

Procrastinación y rendimiento académico: Un estudio descriptivo

Isabel Hernández y Daniel García-Gallardo

Universidad Nacional Autónoma de México-Facultad de Estudios Superiores Iztacala

Resumen

En algunos estudios sobre procrastinación en el ámbito académico, la procrastinación se ha medido como la demora voluntaria en empezar la tarea a pesar de las consecuencias; adicionalmente, se han evaluado los factores asociados a la demora y su relación con el rendimiento académico; sin embargo, los hallazgos han sido contrastantes, lo que podría ser resultado del tipo de instrumentos empleados para medir ambas variables. Una propuesta para abordar lo anterior es medir la procrastinación como el desfase temporal expresado en días entre lo que el estudiante planea hacer (criterios planeados) y lo que hace (criterios efectivos) para realizar una tarea; y el rendimiento académico como la calificación obtenida. Para explorar lo anterior, se realizó el presente estudio con el objetivo de identificar si hay un desfase temporal entre los criterios planeados y efectivos, y analizar su relación con el rendimiento académico de una tarea escolar en estudiantes universitarios. Los resultados mostraron que la mayoría de los estudiantes procrastinaron; sin embargo, no se encontró una relación directa con el rendimiento académico. Los hallazgos se discuten en términos de la distribución temporal y de trabajo de cada participante, así como el análisis de la evaluación de cada tarea.

Palabras clave: procrastinación, rendimiento académico, desfase temporal, tarea académica.

En el ámbito académico una de las definiciones de procrastinación que emplean con más frecuencia es la demora voluntaria en empezar alguna tarea académica a pesar de las consecuencias que pueda tener (Cano et al., 2016; Domínguez & Campos, 2017; Domínguez et al., 2014; Esteban & Torres, 2013; Gustavson & Miyake, 2017). Al respecto, se han realizado diversas investigaciones

que han evaluado la procrastinación en estudiantes mediante el uso de instrumentos, cuestionarios o entrevistas y han analizado su relación con otras variables como el nivel de satisfacción académica, la autoeficacia, la autoestima y el rendimiento académico (Babadogan, 2010; Duru & Balkis, 2014; Domínguez & Campos, 2017; Ghadampour et al., 2017).

Con relación al rendimiento

académico, algunos autores asumen que hay una relación entre procrastinación y bajo rendimiento académico (Babadogan, 2010; Duru & Balkis, 2014; Domínguez & Campos, 2017; Ghadampour et al., 2017; Goroshit, 2018; Hidalgo-Fuentes et al., 2021; Kim et al., 2017; Kim & Seo, 2015; Ramos et al., 2017), definido este último en el presente escrito como la mala calidad de logros del estudiante en cierta asignatura, generalmente medido con el promedio de calificaciones que el estudiante obtiene en su plan curricular (Carpio et al., 2018).

Un ejemplo de lo descrito en el párrafo anterior es el estudio de Hidalgo-Fuentes y colaboradores (2021), quienes evaluaron la relación entre procrastinación y rendimiento académico en estudiantes universitarios. Para ello aplicaron la Escala Corta de Procrastinación Académica ([APS] McCloskey, 2015), en dicha escala se evalúan las creencias psicológicas sobre las habilidades, distractores de atención, factores sociales, habilidades de gestión del tiempo e iniciativa personal y pereza; mientras que para el rendimiento académico se tomó el auto reporte del promedio del curso en el que estaban inscritos. En términos generales, se encontró una relación

negativa entre ambas variables, es decir, a mayor procrastinación, menor rendimiento y a menor procrastinación, mayor rendimiento académico.

Por otra parte, Ramos y colaboradores (2017) analizaron la relación entre procrastinación, adicción al uso del internet y el rendimiento académico en estudiantes universitarios. La adicción al uso del internet se evaluó con la Escala de Adicción a Internet ([EAIL] Lam-Figueroa et al., 2011) caracterizada por medir características sintomatológicas y disfuncionales relacionadas al uso del internet; la procrastinación se evaluó con la Escala de Procrastinación de Álvarez (2010) que mide la tendencia de posponer o retrasar la realización de la tarea, y el rendimiento académico se obtuvo mediante el reporte verbal de los participantes quienes valoraron su rendimiento en uno de tres niveles: alto, medio o bajo. Los principales hallazgos reportados mostraron un mayor rendimiento en aquellos con menor procrastinación y adicción al internet, mientras que aquellos con mayor procrastinación y adicción al internet presentaron un bajo rendimiento académico.

