



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA
DE MÉXICO**
FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES
IZTACALA
**Sistema de Universidad Abierta y Educación a
Distancia**

Reporte de Investigación Empírica

Manuscrito Recepcional

**Programa de Profundización en Procesos de Psicología
Clínica**

**Asertividad y procrastinación en estudiantes mayores
de 40 años de la Licenciatura en Psicología del
Sistema de Universidad Abierta y Educación a
Distancia (SUAYED)**

PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A :

Luz María Buendía Rangel

Presidente: Mtra. Evelin Alejandra Galicia Gómez

Vocal: Mtro. J. Jesús Becerra Ramírez

Secretario: Mtra. Mirna Elizabeth Quezada



Los Reyes Iztacala Tlalnepantla, Estado de México, 9 de
febrero de 2021



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Agradecimientos.

Agradezco a la Universidad Nacional Autónoma de México, al Sistema de Universidad Abierta y Educación de Psicología de la FES-Iztacala, por darme la oportunidad de cumplir una de mis metas en la vida.

Agradezco a mi Tutora y Amiga la Maestra Evelin Alejandra Galicia Gómez que con sus conocimientos y guía hizo posible este trabajo.

Agradezco a la Maestra Mirna Elizabeth Quezada que con sus comentarios despertó la reflexión y el deseo de aprender cada día más.

Agradezco al Maestro J. Jesús Becerra Ramírez por su confianza, a quien reitero mi compromiso de honrar el Título que me otorga nuestra Máxima Casa de Estudios.

Agradezco profundamente a mis Maestros de Vida: Javier Omar Pérez Buendía, Brenda Itzel Pérez Buendía e Ismael Alejandro Pérez Buendía.

Dedicatoria.

A todas las mujeres de mi árbol genealógico, para que siempre confíen en sí mismas, agradezcan profundamente por la vida a nuestro progenitores y que nunca pierdan el camino hacia las metas y objetivos que se propongan, porque siempre se puede dar un paso más.

Índice

RESUMEN	4
ABSTRACT	5
INTRODUCCIÓN	6
JUSTIFICACIÓN	7
Edad adulta Media	9
Beneficios de ingresar a la universidad	11
La educación a Distancia	12
Asertividad	15
Procrastinación académica	17
MÉTODO	21
PROCEDIMIENTO	21
Diseño Fenomenológico	26
RESULTADOS	31
DISCUSIÓN	53
REFERENCIAS	56
ANEXOS	59

RESUMEN

El objetivo de la presente investigación fue indagar sobre la relación entre la conducta asertiva y la procrastinación académica en estudiantes del SUAyED mayores de 40 años. **La conducta asertiva** permite la defensa de derechos, sin violar los ajenos, expresar los gustos y opiniones, hablar de uno mismo sin incomodidad, discrepar de las opiniones ajenas y manifestar las propias, solicitar aclaraciones o plantear interrogantes. **La procrastinación académica** es un hábito destructivo que crea dificultades en el estudio, la carrera y la vida personal, produce estrés y se experimenta el dolor del fracaso y de las críticas al no alcanzar las metas. **Adultos edad media.** Edad de 40 a 60 o 65 años, madurez psicofísica, con cambios significativos: intelectuales, sociales y personales. **Método.** Estudio cualitativo, descriptivo, transversal. **Muestra** por conveniencia de 10 participantes, criterios de inclusión ser estudiante del SUAyED, con edad de 40 años o más. Instrumento. Entrevista semiestructura de 17 preguntas abiertas. **Resultados.** El desconocimiento del sistema, la falta de habilidades y sentirse solos, influye en el bajo rendimiento académico de los participantes, a su vez la conducta asertiva al solicitar apoyo entre compañeros, mantener una comunicación adecuada con los tutores, reorganizar los horarios de acuerdo con las responsabilidades laborales y familiares favorece el aprendizaje. **Discusión.** Procrastinar no solo es el resultado de una mala planificación, si no que involucra una compleja interacción entre componentes afectivos, cognitivos y conductuales, que afectan el desempeño de los estudiantes, se requieren programas permanentes que fortalezcan las habilidades sociales de los alumnos.

Palabras clave: Procrastinación, asertividad, estudiantes SUAyED, adultos edad media.

ABSTRACT.

The objective of this research was to investigate the relationship between assertive behavior and academic procrastination in SUAyED students over 40 years of age. **Assertive behavior** allows the defense of rights without violating the rights of others, expressing tastes and opinions, talking about oneself without discomfort, disagreeing with the opinions of others and expressing one's own, requesting clarifications or raising questions. **Academic procrastination** is a destructive habit that creates difficulties in study, career and personal life, produces stress, and one experiences the pain of failure and criticism for not achieving one's goals. **Middle-aged adults.** Age from 40 to 60 or 65 years, psychophysical maturity, with significant changes: intellectual, social and personal. **Method.** Qualitative, descriptive, cross-sectional study. **Convenience sample** of 10 participants, inclusion criteria were SUAyED students, aged 40 years or older. **Instrument.** Semi-structured interview with 17 open-ended questions. **Results.** Lack of knowledge of the system, lack of skills and feeling alone, influences the low academic performance of the participants, in turn the assertive behavior in requesting support among peers, maintaining adequate communication with tutors, reorganizing schedules according to work and family responsibilities favors learning. **Discussion.** Procrastination is not only the result of poor planning, but involves a complex interaction between affective, cognitive and behavioral components that affect students' performance, permanent programs are required to strengthen students' social skills.

Key words: Procrastination, Assertiveness, SUAyED students, middle-aged adults.

INTRODUCCIÓN.

A inicios de los años setenta y como parte del proyecto de Reforma Universitaria fomentada por el doctor Pablo González Casanova, surge el Sistema Universidad Abierta, como una opción educativa flexible e innovadora en sus metodologías de enseñanza y evaluación de los conocimientos, dentro de un estatuto aprobado por el Consejo Universitario el 25 de febrero de 1972, y con un reglamento aprobado el 2 de diciembre de 1997, los cuales fueron modificados el 27 de marzo de 2009. El sistema abierto abre las puertas al aprendizaje sin obstáculos de horario, lugar, edad, trabajo, etcétera, lo que permite que cualquier persona que cumpla los requisitos de ingreso sea candidato para obtener un título universitario (DGAPA, s.f).

La modalidad en línea de la educación a distancia amplió la oferta de lugares para ingresar a la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). El Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia (SUAYED), se creó para un sector de la población que, por sus condiciones de horario, lugar, edad y trabajo, no les era posible asistir a un sistema escolarizado, el cual demanda la presencia en las aulas. Por su parte el SUAYED Psicología de la FES Iztacala dio comienzo a la educación universitaria para estudiantes en su mayoría adultos, haciendo realidad el sueño que la educación superior estuviera al alcance a lo largo de la vida, considerando a una población diferente a la población que había estado recibiendo desde su creación en 1975, que por lo general eran jóvenes entre 17 y 23 años (Silva, 2013).

La modalidad de aprendizaje en línea es una alternativa para las personas que por diversas razones posponen su formación académica y que en la adultez media retoman sus estudios motivados por deseo de aprender, la realización de un sueño o porque sienten la necesidad de contribuir en el bienestar de la sociedad. Durante este periodo se han adquirido

responsabilidades tanto familiares como laborales, además de los cambios físicos, fisiológicos y psicológicos propios de la edad, por lo que es necesario considerar todo el panorama y acercarse a las instancias correspondientes para que la vida académica no se convierta en un martirio si no en una experiencia digna y agradable.

Sin duda la educación a distancia favorece el aprendizaje en todas las edades, sin pasar por alto las características que debe reunir un alumno para obtener el máximo beneficio durante su formación. Por otra parte, las barreras a las que se enfrentan los adultos de más de 40 años en el sistema contribuyen a la dilación de las tareas, por lo que es importante identificar los factores que conducen a la procrastinación académica.

JUSTIFICACIÓN.

Gracias a los avances en la medicina y a un mejor desarrollo económico y social en el 2019 la esperanza de vida de los mexicanos era de 75 años (INEGI, 2021), las personas mayores tienen la posibilidad de construir activamente su vida y regularla, adaptándose a las exigencias de la edad (Izquierdo, 2010).

La teoría socio-emocional de la Selectividad (Carstensen, 1992; Baltes y Carstensen, 1999 citados por Izquierdo, 2010), manifiesta que las interacciones sociales se relacionan con la satisfacción subjetiva, esta teoría afirma que las personas deben seguir activando su entorno social, modificándolo y adaptándolo con el paso de la edad, los motivos por los que deben iniciarse y mantenerse las interacciones sociales son: la regulación directa de las emociones, el desarrollo del autoconcepto y para la búsqueda de información. Ingresar a la Universidad a la edad de 40 años implica un reacomodo en la vida y una oportunidad para mantener y renovar las interacciones sociales.

En México, según datos de la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico (OCDE) en el 2016, sólo el 17 % de la población entre 25 y 65 años, habían cursado la educación superior, 20 puntos porcentuales abajo del promedio de la OCDE (37%) y a la vez más alto que países como Brasil (15%), China (10%), Indonesia (10%) y Sudáfrica (12%). La tasa de empleo de los adultos aumenta según el nivel educativo alcanzado. En el 2016, la tasa de empleo fue de 65% para personas de 25 a 64 años con educación por debajo de media superior, subiendo un 70% y 80% para la población con estudios de educación media superior y superior respectivamente. Es importante destacar que las tasas de empleo aumentan considerablemente alcanzando los niveles de educación superior, los ingresos de las personas también aumentan con el nivel educativo alcanzado y son considerablemente más altos en México que en la mayoría de los países de la OCDE, los adultos con un título de educación superior ganan en promedio más del doble que los adultos solo con estudios de educación media superior (OCDE, 2017).

Es importante que los adultos que ingresan al SUAyED concluyan en el menor tiempo posible la licenciatura con la finalidad de verse favorecidos por los beneficios de contar con una carrera universitaria tanto en el ámbito personal como profesional.

La presente investigación surge por el interés de conocer de qué manera la conducta asertiva o no asertiva de los estudiantes del SUAyED influye en la procrastinación académica. La demora en la entrega de actividades produce malestar tanto emocional como psicológico, lo cual puede ser significativo para el rezago y la deserción escolar. Se busca identificar a su vez los factores que influyen en esta demora, considerando las características particulares de cada individuo, de lo particular a lo general a fin de proponer programas encaminados para incrementar las habilidades sociales de los estudiantes y que puedan comunicar de un manera asertiva sus deseos e inconformidades antes de tomar decisiones que afecten tanto a su persona

como al propósito para el que fue creado el SUAyED Psicología de la FES Iztacala “...*formar Psicólogos con habilidades profesionales altamente calificadas que les permitan brindar un servicio a la sociedad de excelente calidad y dirigido por principios éticos sólidos*” (SUAyED FES Iztacala, 2021).

Edad adulta Media

La psicología del desarrollo estudia los cambios del pensamiento, vivencias y conductas durante todo el ciclo vital de las personas, derivado del objetivo de esta investigación es de nuestro interés conocer las características y los cambios que experimentan las personas después de los 40 años.

En occidente la adultez implica un estadio pleno de responsabilidades: procreación, cuidado de la familia, educación y transmisión de las pautas normativas de la sociedad, trabajo y producción, y una búsqueda de elementos trascendentales, que aporten sentido a la existencia. A la edad adulta se alcanza la madurez, psicofísica, y un cierto equilibrio. Se producen además cambios significativos: intelectuales, sociales y personales, lo que supone tendencias, pautas y patrones evolutivos de comportamiento (Zapata, Cano y Moya, 2002).

