Capítulo 5 Reducing academic procrastination in health sciences students

Chapter 5 Reducir la procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud

SÁNCHEZ-CAYETANO, Michel†* & FUENTES-FAVILA, Luis Macario

Escuela Normal de Atlacomulco "Profesora Evangelina alcántara Díaz", México.

ID 1er Autor: *Michel, Sánchez-Cayetano* / **ORC ID:** 0000-0003-3995-340X

ID 1er Coautor: *Luis Macario, Fuentes-Favila* / **ORC ID:** 0000-0003-4836-6338, **CVU CONACYT ID:** 379826

DOI: 10.35429/H.2023.2.68.80

Resumen

La procrastinación académica es un defecto en el desempeño de actividades académicas que se caracteriza por postergar hasta el último minuto labores que necesitan ser completadas. Cobra mayor interés en las universidades, ya que es un problema con el que luchan miles de estudiantes, persiste incluso en el ámbito de posgrado con la redacción de tesis obteniendo bajo rendimiento académico. Por lo cual el educando requiere generar competencias mediante la intervención docente. Se implementó el aprendizaje autorregulado como herramienta pedagógica con el objetivo de reducir la procrastinación académica en los alumnos de la licenciatura en Salud Intercultural provenientes de la Universidad Intercultural del estado de México plantel Tepetlixpa. La capacidad de desarrollar la autorregulación no puede ser transmitida del profesor al estudiante como ocurre con los contenidos conceptuales, debido a que ha de ser construida por el propio individuo. Sin embargo, el profesor sí puede proporcionar a los estudiantes aquellas herramientas que le permitan descubrir por sí mismo los aspectos que optimicen su propio proceso de aprendizaje y compromiso en la actividad académica a realizar en tiempo y forma. De este modo, el establecimiento de metas, planificación y reflexión son cruciales del aprendizaje autorregulado. La metodología empleada es basada en el modelo investigación-acción de carácter reflexivo y participativo del profesorado, la mirada introspectiva del docente implica la intelección humana, durante un proceso en espiral. La adopción del enfoque cualitativo permite aplicar técnicas de investigación como la observación. La presencia de la procrastinación académica tuvo mayor impacto ante el confinamiento y la adopción de la didáctica de aprendizaje online. Sin embargo, para algunos estudiantes pueden representar un problema en su rendimiento académico mientras que, para la mayoría de ellos al estar conscientes de su postergación, se benefician del aplazamiento obteniendo un buen rendimiento académico.

Aprendizaje, Autorregulado, Competencias, Intelección, Intercultural, Intervención, Introspectiva, Investigación-acción, Metodología, Pedagógica, Procrastinación, Reflexión

Abstract

Academic procrastination is a defect in the performance of academic activities that is characterized by postponing until the last-minute tasks that need to be completed. It is of greater interest in universities, since it is a problem that thousands of students struggle with, and it persists even in the postgraduate field with the writing of theses, obtaining low academic performance. Therefore, the learner needs to generate competencies through teacher intervention. Self-regulated learning was implemented as a pedagogical tool with the objective of reducing academic procrastination in students of the Intercultural Health degree from the Intercultural University of the State of Mexico Tepetlixpa campus. The ability to develop self-regulation cannot be transmitted from the teacher to the student as it happens with conceptual content, because it must be built by the individual himself. However, the teacher can provide students with the tools that allow them to discover for themselves the aspects that optimize their own learning process and commitment to the academic activity to be carried out in time and form. Thus, goal setting, planning and reflection are crucial to self-regulated learning. The methodology used is based on the action-research model of reflective and participative character of the teaching staff, the introspective look of the teacher implies human intellection, during a spiral process. The adoption of the qualitative approach allows the application of research techniques such as observation. The presence of academic procrastination had a greater impact in the face of confinement and the adoption of online learning didactics. However, for some students they may represent a problem in their academic performance while, for most of them being aware of their procrastination, they benefit from procrastination by obtaining a good academic performance.

Learning, Self-regulated, Competencies, Intellection, Intercultural, Intervention, Introspective, Action Research, Methodology, Pedagogy, Procrastination, Reflection

Introducción

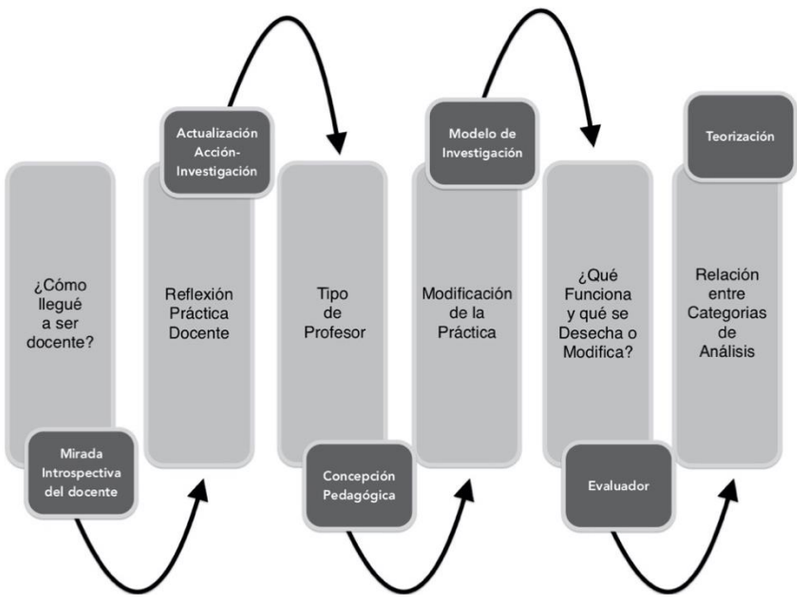
La procrastinación académica (PA), tema del presente estudio cada vez cobra mayor interés en las universidades ya que es un fenómeno muy frecuente hoy en día ya que afecta el rendimiento académico de los alumnos de nivel superior, por lo cual el educando requiere generar competencias mediante la intervención docente para reducir la procrastinación académica en alumnos de la licenciatura en salud intercultural. Wolters (2003), la (PA) es definida como un defecto en el desempeño de actividades académicas que se caracteriza por postergar hasta el último minuto labores que necesitan ser completadas. El trabajo se realiza con el objetivo de desarrollar una estrategia de intervención docente, mediante la implementación de la técnica aprendizaje autorregulado para así disminuir la procrastinación académica, en los estudiantes universitarios de la licenciatura en Salud Intercultural (ELSI).