Siguiendo la línea de los estudios anteriormente descritos, Ryung y Hee (2015) reportaron resultados opuestos en un metaanálisis sobre artículos en los que se evaluó la relación entre estas dos variables. El rendimiento académico se midió con el promedio de calificaciones que los estudiantes obtuvieron en un semestre, mientras que al evaluar la procrastinación con la escala de Choi y Moran (2009) se encontró una relación positiva entre procrastinación y rendimiento académico, y en estudios en los que emplearon escalas de Aitken (1982), Lay (1986) y Tuckman (1991) la relación era negativa. Una posible explicación de los resultados está relacionada con el tipo de evaluación que se hace en cada escala, por ejemplo, en el caso de la escala de Choi y Moran se evalúa la capacidad para cumplir con los plazos de entrega del trabajo y la satisfacción de los resultados; mientras que el resto de los instrumentos están enfocados a evaluar la frecuencia de procrastinación, identificar si la procrastinación es caracterizada como un problema, el deseo de dejar de procrastinar y las razones de hacerlo.

Los resultados contrastantes en los estudios ponen de relieve los diferentes

enfoques que tienen los instrumentos para evaluar la procrastinación, diferencias como omitir información sobre los parámetros temporales de la demora en la realización de una tarea, o si los participantes han realizado una planeación sobre cómo distribuirían sus actividades para cumplir con la tarea pueden influir en los resultados reportados; además de que los instrumentos recolectan datos de lo que el estudiante recuerda de su desempeño pasado y los resultados presentados pueden ser susceptibles a la distorsión de la información (García-Gallardo et al., 2020). Otro aspecto a considerar es el tipo de actividades que los participantes realizan y que son incompatibles con la realización de la tarea, que a pesar de que algunos autores mencionan factores como el uso del internet desde computadoras y dispositivos móviles (Ramos et al., 2017), siendo medios que se utilizan típicamente para la realización de las tareas académicas, no resulta claro qué uso le están dando los estudiantes o cuánto tiempo dedican a utilizar plataformas o aplicaciones que son incompatibles con que inicien la tarea.

Una propuesta con un abordaje diferente implica desarrollar una definición operacional de procrastinación

que contemple las diferencias entre los estudios que se han reportado. Para llevar a cabo lo anterior, en el presente trabajo se propone un abordaje teórico interconductual, cuya unidad de análisis en el ámbito educativo es la interacción bidireccional entre el docente y el estudiante, cuyo resultado es el conocimiento (Canales et al., 2005).

Un ejemplo de una interacción en el ámbito educativo consiste en que el docente solicite que los estudiantes entreguen un trabajo académico, en dicha interacción el docente establece el criterio que el estudiante tiene que satisfacer, además de especificar la forma de adecuación geográfica, morfológica y temporal del cumplimiento; mientras que el estudiante generará las condiciones necesarias, tales como la planeación y ejecución de los criterios para satisfacer lo que le fue impuesto (García-Gallardo et al., 2020). En este sentido, se esperaría que el estudiante se ajuste a los criterios que planeó para la elaboración de su trabajo; sin embargo, si hay un desfase entre los criterios planeados y los criterios efectivos, es decir, la diferencia temporal entre lo que el estudiante planeó hacer y haberlo hecho después, se puede conceptualizar como procrastinación

académica.

Derivado del párrafo anterior, la definición operacional es el desfase temporal entre los criterios planeados (lo que el estudiante diseña para elaborar un trabajo académico) y los criterios efectivos (cumplimiento de los criterios planeados) de la tarea. El desfase temporal ocurre cuando la realización de la tarea se da después de la distribución temporal en la que se planeó y previo al criterio temporal establecido por el docente para la entrega de la tarea. A manera de ejemplo y para ilustrar un caso de procrastinación, supongamos que un estudiante planea empezar un ensayo cuatro días antes de la fecha de entrega y empieza un día antes, la distribución temporal de los criterios efectivos por el estudiante no se corresponden con los criterios planeados; mientras que los casos en los que no se puede hablar de procrastinación son cuando el estudiante empieza el ensayo antes de lo que planeó o después de la fecha de entrega solicitada por el docente.

