

Rosana Satorre Cuerda (Ed.)

# El profesorado, eje fundamental de la transformación de la docencia universitaria

Rosana Satorre Cuerda (Ed.)

# **El profesorado, eje fundamental de la transformación de la docencia universitaria**

**Octaedro**   
Editorial

**UA**

UNIVERSITAT D'ALACANT  
UNIVERSIDAD DE ALICANTE  
Vicerectorat de Transformació Digital  
Vicerrectorado de Transformación Digital  
Institut de Ciències de l'Educació  
Instituto de Ciencias de la Educación

*El profesorado, eje fundamental de la transformación de la docencia universitaria*

EDICIÓN:

Rosana Satorre Cuerda

Revisión y maquetación: ICE de la Universidad de Alicante

Primera edición: octubre de 2022

© De la edición: Rosana Satorre Cuerda

© Del texto: Las autoras y autores

© De esta edición:

Ediciones OCTAEDRO, S.L.

C/ Bailén, 5 – 08010 Barcelona

Tel.: 93 246 40 02 – Fax: 93 231 18 68

[www.octaedro.com](http://www.octaedro.com) – [octaedro@octaedro.com](mailto:octaedro@octaedro.com)

ISBN: 978-8-19506-52-8

Producción: Ediciones Octaedro

La revisión de los trabajos se ha realizado de forma rigurosa, siguiendo el protocolo de revisión por pares.

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Dirijase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org)) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

NOTA EDITORIAL: Las opiniones y contenidos de los textos publicados en esta obra son de responsabilidad exclusiva de los autores.

## 46. Cuando dejamos para mañana lo que podemos hacer hoy. Tendencias de procrastinación en el alumnado de la Facultad de Educación de la Universidad de Alicante

Vicent, Maria<sup>1</sup> y Díaz-Herrero, Ángela<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universidad de Alicante; <sup>2</sup>Universidad de Murcia

### RESUMEN

La procrastinación se define como el retraso intencional e innecesario de una acción prevista a pesar de saber que ello supondrá inevitablemente consecuencias desfavorables. El objetivo de este estudio consistió en analizar las tendencias de procrastinación (prevalencia y diferencias en función del género) del alumnado de los grados de maestro de Educación Infantil y Primaria de la Universidad de Alicante. Se empleó una muestra compuesta por 436 estudiantes ( $M_{\text{edad}} = 21.23$ ,  $DT = 4.17$ ), de los cuales, 327 eran mujeres y 109 eran hombres. Se utilizó la *Pure Procrastination Scale* (PPS) que evalúa las dimensiones: *procrastinación decisional*, *implementación del retraso* y *puntualidad/prontitud*. Se dividió a los participantes en tres grupos según el nivel de procrastinación: procrastinadores crónicos, procrastinadores ocasionales y no-procrastinadores. Estos grupos clasificaron al 15.63%, 68.28% y 16.09% de los estudiantes encuestados, respectivamente. La prevalencia de cada perfil de procrastinación varió dependiendo del género y de la dimensión de la PPS evaluada. Los hombres reportaron puntuaciones medias significativamente más altas que las mujeres en *implementación del retraso*, *puntualidad/prontitud* y en el total de la escala, con tamaños del efecto pequeños. Los análisis de regresiones logísticas evidenciaron que los hombres, en comparación con las mujeres, tienen una mayor probabilidad de presentar procrastinación crónica en *puntualidad/prontitud* y en la puntuación total de la PPS. Se concluye la importancia de destinar esfuerzos para evaluar y prevenir esta variable en el ámbito de la Educación Superior.