El presente estudio parte de un enfoque cualitativo, de diseño investigación-acción con un paradigma positivista, guiado por el modelo de investigación-acción Farfán y Navarrete (2016). El método empleado en la investigación está dividido en tres fases de intervención docente, la primera intervención se enfocará en evaluar el grado de procrastinación académica (PA) en entornos fuera del aula, aplicando la escala de Busko en los ELSI. La segunda fase se llevará a cabo mediante la implementación de la técnica el aprendizaje autorregulado, de Zimmerman y Pintrich, para disminuir los índices de PA y analizar el rendimiento académico. La tercera fase y ultima se encargará de comparar la eficacia del aprendizaje Autorregulado de Zimmerman y Pintrich, mediante la Prueba *PASS-Procrastination Assessment Scale-Students (Solomon y Rothblum, 1984).* Esta parte está formada por un total de 18 ítems. Doce de ellos evalúan la frecuencia de la procrastinación, y son utilizados para el cálculo de la puntuación final. Con el objetivo que estudiantes en formación adquieran, desarrollen y empleen oportunamente estrategias de aprendizajes orientadas al desarrollo de las habilidades cognitivas y metacognitiva que promuevan aprendizaje estratégico y autorregulado, con el fin de disminuir la procrastinación académica. La muestra estuvo conformada por 36 estudiantes, de sexos indistintos, entre 21-35 años, universitarios de licenciatura en Salud Intercultural, provenientes de la Universidad Intercultural del estado de México (UIEM).

Metodología

El modelo de investigación-acción de Farfán y Navarrete (2016). Inicia con el ciclo denominado la mirada introspectiva del docente, que implica la intelección humana acerca de cómo el individuo llegó a ser docente que implica la reflexión analizando las dimensiones: personal, institucional, interpersonal, social, didáctica, valorar y de relación pedagógica, de manera que se construya la historia de vida del docente. (Figura 1).

Figura 1 Modelo de investigación-acción de Farfán y Navarrete (2016)



Source: Navarrete E. y Farfán C. (2016). Investigación, acción de la reflexión a la práctica educativa. Colofon

Una vez abordadas las dimensiones del primer ciclo del modelo, en un segundo ciclo se espera que el docente se piense y se ve en sí mismo articulando la acción con la investigación, esto es, que incorpore estrategias metodológicas tales como la observación participante, diarios de campo (del docente y del alumno) grabación sonora y en video, cuestionarios, entrevistas a los alumnos durante su ejecución en el aula, lo que le permitiría al autoconocimiento del docente y su disposición a reconocer como un agente de cambio. Rosas (2001), considera que esto va a incidir en lo que se denomina (Concepción Pedagógica) término para designar el tercer ciclo del modelo en cuestión. El modelo se adapta a el presente proyecto de investigación que consta de seis ciclos y que, así como los previos, considera el proceso en espiral sin embargo no solo incide en problemáticas. Además, explica cómo la investigación cualitativa ha ido adquiriendo mayor relevancia en el ámbito académico.

Objetivo general

Desarrollar una estrategia de intervención docente, mediante la implementación del aprendizaje autorregulado para disminuir la procrastinación académica, en los estudiantes universitarios de la licenciatura en Salud Intercultural (ELSI).

Objetivos específicos

Implementar técnicas pedagógicas de intervención docente para planificar y controlar los procesos de aprendizaje a través de la participación de los estudiantes.

Aplicar la escala de Busko en la licenciatura en salud intercultural para identificar el índice de estudiantes que procrastinan a través de un formulario en línea.

Aplicar la Prueba PASS-Procrastination Assessment Scale-Students, para la recogida de datos y el análisis de datos.

Valorar las técnicas pedagógicas de intervención docente, mediante la comparación de los aprendizajes autorregulados y estratégicos para disminuir la procrastinación académica.