Una de las principales ventajas de la presente propuesta es la obtención de parámetros temporales entre lo que el estudiante planea hacer y en qué momento lo hace, considerando que es el estudiante

quien establece dichos parámetros y la observación de su desempeño se realiza de manera directa; además de que se consideran los diferentes factores que influyen en la demora en el inicio de la tarea, tales como utilizar aplicaciones, plataformas o programas que son incompatibles con la realización de esta mediante el registro de uso de dichos dispositivos. Derivado de lo anterior, se propone explorar si la definición operacional desarrollada permite generar evidencia sobre la relación entre procrastinación y rendimiento académico, entendiendo esta última como la calificación obtenida en la tarea, adicionalmente se considera registrar el uso de la computadora y dispositivos móviles de los estudiantes. Por lo anterior, el objetivo del presente estudio fue identificar si hay un desfase temporal entre los criterios planeados y efectivos, y analizar su relación con el rendimiento académico de una tarea escolar en estudiantes universitarios.

MÉTODO

Participantes

Participaron 19 estudiantes de primer semestre de la licenciatura en psicología de la FES Iztacala.

Aparatos e instrumentos

Se utilizaron equipos de cómputo y móviles personales con conexión a internet. Se utilizó el software ProcrastriTracker®, el cual es una herramienta que permite registrar la hora en que se usa el equipo, el tiempo de uso, tipo de programas empleados y el nombre de páginas consultadas en internet en el equipo de cómputo; además se utilizó la aplicación Quality Time® que permite obtener un registro de la hora en la que utilizan el móvil, tiempo de uso y tipo de aplicaciones empleadas en el teléfono móvil. Tanto el software como la aplicación no registran contraseñas ni datos que vulneren la seguridad digital de los participantes. La tarea que debían realizar los participantes se llevó a cabo en la plataforma de Google Drive LLC® de manera remota.

Procedimiento

Se invitó a estudiantes de primer semestre de la licenciatura en psicología a participar en el estudio, una vez que aceptaron se les proporcionó el consentimiento informado. Posteriormente se les mostró un tutorial de descarga y uso del software y de la aplicación que tenían que descargar en sus

equipos, además de indicarles cuáles archivos generados por éstos debían de enviar al investigador diariamente.

Durante la sesión informativa, se les explicó a los participantes la tarea que debían realizar, la cual consistía en realizar un ensayo de una de las unidades del contenido curricular en el que se encontraban inscritos los participantes. La composición del ensayo cubría cinco secciones: introducción, desarrollo, conclusión, discusión y referencias; el requisito para realizar el ensayo fue que los participantes lo hicieran en el documento que se les compartió previamente en Google Drive. Se les informó a los participantes que contaban con 22 días naturales para realizar el ensayo y se les solicitó que planearan el desglose de las secciones del ensayo y la fecha de cumplimiento en la hoja de planeación (Anexo 1), esto con la finalidad de obtener datos de los criterios planeados.

Una vez que concluyó la sesión informativa los participantes podían iniciar con el ensayo, la entrega se tenía que realizar vía correo electrónico el día 22 independientemente de si terminaron la tarea días antes, la hora límite de entrega fueron las 11:59 pm. Cada sección del ensayo tenía un valor asignado y la suma

de estos valores formaron parte de la calificación final (Tabla 1), se penalizaron con restar décimas a la evaluación final errores: ortográficos, gramáticos, de sintaxis, imprecisiones, de citación, de estructura, así como conclusiones inapropiadas u omisiones.

Tabla 1.
Valores asignados a cada sección del ensayo

Sección	Valor
Introducción	3
Desarrollo	3
Conclusiones	3
Discusión	1
Total	10

RESULTADOS

Los resultados que se presentan corresponden a la medición de procrastinación y rendimiento escolar, finalmente se presenta un análisis adicional sobre los datos obtenidos de la aplicación y programa utilizados. Es importante señalar que solamente se incluyeron en el análisis los participantes que concluyeron en su totalidad con la tarea, mientras que se dejaron fuera del análisis aquellos que no iniciaron con la tarea.

Con relación a la medición de procrastinación, se puede observar en la Figura 1 la distribución temporal entre los criterios planeados y los criterios efectivos. Es preciso señalar que el número de los criterios planeados varió en cada participante dado que estuvieron en función de lo que cada uno de ellos consideró pertinente para la realización de

su trabajo y el ritmo de trabajo que efectuarían. De manera general, lo que se puede observar es que en todos los participantes hay un desfase entre los criterios planeados y los criterios efectivos, es decir, la mayoría de los participantes cumplieron con las secciones planeadas días después de la fecha que habían establecido.