Loevinger (1976) citado por Izquierdo (2007), menciona 7 etapas de desarrollo que transcurren desde lo presocial o etapa impulsiva, a la integradora o de madurez, pasando por la etapa impulsiva, la autoprotección, el conformismo, la etapa de conciencia y la fase de autonomía, cada una de las etapas tiene sus propias preocupaciones, su estilo personal y su manera de pensar y resolver problemas. La “mitad de la vida” se produce entre los 40 y 50 años, esta etapa abre el paso a la adultez intermedia, periodo en el que los individuos se

integran sobre distintos aspectos y valores de su propia vida produciendo alteraciones emocionales.

Para Craig (2009) la edad madura abarca de los 40 a los 60 o 65 años. Al igual que en la juventud esta etapa está dominada por la continuidad y el cambio, constituye el 50% del periodo de vida, y es muy probable que las condiciones físicas comiencen a deteriorarse, situación que puede medirse con la experiencia y el conocimiento personal, lo cual permite controlar la vida mejor que a cualquier edad.

Entre los 40 y los 50 años debido a los cambios en la personalidad y estilos de vida se produce la crisis de la mitad de la vida, también conocida como una segunda adolescencia, desencadenada por la revisión y valoración de la vida personal, algunas personas se percatan de que no podrán cumplir sus sueños o que lograrlos no es tan satisfactorio como esperaban (Papalia, Wendkos y Duskin, 2010), otras personas por el contrario se sienten en la cúspide y sin crisis, o es posible que experimenten la crisis y la competencia en distintos momentos o diferentes esferas de la vida (Lachman, 2004 en Papalia, Wendkos, y Duskin , 2010).

Además de los cambios fisiológicos se experimentan cambios a nivel cognoscitivo, John Horn (1982) citado por Craig (2009), hace una distinción entre la inteligencia fluida y la inteligencia cristalizada, en donde la primera consta de las capacidades que aplican al nuevo aprendizaje, y la segunda se compone de los conocimientos que se obtienen con la instrucción escolar y las experiencias de la vida.

Un estudiante mayor de 25 años que decide ingresar a la universidad, que tiene algún tipo de motivación, y que goza de la dedicación al estudio o lo percibe como una elección personal, será menos propenso a procrastinar (Rodríguez y Clariana, 2017)

Beneficios de ingresar a la universidad.

Se debe descartar la idea de que existe una edad para aprender y otra donde se aplica lo aprendido. Las demandas sociales han cambiado la concepción sobre la edad límite para aprender y para desarrollarse profesionalmente. El aumento de la longevidad humana, la aparición de las tecnologías de la información (TIC), los sistemas abiertos, hacen evidente que los adultos se conviertan en organismos dinámicos y en crecimiento (Caraballo, 2007; Knowles, et al, 2001 citado por Caraballo, 2007).

Los adultos que deciden regresar a la escuela deberán realizar varios ajustes y por lo general necesitan el apoyo de los miembros de la familia. Además, se requiere de la evaluación personal de las propias capacidades y habilidades. Por otro lado, deberá habituarse a recibir la instrucciones de personas más jóvenes y de convivir con estudiantes de menor edad, esta diferencia cronológica puede causar desconcierto (Craig, 2009).

El desarrollo de las capacidades visuales y auditivas decrece en la edad adulta, a partir de los 40 años, por otra parte, las personas mayores pueden aprender con éxito diversas habilidades, que es necesario adquirir o reforzar debido a una escasa formación anterior, dedicando más tiempo. Los adultos suelen tener un mejor rendimiento académico cuando eligen por sí mismos los tiempos de trabajo y de respuesta (Forzard y Gordon-Salant, 2001 citado por Izquierdo, 2007; Izquierdo, 2007)

La educación a Distancia.

Durante el Siglo XX México aprovechó las TIC, para reforzar el sistema educativo, reconociendo la enseñanza a distancia como un sector indispensable de los sistemas educativos tradicionales. En la última mitad del siglo XX, se convirtió en un país precursor en el uso de las TIC a fin de apoyar a las personas menos favorecidas socialmente.

En el 2008 Garduño, planteaba que la transformación de tecnología en el campo de las telecomunicaciones, y la computación, mismas que repercuten en grandes cambios de las sociedades, sobre la forma de trabajo, interacción y comunicación en diversos sectores sociales, así como la forma de acceder a la información en el mundo global, hacía evidentes cambios novedosos en la educación a distancia.

Las universidades mexicanas ofertan educación superior a distancia a la población vulnerable que no tiene posibilidad de acceso a la universidad convencional, en esta modalidad educativa los estudiantes deben tener la capacidad de autorregulación y contar con habilidades comunicativas y pensamiento lógico. En la mayoría de los casos los estudiantes que ingresan a este sistema no poseen estas competencias lo que provoca que deserten de los estudios en los primeros períodos escolares y obtengan resultados no satisfactorios (Navarrete y Manzanilla, 2017).

La educación superior en México ofrece alternativas para la mayoría de la población, en horarios factibles, en modalidades escolarizada, abierta o a distancia. La Universidad Nacional Autónoma de México cuenta con 22 licenciaturas y 2 maestrías en la modalidad a distancia (UNAM), una de estas licenciaturas es la de Psicología que se imparte en Facultad de Estudios Superiores Iztacala en el SUAyED, atendiendo a un sector de la población que

por alguna situación no tenía la posibilidad de ingresar o concluir su formación universitaria. Entre las personas de este sector encontramos adultos de 40 años o más, que toman la decisión de incorporarse a la vida académica, motivados por las facilidades que ofrece la modalidad al no tener un horario restringido y ante la posibilidad de alternar su vida familiar, laboral y académica.

Rasgos de personalidad de los alumnos que permiten desempeñarse adecuadamente en el SUAyED (FES-Iztacala, 2021 pág. 61).

- Necesidad de aprender continuamente y aplicar sus conocimientos.
- Responsabilidad y madurez para ser constante en el autoaprendizaje y administración del propio tiempo sin la necesidad de la presencia física y el reconocimiento permanente de otras personas: capacidad de autoestudio.
- La disciplina y constancia en el uso de los recursos ofrecidos: capacidad de diseñar un esquema de horarios,
- Automotivación en el desarrollo propio y deseo de aprender más sin depender excesivamente de condiciones extrínsecas,
- Creatividad y capacidad de adaptación a nuevas formas de trabajo y aprender.
- Autoestima y confianza en las propias capacidades de afrontar con éxito experiencias de aprendizaje autodirigidas, equilibrio de los tiempos de trabajo, aprendizaje y ocio, actitud positiva frente a lo nuevo, y capacidad de esfuerzo y autosuperación.
- Habilidades de comunicación e interacción con el resto de los alumnos y el tutor, aun cuando ésta tenga lugar por medios tecnológicos y sin la presencia física de las personas.
- Capacidad de elaboración y trabajo en grupo

En el documento “La Tutoría en el Sistema Universidad Abierta y Educación a distancia de la UNAM”, de la Coordinación de la Universidad Abierta, Innovación Educativa y Educación a Distancia (CUAIEED) se menciona que en la educación abierta y a distancia detectan problemáticas específicas entre ellas las pocas actividades que incluyen a los estudiantes, la escasez de estrategias para incorporar el manejo de recursos de comunicación y de internet, la falta de identidad y de reconocimiento de los alumnos con la institución y la necesidad de impulsar la tutoría para el SUAyED. Además de la existencia de ciertas particulares entre los alumnos del SUAyED con respecto a los estudiantes de educación presencial, entre las que se encuentran factores que propician el abandono temporal y rezago, como la ocupación laboral y familiar, la falta de habilidades para organizar el tiempo, la falta de técnicas de estudio y desconocimiento de la forma de operación del sistema.

Según se establece en el Artículo 8 del Reglamento del Estatuto del Sistema Universidad Abierta los alumnos cuentan con dos veces la duración del sistema escolarizado, recibiendo todos los beneficios de los servicios educativos y extracurriculares, y dos veces y media la duración en el plan de estudios para cumplir con la totalidad de los requisito de los estudios, el tiempo se refiere solamente a la necesidad de aprobar la materias del plan de estudios, para titularse no hay límite (Silva, 2016).

En el 2017 se crea el Centro de Apoyo Psicológico y Educativo a Distancia (CAPED), como una estrategia del Centro de Apoyo y Orientación para Estudiantes (CAOPE). Uno de los objetivos del CAPED es brindar apoyo psicológico y orientación educativa a distancia a los estudiantes que por diversas situaciones manifiestan malestar emocional y que repercute en su rendimiento académico, y de ser necesario se canalizará al estudiante a la instancia correspondiente que le ofrezca un servicio especializado acorde a sus necesidades. En esta

instancia el alumno cuenta con asesoría psicológica basada en un modelo de terapia breve de 2 a 6 sesiones (De la Rosa y Flores, 2020).

Asertividad

Wolpe utiliza por primera vez la palabra “aserción” en su libro *Psicoterapia por inhibición recíproca*, en el año 1958. La conducta asertiva es aquella que expresa los sentimientos y pensamientos de un individuo de una manera honesta sin herir a los demás, y que normalmente alcanza su objetivo (Caballo, 1983).

Interactuar con las personas y experimentar diferentes situaciones sociales puede convertirse en una fuente de estrés y de ansiedad, por lo que el entrenamiento asertivo favorece las relaciones interpersonales satisfactorias. Una conducta asertiva permite defender los derechos propios de modo que no queden violados los ajenos, expresar los gustos y opiniones de forma espontánea, hablar de uno mismo sin sentirse incómodo, discrepar abiertamente de las opiniones ajenas y manifestar las propias, solicitar aclaraciones o plantear interrogantes de las cosas, decir no cuando se quiere decir no (Novel, Lluch y Rigol, 1998).

En el ámbito educativo, el ser humano expone opiniones, sentimientos, formas de pensar e interactúa, por lo que resulta conveniente considerar si lo hace de una manera asertiva o no (Garrido, Ortega, Escobar y García, 2010).

Dimensiones que componen la estructura de asertividad propuestas por Lorr y cols (1979, 1980; 1981 en Caballo, 1983, p 57)

Asertividad social. Es una disposición y capacidad para iniciar, mantener o terminar las interacciones sociales fácil y cómodamente, en situaciones que implican amigos o conocidos, extraños o figuras de autoridad.

Defensa de los derechos. Refleja la capacidad de defender los derechos propios o rechazar peticiones irrazonables.

Independencia. Es la disposición de resistir activamente a la presión individual o de grupo para conformarse y obedecer, así como para expresar las opiniones y creencias propias.

Liderazgo. Es la disposición para conducir, dirigir o influenciar a los otros en relaciones interpersonales problemáticas que exigen acción, iniciativa o asunción de responsabilidades.

Entre las características de una conducta asertiva está el poder expresar libremente la opinión propia en lugar de acatar los puntos de vista de los demás, y dejar de pensar que cometer errores es vergonzoso, el ser humano tiene derecho a equivocarse (Olivares, Infante y Zapata, 2019)

Características de la persona asertiva (Rodríguez y Serralde, 1991):

- Se siente libre para manifestarse. Mediante sus palabras y actos parece hacer esta declaración: "Este soy yo". "Esto es lo que yo siento, pienso y quiero".
- Puede comunicarse con personas de todos los niveles: amigos, familiares y extraños; y esta comunicación es siempre abierta, directa, franca y adecuada.
- Tiene una orientación activa en la vida. Va tras lo que quiere. En contraste con la persona pasiva que aguarda a que las cosas sucedan, intenta hacer que sucedan las cosas.
- Actúa de un modo que juzga respetable, al comprender que no siempre puede ganar, acepta sus limitaciones. Sin embargo, intenta siempre con todas sus fuerzas

lograr sus objetivos, de modo que, ya gane, pierda o empate, conserve su respeto propio y su dignidad.