Tabla 1 Planeación de los momentos

Objetivos: Evaluar el grado de procrastinación académica (PA) aplicando la escala de Busko en los estudiantes de la licenciatura en Salud Intercultural (ELSI) de la universidad intercultural del estado de México (UIEM) Implementación de la escuela de pensamiento teoría aplicada de canales enfocadas en desordenes emocionales.							
Meta: Obtener los resultados de la escala de Busko para así Identificar el nivel de procrastinación Académica (PA) en los ELSI. Hacer acreedor al alumno de los fundamentos básicos sobre teoría aplicada de canales y así poder abordar a sus pacientes con la estrategia del Dr. Wang Ju Yi para los desórdenes emocionales.							
Tema: Introducción a la teoría aplicada de canales, tratamiento para el estancamiento emocional.							
FASE 1	**Planteamiento del problema**	**Actividades**		**Cronograma**	**Medios de Evaluación**	**Estrategia de recogida de datos**	**Recursos humanos y materiales**
		Docente	**Alumno**				
1er Intervención	-Los ELSI padecen bajo rendimiento académico, debido a la nueva modalidad de aprendizaje online. La consecuencia puede ser la tendencia a posponer tareas académicas, por realizar actividades distintas a las indicadas y sobre todo están inmersos en un nuevo entorno que no es el aula, donde surgen diversos distractores. -Los ELSI solo están enfocados en la entrega de las tareas académicas, que, en tener un buen rendimiento académico, sobre todo la adquisición de nuevos conocimientos. -Ante este confinamiento los alumnos requieren herramientas para combatir los problemas emocionales de sus pacientes.	-Identificar la procrastinación académica en el grupo de estudio, para esto se Generó un link en https://forms.office.com el cual consta de 16 ítems, enfocados en la identificación de procrastinación. -Se otorgarán 25 minutos para contestar los 16 ítems. -Se eligieron a 6 alumnos para realizar entrevistas semi estructuradas en línea y así evaluar el aprendizaje autorregulado de los estudiantes. **DÍA 1 (1er Clase)** -Programar la clase en la plataforma Microsoft Teams. https://www.microsoft.com/en-us/microsoft-teams/log-in -Explicación de la Dinámica de clase, teoría aplicada de canales. - Introducción al pensamiento oriental, basado en las emociones. -Bibliografía del Dr. Wang Ju Yi. Orígenes de Palpación de Canales. -Bases de las 6 conformaciones (Liu Jin) -Percepción del Dr. Zhang sobre Qingzhi (Emociones). -Descripción del Carácter yù 郁 percepción del Dr. Wang. -Solicitar al alumno tomar su celular, para ingresar a la plataforma. https://www.mentimeter.com/app con la finalidad de hacer lluvia de ideas de forma anónima, sobre las emociones, acorde a la percepción del Dr. Wang. **Duración**: 50 minutos **DESCANSO (10 MINUTOS)** -Fisiología de la conformación (Shao Yang).	-Ingresar a https://forms.office.com para contestar el formulario generado. -Ingresar a la clase en la plataforma Microsoft Teams. https://www.microsoft.com/en-us/microsoft-teams/log-in El alumno tomara su celular, para ingresar a la plataforma https://www.mentimeter.com/app con la finalidad de hacer lluvia de ideas, sobre la percepción de las emociones. **DESCANSO (10 MINUTOS)** El alumno tomara su dispositivo celular, Tablet o computadora, para ingresar a la plataforma https://www.mentimeter.com/app en el cual plasmara puntos clave sobre Shao Yang. -El alumno ingresara a https://www.mentimeter.com/app con la finalidad que el alumno agregue 3 aspectos importantes a la lluvia de ideas sobre la primera conformación. **DESCANSO (10 MINUTOS)** -Ingresar a https://forms.office.com para contestar el formulario generado. -Ingresar a la clase en la plataforma Microsoft Teams. https://www.microsoft.com/en-us/microsoft-teams/log-in El alumno tomara su celular, para ingresar a la plataforma https://www.mentimeter.com/app con la finalidad de hacer lluvia de ideas, sobre la percepción de las emociones. **DESCANSO (10 MINUTOS)** El alumno tomara su dispositivo celular, Tablet o computadora, para ingresar a la plataforma https://www.mentimeter.com/app en el	Mayo 18,19,20 2021	Examen virtual de conocimientos adquiridos (10 ítems) En https://forms.office.com Lluvia de ideas en https://www.mentimeter.com/app Evaluación hacia el docente sobre el desempeño en clase. https://forms.office.com	-Encuesta. (Escala de Busko) -Diario de profesor. -Entrevista semi-estructurada. (RSSRL; Zimmerman & Martinez-Pons, 1988)	Internet Quizz Plataforma Microsoft Teams. Uso de Google Forms. Buscadores Google Chrome, safari, Mozilla, Opera etc. Dispositivo electrónico (laptop, computadora, Tablet, celular. Contar con correo electrónico Microsoft Office (Word, Excel) Plataforma Mentimeter.

		-Practica de palpación del canal (Shao Yang). Solicitar al alumno que se descubra las extremidades, para la explicación del recorrido del canal y detallar el sistema de diagnóstico al percibir nódulos, bultos, bastones. - Pares de puntos habituales para condiciones Shao Yang. - Caso Clínico Shao Yang. -Solicitar al alumno ingresar a https://www.mentimeter.com/app con la finalidad que el alumno agregue 3 aspectos importantes a la lluvia de ideas sobre la primera conformación. **Duración**: 50 minutos **DESCANSO (10 MINUTOS)** -Fisiología de la conformación (Jue Yin). -Practica de palpación del canal (Jue Yin). Solicitar al alumno que se descubra las extremidades, para la explicación del recorrido del canal y detallar el sistema de diagnóstico al percibir nódulos, bultos, bastones. - Pares de puntos habituales para condiciones (Jue Yin). -Relación de Shao Yang- Jue Yin) **DESCANSO (10 MINUTOS)** - Caso Clínico (Jue Yin). -Solicitar al alumno ingresar a https://www.mentimeter.com/app con la finalidad que el alumno agregue 3 aspectos importantes a la lluvia de ideas sobre la primera conformación. -Se generará un link en https://forms.office.com donde se evaluarán los conocimientos adquiridos durante la clase, esta evaluación consta de 10 ítems. -Solicitar al alumno que ingrese a https://forms.office.com donde evaluara la clase y al docente. El presente formulario consta de 13 ítems. **Duración: 2 horas 55 minutos.** **DÍA 2 (2da Clase)** -Recapitulación de los Liu Jing. -Caso Clínico, Jue Yin. -Fisiología de la conformación (Shao Yin). -Practica de palpación del canal (Jue Yin) de la mano pericardio). Solicitar al alumno que se descubra las extremidades, para la explicación del recorrido del canal y detallar el sistema de diagnóstico al percibir nódulos, bultos, bastones. -Practica de palpación del canal (Jue Yin) del pie (Hígado). Solicitar al alumno que se descubra las extremidades, para la explicación del recorrido del canal y detallar el sistema de diagnóstico al percibir nódulos, bultos, bastones. **DESCANSO (10 MINUTOS)** - Pares de puntos habituales para condiciones Jue Yin. -Solicitar al alumno ingresar a https://www.mentimeter.com/app con la finalidad que el alumno agregue 3 aspectos importantes a la lluvia de ideas sobre la primera conformación. - Caso Clínico (Jue Yin). -Resolución de preguntas. -Fisiología de la conformación (Shao Yin). -Practica de palpación del canal (Shao Yin). Solicitar al alumno que se descubra las extremidades, para la explicación del recorrido del canal y detallar el sistema de diagnóstico al percibir nódulos, bultos, bastones. - Pares de puntos habituales para condiciones (Shao Yin). -Se generará un link en https://forms.office.com donde se evaluarán los conocimientos adquiridos durante la clase, esta evaluación consta de 10 ítems.	cual plasmara puntos clave sobre Shao Yang. -El alumno ingresara a https://www.mentimeter.com/app con la finalidad que el alumno agregue 3 aspectos importantes a la lluvia de ideas sobre la primera conformación. -Ingresar a https://forms.office.com para contestar el formulario generado. -Ingresar a la clase en la plataforma Microsoft Teams. https://www.microsoft.com/en-us/microsoft-teams/log-in El alumno tomara su celular, para ingresar a la plataforma https://www.mentimeter.com/app con la finalidad de hacer lluvia de ideas, sobre la percepción de las emociones. **DESCANSO (10 MINUTOS)** El alumno tomara su dispositivo celular, Tablet o computadora, para ingresar a la plataforma https://www.mentimeter.com/app en el cual plasmara puntos clave sobre Shao Yang. -El alumno ingresara a https://www.mentimeter.com/app con la finalidad que el alumno agregue 3 aspectos importantes a la lluvia de ideas sobre la primera conformación. El alumno tomara su dispositivo celular, Tablet o computadora, para ingresar a la plataforma https://www.mentimeter.com/app en el cual plasmara puntos clave sobre Shao Yang. -El alumno ingresara a https://www.mentimeter.com/app con la finalidad que el alumno agregue 3 aspectos importantes a la lluvia de ideas sobre la primera conformación. **DESCANSO (10 MINUTOS)** El alumno tomara su dispositivo celular, Tablet o computadora, para ingresar a la plataforma https://www.mentimeter.com/app en el cual plasmara puntos clave sobre Shao Yang. -El alumno ingresara a https://www.mentimeter.com/app con la finalidad que el alumno agregue 3 aspectos importantes a la lluvia de ideas sobre la primera conformación.				