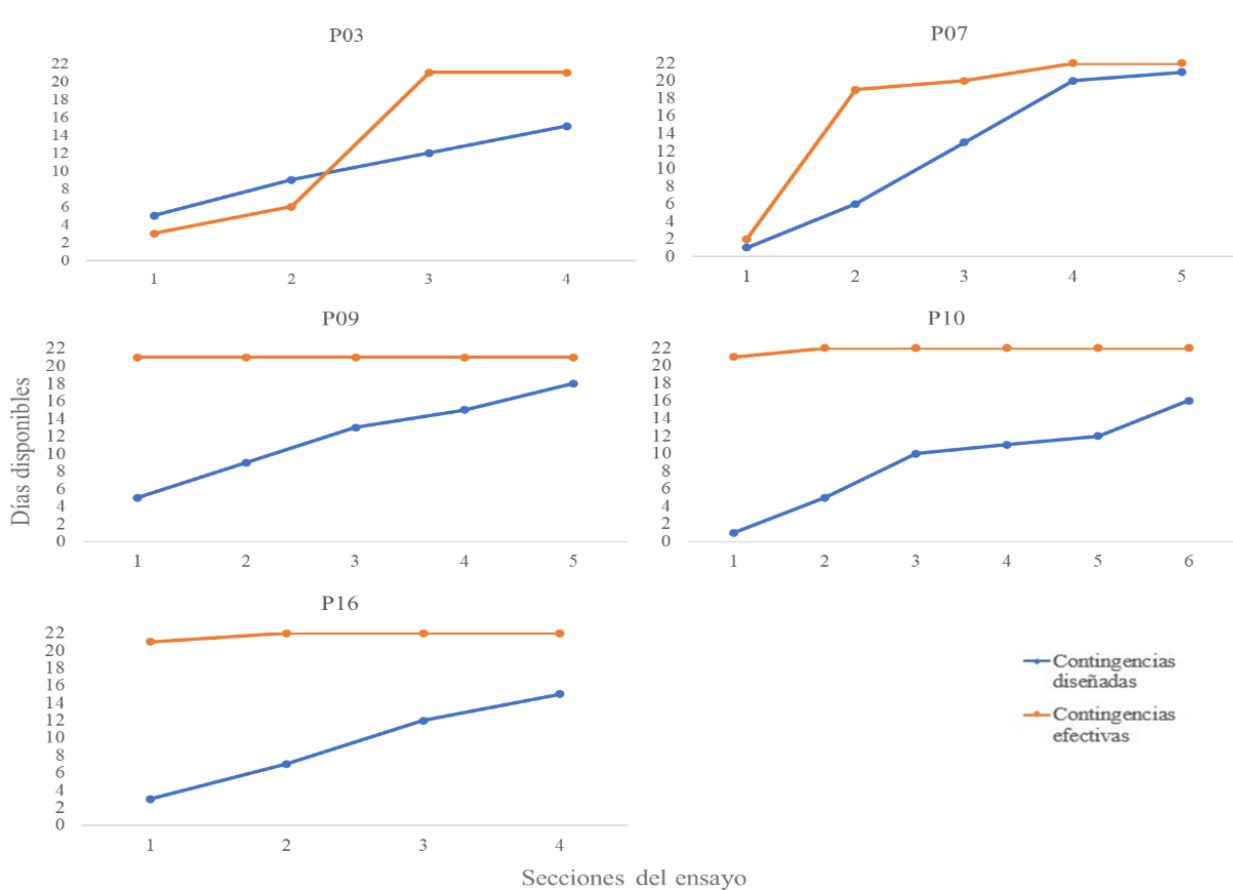


Figura 1. Distribución temporal entre los criterios planeados y los criterios efectivos para cada uno de los participantes.

Respecto al rendimiento académico, este se midió con la calificación obtenida en el ensayo. La calificación máxima que podían obtener era de 10, el indicador de alto rendimiento académico era obtener la calificación máxima u 8, mientras calificaciones inferiores a 8 se consideraron como un bajo rendimiento académico. Para

establecer el criterio de alto o bajo rendimiento académico se tomó en cuenta la media de calificación aprobatoria establecida en el Reglamento General de Exámenes de la FES Iztacala. En la Figura 2, se muestra que solo un participante obtuvo un alto rendimiento escolar a diferencia de los demás participantes.

