede asociar experiencias previas para ajustarse a lo nuevo, compartiendo la idea de la interiorización, reversibilidad, justificación, detección y percepción donde el lenguaje es fundamental para el desarrollo del acto mental.

### **REFLEXIONES FINALES**

El ámbito académico, signado con estrictas particularidades para su eficiente funcionamiento, requiere de la mayor confluencia de elementos que permitan la continuidad de las operaciones que en él se realizan. Por tanto, mientras se pueda propender un mejor uso del tiempo para afrontar los múltiples retos que demanda, evidentemente se obtendrá un mayor beneficio para todos los relacionados, incluyendo las propias instituciones educativas.

Entonces, es de suma importancia referir la vital significancia para el sector educativo, sobre el hecho de contar con herramientas que permitan garantizar la continuidad de los estudios de los miles de alumnos que cursan diversos programas académicos en las universidades, sin distingo de su modalidad pública o privada.

Este beneficio se materializa indefectiblemente en la posibilidad cierta de orientar a la comunidad estudiantil, así como el cuerpo docente de estas instituciones, para definir estrategias orientadas a evitar la conducta negativa de la procrastinación, a sabiendas de sus connotaciones e impacto negativo en el ámbito educativo.

Por su parte, la procrastinación se desarrolla porque las personas prefieren realizar acciones que les generen resultados satisfactorios a corto plazo en lugar de aquellas que impliquen efectos positivos a largo plazo. Esto ha llevado a que sea considerada un factor trascendente que repercute negativamente en el ámbito académico; materializado cuando los estudiantes aplazan la entrega de sus tareas, al considerarlas de baja prioridad, realizando otras actividades de interés como juegos, fiestas, paseos, entre otros.



Los resultados indican que los procrastinadores presentan un fallo general autorregulatorio en sus habilidades de gestión del tiempo que incluye tanto las dificultades de planificación como de uso de herramientas, así como una preferencia por la desorganización y probablemente una percepción de escaso control de su tiempo. De acuerdo a esto, se sugiere que, a la hora de desarrollar intervenciones preventivas para evitar la deserción universitaria, se debe privilegiar la mejora en las habilidades de gestión del tiempo de estudio en el alumnado de nuevo ingreso.

No obstante, los estudiantes con mejores habilidades en la gestión del tiempo presentan mayores competencias de automonitoreo y autoevaluación en torno a las actividades relacionadas con una meta, lo cual manifiestan realizar de manera fraccionada, para así ir avanzando de manera progresiva en el cumplimiento de objetivos, tareas o actividades diarias.

Así mismo, es indispensable tomar en consideración que la permanencia de estudiantes en las instituciones educativas constituye la esencia misma de su existencia por lo que, al analizar las teorías existentes sobre la procrastinación, y a la vez generar propuestas que la puedan mitigar, permitirá la continuidad de las operaciones de estas organizaciones.

Por lo tanto, el ámbito educativo en los tiempos actuales, signados con factores como la pandemia por el coronavirus, así como el aumento de la exigencia de los estudiantes, producto de la globalización y el dinamismo acelerado de la sociedad, implica un mayor compromiso por parte de quienes tengan cualquier tipo de relación con la comunidad académica.

En este mismo orden de ideas, al revisar el constructo asociado con la procrastinación, es claro y evidente la necesidad de continuar ahondando en estos patrones de conducta, a sabiendas de los efectos negativos que ocasiona en la cotidianidad de quienes la manifiestan como un hábito, muchas veces sin darse cuenta de ello.

Ello además permite inferir la importancia de estos estudios, con la ulterior intención de comprender las causas que originan el postergar de manera continua el cumplimiento de las obligaciones, lo cual traspasa el umbral del espectro académico, incidiendo en el logro de las metas de las personas que interactúan en sociedad.

## REFERENCIAS

- Arias, F. (2016). *El Proyecto de Investigación: Introducción a la Metodología Científica*. Séptima Edición. Caracas, Venezuela: Episteme.
- Atalaya, C. y García, L. (2019). *Procrastinación: Revisión Teórica*. Revista de Investigación en Psicología. Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Vol. 22 - N.º 2 - 2019, pp. 363 - 378. DOI: <http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17435>
- Belito, F. (2020). *Procrastinación y estrés en el Engagement académico de los estudiantes de educación de la Universidad Federico Villareal, 2019*. Tesis Doctoral. Universidad César Vallejo, Perú. Red de Repositorios Latinoamericanos. <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/3219385>
- Castro, S. y Mahamud, K. (2017). *Procrastinación académica y adicción a internet en estudiantes universitarios de Lima metropolitana*. Universidad Femenina del Sagrado Corazón, Perú. [https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2017\\_2/PROCRASTINACION.pdf](https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2017_2/PROCRASTINACION.pdf)
- Garzón, A. (2015). *Gestión del tiempo, éxito académico y procrastinación en el alumnado universitario*. Universidad de Sevilla. Departamento de Métodos de Investigación y Diagnóstico en Educación. <https://idus.us.es/handle/11441/69987>
- Gil, L. y Botello, V. (2018). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte*. CASUS. 2018;3(2):89-96
- Gómez, C., Ortiz, N. y Perdomo, L. (2016). *Procrastinación y factores relacionados para su análisis en la educación superior*. I+D Revista de Investigaciones, 7(1), 32-39. Universidad de la Amazonia, Caquetá, Florencia, Colombia. <https://www.udl.edu.co/revistainvestigaciones/index.php/ID/article/viewFile/63/55>
- Jodelet, D. (1989). *Les representations sociales: Un domaine en expansion*. Paris: PUF.
- Moscovici, S. (1963). *Attitudes and Opinions*. Annual Review of Psychology b. 14, 231-260.
- Quant, D., y Sánchez, A. (2012). *Procrastinación, Procrastinación Académica: Concepto e Implicaciones*. Revista Vanguardia Psicológica Universidad Manuela Beltrán, Programa de Psicología, Bogotá, Colombia.
- Velarde, E. (2008). *La teoría de la modificabilidad estructural cognitiva de Reuven Feuerstein*. Investigación Educativa, vol. 12 N.º 22, 203 - 221. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/educa/article/download/3887/3109/>