**PALABRAS CLAVE:** procrastinación, Educación Superior, género, prevalencia.

### 1. INTRODUCCIÓN

¡No dejes para mañana lo que puedas hacer hoy! Continuamente, ya sea en el ámbito laboral, académico o personal, se nos presentan plazos de entrega, decisiones que debemos tomar y metas u objetivos a alcanzar, y es en esos momentos donde este popular refrán cobra todo su sentido. En efecto, la gestión que hagamos del tiempo del que disponemos determinará la consecución de la meta, desencadenando, a su vez, una serie de consecuencias, positivas o negativas, en función del grado de cumplimiento de dicha meta. Aunque es bien sabida la importancia de realizar las acciones a tiempo, algunas personas hacen caso omiso de esta máxima, dejando comúnmente para mañana lo que podrían y deberían hacer hoy (Díaz-Morales, 2019). Esta tendencia, conocida en Psicología como procrastinación, se define como el retraso generalizado y patológico según el cual un individuo demora voluntariamente una acción, a pesar de ser consciente de que ello implicará consecuencias negativas (Steel y Klingsieck, 2015).

La conducta de procrastinación puede ser generalizada, cuando se aplica comúnmente en distintos ámbitos de la vida, o bien situacional, cuando afecta a un único dominio, por ejemplo, el académico. En Educación Superior, la tendencia de los estudiantes a postergar sus responsabilidades y decisiones

académicas es un problema reconocido no sólo por los docentes, que observan diariamente cómo sus estudiantes retrasan la elaboración de trabajos, desaprovechando incluso el tiempo del que disponen en el aula, sino también por los propios alumnos. De hecho, algunos estudios estiman que se trata de un fenómeno altamente extendido entre la población universitaria, afectando a más de la mitad de los estudiantes (Uzun et al., 2009). Por su parte, en un estudio transcultural, Ferrari et al. (2007) examinaron la prevalencia de procrastinadores crónicos en seis países distintos. Los resultados revelan que entre el 10.9% y el 16.1% de los participantes, dependiendo del país de la muestra y el instrumento de medida empleado, presentaron procrastinación crónica. En España, las tasas de prevalencia fueron cercanas al 14% (Ferrari et al., 2007). Además, esta problemática parece haberse incrementado en los últimos años debido, en parte, al avance en el uso de las redes sociales (Meier et al., 2016). Igualmente, en lo que respecta al género, los estudios meta-analíticos realizados hasta la fecha aportan evidencia empírica de que los hombres procrastinan más que las mujeres (Cikrikci y Erzen, 2016; Lu et al., 2022).

De acuerdo con Díaz-Morales (2019), es posible distinguir dos elementos básicos en la definición de procrastinación: (a) la demora temporal en el inicio y/o finalización de una actividad y (b) el malestar subjetivo. Por lo tanto, resulta evidente que se trata de una característica desadaptativa que constituye una seria barrera para el éxito de los estudiantes universitarios porque el objetivo de dominar los contenidos del grado se ve afectado negativamente al posponer el estudio de las diferentes materias e incumplir los requisitos académicos. Esta asociación negativa entre la procrastinación y el rendimiento académico ha sido demostrada por un estudio meta-analítico elaborado por Ryung y Hee (2015). No obstante, los efectos de procrastinar trascienden lo meramente académico, pudiendo implicar consecuencias emocionales negativas, como ansiedad, miedo, vergüenza, culpa, arrepentimiento, aburrimiento, frustración, ira y venganza (véase Feyzi y Ferrari, 2022, para una revisión).

### **1.1. El presente estudio**

Entre los objetivos del Plan de Acción Tutorial de la Universidad de Alicante destaca “dar respuesta a las necesidades de acompañamiento y orientación del estudiante universitario en su adaptación al contexto universitario y en el desarrollo académico, personal y profesional” (Instituto de Ciencias de la Educación, 2022). Tal y como se ha descrito anteriormente, la procrastinación constituye una clara problemática para el alumnado, incidiendo negativamente en su desarrollo académico y bienestar personal. Sin embargo, pese a la enorme relevancia de la procrastinación en el contexto de la Educación Superior, se trata de un fenómeno “muy poco abordado desde los departamentos de orientación universitarios” (Díaz-Morales, 2019, p. 44).