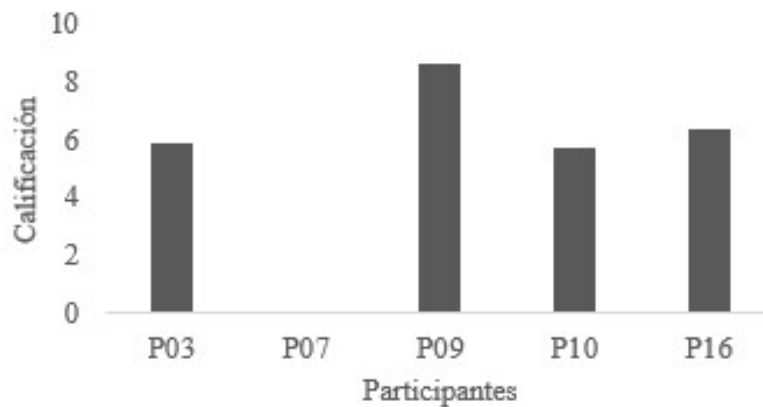


Figura 2. Calificación obtenida en el ensayo por cada participante

De manera adicional, se muestran en la Figura 3 las calificaciones obtenidas por cada participante en cada uno de los ejes que el docente evaluó en el ensayo. En términos generales, se observa que la mayoría de los participantes obtuvieron una mayor calificación en el eje de introducción, mientras que todos los

participantes obtuvieron 0 en el eje de referencias. Es importante señalar que en el caso del participante 7 a pesar de haber enviado el ensayo, se evaluó con 0 debido a que se identificó plagio en el eje del desarrollo por lo que se suspendió la evaluación de los demás ejes.

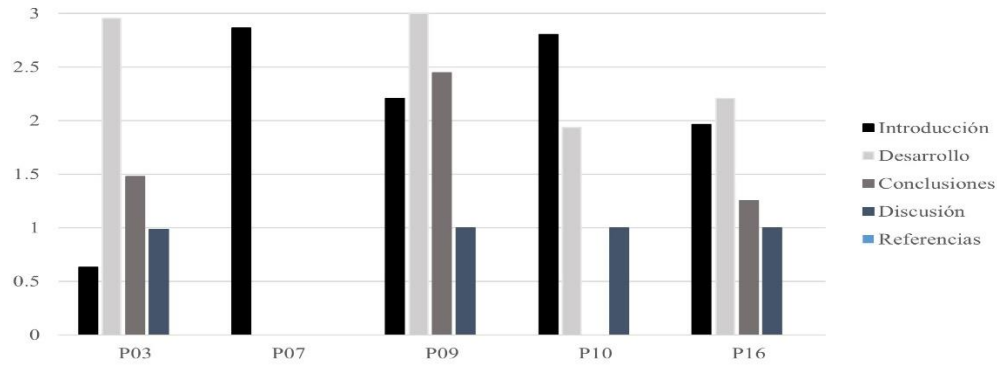


Figura 3. Calificaciones obtenidas en cada eje del ensayo por cada participante

Finalmente, se muestra el análisis de los datos obtenidos por la aplicación Quality Time y el software ProcastriTracker, dicho análisis se obtuvo a partir de los datos proporcionados por cada participante en el que se tomó el tiempo total de uso del equipo de cómputo y móvil durante el estudio y se sacó el porcentaje de tiempo en el que utilizaron

algunos programas o aplicaciones (Figura 4). De manera general se observa que la mayoría de los participantes invierten la mayor parte de su tiempo en el móvil usando aplicaciones de entretenimiento, mensajería y redes sociales, mientras que en la computadora la mayoría de los participantes invierten la mayor parte de su tiempo en programas de productividad.

