

# Adaptacion a la vida universitaria y procrastinacion academica en estudiantes de psicologia

## *Adaptation to life in college and academic procrastination in psychology students*

**Marisol Morales Rodríguez**

Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, México

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

**Joanna Koral Chávez López**

Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, México

[Joanna.koral.ch@gmail.com](mailto:Joanna.koral.ch@gmail.com)

### **Resumen**

El objetivo del presente estudio fue identificar los niveles de procrastinación académica y adaptación universitaria en estudiantes de Psicología de primer y séptimo semestre, y determinar la relación entre ambas.

Se basa en un enfoque cuantitativo, participaron 231 estudiantes de Psicología de la UMSNH; se utilizaron las escalas de Procrastinación Académica (Busko, adaptada por Álvarez, 2010) y el Cuestionario de Vivencias universitarias (Almeida, et al., 2001). Ambas se aplicaron a estudiantes de primer y séptimo semestre.

Los hallazgos destacan deficiencias en adaptación principalmente en factores como *institución y personal*, una adaptación media en *interpersonal, carrera y estudio*. En cuanto a procrastinación académica, predomina un nivel medio-bajo a bajo en *autorregulación académica* y alto en *postergar actividades*.

Se encontró que a menor procrastinación académica, mayor adaptación universitaria; los estudiantes más avanzados están mejor adaptados.

Se concluye que la procrastinación académica se relaciona con una deficiente adaptación del estudiante al ámbito universitario.

**Palabras clave:** Adaptación universitaria, Procrastinación académica, Estudiantes de Psicología.

### **Abstract**

The objective of the present study was to identify the levels of academic procrastination and university adaptation in psychology students in the first and seventh semester, and determine if there is a relationship between these.

It is based on a quantitative approach, the sample was 888 students of psychology of the UMSNH; were used the Academic procrastination scale (Busko, adapted by Álvarez, 2010) and University experience questionnaire (Almeida, et al., 2001). The scales were applied to students of first and seventh semester.

The findings highlight deficiencies in adaptation, mainly on factors such as *institution* and *personal*, an average adjustment in *interpersonal*, *career* and *study*. In academic procrastination, predominantly medium-low to low level in *academic self-regulation* and high level en *postpone activities*.

It was found a lower academic procrastination, greater university adaptation; the seventh semester students are better adapted.

It is concluded that the academic procrastination is related to a poor adjustment of the student to the university.

**Key words:** University adaptation, Academic procrastination, Psychology students.

**Fecha Recepción:** Febrero 2017

**Fecha Aceptación:** Julio 2017

---

### **Introducción**

El ingreso a la universidad demanda poseer un sinfín de habilidades y recursos personales para hacer frente a los requerimientos de un nuevo nivel educativo; no sólo se trata de valorar si se poseen conocimientos, sino de ponderar el papel que ejercen las aptitudes, habilidades cognitivas, los recursos afectivos personales y familiares, mismos que permitirán dar respuesta a las exigencias de una carrera universitaria.

Transitar al nivel superior significa que el adolescente se enfrentará a los desafíos de una educación más exigente, a fin de preparar el terreno para insertarse en un futuro, a la vida laboral; por lo que durante este trayecto pueden presentarse diversos obstáculos y problemáticas.

Ingresar a la universidad implica que el individuo afronte una serie de retos, relacionados con los cambios de desarrollo propios del final de la adolescencia y el inicio de la adultez, ya que no solo se hace referencia al desempeño académico sino a las expectativas sobre proyectos y metas (Márquez, Ortiz y Rendón, 2009).

En esta etapa es esperado que el adolescente integre su vocación a un proyecto de vida, fraguando un escenario de lo que desea llegar a ser en la vida adulta. Por lo anterior, el ingreso a la universidad no solo demanda un perfil vocacional del estudiante, sino poseer una adecuada capacidad adaptativa, lo que lo llevaría a establecer y mantener nuevas formas de relación con compañeros, con docentes, etc., adaptarse a un espacio físico diferente, controlar el estado de ánimo, manejar el estrés a raíz de las presiones académicas, tolerar las ambigüedades y en general, mantener el equilibrio entre derechos y responsabilidades, entre las necesidades personales y las demandas externas. Dicho equilibrio se da en función de la respuesta adaptativa.