El presente estudio se enmarca en un proyecto (Ref.: 5503) que contó con la ayuda del Programa Redes-I3CE de Investigación en Docencia Universitaria del Instituto de Ciencias de la Educación de la Universidad de Alicante (convocatoria 2021-22) en el que, desde el equipo de tutores de cuarto curso del Plan de Acción Tutorial de la Facultad de Educación, se propuso indagar acerca de este fenómeno en el alumnado de los grados en Maestro de Educación Infantil y Primaria. Concretamente, este estudio tiene como objetivos: (a) analizar la prevalencia de procrastinación entre el alumnado y (b) examinar la posible existencia de diferencias en función del género. En base a la literatura previa, se plantean las siguientes hipótesis:

*Hipótesis 1:* se espera que la prevalencia de alumnado procrastinador crónico suponga aproximadamente el 14% de la muestra, en consonancia con los resultados proporcionados por Ferrari et al. (2007) para población adulta española.

*Hipótesis 2:* se espera que los hombres presenten una tendencia mayor a procrastinar en comparación con las mujeres, en línea con los estudios de Cikrikci y Erzen (2016) y Lu et al. (2022).

## 2. MÉTODO

### 2.1. Descripción del contexto y de los participantes

Se empleó una muestra seleccionada por conveniencia compuesta por 436 estudiantes ( $M_{\text{edad}} = 21.23$ ,  $DT = 4.17$ ) matriculados en los grados en Maestro de Educación Infantil (20.2%) y Maestro de Educación Primaria (79.8%) de la Facultad de Educación de la Universidad de Alicante. La tabla 1 muestra la distribución de los participantes en función del género y el curso académico. Cabe resaltar que la distribución de la muestra en función del género y la edad no fue homogénea ( $\chi^2 = 17.58$ ,  $p = .001$ ).

**Tabla 1.** Número (porcentaje) de participantes del total de la muestra clasificados en función del género y el curso académico.

	1º	2º	3º	4º	Total
Hombres	21 (4.8%)	68 (15.6%)	1 (0.2%)	19 (4.4%)	109 (25%)
Mujeres	36 (8.3%)	161 (36.9%)	7 (1.6%)	123 (28.2%)	327 (75%)
Total	57 (13.1%)	229 (52.5%)	8 (1.8%)	141 (32.6%)	436 (100%)

### 2.2. Instrumentos

*Pure Procrastination Scale* (PPS; Steel, 2010). La PPS consta de 12 ítems valorados a través de una escala de respuesta tipo Likert de 5 puntos (0 = muy raramente, 4 = muy a menudo). La escala evalúa tres dimensiones de procrastinación: (FI) *procrastinación decisional* (3 ítems; e.g., “Retraso la toma de decisiones hasta que es demasiado tarde”) que mide la indecisión y el aplazamiento en la toma de decisiones dentro de un marco específico; (FII) *implementación del retraso* (5 ítems; e.g., “En la preparación para algunos plazos, a menudo pierdo tiempo haciendo otras cosas”) que mide conductas dilatorias, es decir, la tendencia a aplazar tareas que se tiene la intención de realizar; y (FIII) *puntualidad/prontitud* (4 ítems; e.g., “No hago las cosas a tiempo”) que evalúa la falta de puntualidad en el cumplimiento de los plazos. Los valores de fiabilidad, alfa de Cronbach, para el presente estudio fueron aceptables tanto para las tres dimensiones ( $\alpha_{\text{FI}} = .80$ ,  $\alpha_{\text{FII}} = .71$ ,  $\alpha_{\text{FIII}} = .79$ ) como para el total de la escala ( $\alpha = .83$ ).

### 2.3. Procedimiento

Los participantes cumplimentaron la prueba de forma grupal, en horario académico, a través de *Google Forms*, empleando sus dispositivos móviles, *tablets* u ordenadores. Se asignó a cada alumno un código para evitar que incluyesen datos personales que permitieran identificarlos. Este código se empleó también para garantizar que no hubiese duplicados en las respuestas. Cabe recalcar que se solicitó el consentimiento informado de los estudiantes por escrito. Únicamente respondieron el test aquellos alumnos que voluntariamente decidieron colaborar con el estudio. Como se ha comentado, la cumplimentación de la prueba se realizó de forma anónima y siguiendo los criterios éticos que rigen la investigación científica.