- Acepta o rechaza en su mundo emocional a las personas: con delicadeza, pero con firmeza, establece quiénes van a ser sus amigos y quiénes no.
- Se manifiesta emocionalmente libre para expresar sus sentimientos. Evita los dos extremos: por un lado, la represión, y por el otro la expresión agresiva y destructiva de sus emociones.

Procrastinación académica.

La procrastinación es un hábito destructivo, que crea dificultades en el estudio, la carrera y la vida personal. En una sociedad industrial moderna el tiempo y la puntualidad son valores muy importantes. Demorarse en concluir las labores tiene un precio muy alto. Las personas procrastinadoras padecen el estrés del esfuerzo por cumplir con los plazos establecidos y se someten al dolor del fracaso y de las críticas al no alcanzar sus metas (Beswick, 1988)

Procrastinación Académica “*el retraso voluntario de una acción relacionada con el estudio a pesar de que se espera que la demora empeore la situación*” (Steel, 2007 citado por Steel y Klingsieck, 2016, p.37).

Garzón, Fuente y Acelas (2019), mencionan que la frecuencia de la procrastinación en estudiantes universitarios colombianos revela cifras elevadas al igual que en otras culturas. Entre sus hallazgos encontraron que los estudiantes que combinan el estudio con el trabajo presentan valores altos de procrastinación. Dentro de las razones para procrastinar un 45% y 50% son la rebelión, el miedo a la evaluación y pereza, sugieren además estudiar a fondo los motivos, creencias irracionales, carencia de estrategias de estudios y de afrontamiento.

Procrastinar no solo es el resultado de una mala planificación, si no que involucra una compleja interacción entre componentes afectivos, cognitivos y conductuales (González y Sánchez, 2013)

Rodríguez y Clariana (2017) concluyen que la procrastinación académica es un tema de interés para los psicólogos, los educadores y los estudiantes, y que toda contribución a su entendimiento es un aporte importante para encontrar soluciones efectivas para el control de la demora injustificada en la realización de las tareas en el ámbito institucional.

Cuando los estudiantes perciben las tareas como difíciles, poco atractivas, ambiguas y que requieren más esfuerzo, tienden a presentar mayores tasas de procrastinación (Ferrari, Mason and Hammer, 2006).

Ruthblum, 1990 citado por Quant y Sánchez, 2012, señala que la procrastinación ha sido abordada desde cuatro enfoques: el modelo psicodinámico, el modelo motivacional, el modelo conductual y el modelo cognitivo.

Modelo psicodinámico. Procrastinación derivada del miedo al fracaso, que puede generarse en el núcleo familiar por padres que propician que se maximicen las frustraciones o que minimizan la autoestima de los niños. Se busca comprender que es lo que motiva a las persona que fracasan o se retiran de las actividades académicas, aun contando con la capacidad, inteligencia o preparación para concluir sus estudios.

Modelo motivacional. La motivación de logro como un rasgo estable donde la persona invierte ciertos comportamientos enfocados para alcanzar el éxito en cualquier situación. Se puede elegir entre la esperanza de alcanzar el éxito o el miedo al fracaso. El logro se concibe como variable independiente de una serie de factores entre los que destacan: la percepción de

dificultad, atribuciones de éxito y los niveles de ansiedad propiciados por las pocas posibilidades de alcanzar el éxito. En caso de que la persona perciba pocas posibilidades de lograr su objetivo, y el miedo al fracaso supera la esperanza de éxito se tiene la posibilidad de elegir actividades donde el éxito esté garantizado, dejando a un lado las tareas con un grado mayor de dificultad en las que se puede predecir el fracaso.

Modelo conductual. La procrastinación se define como la elección que hace una persona de realizar actividades que tengan consecuencias positivas a corto plazo y evitar la realización de actividades que impliquen consecuencias demoradas

Las conductas continúan debido al reforzamiento (Skinner, 1977 citado por Álvarez, 2010), por lo que las personas que procrastinan repiten conductas de postergación debido a que éstas han sido reforzadas y también porque han tenido éxito gracias a factores del ambiente.

Modelo cognitivo.

La procrastinación implica el procesamiento de información disfuncional en donde se involucran esquemas desadaptativos relacionados con la incapacidad y el miedo a la exclusión social. Los procrastinadores son personas propensas a desarrollar formas de pensamiento obsesivo cuando realizan una actividad o se acerca el momento de presentar la tarea (Stainton, Lay y Flett, 2000 citados por Quant y Sánchez, 2012)

Las personas poseen creencias irracionales, en ocasiones se tiende a planearse metas altas y poco reales encaminadas al fracaso, como consecuencia al intentar calmar las consecuencias emocionales, demoran el inicio de las tareas hasta que no sea posible completarlas de manera apropiada, con lo que se evita el cuestionamiento de sus habilidades y capacidades (Ellis y Knaus, 1977 citados por Álvarez, 2010).

Dimensiones de la procrastinación académica.

Autorregulación académica. Mide el nivel cómo los estudiantes regulan y controlan sus pensamientos, motivaciones y conductas, utilizando un proceso activo y constructivo de respuestas, dirigidas al cumplimiento de metas durante el aprendizaje. **Postergación de actividades.** Mide el grado en que los estudiantes retrasan y posponen las tareas académicas, sustituyendo las actividades por otras más agradables que no demandan mucho esfuerzo. (Álvarez, 2010, Valle, 2017, Domínguez y Centeno, 2014, citados por Atalaya y García, 2019).

Pregunta de investigación.

¿Cuáles son los factores relacionados con la asertividad y procrastinación en estudiantes mayores de 40 años de la Licenciatura en Psicología del SUAyED?

Objetivo general.

Indagar sobre la relación que existe entre la asertividad y la procrastinación en estudiantes mayores de 40 años del SUAyED.

Objetivos

- Explorar en las vivencias de estudiantes del SUAyED mayores de 40.
- Describir las diferentes situaciones que viven los estudiantes mayores de 40 años que fomentan la procrastinación.
- Identificar las conductas asertivas o no asertivas que influyen en la procrastinación de los estudiantes mayores de 40 años del SUAyED

MÉTODO.

Se realizó una investigación cualitativa, descriptiva, transversal, con una muestra por conveniencia de 10 participantes. Criterios de inclusión ser mayor de 40 años y estar inscrito en el SUAyED.

Estrategia de recolección de datos. Entrevista Fenomenológica.

La entrevista fenomenológica en el contexto de la investigación psicológica, psicoterapia o desarrollo humano se entiende como un proceso de interacción y diálogo entre dos personas, en donde se busca que la persona entrevistada reconozca, describa y exprese, la experiencia vivida y los significados sentidos en relación con situaciones vividas referidas al tema de la investigación, ya sea que las viva actualmente o las recuerde, y se exprese desde su experiencial (Moreno, 2014).

PROCEDIMIENTO.

Se llevó a cabo una invitación, vía telefónica y en un grupo de WhatsApp, para participar en la investigación de corte cualitativo como parte del proceso de titulación, aceptando participar 10 estudiantes con edad de 40 años y más, (Tabla. 1). Previo a realizar la entrevista los participantes fueron notificados sobre la confidencialidad del manejo de la información, así como los objetivos del trabajo de investigación, posteriormente se les envió el consentimiento informado cuyo formato está en los anexos. Se acordó con los participantes el día y hora de la entrevista, se les envió liga para unirse a la reunión en la Plataforma de Zoom. Se grabaron 9 entrevistas en video y una más en audio, la duración de las grabaciones fue de 30 a 60 minuto, éstas fueron transcritas para el análisis de los datos, en el que se conservó el anonimato utilizando nombres ficticios.

Tabla 1. Participantes.

Participante	Género	Edad	Nivel Académico	Estado Civil	Año	Semestre
ROSA	Mujer	41	Bachillerato	Soltera	2015	9°
PATRICIA	Mujer	54	Maestría	Casada	2015	4° tramitará baja temporal
DIEGO	Hombre	56	Licenciatura en Derecho Actualmente cursa Maestría en Derecho	Soltero	2011	Materias de 6°, 7°y 8°
MARCOS	Hombre	61	Salió en el 4° Semestre de la Facultad de Ciencias. UNAM. Física	Casado	2012	Atorado con una materia de 8°
LAURA	Mujer	41	En 1998 ingreso a Psicología en la UNAM abandonó la carrera	Casada	2018	3°
KARLA	Mujer	46	Licenciatura en Derecho	Casada	2020	1°
BERTHA	Mujer	46	Licenciatura en Teología	Casada	2016	4°
LUISA	Mujer	47	Interrumpió los estudios de Ingeniería ambiental a los 19 años	Casada	2017	6°
EVA	Mujer	42	Prepa en Línea de la SEP	Casada	2018	3°
JULIA	Mujer	63	Maestría en Ciencias Morfológicas	Casada	2015	Trámite de titulación

Para la realización de las entrevistas se tomó como guía un cuestionario de 17 preguntas abiertas, enfocadas a indagar sobre la motivación inicial de participantes, captar sus experiencias durante el primer semestre, los motivos para dar de baja algún módulo, sentimientos que experimenta cuando no entregan las actividades, así como la interacción con los profesores y sus compañeros, las estrategias de estudio y por último la motivación actual.

- ¿Qué te motivó para ingresar al SUAyED?
- ¿Cómo fue tu experiencia en el primer semestre?
- ¿Has dado de baja algún módulo?
- ¿Entregas las actividades en tiempo y forma?
- ¿El aprendizaje ha sido significativo?
- ¿Cuándo no entregas alguna actividad qué emociones experimentas?
- ¿Qué estrategias utilizas para entregar tus actividades en fecha y forma?
- ¿Qué significa para ti ser estudiante de SUAyED?
- ¿Barreras a las que te has enfrentado?
- ¿Cuáles son las ventajas de estudiar en el SUAyED?
- ¿Cuáles son las desventajas de estudiar en el SUAyED?
- ¿Cómo es la interacción con tus compañeros?
- ¿Has tenido algún contratiempo en la relación con tus compañeros?
- ¿Cómo es el trato con los compañeros más jóvenes?
- ¿Cómo es la interacción con tus Tutores?
- ¿Has tenido algún contratiempo con tus Tutores?
- ¿Alguna de estas situaciones te ha desmotivado para seguir estudiando?

En el análisis de datos se utilizaron las siguientes categorías Tabla 1 y Tabla 2. relacionadas con las dimensiones de asertividad y procrastinación académica, a fin de buscar la respuesta a nuestra pregunta de investigación sobre si existe alguna relación entre conducta asertiva y la procrastinación de los estudiantes mayores de 40 años.

Tabla 2. Dimensiones asertividad.