Momento 1

La experiencia, a lo largo de la primera intervención, inicio impartiendo la materia Canales y Colaterales (Medicina Oriental), con el tema Introducción a la Teoría aplicada de Canales, a través de la plataforma Microsoft Teams. El presente tema se impartió durante dos clases programadas en las siguientes fechas 18 y 19 de mayo 2021. Supervisado por la Licenciada en acupuntura rehabilitadora Humana.

1er Clase. Se expuso mediante Power Point, a través de Teams. Se introdujo al alumno a la escuela de pensamiento del Dr. Wang Ju Yi y se mostraron las conformaciones de las 6 capas (Liu Jing). Más adelante se describió los pasos a seguir para determinar un diagnóstico usando la teoría aplicada de canales, una vez finalizada la introducción se les pidió a los alumnos que ingresaran a la plataforma Mentimeter para ingresar su percepción acerca de las emociones. Una vez finalizada la actividad se empezó a describir los caracteres en chino de Yu, posteriormente se hizo sesión de preguntas, en ese momento se percibieron motivados los alumnos inclusive hubo preguntas de nivel avanzado sobre los canales, eso me motivo, una vez finalizado el apartado de preguntas, se empezó abordar el estancamiento como problema emocional y representarse en enfermedad, una vez concluyendo 50 minutos se dispuso a generar un descanso de 10 minutos, esto se implementó con el objetivo de no hacer tediosa la clase, ya qué lo vivo como alumno-docente, finalizando el descanso se les volvió a pedir a los alumnos, que ingresaran a la plataforma Mentimeter y se les solicita que escriban, que entienden por Yu acorde al pensamiento Oriental. No obstante Implementar Mentimeter a las clases fue novedoso.

Los alumnos se muestran participativos, se vuelve dar espacio de preguntas y respuestas, de esta forma iniciamos abordando el Primer Jing (Shao Yang) en el cual se abordó la fisiología, fisiopatología este es comprendido por San Jiao y Vesícula Biliar, también se enfatiza los puntos, posteriormente a una alumna, le surge la duda sobre la vesícula biliar, por otro lado, otro estudiante realizo una pregunta relacionada con las emociones. Lo siguiente es pedirles a los alumnos que empiecen a descubrirse el brazo para poder iniciar la palpación del canal Shao Yang, en específico a la altura del punto Waiguan, como se muestra en la figura 1.

Figura 1 Palpación de canales durante la clase

En ese momento se dieron puntos clave para uso clínico ante afecciones de clínica del dolor. Continuamos palpando el Shao Yang del pie que es Vesícula Biliar para detectar nódulos, bultos, en otras palabras, lipomas. Para ello se les solicitó a los alumnos portar ropa ligera para realizar dicha actividad, sin embargo, la clase estaba destinada para ser presencial ya que se debe evaluar el uso de diagnóstico en base a la palpación, más tarde se aterrizaron estrategias de puntos que pueden tratar afecciones de Shao Yang. Para rectificar los conocimientos adquiridos se solicitó a los alumnos ingresar a Mentimeter como se muestra en la figura 2 con la finalidad de rescatar un punto clave del canal por cada alumno.

Figura 2 Lluvia de ideas plataforma mentimeter

Posteriormente se retroalimentó acorde a la lluvia de ideas. Se mostró un caso clínico de afecciones de Shao Yang y se debatió si provenía por calor o estancamiento se les pidió a los alumnos que votaran de forma virtual, se otorgaron 10 minutos de descanso. Posteriormente se introdujo al alumno al canal de Jue Yin después realice espacio de preguntas y al final se les facilitó a los alumnos un link para ingresar a Microsoft Forms, para realizar una evaluación que consta de 10 ítems acorde al tema visto para dicha actividad se les otorgó 5 minutos para la realización, y se les comento que temas veremos al día siguiente y con esto finalizó la primera clase con duración de 2:52hrs, durante el día se les facilitó un link por vía WhatsApp para evaluar el desempeño como docente.