## 2.4. Análisis de datos

Se llevaron a cabo análisis descriptivos y de frecuencias sobre las puntuaciones de la muestra en las tres dimensiones y el total de la PPS. Para el cálculo de la prevalencia de procrastinadores crónicos, se siguió el procedimiento establecido por Ferrari et al. (2007), quien recomienda, en primer lugar, transformar las puntuaciones directas en puntuaciones  $Z$ . En consonancia con dichos autores, se consideró como procrastinadores crónicos a aquellos participantes con puntuaciones  $Z \geq 1.00$  y se calculó el porcentaje de alumnado que representaba dicho perfil. Además, se consideró oportuno calcular también la prevalencia de procrastinadores ocasionales (puntuaciones  $Z > 1.00$  y  $< -1.00$ ) y no procrastinadores ( $Z \leq -1.00$ ).

En lo que respecta al análisis de las diferencias en procrastinación en función del género, en primer lugar, se examinó la prevalencia de cada perfil para hombres y mujeres. Seguidamente, se empleó la prueba  $t$  de Student para muestras independientes con el fin de examinar la existencia de diferencias significativas entre hombres y mujeres en las puntuaciones medias para los tres factores y el total de la PPS. Para el cálculo de los tamaños del efecto, en aquellos casos en los que los contrastes fueron estadísticamente significativos, se recurrió al índice  $d$  de Cohen (1988).

Por último, se utilizó el método de regresión logística binaria siguiendo el procedimiento de regresión por pasos hacia adelante, basado en el estadístico de Wald, para analizar la probabilidad de los hombres, en comparación con las mujeres, de presentar procrastinación crónica. Esta capacidad predictiva es estimada por el estadístico Odd Ratio ( $OR$ ) que se interpreta de la siguiente manera:  $OR > 1$  indica predicción en sentido positivo,  $OR < 1$  indica predicción en sentido negativo, mientras que el valor 1 indica que no hay predicción (De Maris, 2003). Cabe recalcar que para el cálculo de las regresiones logísticas se tuvieron en cuenta únicamente los participantes clasificados como procrastinadores crónicos y no-procrastinadores.

Todos los análisis fueron realizados con el programa informático SPSS versión 22.0.

## 3. RESULTADOS

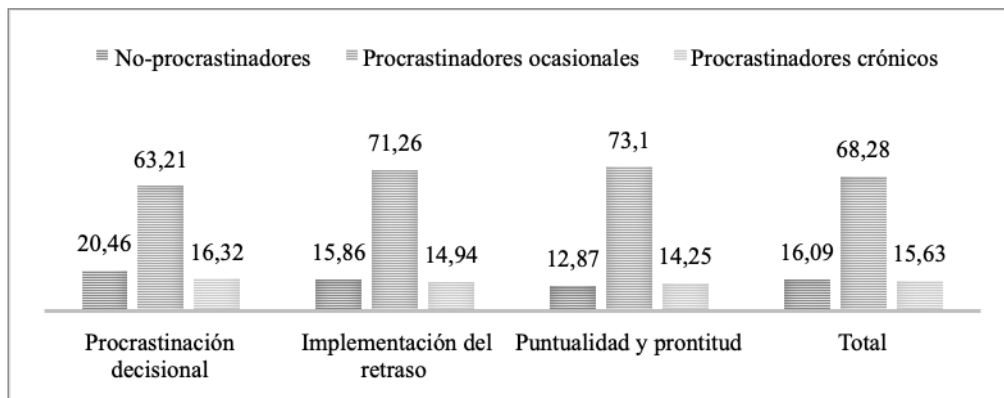
### 3.2. Análisis descriptivos y prevalencias

En la tabla 2 pueden observarse los estadísticos descriptivos para las tres dimensiones de procrastinación y el total de la escala.