La adaptación en palabras de Beltrán y Torres (2000, en Márquez, Ortiz y Rendón (2009) hace referencia a un ajuste a las circunstancias, un equilibrio entre las motivaciones y aptitudes del estudiante y las exigencias del contexto educativo.

La falta de adaptación lleva consigo una serie de problemáticas, que van desde el bajo rendimiento escolar, pasando por deficiencias en los hábitos y técnicas de estudio, dificultad en las interacciones, hasta la deserción escolar. De acuerdo con Tino (1996, en Rodríguez y Sotelo, 2014) la falta de adaptación es un factor que se asocia con abandono temprano de los estudios.

Como resultado del proceso de adaptación, el adolescente puede mostrar algunos comportamientos que limiten dicho proceso y postergar el cumplimiento de sus tareas académicas. La procrastinación es la tendencia a postergar o retrasar la finalización de una labor, evitando las responsabilidades, decisiones y tareas que requieren ser desarrolladas. No solo se trata simplemente de dejar para después las tareas o actividades previstas, sino que se

pierde el foco de atención sobre la importancia de realizar las actividades de manera ordenada y planificada en un tiempo determinado (Álvarez, 2010).

La procrastinación se hace evidente en fallas de la regulación académica, sin embargo el origen dichas fallas no solo corresponde a elementos meramente académicos, sino que se basa en una serie de factores psicológicos y sociales que abonan a una falta de motivación para cumplir y comprometerse poniendo en juego la capacidad de autorregularse.

### **1. Adaptación a la vida universitaria**

El paso a la universidad constituye un elemento crucial en el proyecto de vida del adolescente; se cristaliza una de las mayores aspiraciones y marca el inicio de su preparación para alcanzar una de las metas prioritarias: insertarse en el mundo productivo. Durante este trayecto confluyen una serie de variables que intervienen a favor o en contra del logro de sus objetivos.

El tránsito hacia la universidad conlleva para el estudiante cambios significativos en su estilo de vida; las exigencias son mayores, las formas de relación son otras, se pone a prueba su capacidad de manejar el estrés, se ven afectadas sus creencias de autoeficacia, incluso el contexto físico de la institución, su filosofía, visión y misión influyen en sus expectativas y pautas de comportamiento; y por supuesto, existe la demanda latente de incorporarse al mundo laboral y dejar atrás su vida como educando.

Al respecto, Soares, Almeida y Guisande (2011), afirman que la transición a la Educación Superior es un proceso complejo que implica la confrontación de los jóvenes con múltiples desafíos en diversos ámbitos, llámese emocional, social, académico e institucional. La calidad de este proceso dependerá de factores personales, relacionados con los estudiantes, como de factores ambientales, asociados con las características de las universidades y la calidad de las experiencias educativas que en ellas se ofrecen.

Bajo la misma óptica, Pancer y otros (2000, en Figuera, Dorio y Forner, 2003) consideran este proceso como multifactorial, enfatizando que la «calidad» de la etapa inicial de integración en la universidad tiene un amplio margen de variabilidad, dependiendo de factores ambientales y contextuales.

El adolescente que se prepara para la formación universitaria requiere de una serie de recursos personales para concluir con éxito dicho proceso; a estos recursos también se les ha

denominado competencias afectivas; al respecto, Gómez-Chacón (2002) asevera que estas engloban la autorregulación, autoconciencia, toma de decisiones y las habilidades sociales como trabajo en equipo y expresión de emociones, es decir, características que van más allá de las competencias académicas.

Es por lo anterior que Beguet y Cortada (2001) han señalado que los estudiantes universitarios además de poseer capacidades intelectuales, deben contar con recursos personales para tener un buen rendimiento en sus estudios, ya que investigaciones recientes enfatizan que los factores aptitudinales son pobres predictores del rendimiento académico a largo plazo y del éxito en el ámbito productivo, confirmando que el éxito dependerá de un complejo de aspectos intelectuales, académicos, sociales, emocionales, incluso de elementos fisiológicos.