2da Clase En este día surgieron dificultades de conexión debido al clima, algo peculiar al inicio es que se agregaron más alumnos a la clase, sin embargo, todas las clases son grabadas y almacenadas en la plataforma Schoology para recapitulación de los temas vistos, algo que me han recalcado en mi práctica docente es la velocidad, la cual hablo y los diversos términos que empleo en medicina oriental. Es un aspecto el cual se está trabajando y la velocidad ha disminuido y los términos los consideró indispensables, para ampliar horizontes, antes de ingresar a la clase se observó la evaluación de la clase y se percibió confusión en las conformaciones de los Liu Jing por lo cual, al iniciar la clase, se empezó a retomar el apartado en el cual causo confusión, repitiendo esta parte y se volvió asignar sesión de preguntas. Se abordó casos como la relación de Shao Yang y Jue Yin, se abordó la fisiopatología de los Jue yin, para este canal se presentó un caso Ginecológico debido a que las mujeres sufren desequilibrios emocionales durante la regla menstrual, a parte un gran número de pacientes, acuden a consulta por ello. Describir los casos clínicos como una historia vivencial, genera interés en los alumnos, puesto que sufrimos interrupción en nuestras rutinas, y considero que como mayor factor fue la falta de convivencia. Acorde al autor Maturana (2002) La educación es la transformación en la convivencia. Al tener esta gran dificultad, contar una historia de vida es adentrar al alumno a esta dimensión de convivencia. La dinámica del primer día de clase es muy similar a las dos últimas clases, usando la plataforma Mentimeter.

Las reflexiones en conclusión implementar herramientas digitales como Mentimeter, genera mayor interés en la clase, retomando el argumento de la segunda clase, explicar los casos clínicos de forma vivencial da mayor cercanía al alumno, de cierta forma generamos transformación en la convivencia para generar educación. Los Objetivos de la primera intervención es Evaluar el grado de procrastinación académica (PA) aplicando la escala de Busko en los estudiantes de la licenciatura en Salud Intercultural (ELSI) de la universidad intercultural del estado de México (UIEM) e Implementación de la escuela de pensamiento teoría aplicada de canales enfocadas en desordenes emocionales. Por otro lado, La meta: es obtener los resultados de la escala de Busko para así Identificar el nivel de procrastinación Académica (PA) en los ELSI. Hacer acreedor al alumno de los fundamentos básicos sobre teoría aplicada de canales y así poder abordar a sus pacientes con la estrategia del Dr. Wang Ju Yi.

A través de una constante reflexión de la práctica docente he constatado que es necesario ser investigador de mi propia práctica para obtener mejoría de esta. Por medio del proceso de investigación-acción, puede guiar el proceso de cambio tanto en entornos virtuales como áulicos. Lo que me ha llevado a reconocer que este proceso debe ser considerado necesario para cualquier docente que quiera mejorar su práctica. Al seguir los pasos de la metodología de la investigación-acción de la Torre, identifiqué un problema que genera bajo rendimiento académico en los estudiantes en la Licenciatura en Salud Intercultural pertenecientes de la Universidad Intercultural del Estado de México (UIEM) plantel Tepetlixpa, en este contexto, la referencias a la procrastinación académica, que se traduce como el acto de postergar hasta el último minuto las actividades a realizar, ante esta problemática detectada se formuló e implementó un modelo de intervención en el cual evaluara el grado de procrastinación, con el uso de escalas, a través del proceso en el cual estaba inmerso ,visualicé a dónde quería llegar. Por lo tanto, con la implementación de la metodología de la investigación-acción que formula (Farfán y Navarrete 2006), genera un auto reconocimiento como docente que no cuenta con los conocimientos pedagógicos necesarios para llevar una clase, puesto que las acciones derivaban de una serie de experiencias con otros docentes, sin considerar las características personales y profesionales.

Esta situación dirigió mi interés por establecer estrategias que mejoraran las acciones en el aula y con ello el aprendizaje de los estudiantes con la implementación del aprendizaje Autorregulado. Después de la implementación del primer instrumento, el cual evalúa el grado de procrastinación académica de los alumnos el cual se le dio revisión por tres evaluadores, realizaron sus respectivas aportaciones a cada una de las preguntas. La Escala de Procrastinación Académica creada por (Busko 1998). Además, se adapta al objetivo de la primera intervención, en el cual se apreciaron pocas observaciones a la Escala de Procrastinación Académica ya que existen innumerables publicaciones del uso de este instrumento de recogida de datos. Anteriormente la escala, constaba originalmente de 16 ítems, fue traducida, adaptada y sometida a un primer proceso de validación por Álvarez (2010). Posteriormente Domínguez, et al. (2017) hacen una segunda validación que los conduce a eliminar cuatro ítems quedando la escala conformada por 12 ítems con cuatro opciones de respuesta: Nunca, Algunas veces, Casi siempre y Siempre.

Sin embargo, se utilizó un segundo instrumento y este fue denominado entrevista semi estructurada online basado en el aprendizaje autorregulado del alumno: una escala del maestro (SRLIS; Zimmerman & Martínez-Pons, 1986) se desarrolló en el contexto de un estudio que validó un modelo estratégico de aprendizaje autorregulado por el alumno como un constructo teórico. Esta escala de 12 ítems, calificada por el maestro, evalúa el uso de los estudiantes de varias estrategias de aprendizaje autorregulado, así como los resultados de estas estrategias. El conjunto inicial de 25 ítems se derivó del Programa de entrevistas de aprendizaje autorregulado (SRLIS; Zimmerman y Martínez-Pons, 1986). Las estrategias mencionadas que fueron observables por los maestros y fácilmente convertidas en ítems incluyeron la búsqueda de ayuda del maestro, la búsqueda de información y la autoevaluación. Para aquellas estrategias mencionadas que no son directamente observables (por ejemplo, organización y transformación, establecimiento de metas y planificación), Se desarrollaron elementos para evaluar los resultados inmediatos de estas estrategias.

Se seleccionaron 5 estudiantes de la licenciatura en salud intercultural de los cuales se identificaron varios aspectos por ejemplo el más cumplido, disciplinado, incumplido, participativo, reservado entre otros aspectos.

Aspectos relevantes de este instrumento es que se pudieron obtener más factores de los que ya estaban establecidos como lo comenta en la pregunta ¿Generalmente usted se prepara por adelantado para la realización de un examen? Esta pregunta tiene mucha relevancia con la gestión del tiempo como un indicador de la procrastinación (Strunk et al., 2013). Se categorizó en dos grupos Desorden Académico y orden Académico. EL Grupo 1 es asignado Desorden. Refiere lo siguiente: Si me preparo, ya sea un día antes o prácticamente el mismo día. (entrevistado 3).