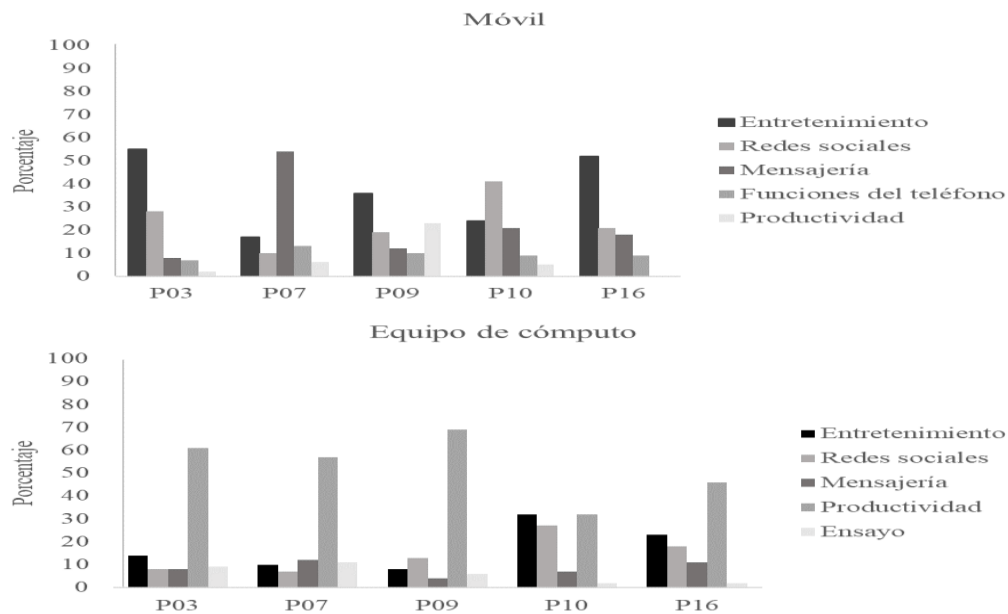


Figura 4. Porcentaje de tiempo en la que los participantes usan aplicaciones o programas en su móvil y equipo de cómputo

DISCUSIÓN

Con el propósito de identificar si hay un desfase temporal entre los criterios planeados y efectivos y analizar su relación con el rendimiento académico de una tarea escolar en estudiantes universitarios, se llevó a cabo el presente estudio. La definición operacional propuesta de procrastinación permitió desarrollar una tarea con la que se pudo medir la diferencia entre lo que el estudiante planea hacer y el momento en que lo hace, subsanando las limitaciones de otros enfoques metodológicos para el análisis de la procrastinación.

Un aspecto relevante por señalar es que la mayoría de los participantes no iniciaron la tarea, esto se pudo deber a que el periodo en el que se les asignó la tarea coincidió con el final de semestre, aunado a que hubo quienes tuvieron problemas con sus equipos de cómputo y ello les impidió realizar la tarea, lo que podría estar relacionado con un aumento en el número de tareas académicas que eran incompatibles con los objetivos para la tarea del estudio. Con relación a los participantes que sí cumplieron con la tarea, se pudo observar que todos tuvieron un desfase entre los criterios planeados y los criterios efectivos, además en la

mayoría de los casos cumplieron con los criterios efectivos uno o dos días previos a la entrega del ensayo. Lo anterior puede estar relacionado con que el tiempo que se les dio para cumplir con el ensayo fue mayor al tiempo efectivo que tenían que invertir para realizarlo, es decir, el tiempo disponible para realizar el ensayo fue más que el tiempo que los participantes necesitaron para completar el ensayo.

Respecto al rendimiento académico, cuatro de los participantes obtuvieron un bajo rendimiento académico, siendo preciso señalar que en un caso la evaluación se dejó inconclusa por haber encontrado plagio en el ensayo, para los demás casos se observaron argumentos insuficientes para cubrir con las secciones de desarrollo y conclusiones, así como varios errores ortográficos y de sintaxis que les restaron décimas en la calificación final; mientras que solo uno de los participantes obtuvo un alto rendimiento académico, es importante señalar que no se llevaron a cabo revisiones para que los participantes estuvieran en condiciones de realizar correcciones para mejorar su trabajo. Los resultados encontrados en la mayoría de los participantes son consistentes con lo que se reporta en la

mayor parte de la literatura respecto a la relación negativa entre las variables (e. g. Babadogan, 2010; Duru & Balkis, 2014; Domínguez & Campos, 2017; Ghadampour et al., 2017; Goroshit, 2018; Hidalgo-Fuentes et al., 2021; Kim et al., 2017; Kim & Seo, 2015; Ramos et al., 2017); sin embargo, el que uno de los participantes haya obtenido un alto rendimiento académico parece sugerir que una variable que interviene son las habilidades del estudiante para escribir ensayos.