Por ejemplo, el alumno de nuevo ingreso está obligado a generar un nuevo marco de relaciones sociales, en un contexto que no siempre favorece la creación de redes de apoyo social ya sea por la masificación de las aulas, grupos diversos, desplazamientos del hogar, e ideologías diferentes.

Diversas investigaciones han mostrado que las habilidades del joven para generar nuevas redes de soporte social determinan en gran medida, el proceso global de adaptación a la universidad, pudiendo llegar a condicionar la decisión de abandonar los estudios (Austin y Martin en Figuera, Dorio y Forner, 2003). De tal forma, queda confirmado el valor del soporte social sobre los resultados de la transición (Álvarez, Figuera y Torrado, 2011).

Si a esto se le suma las presiones propias del plan de estudios, los atributos psicológicos como la motivación, el locus de control, autoconcepto entre otros, el manejo del estrés por ejemplo, el carácter multifactorial de la transición universitaria pone en juego la capacidad de adaptación del estudiante.

La adaptación se hace evidente cuando el estudiante es capaz de establecer acciones específicas encaminadas a ingresar y permanecer en la universidad (Pérez, 2016).

La falta de adaptación lleva consigo una serie de problemáticas que afectan la permanencia y trayectoria escolar del estudiante, llevándolo en muchos de los casos a optar por abandonar sus estudios.

El proceso de adaptación no es fácil; puede ser que la edad, y otros factores incidan altamente en el hecho de que en un gran número de casos, el estudiante se vea obligado abandonar sus estudios (Londoño, 2009). A eso se agrega, estilos de enseñanza que poco se ajusten al estilo de aprendizaje del alumno, las carencias económicas, un pobre clima de clase, el hecho de haber dejado el lugar de origen, así como las dificultades en el establecimiento de redes de apoyo social. En su conjunto, afectan la actitud del alumno hacia todo lo que implica ser estudiante universitario, generando mermas en su motivación y en la manera de enfrentar las exigencias académicas.

## **2. Procrastinación académica**

La procrastinación es un comportamiento donde la postergación, el aplazamiento caracteriza la respuesta cotidiana del individuo, esto es, dejar pasar el tiempo y dejar para “después” el cumplimiento de cualquier tarea.

En palabras de Haycock, McCarthy y Skay (1998, en Álvarez, 2010) la procrastinación es la tendencia a posponer o retrasar la finalización de una actividad evitando las responsabilidades o tareas que requieren ser desarrolladas. De ahí que se pierde la esencia de lo importante que es realizar tareas de manera planificada y ordenada, obteniendo mayores beneficios para la consecución de objetivos.

El término “procastinación” proviene del latín *procrastinare*, que literalmente significa dejar las cosas o posponerlas para otro día (DeSimone, 1993, en Álvarez, 2010).

Dicho patrón comportamental podría atribuirse a la falta de organización, flojera, falta de disciplina o una conducta de autosabotaje que implica evitar la realización de una tarea que requiere ser finalizada (Álvarez, 2010).

En el mismo sentido, Riva (2006, en Quant y Sánchez, 2012) afirma que la procrastinacion surge porque las personas optan por implicarse en actividades cuyas consecuencias son positivas y a corto plazo, a diferencia de aquellas con consecuencias demoradas y que se les percibe como poco placenteras. Dicha caracterización muestra que con mayor frecuencia, la ley del menor esfuerzo se hace cada vez más evidente, y son los adolescentes, los acérrimos protagonistas de conductas que pretenden obtener los mayores beneficios a un bajo costo.

Chan (2011) hace referencia a una tipología de procrastinadores: procrastinador ocasional y procrastinador cotidiano. El primero se relaciona con un comportamiento procrastinador, el

cual es dinámico y depende de la interacción del individuo con su contexto y la tarea específica. El segundo hace referencia a un rasgo procrastinador (Sampaio y Bariani, 2011), el cual es un patrón regular de comportamientos de aplazamiento frente a diversas situaciones, incluyendo las tareas y actividades propias (Quant y Sánchez, 2012, en Domínguez, Villegas y Centeno, 2014).

Como puede observarse, independientemente del tipo de comportamiento procrastinador que se adopte, esta forma de responder afecta el cumplimiento de tareas específicas, incluso a gran escala, podría afectar el cumplimiento de metas orientadoras.