Dimensión	Categoría	Código
Asertividad social. Disposición y capacidad para iniciar, mantener o terminar las interacciones sociales fácil y cómodamente, en situaciones que implican amigos o conocidos, extraños o figuras de autoridad.	Interacción con Compañeros	IC
	Interacción con Tutores	IT
Defensa de los derechos. Capacidad de defender los derechos propios o rechazar peticiones irrazonables.	Rechazar peticiones irrazonables	RPIR
Independencia. Disposición de resistir activamente a la presión individual o de grupo para conformarse y obedecer, así como para expresar las opiniones y creencias propias.	Expresar opiniones	EXO
Liderazgo. Disposición para conducir, dirigir o influenciar a los otros en relaciones interpersonales problemáticas que exigen acción iniciativa o asunción de responsabilidades	Trabajo en Equipo	LTE

Tabla 3. Dimensiones Procrastinación Académica.

Dimensiones		Categorías	Códigos	
Procrastinación Académica	Autorregulación académica. Mide el nivel cómo los estudiantes regulan y controlan sus pensamientos, motivaciones y conductas, utilizando un proceso activo y constructivo de respuestas, dirigidas al cumplimiento de metas durante el aprendizaje.	Motivación Inicial	Adquirir conocimiento	MIAC
			Ayudar	MIA
			Cambios significativos	MICS
			Satisfacción personal	MISP
		Estrategias de Afrontamiento	Abandonar módulos	EAAM
			Baja	EABJA
			Organizar horarios	EAORH
			Pocas Materias	EAPM
	Postergación de actividades. Mide el grado en que los estudiantes retrasan y posponen las tareas académicas, sustituyendo las actividades por otras más agradables que no demandan mucho esfuerzo	Actividades	Dificultad	AD
			Calificaciones	AC
			Entregas	AE
		Responsabilidades	Familiares	RF
			Laborales	RL
		Problemas	Salud	PSAL
Otros	POTR			

Diseño Fenomenológico.

De acuerdo con Mertens (2015) y Álvarez-Gayou (2003) citados por Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) pág. 549, el diseño fenomenológico se fundamenta en las siguientes premisas:

Se pretende describir y entender los fenómenos desde el punto de vista de cada participante y desde la perspectiva construida colectivamente, se basa en el análisis de discursos y temas, así como en la búsqueda de sus posibles significados, el investigador confía en la intuición, imaginación y en las estructuras universales para lograr aprender la experiencia de los participantes, contextualiza las experiencias en términos de su temporalidad (momento en que sucedieron), espacio (lugar en el cual ocurrieron), corporalidad (las personas que las vivieron) y el contexto relacional (los lazos que se generaron durante las experiencias).

En su libro Metodología de la Investigación las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) mencionan que el punto de partida de una indagación cualitativa es la presencia del investigador en el contexto, desde donde comienza la inducción, motivo por el cual me permito expresar mi propia experiencia como estudiante del SUAyED.

Ingresé al sistema a los 43 años, motivada por llegar a ser la primera integrante de mi familia en línea directa con una licenciatura. Cuando concluí la secundaria, mi mamá me inscribió en una carrera comercial, ella tiene la idea de que una mujer no puede continuar estudiando, porque se casa y el esposo la mantiene. Gracias a esta decisión comencé a trabajar a los 18 años como secretaria. Siempre sentí la necesidad de continuar mis estudios, y en 1992 ingresé a un círculo de estudio de preparatoria abierta de la SEP, presenté exámenes con regularidad hasta que a los 22 años contraí matrimonio y posteriormente tuve tres hijos, situación por la que aplaza mis estudios. En el 2010 concluí la preparatoria y veía lejana la posibilidad de

ingresar en la UNAM. Aprobar el examen de admisión fue un gran logro, y muy grato escuchar al Dr. Arturo Silva Rodríguez, Coordinador del Sistema en esa época llamarnos Colegas.

No estaba familiarizada con las herramientas tecnológicas, recuerdo que una de las primeras tareas fue un trabajo en equipo de neurociencias, busqué imágenes en un libro impreso y muy emocionada envié mis hallazgos al equipo, mientras que ellos mostraron las imágenes más bellas sacadas de algún sitio de internet. A pesar de las deficiencias en cuanto a mi preparación previa, comencé muy motivada, recuerdo que los compañeros fueron muy importantes, además de que vivo cerca de la Fes-Iztacala y tuve la oportunidad de asistir a los eventos académicos.

Cursé el primer semestre con éxito, realizaba las tareas durante la noche, para cumplir con las actividades del trabajo y familiares. Las materias de segundo semestre las curse en dos periodos. Antes de inscribir el tercer semestre un estudiante de Doctorado del lugar donde laboro me dijo *Luz, Ma si puedes con tres puedes con seis*, esas palabras fueron muy alentadoras e inscribí las 6 materias, obteniendo resultados favorables. Me sentía muy feliz realizando las actividades en tiempo y forma, aunque sin dormir, para cumplir los objetivos del semestre. Siempre hubo oposición de parte de mi esposo por mis horarios de estudio, me decía que me iba a enfermar. Fue en cuarto semestre que comencé a perder el interés por el estudio. Yo sabía que si dejaba de hacer una tarea difícilmente me podía recuperar, no me gustaban las calificaciones por debajo de 9.

Durante la vida de estudiante en el SUAyED nos alejamos de los amigos, que por lo general a nuestra edad ya tienen alguna formación académica de licenciatura o más, ellos están en otra realidad y no comprenden porque sacrificamos horas de convivencia por el estudio, así que poco a poco comienzan a descartarnos de su lista de invitados. Los eventos familiares

son otro asunto con el que hay que lidiar, no se explican porque en fecha de celebración, o en fin de semana, tenemos tareas por entregar. Otra situación, fue en mi trabajo, ya que como el sistema es a distancia argumentan que no tienen por qué solicitar que hagamos prácticas o acudamos de manera presencial a eventos académicos.

Entre las cosas satisfactorias fue que la relación con mis hijos se fortaleció, recuerdo que los tres hacíamos la tarea en el comedor y esto nos acercó mucho más.

Al realizar el presente trabajo vienen a mi mente muchas vivencias, podría decir que mi procrastinación se debía a varios factores, uno de ellos era la falta de motivación para seguir, comencé a desviar mi atención a otro tipo de actividades, otra situación fue la inseguridad y miedo al fracaso, porque no toleraba no estar al nivel de mis compañero, me impresionaba cuando en los foros ponían que era su segunda o tercer carrera, me sentía en desventaja, y literalmente me avergonzaba no estar a su nivel. Nunca dejé de inscribir módulos, pero hubo semestres que los reprobé todos, esto por falta de autorregulación y de organización en mis horarios, por mi mente pasaban pensamientos como si estás sufriendo en la licenciatura no tiene caso seguir, mejor haz otra cosa, no puedes. Cuando dejaba de presentar una actividad difícilmente presentaba la segunda, hubo semestres que incluso sentía mucho miedo al encender la computadora, y me desconectaba de todo.

Comparto algunos de los puntos de vista de mis compañeros, por ejemplo sobre que la retroalimentación de los tutores es muy importante, sobre todo en los módulos prácticos, donde si no hay comentarios no sabemos si vamos por el camino adecuado, y no tanto en los teóricos, porque recuerdo que en esos incluso me agradaba la forma de trabajar de una maestra que calificaba al final del semestre, pero que nunca cerraba la plataforma, eso me ayudaba a cumplir con los que sí cerraban y de igual forma subía fuera de tiempo las actividades de ese módulo y mis calificación no era sobre 8.

La experiencia más cercana fue en los semestres 2020-2 y 2021-1, donde gracias al confinamiento pude dedicar tiempo de calidad a mi formación académica, curse 4 módulos de octavo, uno de séptimo y certifique el inglés, fue como ingresar de nuevo al sistema, me encontré con las mismas dificultades que en el primer semestre. En estos últimos semestres me he vuelto a enamorar de la psicología, parte fundamental fueron los tutores y mis compañeros, la mayoría muy empáticos, aunque me costó hacer equipo, porque no me conocen y un factor que influye es la edad, anticipan que no tengo las mismas habilidades que los estudiantes más jóvenes. Me pareció acertado que en uno de los módulos se incluía la exposición en tiempo real de un tema de psicología de la salud, me motivó saber que la tutora nos ponía atención no solo en la revisión de actividades o en los mensajes en plataforma, sino que podíamos interactuar exponiendo nuestras dudas.

Uno de los módulos donde sentí mucha incertidumbre fue el de estadística, y terminó siendo una de las experiencias más agradables, porque la programación fue muy clara, y me daba mucha seguridad saber qué hacía aportaciones adecuadas a mi equipo, dejé de pensar que la estadística era un conocimiento inalcanzable, además que la tutora nos hizo una llamada personalizada a cada uno, y me sentí entre colegas.

También tuve la experiencia de trabajar en equipo, lo cual en otros semestres me causó un gran conflicto, porque no iba a la velocidad de mis compañeros y en más de una ocasión terminé rogando que me dejaran trabajar de forma individual. Ahora todo es más consciente, no digo que fue fácil, porque siempre hay que lidiar con las diferentes personalidades de cada uno, pero finalmente, creo que si como psicólogos no logramos tener una actitud asertiva para lograr nuestros objetivos definitivamente estamos errando la profesión.

Por último, deseo mencionar que realizar este trabajo fue una de las decisiones más acertadas que he podido tomar, porque escuchar a mis compañeros me hizo admirarlos y pensar si yo

me hubiera acercado a una instancia como CAPED o si hubiera estado en contacto con mis compañeros, o si tan solo hubiera sacado el coraje de anteponer mis deseos por encima de cualquier crítica o autocrítica, tal vez la historia hubiera sido diferente.

RESULTADOS.

Participaron 10 estudiantes del SUAyED: 8 mujeres y 2 hombres con una edad promedio de 49 años. En la redacción se utilizan los siguientes nombres ficticios: Rosa, Patricia, Diego, Marcos, Laura, Karla, Bertha, Luisa, Eva y Julia.

Interacción con los compañeros.

Nos pusimos de acuerdo, nos inscribimos en los mismos módulos y eso también nos ha ayudado bien, porque vamos juntos...este los mismos maestros entonces sí nos ha funcionado.

Laura

...de las redes sociales el Facebook -SUAYED también me ha ayudado, me han ayudado, porque ahí me siento con los compañeros, así como que están al pendiente si tú necesitas algo pues ahí están, sientes esa compañía. Karla

Bueno pues siento yo que ha sido buena, de alguna manera nos hemos enriquecido gracias a eso hemos hecho buenas amistades con algunos compañeros...y este nos hemos apoyado, dudas algunas veces en los trabajos, pues ahí nos andamos preguntando cómo es como lo pusiste así está bien creo que es por acá no es por acá...siento que eso también me ayuda de repente ir compartiendo nuestros conocimientos. Bertha

...entonces conforme estuvimos trabajando en equipo me ayuda, porque algunos compañeros me dijeron, porque no te metes al grupo de chat y ya me metieron y ahí vi que había un universo ... hay compañeros que coinciden, ósea veo que hay personas con los mismos intereses que yo y con las mismas necesidades...entonces si la verdad es un vínculo

importante convivir con los compañeros ... si he hecho algunas amistades con compañeros además en los equipos hemos ido formando una amistad bonita Luisa.

...todos somos empáticos, por eso digo que he tenido buena suerte. Eva

...muchos de los compañeros no son muy accesibles tampoco, y a veces da vergüenza decir oye sabes de este modo de este otro... Diego

Los adultos mayores de 40 años que deciden ingresar a la universidad usualmente reciben instrucción de personas más jóvenes y conviven con compañeros de menor edad, lo que les puede causar desconcierto (Craig, 2009)

...te subestiman un poco porque eres mayor, como que el trato es, sientes que te subestiman.