**Tabla 2.** Datos descriptivos para las dimensiones y el total de la puntuación en la PPS.

	Rango	Mínimo	Máximo	M	SD
Procrastinación decisional	12.00	.00	12.00	5.7798	2.72783
Implementación del retraso	19.00	.00	19.00	10.5573	3.95654
Puntualidad/prontitud	16.00	.00	16.00	3.8028	3.25154
Total	47.00	.00	47.00	21.0298	7.70082

La prevalencia para procrastinadores crónicos (i.e., alumnado con puntuaciones  $Z \geq 1.00$ ) osciló entre el 16.32% y el 14.25% de la muestra, dependiendo de la dimensión examinada. Por su parte, los procrastinadores ocasionales (i.e., alumnado con puntuaciones  $Z > 1.00$  y  $< -1.00$ ) supusieron entre el 63.21% y el 73.1% en función del factor de procrastinación analizado. Finalmente, el alumnado no-procrastinador (i.e., alumnado con puntuaciones  $Z \leq -1.00$ ) representó entre el 20.46% y el 12.87% de los participantes (véase la figura 1).



**Figura 1.** Prevalencias para los perfiles de procrastinación.

La tabla 3 incluye la prevalencia de cada perfil (no-procrastinadores, procrastinadores ocasionales y procrastinadores crónicos) para ambos géneros. Como puede observarse, la prevalencia de los hombres en el grupo de procrastinadores crónicos fue mayor a la de las mujeres, tanto en *puntualidad/prontitud*, como para la puntuación total de la PPS. Por el contrario, en el caso de los participantes clasificados como no-procrastinadores, la prevalencia fue mayor en el caso de las mujeres para todas las variables.

**Tabla 3.** Prevalencia de cada grupo de procrastinación en función del género y la dimensión de procrastinación.

		No-procrastinadores	Procrastinadores ocasionales	Procrastinadores crónicos
Procrastinación decisional	Hombres	20 (18.3%)	74 (67.9%)	15 (13.8%)
	Mujeres	70 (21.4%)	101 (61.5%)	56 (17.1%)
Implementación del retraso	Hombres	9 (8.3%)	86 (78.9%)	14 (12.8%)
	Mujeres	61 (18.7%)	215 (65.7%)	51 (15.6%)
Puntualidad/prontitud	Hombres	7 (6.4%)	81 (74.3%)	21 (19.3%)
	Mujeres	49 (15%)	237 (72.5%)	41 (12.5%)
Total	Hombres	9 (8.3%)	81 (74.3%)	19 (17.4%)
	Mujeres	62 (19%)	216 (66.1%)	49 (15%)

### 3.1. Puntuaciones medias en función del género y regresiones logísticas

En lo que respecta a las diferencias en función del género (véase la tabla 3), los hombres reportaron medias significativamente más altas que las mujeres en todas las variables examinadas. No obstante, estas diferencias no alcanzaron la significación estadística para *procrastinación decisional*. En aquellos casos en los que los contrastes fueron significativos, los tamaños del efecto fueron pequeños ( $d = .23 - .36$ ).



**Tabla 3.** Medias, desviaciones típicas en las tres dimensiones de procrastinación para ambos géneros, prueba *t* de Student y tamaños del efecto.

	Hombres (N = 109)		Mujeres (N = 327)		Significación estadística y tamaños del efecto			
	M	SD	M	SD	t	gl	p	d
Procrastinación decisional	5.83	2.54	5.76	2.79	.20	434	.840	-
Implementación del retraso	11.23	3.30	10.33	4.13	2.30	229.26	.023	.23
Puntualidad/prontitud	4.67	2.99	3.51	3.29	3.25	434	.001	.36
Total	22.62	6.56	20.50	7.98	2.77	223.15	.006	.28