La procrastinación es más comúnmente observada en el ámbito académico debido a las exigencias que prevalecen principalmente a nivel universitario. Basado en el hecho de que resulta de una apreciación sobre tareas poco placenteras, es esperado que sean las actividades académicas, las más afectadas.

La procrastinación académica hace referencia a la acción voluntaria de evitar, excusar o justificar el retraso y de evitar la culpa de una tarea académica, aplazar (Domínguez, Villegas y Centeno, 2014).

En este mismo sentido, Quant y Sánchez (2012) plantean que consiste en un patrón de comportamiento donde se aplaza voluntariamente actividades que deben entregarse en un tiempo determinado.

La descripción anterior lleva a cuestionar que tanto las dificultades en la adaptación al ámbito universitario pueden reflejarse en una conducta procrastinadora.

Con base en lo anterior, surge el objetivo del presente estudio el cual se perfila hacia determinar los niveles de procrastinación académica y adaptación universitaria en estudiantes de Psicología de primer y séptimo semestre, y determinar la relación entre ambas variables.

## **METODO**

El enfoque metodológico se ciñe en una metodología cuantitativa, con diseño no experimental, de alcance descriptivo-correlacional.

## **Participantes**

La muestra estuvo conformada por 231 estudiantes de la carrera de Licenciado en Psicología, el 25.5 % son hombres y el 74.5 % mujeres. La edad promedio es de 20.3 años.

El 56.3% son estudiantes de 1er semestre y el 43.7% de 7° semestre. En torno al lugar de residencia, es decir, si son originarios de Morelia o son foráneos, el 42% pertenecen a esta última categoría y el 58% son de Morelia.

## **Instrumentos**

*Escala de Procrastinación Académica (EPA)* de Busko adaptada por Álvarez (2010). Consta de 16 ítems con cinco opciones de respuesta; dichos ítems se encuentran dimensionados en dos factores: autorregulación académica y postergación de actividades. El primer factor hace referencia al proceso activo en el que los estudiantes establecen los objetivos principales de aprendizaje y en este proceso conocen, regulan y controlan sus cogniciones, motivaciones y comportamiento (Domínguez, Villegas y Centeno, 2014). El segundo, postergación de actividades como su nombre lo indica, hace referencia a retrasar o postergar diversas actividades académicas que requiere su cumplimiento en cierto período de tiempo. El alpha de Cronbach es de 0.82 para el primer factor y de 0.75 para el segundo.

*Cuestionario de vivencias universitarias.* Es una escala conformada por 60 ítems, con 5 opciones de respuesta tipo likert; dichos ítems se encuentran categorizados en 5 dimensiones:

- a. *Personal:* evalúa las percepciones del estudiante en función del bienestar físico y psicológico; su índice de consistencia interna es de 0.87.
- b. *Interpersonal:* evalúa la relación con pares en general y relaciones significativas, así como aspectos relativos al involucramiento en actividades extracurriculares. El índice de consistencia interna es de 0.86.
- c. *Carrera:* Esta dimensión evalúa la adaptación al pregrado, al proyecto vocacional y las perspectivas de carrera. El índice alpha de Cronbach es de 0.91.
- d. *Estudio:* Evalúa competencias de estudio, hábitos de trabajo, organización del tiempo, el uso de biblioteca y de otros recursos de aprendizaje. El coeficiente de confiabilidad es de 0.82.

- e. *Institución*: Dimensión que mide los intereses hacia la institución, deseos de continuar los estudios, conocimiento y percepciones sobre la calidad de los servicios y estructuras existentes de la misma. El coeficiente alpha de Cronbach es de 0.71.

### **Procedimiento**

Primeramente se llevó a cabo la determinación del tipo de muestreo, optando por el no probabilístico intencional, se decidió elegir dos muestras: estudiantes de nuevo ingreso que cursan el primer semestre y estudiantes próximos a concluir la formación profesional, ubicados en séptimo semestre. Lo anterior para medir los procesos adaptativos al ingreso a la universidad y en un período cercano al egreso.

Los instrumentos fueron aplicados de manera colectiva en los espacios educativos; posteriormente se realizó el análisis de los datos, utilizando la estadística descriptiva, prueba t de Student, Anova de un factor y Coeficiente de correlación de Pearson.