Luisa

Pero si esa brecha generacional como que si se impone porque no se si porque nosotros traemos otra educación que es como más, a mí me gusta ser abierta y escuchar a las demás personas, pero ya he notado que los compañeros más jóvenes sienten que dominan todo, a veces eso te inhibe y te incomoda pero trato de llevarme bien y de todos aprender fuimos a hacer un curso donde los maestros estaban jovencitos ... yo creo que tenían como 25 o 26 años y me decían ¡Ay!señora, ¿te fijas como el maestro te dice señora? y a mí me dice compañera.. ¿no te molesta que de te digan señora? no porque yo soy señora y al final del día eso soy, soy una señora al final de día yo no me sentía mal, no me incomodaba, a lo mejor por la edad, pero si es muy notorio que ellos que están más jóvenes ósea te ven a ti como la señora está estudiando no como la compañera que también eres estudiante. En SUAyED habemos como más gente mayor y ya estamos como más enfocados en lo que

queremos y siento yo que nos gusta investigar un poquito más allá y no quedarnos con lo que nos dan los maestros. Luisa

...tengo esa habilidad de entrar en contacto con la gente rápidamente entonces siento que eso me ha permitido adaptarme ... yo creo que esa es una cualidad mía que soy muy adaptable, entonces eso me permite pues poder contactar con los chicos que son más jóvenes que yo.

Bertha

...y les digo explicarme cómo se hace y si me han tenido paciencia y si me han explicado y he aprendido muchas cosas... Luisa

Interacción con los tutores.

El aprendizaje en el Sistema es autodidacta, sin embargo, una de las demandas de los participantes es el percibir el acompañamiento de los tutores, su comprensión y empatía.

Para mí fue algo nuevo y dije qué hago aquí, dije no va a ver un futuro si nadie me va a estar viendo, si a nadie voy a tener no hay un futuro entonces pues me bloquee, totalmente me desconecte, así todo y dije es que ¡no! es que ya voy a renunciar. Karla

... ahí no hay un profesor que te vea, te oriente en ese sentido... y ahí es donde te da la frustración de contar con alguien que te vea ... Karla

Me gustaría que los maestros se tomar algunas veces un tiempcito para guiarnos, muchos no quieren muchos sí, me tope con compañeros, que tampoco quieren entrar a sesiones, entonces si como que digo bueno. Laura

... quisiera tener el contacto personal, lo que siento, lo que más se me dificulta no puedo ir con el maestro y preguntarle, oiga maestro no entiendo esto, o darme a entender, no es lo mismo describir una pregunta, una duda que decirla, a ver si me entiende, porque hay veces que yo solita me “reboruco”, entonces es lo que hace falta es el contacto justo humano, personal ... Eva

...es autodidacta me gustaría que los maestros se tomaran algunas veces un tiempcito para guiarnos. Bertha

Módulo sin retroalimentación no me desmotivo para entregar tareas, porque finalmente pues digo es mi responsabilidad, aunque ahí es responsabilidad de la maestra, siento que tiene muchas cosas que hacer entonces no me desmotivo o me confronto o me desanimo. Bertha

Los maestros lo que hacían era que oiga maestro tengo esta duda, te hacía que a mí me mandaban ligas para libros, bueno pues ahí lee, ahí te resuelven tu duda, son uno canijos.

Julia

... la primera vez que no entendí una actividad le mandé un mensaje me contestó dos semanas después de cuando ya la había entregado y dije ya para que... de ahí en fuera los Maestros bien lindos. Eva

Maestro que hasta el final de todo el semestre se ponía a calificarte, ni una retroalimentación, ni nada, pero bueno ahorita que están las clases en línea, benditas clases, pero tú acá estabas solita ¿No? Julia

... ahí te das cuenta quien, si quiere a la UNAM si tú mismo no entendía una cosa le escribes al maestro y en tres días dices no bueno ya ¿para qué?, ya no me interesa la duda, ya hasta se me olvidó que pregunté. Tres días después de que te sirve ...Julia

Diego manifiesta que el conocimiento se adquiere de lectura no de un profesor, que envió preguntas a los tutores y no hubo respuesta.

...no hay una experiencia con el profesor no absorbe uno el conocimiento del profesor, si no de lecturas... tutores no muy accesibles... le envíe preguntas y cosas y no hay retroalimentación es uno de los problemas muy grandes entonces uno se las tiene que averiguar de acuerdo a lo que ellos quieren. Diego

Karla cursa módulos de primer semestre, su preocupación es que otros semestres encuentre maestros que no den retroalimentación.

... algún día me toca un profesor que realmente no de retroalimentación, o sí realmente mi trabajo está bien ósea que nunca se pare en la plataforma que nada más que califique y nada más, sin saber si sí estuvo bien mi trabajo si aprendí o no esa tal vez sería la desventaja pero ahorita los profesores que he tenido no no ha sido así, entonces pues no se si más adelante.

Karla

Luisa se acercó a la tutora para manifestar sus inquietud sobre trabajar en pareja, la respuesta que recibió fue favorable lo que permitió que una compañera y ella realizarán una práctica

...maestra es que no puedo hacer esto, ¿maestra puedo trabajar con mi compañera? y nos dijo si quieren háganlo en equipo y porque fuimos a un CAM y la verdad es que la maestra si nos dio oportunidad de buscar soluciones a nuestros problemas...Luisa

En otras ocasiones la respuesta no fue favorable.

...si me caía gordo su manejo, y yo trataba de explicárselo él no lo escuchaba, entonces fue cuando le dije ... me desahogue y ¡Fum!, hasta su número que tenía en WhatsApp lo borré, me irritó me molestó mucho, su forma tan cuadrada de ser, esa materia la recurse ya ni me esperé a que él me reprobara, le dije adios ciao, ósea como que ahí me enojé y yo creo que el Maestro incluso se desconcertó porque sí puede haberla pasado. Luisa

y muy estricto y entonces te mete como miedo y dices ¡Ay! este Maestro es bien exigente, hijole , y conforme vas haciendo las tareas y las entregas y te dice y te reprueba porque lo hiciste con mucha información y que si así él no la quería... Luisa

...sobre todo los profesores vuelvo a repetir no son muy empáticos ...muchos de los profesores son tajantes o cumples o no cumples... como todo hay frustración en todo y desesperación quieres cambiar a un sistema...una vez si tuve problemas con un profesor, porque estaba muy exigente y yo me porte muy cortante la verdad y ya ni me contestó y se hizo el que me hizo tiempo fuera, me hizo un lado y ya no me contestó... si no me pone atención o se enoja por cualquier cosa como si yo fuera una persona que debería de saberlo ... y ellos piensan que ya uno debe de dominar . Diego

no pero si me mantenía muy a la expectativa de pensar bueno le estoy entregando esto y va a ser lo que ella pide en ese sentido digamos, no se que palabra ponerle o que sentimiento, no

se si me frustraba, no es que me frustraba, porque yo seguía entregando, pero si me dejaba mucho la incógnita, ¿ es lo que estoy entregando o no? Es cuando hay maestros como que no te retroalimentan y hay algunos que no te hacen como, asesorías como que en grupo esas también ayudan cuando se contactan en grupo para ver, te van asesorando de manera grupal siento yo que esa es una desventaja otra desventaja que veo es de que es como que te dan el material y si aprendiste pues que bueno y si no pues ya ni modo. Bertha

Yo los acuso de omisos, de ausentes, su poco interés en enseñar, sí yo los acuso de eso a muchos de mis profesores... Julia

...a veces he hablado con los maestros y si han tenido tolerancia, pero hay algunos que no, a mi me causa mucha frustración, ...hay maestros que sí son buena onda y si te la reciben, pero hay varios que te dicen con la pena, pero debiste haberte coordinado.....deben tener flexibilidad y más que él es Maestro, tiene que aprender, yo siento como maestro tiene que tener flexibilidad de que no todos tienen el mismo bagaje cultural, no todos tienen las mismas oportunidades para hacer las cosas o no todos tienen las herramientas y tener esa flexibilidad incluso para motivar al alumnado... de conocerlo de exponer tus dudas... Luisa

yo pienso que comencé a tener problemas con los maestros cuando les ponía mi perfil completo... una maestra si me dijo ¿No que tienes Maestría? ¿No que tienes esto y esto otro? ¡no sabes hacer las cosas! ... dije pues que necesidad tengo ya nada más soy ama de casa y ya como que le bajaron las exigencias. SI me sacaba mucho de onda pensaban que estaba presumiendo pues la verdad es que no fue fácil hacer todo lo que hice pues me gusta estudiar que podía hacer ¿No?. Julia

Defensa de Derechos.

Me tocó una Tutora que fíjate lo que me hizo ¡Eh! yo me aventé una terapia de 10 sesiones ¿No? como por la séptima terapia, la séptima entrevista me dice que está mal mi programa, le dije y qué le digo a mi usuario, paciente o cliente, o como quieras a la persona que estoy trabajando ¿qué le digo? que estuvo mal lo que hicimos? ... no importa lo puedes corregir ¿en tres sesiones quieres que corrija? dice si ya vi tu promedio vamos a ver cómo lo bajamos ¿A sí, que bien? pues la verdad tú nada más estás platicando con la muchacha... Julia

Tuve que ir a buscar a una maestra a la escuela para entregarle un trabajo porque no me lo quería aceptar, me lo regresaba y me lo regresaba... me señalaba faltas de ortografía ok ya está corregido ahora que no pues está mal, no me decía qué es lo que tiene... la idea era que tú fueras construyendo algo y ¿dónde dice y dónde está plasmado en un escrito donde diga que yo construyera con mis ideas ... tuve que ir a entregar mi trabajo delante del coordinador. Julia

Liderazgo

El trabajo en equipo se refiere a la colaboración con otros en la realización de actividades, con el fin de lograr objetivos comunes, intercambiando información, asumiendo responsabilidades, resolviendo dificultades y contribuyendo a la mejora y desarrollo colectivo (Torres, et al. citado por Delgado et al 2017). Otras habilidades que se deben desarrollar además del trabajo en equipo son la comunicación, la motivación, el liderazgo, la delegación, la asertividad y la solución de problemas (Ballenato, 2005 citado por Pacios y Bueno de la Fuente, 2013).

...entre la desesperación y el coraje te enojas, bueno esto que... y yo muchas veces tuve que terminar por hacer yo el trabajo, así de plano, porque dices no... una chava de plano me dijo

es que tú nada más me estas molestando... es que somos equipo ... y que crees que tenemos que entregar el trabajo... pues entrégalo tú, hablé con la Maestra ... yo no voy a poner su nombre en el trabajo discúlpeme... ya me dijo que no soy su mamá, ni su maestra para estarla molestando... Julia.

... oigan chicos pues hay que escogerle acá, ¿quién hace qué? o escoger el tema, para ir adelantando un poquito, como no tengo mucho tiempo irlo haciendo... Eva.

En el último trabajo si hubo muchacha que, de plano, dijo que si le dejábamos poquito a ella porque la acababan de operar... sabes mejor yo lo hago, somos tres en el equipo, que te parece si entre las dos y la otra compañera no quiso... fue la única vez que me sentí muy incómoda... Eva.

Motivación

Uno de los objetivos de la entrevista fue conocer qué es lo que motiva a una persona de 40 años o más, para ingresar al SUAyED.