Es muy peculiar esta respuesta ya que la mayoría de entrevistados reportan que siempre dejan aplazar hasta el último minuto las tareas, la mayoría lo atribuye al confinamiento.

Trato de hacerlo muy rápido y no saturarme de información porque antes lo hacía y se me olvidaban muchas cosas a la hora del examen entonces cuando le doy una revisada rápida pues igual no me va como muy bien, pero se me quedan ciertas cosas que me ayudan en el examen (entrevistado 4).

Es un gran argumento ya que descubrió que estudiar minutos antes del examen es de gran utilidad para su desempeño. Si, suelo prepararme un día antes la verdad o unas horas antes de realizar el examen. (entrevistado 2) ¿Tiene demasiada relevancia como el entrevistado 4, esto pone sobre la mesa, nuestros educandos, estudian para un examen o para la vida? La siguiente pregunta tiene demasiada relevancia con la administración de tiempo, pertenece a la misma categoría que la anterior pregunta, sin embargo, es distinto el contexto como en el ejemplo de la siguiente pregunta ¿Completa las actividades académicas en el plazo previsto? Esta pregunta es la segunda que tiene relevancia con la gestión del tiempo como un indicador de la procrastinación (Strunk et al., 2013). Para ello se dividió en dos grupos G1Tiempo y G2 Forma. El G1 Si yo procuro entregarlo en el límite de tiempo o el mismo día que pidieron la actividad me estresa mucho no entregar mis actividades. (entrevistado 2). Retornamos nuevamente a la teoría metacognitiva del autor Wells (2009).

Si, en su gran mayoría trato de cumplirlas en tiempo y forma, Generalmente en el lapso de lo que fue asignada puede que por ejemplo ahorita que estamos trabajando en pandemia si una tarea ya fue subida a la plataforma una semana, en la semana ya la tengo hecha días antes de la fecha límite. (entrevistado 3)

Un buen argumento ya que es tema el cual se ha discutido a lo largo de los años teniendo hincapié en el sistema de evaluación, soy partidario de la evaluación democrática que describe el autor Santos Guerra en la publicación titulada, dime como evalúas y te diré que tipo de docente eres. Finaliza argumentando que:

A veces, bueno es que hablando de la actualidad y sobre la pandemia me ha tocado que tengo que entregar trabajos y no tengo el internet o se va la luz entonces hay como que complicaciones externas bueno factores externos que a veces me impiden la entrega en su tiempo y forma, pero si es algo más presencial si en dado caso que sea una sesión dentro del aula, no se me dificulta no entrego trabajos a destiempo. (entrevistado 2).

Desde esta perspectiva, se tienen en cuenta tanto las respuestas fisiológicas del organismo, como también los diversos acontecimientos vitales, las características del ambiente social y determinados valores personales que en distinta medida, actúan como estresores o como amortiguadores de los efectos negativos del Estrés sobre la salud y bienestar (Martín Monzón, 2007). Es una realidad los diferentes factores que impiden la modalidad en línea ya que esta fuera de nuestras manos como el control de la conexión eléctrica e internet. El Amigo Crítico como parte de la investigación, fue muy interesante la entrevista que se realizó en torno a la clase, es la primera vez que un amigo critico evalúa mi práctica docente, me parece productivo ya que percibirse en otros ojos es otra realidad, para ello conté con el apoyo de una maestra la cuál, para fines didácticos fui evaluado en 5 categorías, que son: Planeación, Gestión de ambiente de trabajo, Gestión curricular, Gestión didáctica y Evaluación, la maestra utiliza rúbricas que su madre utiliza para la supervisión y evaluación de docentes. la categoría inició por la planeación consiste en evaluar los contenidos propósitos y mecanismos de evaluación.

Puedo observar que la planeación concuerda con la unidad de aprendizaje y los subtemas a desarrollar, establece metas con base en los aprendizajes esperados del programa de estudio, para lo cual se diseñó actividades acordes a la evaluación de dichos aprendizajes, en general su planeación están bien estructura concuerda lo que hizo con lo que planea , pero bueno en lo particular creo que yo propondría más actividades de interacción entre los alumnos. (amigo crítico).

La reflexión sobre la misma actividad permite tomar conciencia de la actuación. Como también sabemos, no basta con repetir un ejercicio sin más. Para poderlo mejorar debemos ser capaces de reflexionar sobre la manera de realizarlo y sobre cuáles son las condiciones ideales de su uso. (Zabala, 2000).

Resultados

El Aprendizaje autorregulado tuvo un efecto de transformación en el educando y los estudiantes, creando el tacto pedagógico e intelección humana. La mayoría de los estudiantes en Salud Intercultural aplican Autorregulación inconscientemente. La procrastinación académica partió como un problema a lo largo de la investigación, de acuerdo con los resultados obtenidos nos indica que se podrían clasificar en dos grupos Activos y Pasivos.

Los Procrastinadores pasivos corresponden a una minoría de estudiantes a los cuales les genera problemática postergar las actividades educativas, al estar inmersos en su hogar, por lo tanto, genera responsabilidades que se les asigna en casa como labores domésticas, atención a negocios familiares y problemas en la conexión a internet como resultado fracasan en la actividad académica asignada. Los procrastinadores Activos que corresponden a la mayoría de los estudiantes se benefician del aplazamiento, al experimentar la sensación de tensión, provoca mayor atención en la actividad académica asignada, evitando cualquier distractor.

Ambos grupos al final se unifican debido a la intervención educativa. La técnica empleada como herramienta pedagógica fue el aprendizaje autorregulado, el cual transformo radicalmente la práctica educativa del educando, debido a que anteriormente se le daba sustento a la praxis bajo la técnica.

