



Antecedentes

El término procrastinación proviene de la palabra en latín *procastinare* que significa el posponer o dejar las cosas para otro día o momento.

Para Ferrari, Johnson y Mc Cown (1995) se trata de un constructo que tiene una connotación negativa a partir de la Revolución Industrial.

Entre los egipcios el término denotaba la costumbre de evitar el trabajo y el pernicioso hábito de la pereza.

Para los Romanos se trataba de una actitud juiciosa de espera en los conflictos militares.

Para Freud en su texto sobre *Inhibición, síntoma y angustia* (1926) se trata de una alerta para el yo, del inconsciente reprimido.

La conducta de procrastinación es producto del éxito obtenido en ocasiones anteriores y que han dependido de factores ambientales.

Para Ellis y Knaus (1977) se trata de un sustento irracional sobre lo que implica terminar una tarea (metas altas e irreales) por lo tanto trata de evitar las consecuencias emocionales postergando la tarea.

La procrastinación es la tendencia a posponer o retrasar la finalización de una labor o tarea evitando la responsabilidad, decisiones y tarea que requieren ser desarrolladas (Haycock, Mc Carthy & Skay 1998)

Quienes tiene problemas con la procrastinación lo atribuyen a una actitud de flojera, indisciplina o problemas de la personalidad.

En muchos casos se atribuye a falta de atributos apropiados para el desempeño.

En muchos caso la procrastinación tiene efectos sobre el desempeño académico

Los estudiantes procrastinadores inician más tarde las tareas y el estudio. Se encuentran frecuentemente distraídos en otras tareas.

El procrastinador académico pospone las tareas casi siempre y casi siempre experimenta ansiedad relacionada con su actitud.

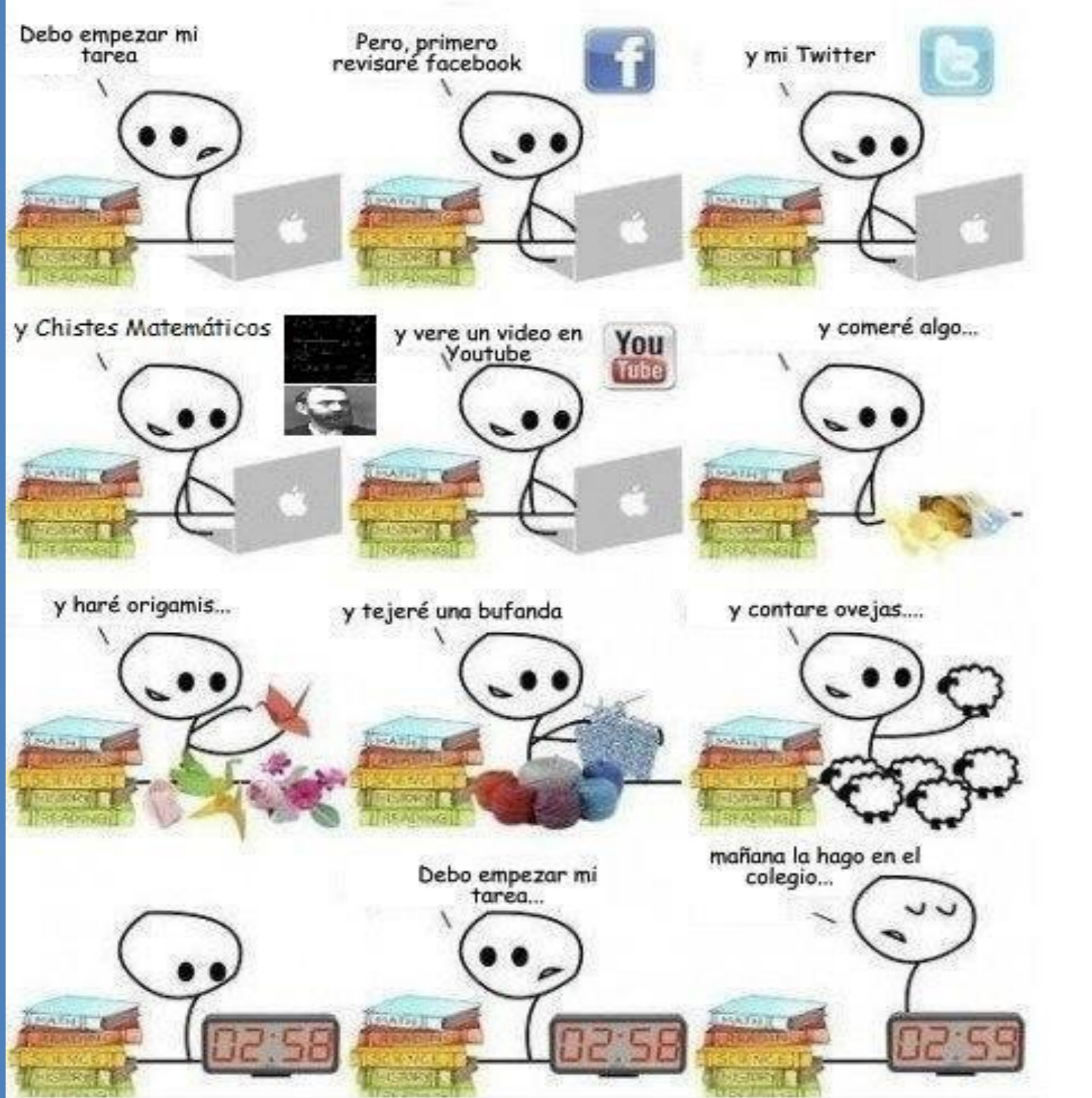
Objetivos: Conocer las prevalencia de Procrastinación académica en estudiantes de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia, UNAM