### **Resultados**

Primeramente se presentan los análisis descriptivos de las variables de estudio, posteriormente se muestran las correlaciones entre éstas, y finalmente el análisis comparativo con base en variables contextuales.

El análisis descriptivo arrojó que, en relación a la adaptación a la vida universitaria (tabla 1), se observan deficiencias principalmente en lo que concierne a la institución principalmente, y a elementos personales; es decir, predominan los niveles bajos en estas categorías. Las áreas de mayor adaptación son primeramente la vocacional o de la carrera, seguida de la interpersonal. En el caso de estudio, predomina una adaptación media. Llama la atención que en ninguna de las categorías, hay presencia de estudiantes que perciben una adaptación alta.

**Tabla 1.** Distribución por niveles de la adaptación a la vida universitaria

	<b>Personal</b>	<b>Interpersonal</b>	<b>Carrera</b>	<b>Estudio</b>	<b>Institución</b>
<b>Desadaptado</b>	1.6%	-	-	-	2.6%
<b>Adaptación baja</b>	64.0%	17.7%	7.3%	23.9%	97.4%
<b>Adaptación media</b>	34.4%	82.3%	92.7%	76.1%	-
<b>Adaptación alta</b>	-	-	-	-	-

En torno a la procrastinación académica, se encontró que predomina el nivel de medio bajo a bajo en el caso de la autorregulación académica; sin embargo, en la postergación de actividades, la distribución es más uniforme, aunque hay un ligero predominio del nivel alto, lo que significa que los estudiantes se perciben con dificultades en los mecanismos de regulación, que los lleva a posponer el cumplimiento de tareas.

**Tabla 2.** Distribución por niveles de procrastinación académica

	<b>Autorregulación académica</b>	<b>Postergación actividades</b>
Nivel bajo	30.7%	29.4%
Nivel medio bajo	36.8%	32.7%
Nivel medio alto	10.9%	-
Nivel alto	21.6%	37.8%

Con respecto a la asociación entre las variables de estudio, se encontró la existencia de correlaciones positivas, principalmente con la dimensión autorregulación académica con adaptación a la vida universitaria, destacando que a mayor regulación, existe una mayor y mejor adaptación a la vida universitaria; así mismo, existen correlaciones negativas ya que, a menor postergación de las actividades, mayor será la adaptación, primordialmente en aspectos personales, vocacionales y escolares. Ver tabla 3.

**Tabla 3.** Correlaciones entre procrastinación y adaptación a la vida universitaria

	Personal	Interpersonal	Carrera	Estudio	Institución
<b>Autorregulación académica</b>	.327**	.312**	.423**	.552**	.329**
<b>Postergación de actividades</b>	-.361**		-.206**	-.416**	

p ≤ .01

En otra línea, el análisis comparativo por variables contextuales arrojó la existencia de diferencias por semestre cursado, edad y por origen.

En torno a la clasificación por semestre, se observan diferencias en adaptación a la vida universitaria, particularmente en los factores carrera y estudio; siendo los estudiantes más avanzados quienes se encuentran mejor adaptados (Ver tabla 4).

**Tabla 4.** Diferencias en adaptación a la vida universitaria por semestre

	Primer semestre		Séptimo semestre		t	p
	M	DE	M	DE		
Personal	36.38	7.55	36.25	8.91	.121	.904
Interpersonal	44.15	5.30	44.95	5.79	-1.08	.280
Carrera	46.90	5.28	48.70	5.15	-2.30	.022
Estudio	42.93	5.26	45.19	6.25	-2.91	.004
Institucional	27.23	3.96	27.20	3.69	.072	.943

Nota: p ≤ .01

Lo anterior se corrobora con las diferencias encontradas por rango de edad tal y como se observa en la Tabla 5, para lo cual se categorizó en dos grupos; de 18 a 20 años y de 21 a 25 años. De acuerdo a la propuesta de Blos (1986) la adolescencia tardía abarca de los 18/19 a los 21 años y la postadolescencia de los 21 a 25 años.