Los resultados para las regresiones logísticas binarias que analizan la capacidad predictiva del género sobre la procrastinación crónica en cada dimensión y el total de la PPS pueden observarse en la tabla 4. La proporción de casos correctamente clasificados fue del 59.3% y el 58.3%, y la  $R^2$  de Nahelkerke de .08 y .05, respectivamente, para la capacidad predictiva sobre *puntualidad/prontitud* y la puntuación total en la PPS. Los niveles de *OR* indican que la probabilidad de presentar procrastinación crónica en *puntualidad/prontitud*, así como en el total de la PPS, es 3.59 y 2.67 veces mayor en los hombres en comparación con las mujeres. Los modelos logísticos para las dos primeras dimensiones de la PPS no resultaron significativos.

**Tabla 4.** Regresión logística binaria para la probabilidad de los hombres (en comparación con las mujeres) de presentar procrastinación crónica en cada dimensión y el total de la PPS.

		$\chi^2$	$R^2$	B	E.T.	Wald	p	OR	I.C. 95%
Puntualidad/ prontitud	Clasificados correc.: 59.3%	7.73	.08	1.28	.49	6.93	.008	3.59	1.39- 9.28
	Constante		-.18		.21	.71	.40	.84	
PPS total	Clasificados correc.: 58.3%	5.11	.05	.98	.45	4.82	.03	2.67	1.11- 6.42
	Constante		-.24		.19	1.52	.22	.79	

#### 4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El propósito de este estudio consistió en examinar las tendencias de procrastinación (prevalencia y diferencias en función del género) del alumnado de los grados de maestro de la Universidad de Alicante. En primer lugar, se agrupó al alumnado en tres perfiles de procrastinación: no-procrastinadores (caracterizado por muy bajos niveles de procrastinación) procrastinadores ocasionales (caracterizados por presentar niveles moderados de conductas procrastinadoras) y procrastinadores crónicos (caracterizados por manifestar conductas procrastinadoras de forma habitual). Así, se calculó la proporción de alumnado clasificado en estos tres grupos para cada una de las tres dimensiones de procrastinación (i.e., *procrastinación decisional*, *implementación del retraso* y *puntualidad/prontitud*) y para el

total de la puntuación en la PPS. La prevalencia de no-procrastinadores osciló entre el 20.46% y el 12.87%, la de procrastinadores ocasionales entre el 71.26% y el 63.21%, mientras que el porcentaje de participantes considerados procrastinadores crónicos osciló entre el 16.32% y el 14.25%. Las tasas de prevalencia de procrastinadores crónicos obtenidos en este estudio fueron similares, aunque ligeramente superiores a las obtenidas por Ferrari et al. (2007), cuyos valores oscilaron entre el 13.1% y el 14.6% para población española, quedando confirmada la *Hipótesis 1*. El hecho de que la prevalencia encontrada en este estudio sea sutilmente superior a la obtenida en la investigación de Ferrari et al. (2007) podría explicarse por el instrumento empleado, así como por las características de la población. Cabe recordar que el trabajo de Ferrari et al. (2007) se basó en población adulta, mientras que el presente estudio se centra en una muestra de estudiantes de grado. En este sentido, cabe recordar la advertencia de muchos autores quienes defienden que la procrastinación es una problemática bastante frecuente entre la población universitaria (Uzun et al., 2009).

El análisis de prevalencias en función del género arrojó resultados interesantes. Concretamente, se obtuvo que el porcentaje de procrastinadores crónicos fue más alto en el caso de las mujeres para la procrastinación decisional (mujeres = 17.1%, hombres = 13.8%) y la implementación del retraso (mujeres = 15.6%, hombres = 12.8%), mientras que, por el contrario, la proporción de hombres en el grupo de procrastinadores crónicos fue mayor que la de las mujeres en *puntualidad/prontitud* (mujeres = 12.5%, hombres = 19.3%) y para la puntuación total en la PPS (mujeres = 15%, hombres = 17.4%). Sin embargo, el porcentaje de hombres clasificados en el grupo de procrastinadores ocasionales fue mayor en comparación con el de las mujeres, para todas las variables examinadas. Por el contrario, la prevalencia de mujeres no-procrastinadoras fue más elevada en todos los casos. Estos hallazgos fueron sustentados por los análisis posteriores.