La transformación inicia desde que se le da sustento bibliográfico a la práctica educativa. Los tres pasos para llegar a la autorregulación parte de la planificación, en ella se planea de forma independiente como llegar a la meta. La unificación de los procrastinadores académicos se da en esta etapa, ya que involucra la regulación de tiempos. El segundo paso es la ejecución donde el alumno es capaz de generar autonomía porque se le da la oportunidad de elegir el camino que desee. El último paso es la autorreflexión, en ella se genera cognición entre el alumno y el docente. Sin embargo, es un proceso en espiral similar al de la metodología investigación-Acción. La autorregulación parte de la intelección humana, como un ciclo dinámico sin cesar que pretende involucrar al docente y al alumno como protagonistas. La procrastinación académica ha sido estudiada mayormente en entornos áulicos y no digitales.

La auto observación de la clase mostró concepciones que no se tenían contempladas, como por ejemplo la velocidad de voz, muletillas y por supuesto se analizó la pobre interacción con el grupo. Por otro lado, a pesar de que el alumno estuviese enfocado durante la clase, lamentablemente la conexión no era estable debido a cambios climáticos, se considera un factor que como docente limita las opciones de solución.

Conclusiones

En el presente trabajo se investigó la procrastinación o también conocido como dilación académica en diversas fuentes bibliográficas como problemática principal de los estudiantes universitarios de la licenciatura en Salud Intercultural (ELSI). Así como del educando, procedentes de la Universidad Intercultural del Estado de México plantel Tepetlixpa. Durante la investigación pedagógica se implementó el aprendizaje autorregulado como herramienta pedagógica, ya que tiene como objetivo específico lograr disminuir el acto de postergar hasta el último minuto las actividades a realizar. A lo largo de la intervención se identificaron diversas problemáticas, entre ellas, no solo se centra en la inadecuada administración de tiempos. De hecho, existen diversos distractores que impiden lograr la meta planteada al estar inmersos en sus hogares como las obligaciones y responsabilidades que tienen en casa. También se consideró la falta de disciplina para enfocarse en la tarea a realizar. Por otra parte, se identificó que en algunos alumnos genera bajo rendimiento académico mientras que otros se benefician del aplazo.

La procrastinación académica está presente en diferentes niveles educativos de hecho, este problema persiste incluso a nivel de posgrado con la redacción de tesis. Esto es evidente en cada generación específicamente de un estudiante de la licenciatura en Salud Intercultural.

El aprendizaje autorregulado es considerado como una herramienta eficaz para lograr disminuir el acto de procrastinar y la solución es que el estudiante en salud logre autorregularse al igual que el docente. Un ser autorregulado permite la reflexión constante de nuestra actuar, plantearse una meta en específico es el primer paso de la autorregulación, por lo tanto, en cada clase se le pidió al alumno generar objetivos y otorgarle la libertad de elegir cualquier andamiaje, para llegar a la meta.

Posteriormente cada estudiante ejecuta su propia estrategia como resultado otorga autonomía del control de su aprendizaje. Al final se hace autorreflexión sobre el conocimiento adquirido y por supuesto también se analiza el fracaso. El ciclo del aprendizaje autorregulado es dinámico por lo que el alumno puede adentrarse las veces necesarias para que pueda llegar a su objetivo. Cuando un estudiante logra autorregularse da paso a la metacognición, sin embargo, las posturas sobre este ámbito están centradas en contextos áulicos y no contextos virtuales.

Al estar inmersos en entornos digitales durante el confinamiento por coronavirus SARS-COV2, surgen diferentes factores que generan dificultades para que el estudiante logre autorregularse, entre ellos, gracias a los instrumentos empleados como la entrevista semiestructurada nos confirma que las llamadas tecnologías de la información y comunicación es decir TIC que se utilizan para el proceso de aprendizaje a través de elementos tecnológicos, como: ordenadores, dispositivos inteligentes, entre otros. Son un arma de doble filo. Hoy en día el internet es una ventaja para el aprendizaje porque nos acerca al conocimiento de una forma más sencilla, de hecho, en toda la historia, las generaciones de hoy en día tienen mayor acceso a la información. El autor Pereira en su libro titulado Los nativos digitales no existen hace énfasis en que deberían llamarse huérfanos digitales.

Porque es una realidad que los estudiantes tienen dificultades a la hora de indagar o durante la navegación en la web, existen distractores que propician procrastinar como las redes sociales, música, series entre otros. Los estudiantes deben ser guiados en su aprendizaje a distancia, he ahí la importancia de generar la autorregulación en los estudiantes de la licenciatura en salud. Al término de la intervención, el estudiante aplicará las estrategias para planificar y controlar sus procesos de aprendizaje con el objeto de potenciarlo. Cuando se le pide al estudiante que autorregule su proceso de aprendizaje, el profesor debe de autorregular su proceso de enseñanza. Para ello es fundamental la supervisión y regulación, por parte del profesor, de su propia actividad y metodología utilizada. Así, las principales fuentes de información a utilizar serán proporcionado por los estudiantes, verbal o a través de su ejecución, y el intercambio de ideas, opiniones y experiencias tanto con otros profesores como especialistas en el tema.

Por lo tanto, en la presente tesis de investigación se puede argumentar que la hipótesis de acción fue favorable para algunos alumnos y se desarrolló de manera gradual, gracias a la intervención docente utilizando la herramienta del aprendizaje autorregulado. Para contrarrestar la Procrastinación Académica en los estudiantes de salud intercultural a través de la autorregulación del alumno. Luego de realizar la intervención en el ambiente de aprendizaje y analizar los resultados obtenidos se puede concluir que tal como lo reporta la literatura especializada, el uso de andamiajes favorece el desempeño en las tareas de aprendizaje de los estudiantes por ejemplo facilitarles archivos pdf, diagramas, video conferencias, revistas indexadas etc. Ahora bien, estos andamiajes estaban descritos en inglés por lo que algunos estudiantes no se beneficiaron de ello. Además el hecho que los andamiajes sean otorgados en ambientes de aprendizaje autorregulado, permite que los ELSI usen estrategias cognitivas y metacognitivas que favorecen su comprensión, y por ende mejoran su desempeño para lograr la meta, sin embargo, al analizar los resultados de la población de estudio, se puede concluir que no es suficiente con ofrecer un modelo de autorregulación del aprendizaje puesto que algunos alumnos no requieren autorregularse, por otro lado algunos otros inconscientemente crean autorregulación.