**Tabla 5.** Diferencias en adaptación a la vida universitaria por grupos de edad

	18 a 20 años		21 a 25 años		t	p
	M	DE	M	DE		
Personal	36.68	7.52	36.19	8.60	.121	.904
Interpersonal	43.86	5.34	45.00	5.69	-1.08	.280
Carrera	46.79	5.34	48.20	5.17	-2.19	.050
Estudio	42.05	5.33	44.50	6.09	-2.30	.049
Institucional	27.18	4.10	27.24	3.65	-.167	.867

Nota:  $p \leq .01$

La procedencia de los participantes fue clasificada en dos categorías: locales, esto es originarios de Morelia, y foráneos (otros municipios de Michoacán), se encontraron diferencias en postergación académica, específicamente en el factor postergación de actividades. Los estudiantes que provienen de otros municipios de Michoacán presentan una media mayor, por lo que en mayor medida, tienden a postergar más las actividades, en comparación con los estudiantes originarios de Morelia (Tabla 6).

**Tabla 6.** Diferencias en postergación académica por lugar de origen

	Locales		Foráneos		t	p
	M	DE	M	DE		
Postergar actividades	8.38	7.55	9.21	2.79	1.97	.049
Regulación académica	30.39	4.94	29.45	4.74	-1.45	.148

Nota:  $p \leq .01$

No se reportan diferencias por género, escolaridad, ni por ocupación de los padres.

## **Conclusiones**

El tránsito a la universidad puede simbolizar para muchos estudiantes un proceso complejo y sumamente estresante provocando dificultades adaptativas; un reflejo puede ser la adopción de comportamientos de dilación o procrastinación, conducta que comúnmente inicia en la adolescencia.

Los hallazgos revelan que los estudiantes tanto a nivel personal como institucional muestran dificultades en adaptarse, condición que no se presenta en las áreas social y vocacional.

Un número creciente de investigaciones demostró que la adaptación a esta transición depende de las características que los alumnos presentan en el momento del acceso a la Universidad (sociodemográficas, académicas, de desarrollo), como de las relacionadas con la calidad de las instituciones universitarias que los reciben (infraestructuras, recursos, servicios) y, como consecuencia, de la interacción que entre ambas se establece permanentemente (Soares, Guisande, Diniz y Ameida, 2006).

Por otro lado, se encontró que efectivamente los alumnos de nuevo ingreso muestran más dificultades de adaptación en relación a los que cursan el 7° semestre, lo que confirma lo reportado por la literatura al plantear que la transición bachillerato-universidad es un proceso acumulativo caracterizado por la interacción entre la persona y los entornos por los que transita, precedida por un periodo preparatorio seguido por un periodo de constante ajuste al nuevo contexto educativo (Figuera, Dorio y Forner, 2003).

Dicho resultado se confirma con las diferencias halladas según la edad de los estudiantes, siendo los que se ubican en la etapa de la postadolescencia (21 a 25 años) los que muestran mayor adaptación a nivel vocacional y académico, en comparación de los estudiantes que se encuentran en la adolescencia tardía.

En torno a la procrastinación académica, los resultados demuestran que los estudiantes se perciben con dificultades en la regulación académica, sin embargo, aproximadamente solo un tercio de los participantes, acepta que posterga tareas académicas.

El núcleo de la conducta procrastinadora es la falla en los procesos de autorregulación que impiden una adecuada organización y manejo del tiempo que conduce a postergar los deberes (Balkis y Duru, 2009, en Domínguez-Lara, 2016). Si los estudiantes se excusan o justifican los retrasos y se evita la culpa cuando se está frente a una tarea académica, podría ser esperado que nieguen su existencia.

En tanto, se encontraron diferencias en procrastinación académica en función del lugar de origen, siendo los estudiantes foráneos quienes tienden mayormente a postergar las tareas académicas, en comparación con los que son originarios de Morelia.

Lo anterior podría deberse a las dificultades propias de la adaptación a nuevo contexto no solo académico sino sociocultural. Según Figuera, Dorio y Forner (2003), la transición del bachillerato a la universidad resulta más estresante para aquellos estudiantes que se desplazan de otras localidades y/o comunidades, o para aquellos que proceden de grupos minoritarios o poco reconocidos, donde el cambio exige la adaptación a un nuevo entorno y estilo de vida. Por lo planteado anteriormente, era esperado que hubiese correlación entre procrastinación y adaptación a la vida universitaria, y los hallazgos así lo comprueban, a mayores dificultades de adaptación, mayor conducta dilatoria.