Conocer las causas de Procrastinación académica en estudiantes de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia, UNAM

Metodología: Se realizó un estudio de tipo descriptivo, la unidad de observación, fueron alumnos de las carreras de Lic. en Enfermería y Lic. en Enfermería y Obstetricia; el muestreo fue por conveniencia. En total se estudiaron a 50 alumnos y se les aplicó un cuestionario expofeso "Escala de Procrastinación académica", de 16 reactivos con escala de Liker de cinco puntos, con alfa de Cronbach de 0.80 validado por la Universidad de Lima.



EL ARTE DE LA PROCRASTINACION



Estados de la Procrastinación

- 1. Falsa seguridad**
No corre prisa por ahora... Me lo puedo tomar con calma...
- 2. Pereza**
Quizás debería ir pensando en comenzar... Nah!!!
- 3. Excusas**
Es que estoy ocupado ahora mismo... Me estoy tomando un descanso... ahora lo hago
- 4. Negación**
Todavía tengo tiempo... No necesito dormir...
- 5. Crisis**
¡¡¡NUNCA JAMAS dejaré las cosas para el último momentoooooo!!!
- 6. Repetición**

PROCRASTINACIÓN
O el arte de dejar las cosas para más tarde



Resultados:

Datos generales: Del total de la muestra estudiada (50 alumnos) el 74% son del sexo femenino y 26% masculino. Las edades de los alumnos fue del 58% correspondió a alumnos de 19 años a 21 años y el 42% a más de 21 años de edad. El 24% de los alumnos pertenecen a la Licenciatura en Enfermería y un 76% al programa de la Licenciatura en Enfermería y Obstetricia.

Respecto al semestre el 38% correspondió al 2º; 40% al 4º, un 2% al 6º semestre y 10% al 8º semestre.

Escala de Procrastinación. El 100% de la muestra mostró datos de procrastinación.

Solo un 4% afirmo que nunca cuando tiene una tarea, normalmente la deje para el último.

Solo el 8% afirmo que siempre se prepara por adelantado para los exámenes.

Solo un 14% siempre cuando le asignan lecturas, las lee la noche anterior. El 8% siempre revisa las lecturas el mismo día de la clase y el 4% siempre posterga las lecturas de los cursos que no le gustan.

El 30% siempre cuando tiene problema para entender algo busca ayuda.

Solo 81% siempre afirma asistir regularmente a clase.

El 36% siempre trata de completar el trabajo asignado lo más pronto posible, el 8% siempre posterga los trabajos de los cursos que no le gustan y el 22% trata siempre de terminar lo trabajos importantes con el tiempo que le sobra. Con el mismo porcentaje se toma el tiempo necesario para revisar sus tareas antes de entregarlas.

El 18% afirma que siempre intenta mejorar sus hábitos de estudio. Con este mismo porcentaje se afirma invertir tiempo necesario en estudiar aún cuando el tema sea aburrido. El 28% afirma que siempre trata de motivarse para mantener el ritmo de estudio.

Solo un 4% Siempre raramente deja para mañana lo que puede hacer hoy; sin embargo el 6% siempre disfruta del desafío que le significa la espera del último minuto para completar una tarea.

Conclusión: La procrastinación en la ENEO-UNAM amerita establecer programas que mejoren esta condición en beneficio del éxito académico y profesional.

Referencias Bibliográficas:

Álvarez Blas Jorge R. (2011) Procrastinación general y académica en estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. Revista persona.

Steel, P (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure *Phycological Bulletin*, 133(1), 65-69.

Ferrari, J. & Díaz-Morales, J. Perceptions of self concept and self presentation by procrastinators: further evidencie. *The Spanish Journal of Psychology*, 10(1), 91-96.