Por un lado, el análisis de diferencias de medias evidenció que los hombres obtuvieron puntuaciones medias más altas en comparación con las mujeres en las tres dimensiones y el total de la escala de procrastinación. Sin embargo, estas diferencias únicamente fueron significativas para las dimensiones *implementación del retraso* y *puntualidad/prontitud*, así como para el total de la escala. Los tamaños del efecto asociados a estas diferencias fueron pequeños ( $d = .23$  y  $.28$ ). Finalmente, los resultados de las regresiones logísticas para el análisis de la capacidad predictiva del género sobre la procrastinación crónica mostraron que los hombres tienen una mayor probabilidad, en comparación con sus homólogas femeninas, de presentar procrastinación crónica. Aunque en este caso, dicha capacidad predictiva únicamente alcanzó la significación estadística para la dimensión *puntualidad/prontitud* y para la puntuación total en la PPS.

Tomados en conjunto, los resultados sobre la influencia de la variable género en la procrastinación confirman la *Hipótesis 2* del presente estudio y los hallazgos de la investigación previa (Cikrikci y Erzen, 2016; Lu et al., 2022). Así, parece indiscutible que los hombres, de manera general, tienden a presentar con mayor frecuencia conductas de procrastinación, en comparación con las mujeres. Sin embargo, el presente estudio sugiere que estas diferencias son más evidentes en la dimensión *puntualidad/prontitud*. Es decir, los hombres parecen tener mayores dificultades a la hora de cumplir con los plazos establecidos, como, por ejemplo, entregar trabajos a tiempo, solicitar becas, etc.

#### **4.2. Limitaciones, futuras líneas de investigación e implicaciones prácticas**

Es necesario mencionar que este estudio posee diversas limitaciones. En primer lugar, cuenta con los problemas típicos del uso de autoinformes, como la escasa motivación y los sesgos en las respuestas por la deseabilidad social (Fernández-Montavo y Echeburúa, 2006). En segundo lugar, las

características de la muestra empleada, alumnado matriculado en los grados de maestro de Educación Primaria e Infantil, advierte cautela a la hora de generalizar los hallazgos a otras poblaciones. Sería interesante que futuros estudios ampliasen la muestra utilizando alumnado universitario de otras ramas de conocimiento. Esto también permitiría conocer si las tendencias de procrastinación varían en función del tipo de estudios. Igualmente, aunque la edad y el curso académico no parecen influir en las conductas procrastinadoras, hubiese sido interesante comprobarlo. Futuros estudios podrían examinar de forma longitudinal estas tendencias del alumnado, con el fin de comprobar si la pertenencia a un grupo de procrastinación u otro se mantiene con el tiempo, o si, por el contrario, los procrastinadores ocasionales, por ejemplo, pueden evolucionar hacia manifestaciones más frecuentes e incluso crónicas.

Pese a las limitaciones, este estudio presenta importantes implicaciones prácticas derivadas de las dos principales conclusiones alcanzadas: (1) casi dos de cada 10 estudiantes de los grados de maestro procrastinan siempre o casi siempre, y (2) los hombres presentan mayores conductas procrastinadoras especialmente en lo que se refiere al cumplimiento de los plazos. Estos resultados ponen de relieve la importancia de abordar este fenómeno, pues, si se considera conjuntamente tanto a los procrastinadores crónicos, como a los ocasionales, las conductas procrastinadoras están presentes en más del 80% de los encuestados. Teniendo en cuenta que la procrastinación implica, entre otros problemas, bajo rendimiento académico y malestar subjetivo (Feyzi y Ferrari, 2022; Ryung y Hee, 2015), se insta a los orientadores universitarios y al personal docente a prevenir y reducir los niveles de procrastinación entre los estudiantes. En este sentido, estrategias como la reestructuración cognitiva, el entrenamiento en gestión del tiempo y establecimiento de metas, y las técnicas de autorregulación, en el marco de la terapia cognitivo-conductual, parecen ser las opciones más recomendables para disminuir las tendencias procrastinadoras (van Eerde y Klingsieck, 2018).