Motivación inicial adquirir conocimiento

No fue por un proyecto profesional, fue por mero interés de tener conocimientos del tema ...Rosa

Siempre he pensado que el hombre es complejo, el pensamiento del hombre y primero lo pensé no por dar digamos ser psicólogo de diván si no lo pensé de una forma de autorregularme mentalmente ... Diego

...la mente es la que nos enferme vamos a ver qué onda y me puse a estudiar, por la edad no me aceptaron en la escolarizada (56 o 57 años no me acuerdo) ... Julia

... me comencé a hacer muchas preguntas del comportamiento humano, quería aprender sobre antropología o sociología, o psicología. Rosa

Motivación inicial ayudar

Siempre me gusto pues este apoyar a mis compañeros del trabajo, esa situación en un medio tan agresivo, yo suponía que se podía hacer algo con el aspecto psicológico entonces fui de nuevo a la Universidad ...Yo dije que se puede hacer algo, por lo menos recomendar que se den tratamientos para el manejo del estrés a toda la gente. Marcos

...orientar a los niños, porque tenían problemas ...Karla

.... y me pedían como consejos a mí me abrió los ojos como para decir si yo tuviera la oportunidad de ayudarlos, ¿cómo les ayudaría?... Luisa

Motivación inicial por cambios significativos

...pasaba por una depresión muy severa ya en mi edad adulta entonces me cambió mi perspectiva de vida ... Rosa

Tengo 9 años de estar jubilado, trabajé 27 años... desde que entré a la escuela dije voy a hacer algo de alguna manera dices mi vida la voy a seguir ya como retirado, mi vida la voy a seguir, hacer lo que yo pueda. Marcos

Una vez que me jubilé (47 años) tuve un conato de infarto, me puse muy tristes... de repente pones freno de mano y frenas todo.... tristeza a pesar de que en casa estaba activa no era lo mismo ... Julia

...y entonces hablé con mi esposo, y le dije bueno ya nos preparamos para enviar a alguien a la Universidad y él no quiere ¿me puedes apoyar a mí? y él me dijo que sí, y entonces hice mi solicitud en la Universidad me preparé y gracias a Dios quedé en la primera vuelta... Luisa

Motivación inicial satisfacción personal

.... decidí retomar mi carrera pues que era psicología, porque me encanta la psicología, fueron esos los motivos por los que decidí regresar a estudiar, pues alcanzar la meta que me había propuesto, me di cuenta que no era tarde para lograrlo y especialmente por esta

modalidad y que me encanta, entonces creo que hay un tiempo hay un tiempo y mi tiempo es en estos momentos... Laura

*... siempre quise estudiar y esta ya es mi segunda carrera...entonces dije pues si no es pedagogía, pues es psicología...*Karla

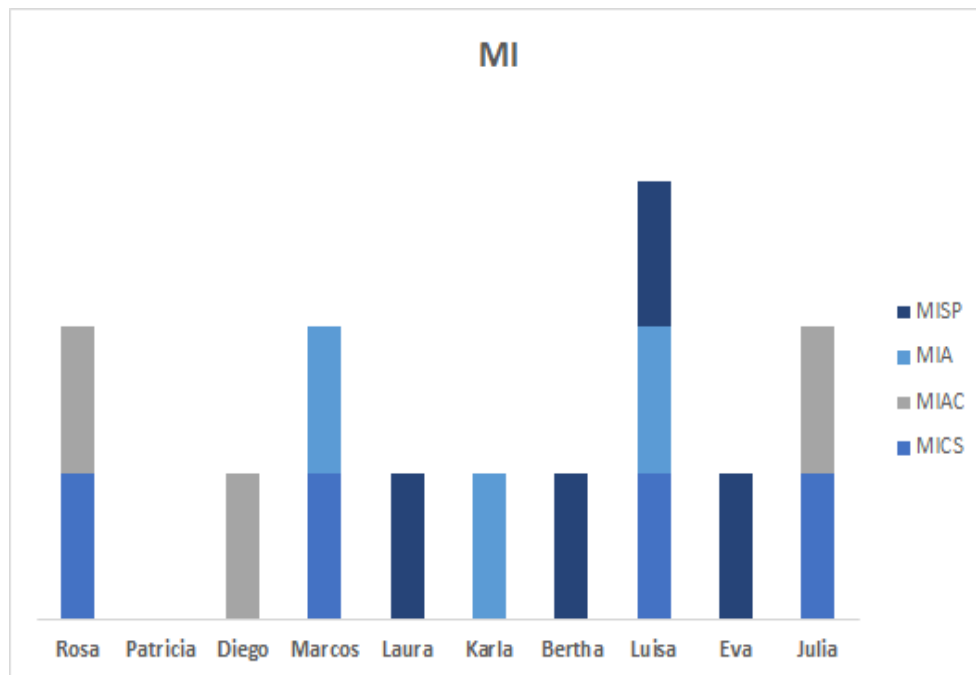
*... yo siempre quise estudiar psicología, eso fue un sueño que yo tenía, pero lo tenía muy escondido...*Bertha

*...ya no fue para mis hijos, por la escuela, ya fue algo para mí que yo empecé a observar que disfrutaba haciendo las cosas que me enriquecían...*Luisa

...y si yo siento que si no estudiaba iba a quedar estancada, nunca aprender algo nuevo, o algo que realmente te satisfaga por eso me decidí por psicología... Eva

La Figura 2 es una representación gráfica de los motivos de los participantes para inscribirse al SUAyED, como podemos observar en las categoría Motivación Inicial (MI) algunos manifestaron más de una razón, como es el caso de Luisa, quien estaba pasando por cambios significativos, ya que su hijo en edad de asistir a la universidad toma la decisión de no continuar con sus estudios, y ella de una manera asertiva manifiesta su deseo de ingresar a la Universidad, motivada además por el deseo de ayudar y por la gratificación personal de hacer algo para ella.

Figura 2. Motivación Inicial.



Motivación actual.

Los estudiantes que consiguen as a las que se enfrentan durante el aprendizaje, continúan motivados.

Me sentí tranquila, alegre, este no importa cuánto tiempo tarde más, pero en lo personal siento una gran satisfacción con la otra carrera que terminé así, pero esta trato de disfrutarlo, pues desde que empiezo a leer un libro todas las actividades... Karla

lo había visto del otro lado entonces todo te va motivando todavía más, estudiar y decir wua; si puedo ósea , aquí lo que más me motiva, en lo personal a mi es medir los alcances que voy haciendo, ...decir si puedo, Luisa

...y luego también fui al SECOSAM de Zacatenco y también fue muy padre estuve con una psicóloga, primero hice la entrevista, me dio oportunidad de observar, como hacen el filtro

para recibir a las pacientes cosas así, y dices bueno si lo puedo hacer vas como que también, midiéndote y descubriendo... Luisa

he visto que estamos más preparados que los compañeros que son de presencial, siento que estamos un poquito más completos en cuanto a teoría por la situación que nos mandan la información al tener las referencias y toda tratas de investigar más. Lusa

Diego continúa con la decisión de concluir aunque sus resultados nos han sido del todo favorables, menciona “... *sigo en la lucha yo lo que voy a hacer es seguir presentando*”.

Estrategias de afrontamiento.

Las diferentes actividades y responsabilidades de los participantes, los obligan a replantear sus métodos de estudio, a tomar decisiones como por ejemplo dar de baja algunos módulos para no afectar otros, sin perder de vista sus prioridades.

Estrategia de afrontamiento baja de módulos.

Me atrasé mucho con tareas en dos módulos y dije no mejor si doy de baja y curso las que ya estoy en tiempo y en forma para terminar bien el semestre ... Laura

... entonces di de baja dos módulos y ahorita en los tres voy bien, me siento bien.. me ha funcionado el no llevar los seis módulos en llevar 3 máximo 4, aunque no termine en los cuatro años y medio, porque lógico ya no los voy a terminar, eso me ha ayudado a tener mis horarios, mientras mi niña está en la escuela yo estudio. Laura.

... y dije bueno voy a dar de baja dos y ya nada más me apuro con tres para el segundo semestre y ya este así le hice.. Luisa.

Estrategia de afrontamiento pocas materias

... yo agarraba pocas materias cuatro o tres porque si me ponía a echar las 6, no no podía, a mí no me gusta quedar mal por otro lado lo que yo quiero es aprender...puedo hacer las cosas despacio a mi tiempo, a mi ritmo... Julia

El primer semestre si tuve que tomar todas las materias, no me daban opción para rebajar ninguna, pero ya en el segundo semestre empecé a tomar menos materias porque si es que si es una carrera de locos. Julia

Estrategia de afrontamiento abandonar módulos

...ahí empezó el rezago no pude con las seis o reprobaba, me enfocaba en ciertas materias y en algunos días no entregaba por estar ocupada en otras cosas ya cuando veía que habían pasado dos entregas, ya mejor la dejaba y me enfocaba en las otras 5.. así fue hasta séptimo y octavo semestre ... ya no presenté dos actividades, lo tomaba con calma, primero si me presionaba, pero cuando veía que ya no podía, me hacía a la idea... Rosa

Estrategia de afrontamiento organizar horarios

..tener un horario, priorizar las tareas es decir no dejarlas todas al final sino hacerlas por prioridad o por dificultad porque anteriormente hacía las más fáciles y las difíciles las dejaba al último ...me pongo de meta entregarlas una semana antes y así para no saturarme y no hacer tres trabajos en un día eso me ha funcionado. Laura

Se que el domingo que los niños no están en la escuela entonces puedo dedicarle un poco más de tiempo a la Universidad entonces regularmente el domingo en las mañanas, me organizo para que por las noches después de las 9 pues ya sea para igual para mi un rato de las 9 a las 12 maso menos el poder preparar las cosas de la universidad. Bertha

es que desde que suban las actividades en la plataforma yo en mi calendario de Google pongo todas las actividades con las fechas de límite que tengo entonces, yo ya me organizo para saber cuándo voy a entregar mis tareas. Karla

La verdad es que voy al inicio del semestre revisó el programa y voy viendo las que son más próximas y conforme va voy checando el programa y voy checando las lecturas y si por lo menos unas semana de anticipación para poder entregar. Luisa

yo lo que hago es que es que pienso este módulo es como un cliente este módulo es otro cliente tengo que aprender a manejarlos cada uno en sus diferentes situaciones de cada uno porque no todos van a coincidir... Luisa

Yo francamente prefiero planificar mis actividades, ver cuales voy a hacer cada semana, que voy a hacer de entregas, ósea tenía una manera de organizarme pues. porque si no es la locura, si no te organizar te vuelves loco ¿apoco no? Julia

Actividades Dificultad.

Los estudiantes se encontraron en su primer semestre con un sistema desconocido, sumado a la falta de habilidades en las TIC, además de sentirse aislados por la falta de interacción con los tutores y los compañeros.

Desde el primer semestre a mí se me hizo difícil hacer 6 materias se me hizo excesivo. Marcos

...primer semestre en la plataforma un poquito estresada porque apenas estaba yo conociendo pues la tecnología, está forma de estudiar y me fue complicado ... Bertha

...primer semestre fue el impacto pues eran las seis materias y precisamente como yo no le sabía bien a la tecnología me acuerdo mucho que la materia de neurociencias la tuve que dar de baja ... la maestra nos enviaba a hacer como unos mapas con imágenes y yo no sabía cómo manejarlas.... y dije yo no puedo con esta materia y me estoy atrasando con las otras...Luisa

Los primeros dos tres meses, del semestre ¡Ay! se me hicieron la muerte.. Eva

...como yo tenía experiencias en estudiar en línea por la prepa en línea de la SEP pensé que iba a ser fácil, pero no, no es cierto, ¡Cero que ver ¡me tardé mucho en aprender la plataforma... Eva

...cuando empezó el primer semestre yo lloraba, porque no conocía a nadie, no tenía ni teléfono celular, entonces imagínate ¡No!, hacía mis tareas yo solita y sufría... porque decía ¿a quién le pregunto? ¿cómo se hace esto? Luisa

... yo vivo en Estados Unidos, entonces también el estar lejos y no a lo mejor haces un amigo y le dices oye nos quedamos de ver en tal parte para hacer tarea, juntos ... Laura

La falta de habilidades con las TIC, el desconocimiento del sistema, propicia que los estudiantes se sientan frustrados, y decidan abandonar el sistema.