En relación con el objetivo planteado, lograr disminuir la procrastinación académica en los estudiantes en Salud Intercultural ha determinado que no es benéfico en algunos estudiantes ya que se benefician del aplazamiento y como resultado obtienen un mejor rendimiento académico, la procrastinación no sólo implica una dificultad en el manejo de tiempo, sino que se constituye como un proceso complejo que involucra aspectos, cognitivos y disciplina, en conclusión existen dos tipos de procrastinadores: los procrastinadores activos y los procrastinadores pasivos.

Los primeros son los llamados tradicionales, son aquellas personas que se caracterizan por ser indecisas y por no completar las tareas asignadas en tiempo y forma como resultado bajo rendimiento académico y déficit de autorregulación. Los procrastinadores activos, en cambio, prefieren trabajar bajo presión y tomar decisiones deliberadas para posponer las cosas como resultado cumplen el objetivo con buen rendimiento académico e inconscientemente procrean la autorregulación. Los autores Hsin y Nam afirman que, si bien es cierto que en los dos casos las personas procrastinan de la misma forma, pero existen características similares entre los no procrastinadores y los procrastinadores activos relacionadas con el manejo de tiempo, la percepción de autoeficacia, disciplina y por supuesto los estilos de afrontamiento.

Referencias

Busko, D. (1998). Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model. Ontario: University of Guelph. https://www.collectionscanada.gc.ca/obj/s4/f2/dsk2/tape15/PQDD_0004/MQ31814.pdf

Domínguez, S. (2017). Procrastinación académica, afrontamiento de la ansiedad pre-examen y rendimiento académico en estudiantes de psicología: análisis preliminar. Cultura, 31, 181-193. doi:10.24265/cultura.2017.v31.10

Latorre, A. (1996). El Diario como Instrumento de Reflexión del Profesor Novel. Actas del III Congreso de E. F. https://www.redalyc.org/pdf/1735/173553865009.pdf

Latorre, A. (2005). La investigación-acción. Conocer y cambiar la práctica educativa. (3ª ed.). Barcelona, España: Editorial Graó. https://www.uv.mx/rmipe/files/2019/07/La-investigacion-accion-conocer-y-cambiar-la-practica-educativa.pdf

Maturana, H. (2002). Transformación en la convivencia (Segunda ed.). Santiago de Chile: Dolmen Ediciones S.A. http://materiadeapoioaotcc.pbworks.com/f/H.+Maturana+-+Transformacion+en+la+convivencia+(ES).pdf

Monzón, M. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. Apuntes De Psicología, 25(1), 87–99. https://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/117

Navarrete E., Farfán M. (2016). Investigación acción de la reflexión a la práctica educativa. Ediciones académicas con pedagogía colofón.

Pedreira, J., Lluna, S. (2017). Los nativos digitales no existen. Cómo educar a tus hijos para un mundo digital. Vizcaya: Ediciones Deusto. Mimetiz. https://www.educacionyfp.gob.es/dam/jcr:d970fb66-f029-46c1-9003-e169a2bfdffe/pe-n9-rec01-mjose-sosa.pdf

Perrenoud, P. (2007). Desarrollar la práctica reflexiva en el oficio de enseñar Profesionalización y razón pedagógica México : Colofón. https://coleccion.siaeducacion.org/sites/default/files/files/6_perrenoud_philippe_2007desarrollar_la_practica_reflexiva.pdf

Rosas, L., (2001). La concepción pedagógica como categoría de análisis para el proceso de formación de maestros de las escuelas rurales. Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (México) , XXXI (2), 9-58. https://www.redalyc.org/pdf/270/27031202.pdf

Santos, G. (2017). Dime cómo evalúas y te diré qué tipo de profesional y de persona eres. Revista Enfoques Educacionales. https://enfoqueseducacionales.uchile.cl/index.php/REE/article/view/47513

Schunk, D. (1994). Self-regulation of self-efficacy and attributions in academic settings. Issues and educational applications. Hillsdale. https://psycnet.apa.org/record/1994-97658-003

Solomon, L.J., Rothblum, E.D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. Journal of Counseling Psychology, 31, 503- 509. https://doi.org/10.21865/RIDEP43_149

Strunk, K., Cho, Y., Steele, M. y Bridges, S. (2013) Development and validation of a 2 x 2 model of time-related academic behavior: procrastination and timely engagement. Learning and individual differences, 25, 35-44. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1041608013000332?via%3Dihub

Wells, A. (2009). Metacognitive therapy for anxiety and depression. New York: Guilford. https://psycnet.apa.org/record/2008-15953-000

Wolters, C. (2003). Understanding procrastination from a self-regulate learning perspective. Journal of Educational Psychology, 95, 179-187. https://doi.org/10.1037/0022-0663.95.1.179

Zabala, A. (2000). La práctica educativa. Como enseñar. Editorial Graó, de serveis pedagógics. https://des-for.infd.edu.ar/sitio/profesorado-de-educacion-inicial/upload/zavala-vidiella-antoni.pdf

Zimmerman, B. (2011). Motivational sources and outcomes of self-regulated learning and performance. Handbook of self-regulation of learning and performance (https://psycnet.apa.org/record/2011-12365-004

Zimmerman, B. J., Martínez-Pons, M. (1986). Development of a structured interview for assessing student use of self-regulated learning strategies. American Educational Research Journal, 23, 614- 628. https://www.researchgate.net/profile/Manuel-Martinez-Pons/publication/232550661_Construct_Validation_of_a_Strategy_Model_of_Student_Self-Regulated_Learning/links/00b4953caef49b5211000000/Construct-Validation-of-a-Strategy-Model-of-Student-Self-Regulated-Learning.pdf

Zimmerman, B., Moylan, A. (2009). Self-regulation: Where metacognition and motivation intersect. Handbook of Metacognition in Education. https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1135755X14000037#bbib0280