Al respecto, Sánchez (2010) afirma que la procrastinación es una demora voluntaria y fundamentalmente es un problema en el que intervienen variables motivacionales y de autorregulación, lo que directamente se asocia con la capacidad adaptativa de la persona.

Los resultados encontrados confirman numerosos estudios que han demostrado que los estudiantes de educación superior son los más susceptibles ante la procrastinación (Sánchez, 2010), lo cual genera diversas dificultades no solo a nivel académico sino en diversos ámbitos de desarrollo, interfiriendo con la adaptación al nuevo contexto educativo.

Se concluye que los adolescentes son una población vulnerable, y cuando se enfrentan al cambio del bachillerato a la universidad, muestran dificultades de adaptación, no solo por las nuevas exigencias académicas, sino porque paralelamente, se encuentran resolviendo los cambios propios de la edad, aunado a la presión encubierta de asumir un rol adulto. No obstante, no es una condición que justifique la conducta evitativa ante el cumplimiento de tareas. Conforme pasan los años y transita por la formación universitaria, el estudiante mejora su capacidad adaptativa, basada en un crecimiento personal y profesional.

## Bibliografía

- Almedia, L., et al (2001). *Cuestionario de vivencias académicas: construcción y validación de una versión reducida*. Manuscrito no publicado.
- Álvarez, M; Figuera, P; Torrado, M. (2011). La problemática de la transición bachillerato-universidad en la universidad de Barcelona. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 22(1) 15-27.
- Beguet, B., Cortada, N. y Renault, G. (2001). Factores que intervienen en el rendimiento académico en los estudiantes de Psicología y Psicopedagogía. *Revista Científica de la dirección de evaluación y acreditación de la Secretaria general de la Universidad del Salvador USAL*, 1(1), 189-196.
- Blos, P. (1986). *Psicoanálisis de la adolescencia*. México: Joaquín Mortiz.
- Domínguez, S., Villegas, G. y Centeno, S. (2014). Procrastinacion académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada.
- Domínguez-Lara, S. (2016). Datos normativos de la escala de procrastinacion académica en estudiantes de psicología de Lima. *Evaluar*, 16, 20-30.
- Figuera, P., Dorio, I. y Forner, A. (2003). Las competencias académicas previas y el apoyo familiar en la transición a la universidad. *Revista de Investigación Educativa*, 21 (2), 349-369.
- Gómez-Chacón, I. (2002). Educación para la ciudadanía: un enfoque basado en el desarrollo de competencias. *Apuntes IEPS*. Madrid: Narcea.
- Londoño, C. (2009). Optimismo y salud positiva como predictores de la adaptación a la vida universitaria. *Acta Colombiana de Psicología*, 12 (1), 95-107.
- Márquez, D., Ortiz, S. y Rendón, M. (2009). Cuestionario de Vivencias Académicas en su versión reducida (QVA-r): un análisis psicométrico. *Revista Colombiana de Psicología*, 18(1), 33-52.
- Pérez. I. (2016). *El proceso de adaptación de los estudiantes a la universidad en el centro universitario de los altos de la universidad de Guadalajara*. Tesis de doctorado. Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente. Jalisco, México.
- Rodríguez, A. y Sotelo, M. (2014). Cuestionario de adaptación a la vida universitaria: desarrollo, estructura factorial y validación inicial. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 6 (3), 40-49.

- Sánchez, A. (2010). Procrastinación académica: un problema en la vida universitaria. *Studiositas*, 5 (2), 87-94.
- Soares, A., Guisande, M.A., Diniz, A. y Almeida, L. (2006). Construcción y validación de un modelo multidimensional de ajuste de los jóvenes al contexto universitario. *Psicothema*, 18 (2), 249-255.
- Soares, A., Almeida, L. y Guisande, M.A. (2011). Ambiente académico y adaptación a la universidad: un estudio con estudiantes de 1º año de la universidad. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 2 (1), 99-121.
- Quant, D. y Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica*, 3 (1), 45-59