...yo había estudiado presencial nunca sabía de en línea y pues no sabía ni cómo ingresar a la plataforma dije no voy a poder, porque no sabía nada de lo que pedían, me metía a las actividades, pero no sabía hacer ni una línea del tiempo, no sabía hacer ni un podcast, no sabía hacer ni un video, ni un mapa mental, para mí fue frustrante y es que no sabía y la verdad soy sincera tuve que dejarlo un semestre...Karla

Familiarizarse con el sistema e implementar habilidades de autorregulación permiten que los estudiantes continúen con las actividades.

... y ahorita este tercer semestre se me hizo muy relax. Eva

...ya después de acostumbras empiezas a ser autocrítico te autorregulas, ves que el sistema es noble pero su hay que trabajar sentarse solos a trabajar. Julia

Actividades entrega.

Los estudiantes manifiestan frustración al no entregar las actividades a tiempo.

...me tocó entregar una a las 11 casi con 59, y que la plataforma no se cerró, pero sí fue muy estresante... yo creo no lo hice consciente pero fue un miedo a decir ¡Chin! ya, ya no la entregué, era mucha ansiedad, estaba yo como temblando, no voy a terminar, no voy a

terminar, no me vuelve a pasar... ya no me volvió a pasar, ya entrego tareas como un día antes o dos, entonces si me funcionó entonces ya.. Laura

y yo ¡Ay! porque si ya me ha pasado tantas veces y sigo en las mismas, y me vuelve a pasar, pero si me ha pasado varias veces. Luisa

Cuando no entrego una tarea frustración, porque tú estás haciéndola y muchas veces yo soy como muy perfeccionista... pero por querer completarla se me va el tiempo y ¡Zas! por 10 o 15 minutos hay, no la entregué, luego se te va estás tan entrada en tu rollo que se te va, ¡Ay no!... y a mí me causa mucha frustración porque dices el esfuerzo, el tiempo que le invertiste, el poder coordinarme, la lectura y luego para que no haya entregado...Luisa

... ¿Sentir? me sentía muy mal me daba ... es complicado ahorita que me lo preguntas, ¿qué sentía? Sentía horrible... pero que hacía apurarme a la siguiente entrega o las entregaba extemporánea... Julia

¡Ay! no andábamos como locos, porque aunque te quieras organizar si de repente, este pues te confunde porque son varias y estás como cirquero de tres pistas aquí y allá . Luisa.

La apreciación de Diego es que el problema radica en que si no se cumplen en el término ya no se puede continuar, su deseo es que los estudiantes tengan acceso a un repertorio de los escritos por módulo.

El problema que yo he visto durante la carga de trabajo es que todo está fechado si no cumplés en los términos ya como quien dice no se puede continuar, ya no hay forma de recuperación y yo creo que sí debería de haber una forma de recuperación de lo que dejás atrasado por "X" o cualquier cosa. Diego

... ya que veía que no iba a pasar la materia agarraba y la abandonaba ya no volvía a entrar.. sí y este bueno pierdes el interés comienzas a hacer otras cosas y digamos ya no estabas cumpliendo en tiempo tus actividades... Diego

Yo siempre he querido que por ejemplo SUAyED tenga un repertorio por lo menos de los escritos que nos envían y que sean accesibles por módulos... Diego

Calificaciones

Algunos participantes manifestaron que al obtener una calificación reprobatoria comenzaron a perder el interés de seguir presentando actividades.

a veces es por esas inconsistencia las primeras actividades las haces y ya dejas de hacerlas y pierdes el interés sobre todo cuando hay una mala calificación y ahí no hay posibilidad de recuperarse entonces dices bueno hasta aquí llego ya habrá otra oportunidad... si no cumples en los términos ya no como quien dice, ya no puedes continuar ya no hay forma de recuperarse de lo que dejaste atrasado por "X" o cualquier cosa. Diego

...un semestre inscribí 4 y me fue pésimo creo que tuve calificaciones de 5, 6 y 7 y pues no me gustó nada... Patricia

La experiencia de Laura fue una de las maestras calificó un trabajo de 20 páginas con 6, por no citar correctamente en APA, menciona que *le dolió*, pero después de eso se enfoca mucho en lo referente a APA, para que no le vuelva a pasar.

...pues con una maestra fue en cuestión de calificación, hicimos un trabajo final y creo que hicimos todo bien, porque nos calificó todo bien, pero nos puso por no citar un párrafo, un solo párrafo en 20 cuartillas nos bajó nuestra calificación a 6, ahí fue que si me dolió, pero no fue un mal entendido de enojo, no simplemente de que no citamos en APA un solo párrafo, en ese momento aprendimos y aprendí a citar bien en APA, es feo, me motivo y desde entonces como que soy muy, muy, me enfoco mucho en todo lo que es referente a APA. Laura

Responsabilidades.

Cumplir con las responsabilidades familiares, como en caso de Marcos que tiene 61 años y apoya económicamente a su hijo y a su familia, cuida de su esposa enferma las 24 horas, como él menciona hay prioridades que no se pueden dejar para después.

Responsabilidades familiares.

Yo creo que a mayor edad tienes más responsabilidades, tienes que atender a tus hijos, atender a tu esposo o esposa, tienes que verlos y acudir en el momento que sea. Marcos

Tener una carrera a esta edad si es difícil, no nada más a la edad que yo tengo si no con menos edad... Lo que no es sencillo es que la tomes a edades muy avanzadas, eso si no es sencillo porque ya tienes otros enfoques de vida ya tienes otra atención hacia, la vida hacia los familiares, hacia lo que te pasa tienes otras situaciones que atender y a veces esas situaciones que tienes que atender. Ya tengo mucha edad ya lo que me llega lo que me dan eso lo tengo que hacer estudiar y ahorita si me cuesta mucho. Marcos

...pero ya tenía que estar al pendiente de mi esposa. Entonces tenía que visitar a mi hijo, a mi nieta, tengo una nieta de 5 años, por lo menos iba dos veces a visitarlos... responsabilidades que son de mi vida las responsabilidades nadie me las carga, yo me las hice, yo me las cree.lo que no es sencillo es que la tomes a edades avanzadas ... tienes otras situaciones que atender y a veces esas situaciones las tienes que atender de inmediato... Marcos

No se tú, pero yo si tengo familia en ese tiempo estaban todavía mis hijas en casa, este tenía pues que atender a mi familia, medio atender porque pues siempre hay deficiencias cuando uno está estudiando... Julia

Responsabilidades laborales

Ingresar a la Universidad durante la adultez media, en la mayoría de los casos podría implicar que se estén llevando a cabo otras actividades, y que en ocasiones se deba cumplir con un horario de trabajo que excede 8 horas diarias.

Trabajo de lunes a viernes 8 horas diarias de 9 a 5...llegaba a mi casa a las 6 en los primeros semestres, hacia la comida, me ponía a cenar y hacer las actividades, sacaba mis perros....sexto semestre tan cansada que regresaba de trabajar y me dormía a las 9 empezaba a hacer todo lo que me retrase, empezaba a estudiar entre las 10 u 11 y me dormía 3 o 4 de la mañana. Rosa

Doy clases en una universidad en línea en una universidad privada, a veces trabajo 8 horas, a veces más en promedio 8 horas al día... Patricia

...porque trabajas todo el día, y otra cosa siempre están en tu mente las tareas y lo que pasa que te la pasas, piense y piense, pero no accionas, es decir que te paralizas, no te atreves... a veces las circunstancias no te lo permiten a veces por ejemplo tienes una audiencia, o vas a la audiencia o te pones a hacer algo de tarea... y estás haciendo la tarea y muchas cosas no comprendes... Diego

...por lo mismo el trabajo que tengo que es de todo el día entonces tengo que llegar y seguir en la casa y es dormirme dos, tres de la mañana.... entonces es en la madrugada que adelanto, entonces dormirme dos, tres de la mañana es como que una que otra materia si se queda al último no hay de otra...Eva

Problemas de Salud

Las diversas circunstancias de vida, responsabilidades académicas y el cansancio pueden afectar la salud de los estudiantes.

Ya se me hacía mucho más pesado, cada vez los módulos ya se ponían más difíciles, prácticas por medio de los módulos era más complicado el cansancio realmente el cansancio... traigo un tema de apatía fuerte me siento muy agotada entre menos hago más cansada me siento. Rosa

A veces siento que ya no puedo, y ya no puedo que voy a reventar, luego tengo mucho sueño. Me siento muerta casi siempre estoy como zombi, y hay veces que me duelen los oídos, me truena la quijada, en un cansancio enorme. Eva

...porque si me estaba enfermando demasiado, me diagnosticaron mastitis, entonces dije ¡no está peor!, entonces di de baja 2 módulos, y ahorita en los tres voy bien, me siento bien. Laura.

Otros problemas.

Los estudiantes enfrentan diversas situaciones que no se pueden controlar como es el caso de enfermedades o muerte de algún familiar.

Mi papá murió hace 4 meses, cuando yo estaba en cuarto semestre se enfermó de cáncer y yo me estoy atendiendo la próstata desde hace 10 años, ya me hicieron dos biopsias me estoy atendiendo... Marcos

... padres ya están más grandes, ya son más enfermedades ya se enferman más fácilmente, incluso tú y nosotros, incluso el mismo estudiante he sabido de varios compañeros que han muerto. Marcos

por ejemplo, la pandemia, una de mis hermanas falleció a causa de cáncer, pues fue muy difícil, y di de baja dos materias me quedé también con tres nada más. Laura

Cuando no pude meter el campo de profundización me vine para abajo me dio una depresión feíta, porque pues yo tenía muchas ilusiones, yo veía a muchos compañeros estoy en el grupo de SUAyED d de lo del chat y yo veía que avanzaban y yo no y yo veía el celular y decía es que no es posible, si te deprime la verdad si te deprime y yo decía, fue por confiada como cuando empiezas el cuarto de mandan el correo para meter el campo de profundización... Luisa

... se me dificulto nada más el curso de inglés que estuve tomando en casa pero en si el semestre está se me hizo muy bonito. Eva

Apoyo psicológico.

A continuación, se describen las experiencias de algunos de los participantes en CAPED. Destaca el caso de Karla que estuvo a punto de darse de baja definitiva y gracias al apoyo que recibió pudo visualizar sus áreas de oportunidad y sus fortalezas para continuar en el sistema.

Rosa mencionó que recibió la atención adecuada, sin embargo, pospuso la presentación del manuscrito recepcional y no le ha dado continuidad. Diego no se ha acercado a solicitar apoyo. Patricia recibió apoyo y no pudo continuar, decidiendo darse de baja temporal.