La habilidad de los estudiantes para escribir se va desarrollando conforme van desplegando habilidades enfocadas en la identificación, el dominio del vocabulario, uso correcto de la sintaxis y uso conceptual de modos lingüísticos del ámbito en el que se desempeñan (Pacheco et al., 2010), lo anterior cobra sentido al considerar que los participantes de este estudio eran de primer semestre, por lo que han tenido poco contacto con materiales y revisiones que les permitan desarrollar las habilidades escritoras necesarias para cumplir con los criterios que el docente impone para la realización de trabajos académicos, y probablemente el participante con mayor rendimiento

académico ha tenido una historia de contacto con la escritura diferente.

Por otra parte, los hallazgos reportados en el presente estudio aportan evidencia en el área de procrastinación y rendimiento académico homogenizando; algunas de las diferencias que se observan en otros estudios, tales como la ambigüedad en la dimensión temporal se subsanan con la medición de la diferencia entre lo que el estudiante planea y lo que efectúa (Hidalgo-Fuentes et al., 2021; Ramos et al., 2017; Ryung y Hee, 2015). Otra limitación en estudios anteriores era que los estudiantes tenían que recordar su desempeño pasado para responder los instrumentos, lo que podía ser susceptible de sesgos en los que por deseabilidad social respondieran de cierta manera, en el presente estudio no se les preguntó a los estudiantes si ya hicieron o no lo que planearon, simplemente se comparó en tiempo real su desempeño con los criterios planeados, lo que evita caer en sesgos de cualquier tipo.

En lo que respecta el uso de aplicaciones y programas usados por los participantes, la evidencia parece ser consistente con lo reportado por Ramos y colaboradores (2017) en el sentido de que estar conectados

por varias horas a sitios web relacionados con actividades de ocio propicia posponer la realización de actividades escolares, lo que está relacionado con un menor rendimiento académico. Es preciso señalar que el estudio se llevó a cabo en un periodo previo al confinamiento por la pandemia de COVID-19, por lo que el uso de redes sociales estaba principalmente enfocado a actividades de entretenimiento más que a cubrir aspectos de trabajo. En los resultados presentados se observó que la mayoría de los participantes con menor rendimiento académico en este estudio usaban en mayor medida redes sociales, mensajería y entretenimiento, mientras que el participante con mayor rendimiento académico usaba en su mayoría aplicaciones relacionadas a la productividad académica y al ensayo. Lo anterior podría ser un indicador de que a mayor uso de internet dedicado a actividades de ocio y entretenimiento habrá un mayor desfase entre los criterios planeados y efectivos, ya que es importante considerar el aumento que ha habido en el uso de plataformas y redes sociales como medio de comunicación entre el docente y el estudiante (Gómez & Martínez, 2022), lo cual puede llegar a hacer más probable que los estudiantes

realicen otro tipo de actividades no compatibles con las tareas académicas y por ende se observe procrastinación.

Finalmente, las implicaciones teórico-metodológicas del presente estudio permiten estudiar el desfase entre lo que el estudiante planea hacer para realizar una tarea y el momento en que realmente lo hace, lo que típicamente se denomina procrastinación. Se sugiere para futuros estudios contemplar las habilidades del estudiante para la realización de la tarea con la finalidad de controlar el efecto de las habilidades que pudieran tener, así como el tiempo disponible que tienen para hacerla, el tiempo efectivo en el que podrían concluir la y asignar diferentes tareas para estimar si hay tendencia a demorar el inicio de cierto tipo de tareas.

REFERENCIAS

- Aitken, D. (1982). College student performance, satisfaction, and retention: Specification and estimation of a structural model. *The Journal of Higher Education*, 53(1), 32-50.
- Álvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una

- muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona*, 13, 159-177.
- Babadogan, C. (2010). The impact of academic procrastination behaviors of the students in the certificate program in English language teaching on their learning modalities and academic achievements. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 2(2), 3263-3269.
- Canales C., Morales G., Silva H., Arroyo R., Pichardo A. & Pacheco V. (2005). Análisis funcional del ajuste lector en el ámbito educativo. En C. Carpio & J. Irigoyen (Eds). *Psicología y educación. Aportaciones desde la teoría de la conducta* (pp. 69-86) UNAM.
- Carpio, C., Pacheco, V., Carpio, C., Morales, G., Canales, C. & Ávila, R. (2018). Atención al riesgo académico en el bachillerato. Avances conceptuales y metodológicos. En C. Carpio, V. Pacheco, R. Rodríguez & G. Morales (Eds). *Riesgo Académico. Un modelo de intervención, evidencia y extensiones* (pp. 1-23) UNAM.
- Cano, G., Palomá, O. & Rojas, P. (2016). Procrastinación y factores relacionados para su análisis en la educación superior. *Revista de Investigaciones*, 7(1), 32-39.
- Choi, N. & Moran, V. (2009). Why not procrastinate? Development and validation of a new active procrastination scale. *Journal of Social Psychology*, 149, 195-211.
- Domínguez, A., Villegas, G. & Centeno, B. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit*, 20(2), 293-304.
- Domínguez, A. & Campos, Y. (2017). Influencia de la satisfacción con los estudios sobre la procrastinación académica en estudiantes de psicología: un estudio preliminar. *Liberabit*, 23(1), 123-135.
- Duru, E., & Balkis, M. (2014). The roles of academic procrastination tendency on the relationships among self-doubt, self-esteem, and

- academic achievement. *Egitim ve Bilim*, 39(173).
- Torres, G., Padilla, A. & Dos Santos, V. (2017). El estudio de la procrastinación humana como un estilo interactivo. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 35(1), 153-163.
- García-Gallardo, D., Aguilar, F., Hernández, I. & Moreno, S. (2021). Procrastinación y autoregulación: una propuesta conceptual. En C. Carpio y V. Pacheco (Eds) *Regulación y autorregulación del aprendizaje en estudiantes universitarios* (123-142). UNAM: FESI.
- Ghadampour, E., Veiskarami, H. & Vejdandparast, H. (2017). The Effects of Teaching Motivation and Self-Esteem Strategies on Reducing Academic Procrastination: Evidence from Universities in Iran. *International Journal of Economic Perspectives*, 11(1).
- Gómez, D. & Martínez, M. (2022). Usos del internet por jóvenes estudiantes durante la pandemia de la covid-19 en México. *PAAKAT: Revista de Tecnología y Sociedad*, 12(22), 1-25.
- Goroshit, M. (2018). Academic procrastination and academic performance: An initial basis for intervention. *Journal of prevention & intervention in the community*, 46(2), 131-142.
- Gustavson, E. & Miyake, A. (2017). Academic procrastination and goal accomplishment: A combined experimental and individual differences investigation. *Learning and individual differences*, 54, 160-172.
- Hidalgo-Fuentes, S., Martínez-Álvarez, I., & Sospedra-Baeza, M. J. (2021). Rendimiento académico en universitarios españoles: el papel de la personalidad y la procrastinación académica. *European Journal of Education and Psychology*, 14(1), 1-13.
- Kim, S., Fernandez, S. & Terrier, L. (2017). Procrastination, personality traits, and academic performance: When active and passive procrastination tell a different story. *Personality and*

- Individual differences*, 108, 154-157.
- Kim, K. R., & Seo, E. H. (2015). The relationship between procrastination and academic performance: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 82, 26-33.
- Lay, C. H. (1986). At last, my research article on procrastination. *Journal of Research in Personality*, 20, 474-495.
- McCloskey, J., & Scielzo, S. A. (2011). Finally! The development and validation of the academic procrastination scale. Tesis doctoral.
- Morales, G., Cruz, N., Hernández, M., Canales, C., Silva, H., Arroyo, R., & Carpio, C. (2013). Contenido teórico del texto y formación de habilidades lectoras en estudiantes de psicología. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 18(56), 91-111.
- Ramos, C., Jadán, J., Paredes, L., Bolaños, M. & Gómez, A. (2017). Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios ecuatorianos. *Estudios pedagógicos* (Valdivia), 43(3), 275-289.
- Ryung, K. & Hee, S. (2015). The relationship between procrastination and academic performance: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 82, 26-33.
- Tuckman, W. (1991). The development and concurrent validity of the procrastination scale. *Educational and psychological measurement*, 51(2), 473-480.
- Zimmerman, B. J. (2000). Self-efficacy: An essential motive to learn. *Contemporary educational psychology*, 25 (1), 82-91.

ANEXO 1**Hoja de planeación**

Trabajo por realizar:

Sección temática

Fecha para cumplirlo