La procrastinación “no es sólo una cuestión de baja responsabilidad y de gestión del tiempo, sino que supone un verdadero problema de autorregulación a nivel cognitivo, afectivo y conductual” (Díaz-Morales, 2019, p.44). Por ello, más allá de las consecuencias académicas que puedan derivarse, cabe preguntarse si esta falta de diligencia para realizar las tareas en un tiempo estimado es una característica deseable en los egresados universitarios, y más aún, en los futuros maestros y maestras. Sin duda, las instituciones de Educación Superior deberían tomarse en serio esta cuestión y velar por prevenir la cultura del “mejor mañana”.

## 5. REFERENCIAS

- Çikrikci, O. y Erzen, E. (2016). Gender differences on academic procrastination: meta-analysis. *H.U. Journal of Education*, 31(4), 750-761. <https://doi.org/10.16986/HUJE.2016015387>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Erlbaum.
- De Maris, A. (2003). Logistic regression. En J. A. Schinka y W. F. Velicer (Eds.), *Research methods in psychology* (pp. 509-532). John Wiley & Sons.
- Díaz-Morales, J.F. (2019). Procrastinación: una revisión de su medida y correlatos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 2(51), 43-60. <https://doi.org/10.21865/RIDEP51.2.04>
- Fernández-Montalvo, J. y Echeburúa, E. (2006). Uso y abuso de los autoinformes en la evaluación de los trastornos de personalidad. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11(1), 1-12.
- Fernie, B.A., Kopar, U.Y., Fisher, P.L. y Spada, M.M. (2018). Further development and testing the metacognitive model of procrastination: self-reported academic performance. *Journal of Affective Disorders*, 240, 1-5. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.07.018>

- Ferrari, J.R., Díaz-Morales, J.F., O'Callaghan, J., Díaz, K. y Argumedo, D. (2007). Frequent behavioral delay tendencies by adults. International prevalence rates of chronic procrastination. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 38(4), 458-464. <https://doi.org/10.1177/0022022107302314>
- Feyzi, R. y Ferrari, J.R. (2022). Exploring 40 years on affective correlates to procrastination: a literature review of situational and dispositional types. *Current Psychology*, 41, 1097-1111.
- Instituto de Ciencias de la Educación (2022). *Programa de acción tutorial*. Universidad de Alicante. <https://web.ua.es/es/ice/tutorial/programa-accion-tutorial-antigua.html>
- Lu, D., He, Y., Tan, Y. (2022). Gender, socioeconomic status, cultural differences, education, family size and procrastination: a sociodemographic meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.719425>
- Meier, A., Reinecke, L. y Meltzer, C.E. (2016). “Facebocrastination”? Predictors of using Facebook for procrastination and its effects on students’ well-being. *Computers in Human Behavior*, 64, 65-76. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2016.06.011>
- Ryung, K. y Hee, E. (2015). The relationship between procrastination and academic performance: a meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 82, 26-33. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2015.02.038>
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Steel, P. (2010). Arousal, avoidant and decisional procrastinators: do they exist? *Personality and Individual Differences*, 48, 926-934. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.02.025>
- Steel, P. y Klingsieck, K.B. (2015). *International encyclopedia of the social & behavioral sciences*. Elsevier.
- Uzun, B., Demir, A. y Ferrari, J.R. (2009). Exploring academic procrastination among Turkish students: possible gender differences in prevalence and reasons. *The Journal of Social Psychology*, 149(2), 241-257. <https://doi.org/10.3200/SOCP.149.2.241-257>
- Van-Eerde, W. y Klingsieck, K.B. (2018). Overcoming procrastination? A meta-analysis of intervention studies. *Educational Research Review*, 25, 73-85. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2018.09.002>