...entré al CAPED motivo de la consulta, activación y manejo de emociones... estamos trabajando en el tema de la procrastinación... ¿Cómo fueron los resultados después de la intervención? los resultados más o menos las estrategias que me manejo ella bastante buenas, pero más bien yo no las aplicaba como tal al cien por ciento entonces los resultados no fueron los deseados pero fue por cuestión mía no por el sistema de CAPED por falta de compromiso mío... Rosa

...en el Semestre pasado estuve en CAPED y me ayudaron, me orientaron y más o menos la hicimos, bueno organizamos cuántas materias tengo que cursar por semestre para librarla y no agotar el tiempo que me queda...si eso no me gusta y por eso acudí a CAPED, porque dije yo no sé estudiar, no se aprender, pero la verdad fueron tan poquitas sesiones que no, no sentí tampoco, me enseñaron a hacer un cronograma de trabajo... Patricia

...pues deje de entrar dos semanas y si me mandaron recordatorio explique la manera haber si pueden ayudarme nada más me canalizaron a CAPED y no lo he hecho aún.. pues eso me sugirieron, en eso estoy, voy a enviar correo o a ver que pasa. Diego

... y yo ya estaba a punto de renunciar y este nada más que me acerqué a la FES Iztacala, yo ya iba con la finalidad de darme de baja y apareció una persona que para mí fue un ángel que se me apareció y me dijo sabes ¿Por qué vas a renunciar? es que son muchas materias yo no se, dice ¡No! tienes nueve años para terminarla y sabes te voy a dar el número de la escuela de CAPED... para mí fue esa ayuda que me brindaron en la escuela de CAPED de como organizarme desde organizarme mis materias, me dieron si no mal recuerdo seis sesiones y fue de gran ayuda...Karla

DISCUSIÓN.

Procrastinar no solo es el resultado de una mala planificación, si no que involucra una compleja interacción entre componentes afectivos, cognitivos y conductuales (González y Sánchez, 2013). Los participantes además de las actividades académicas cumplen con responsabilidades familiares y laborales, como en el caso de Marcos que continua motivado por concluir la carrera, sin embargo, da prioridad a sus responsabilidades como padre, abuelo y esposo. Por otro lado, lo que manifiesta Luisa es muy importante sobre que en ocasiones la demora en la entrega de tareas no corresponde a la falta de interés, sino porque los estudiantes estamos “como cirqueros de tres pistas”, ella menciona que los tutores deberían ser más flexibles.

Por otra lado, las características personales vinculadas con la baja motivación al logro propician la procrastinación (Howell and Watson, 2007 citados por Angarita 2012), en el caso de Diego, ingresó en el 2011, cursa módulos de sexto, séptimo y octavo semestre, menciona que su interés por estudiar psicología fue comprender el pensamiento del hombre y no lo hizo con la intención de ser psicólogo de diván, sino por una opción de autorregularse. Actualmente realiza una Maestría en Derecho, en donde debe conservar un promedio de 8 para no perder la beca de Conacyt, inscribe módulos y después de una calificación no aprobatoria o dejar pasar la entrega de actividades, los abandona, menciona que sigue en la lucha y que continuará inscribiendo módulos. Sin una estrategia de afrontamiento eficaz es probable que continúe abandonando los módulos, ya que su prioridad por el momento es la Maestría en Derecho.

Rodríguez y Clariana (2017), mencionan que las personas motivadas por una elección personal y que a su vez gozan de la dedicación al estudio son menos propensas a procrastinar, Luisa se incorporó al sistema por cambios significativos en su vida, el deseo de ayudar y por

satisfacción personal, continua motivada para seguir estudiando, le emociona medir sus alcances, decir si puedo, y realizar las prácticas, además de que manifiesta sus inconformidades y sus deseos a los tutores, y ha logrado superar la barrera transgeneracional ya que utiliza la asertividad para comunicar a los compañeros más jóvenes su interés por aprender, solicitándoles que le enseñen a utilizar las herramientas en lugar de hacerla a un lado.

Ferrari, Masson y Hammer (2006), plantean que los estudiantes que perciben las tareas como difíciles, poco atractivas, ambiguas y que requieren más esfuerzo, tienden a presentar mayores tasas de procrastinación, coincide con la experiencia de Karla quien abandonó el semestre, y estaba a punto de tramitar su baja definitiva, por el desconocimiento del sistema, además de no contar con las habilidades y las herramientas para realizar las tareas, aunado a la sensación de que nadie la veía. Ahora se encuentra motivada porque recibió apoyo de CAPED, y además interactúa con los compañeros en las redes sociales y no se siente aislada.

La conducta pasiva de algunos de los participantes propicia que abandonen los módulos, esto concuerda con Novel, Canut y Rigol (1988) en relación a que las personas no asertivas evitan situaciones o problemas, adoptando soluciones fáciles en lugar de tomar posiciones o de resolver problemas de fondo, en el caso de Diego menciona que tuvo problemas con un profesor que estaba muy exigente y en lugar de expresar lo que le estaba pasando optó por ser cortante y abandonar el módulo, por el contrario Luisa tiene una actitud activa al proponer a los tutores alternativas que favorecen su aprendizaje, no importando cual sea la respuesta.

La población de nuestro estudio enfrenta diversas situaciones, lo que justifica que ajusten el número de materias que inscriben por semestre, lo que favorece que aprueban los

módulos, aunque signifique que no concluirán la carrera en 9 semestres, si no que recibirán la ventaja de lo establecido en el Artículo 8 del Reglamento del Estatuto del Sistema de Universidad Abierta en donde se establece que los alumnos cuentan con dos veces la duración del sistema escolarizado, recibiendo todos los beneficios de los servicios educativos y extracurriculares, esto puede ser benéfico para algunos estudiantes, sin embargo propicia que otros abandonen los módulos y que no implementen estrategias de afrontamiento.

El rezago y la deserción académica son problemas al que se enfrenta el SUAyED, una de las propuestas es incrementar las habilidades sociales de los estudiantes desde el primer semestre para que sean capaces de preguntar, de pedir apoyo, de acercarse a los tutores, a los compañeros y a instancias como CAPED, y de esta manera obtengan el máximo aprovechamiento académico.

Entre las limitación que se encontraron para la realización de esta investigación fue que no hay trabajos donde se relacione la asertividad con la procrastinación académica, por lo que una de las propuestas es desarrollar investigaciones con grupos focales.

REFERENCIAS.

- Álvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona*.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=1471/147118212009>
- Angarita, L. (2012). Aproximación a un concepto actualizado de la procrastinación. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4905094>
- Atalaya, C. y García, L. (2019). Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista de Investigación Psicológica*.
<https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/17435>
- Beswick, G. (1988) Psychological Antecedents of Student Procrastination. *Australian Psychologist*
https://www.researchgate.net/publication/227768228_Psychological_antecedents_of_student_procrastination
- Caballo, V. (1983). Asertividad: definiciones y dimensiones. *Estudios de Psicología*.
- Caraballo, R. (2007). La andragogía en la educación superior. *Investigación y Postgrado*.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=658/65822208>
- Craig, G. (2009). Adultos de edad madura: desarrollo físico y cognoscitivo. *Desarrollo Psicológico*. Editorial Pearson.
- De la Rosa, A. y Flores, A. (2020). Centro de Apoyo Psicológico y Educativo a Distancia (CAPED) como escenario de práctica supervisada para estudiantes de psicología en línea. Licenciatura en Psicología SUAyED. Perspectivas y retos para su consolidación en el marco de su XV Aniversario. FES-Iztacala.,UNAM.
- Delgado, M., Fasce, H., Pérez, C., Rivera, N., Salazar, P., Riquelme, C., Campos, I. (2017). Trabajo en equipo y rendimiento académico en un curso de kinesiología empleando aprendizaje basado en equipos. *Investigación en Educación Médica*.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3497/349750523004>

Dirección General de Asuntos del Personal Académico(s.f). Universidad Abierta y Educación a Distancia. UNAM. <https://dgapa.unam.mx/index.php/mapa-sitio/2-uncategorised/801-universidad-abierta-educacion-distancia>

FES-Iztacala (2021) Plan de estudio psicología SUAyED Validado 2014. <https://drive.google.com/file/d/0B-o36vAwcqWSdkNVd2R3MzIESIE/view>

Ferrari, J., Mason, Ch. And Hammer (2006). Procrastination as a Predictor of Task Perceptions: Examining Delayed and Non-delayed Tasks Across Varied. *Individual Differences Research* <file:///C:/Users/buend/Downloads/2006-ProcrastinationasaPredictorofTaskPerceptions-.pdf>

Garduño, R. (2008). Las tecnologías y la Educación Superior a Distancia en México. <http://www.revista.unam.mx/vol.9/num9/art64/art64.pdf>

Garzón, A., Fuente, A. y Acelas, L. (2019). Características y dimensiones de la procrastinación académica en estudiantes universitarios colombianos. *Diálogos en la Investigación en Knrad Lorenz.* (pp. 53-80) <https://repositorio.konradlorenz.edu.co/handle/001/1778>

González, M. y Sánchez, A. (2013). Puede amortiguar el engagement los efectos nocivos de la procrastinación académica. *Acción Psicológica* <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4413126>

Hernández-Sampieri, R. y Mendoza, Ch. (2018). La ruta de la investigación cualitativa. *Metodología de la Investigación las rutas cuantitativa cualitativa y Mixta.*

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2021). Esperanza de vida. <http://cuentame.inegi.org.mx/poblacion/esperanza.aspx?tema=P;#:~:text=En%20M%C3%A9xico%2C%20la%20esperanza%20de,2016%20es%20de%2075.2%20a%C3%Blas.>

Izquierdo, A. (2007). Psicología del Desarrollo de la Edad adulta: Teorías y Contextos. *International Journal of Developmental and Educational Psychology.* Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3498/349832315005>

Moreno, S. (2014). La entrevista Fenomenológica: Una propuesta para la investigación en Psicología y Psicoterapia. *Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies.* <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3577/357733920009>

- Navarrete, Z. y Manzanilla, H. (2017). Panorama de la Educación a Distancia en México. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=1341/134152136004>
- Novel, G., Lluch, M. y Rigol, C. (1988). Asertividad y fomento de la salud mental. *ROL. Revista Española de Enfermería*.
<http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/62564/1/017605.pdf>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (2017) Nota País. Panorama de la Educación 2017. <http://www.oecd.org/education/skills-beyond-school/EAG2017CN-Mexico-Spanish.pdf>
- Olivares, L., Infante, E. y Zapata, V. (2019). El desarrollo de la conducta asertiva a estudiantes de nivel superior de Xilitla, S.L.P. *Revista de Filosofía y Cotidianidad*.
https://www.ecorfan.org/bolivia/researchjournals/Filosofia_y_Cotidianidad/vol5num15/Revista_de_Filosofia_y_Cotidianidad_V5_N15_4.pdf
- Pacios, A. y Bueno de la Fuente, G. (2013). Trabajo en equipo y liderazgo en un entorno de aprendizaje virtual. *RUSC. Universities and Knowledge Society Journal*.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=780/78028681009>
- Papalia, D., Wendkos, S. and Duskin, R. (2010). *Adultez Media*. En *Desarrollo Humano* (pp.516-337) México, Mc. Graw Hill.
http://metabase.uaem.mx/bitstream/handle/123456789/617/adultez_media.pdf?sequence=1
- Quant, D. y Sánchez, A. (2012). Procrastinación Académica: Conceptos e implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y Práctica*.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815146>
- Rodríguez, A. y Clariana, M. (2017). Procrastinación en estudiantes universitarios: su relación con la edad y el curso académico. *Revista Colombiana de Psicología*. doi: 10.15446/rcp.v26n1.53572
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0121-54692017000100045

- Rodríguez, E. y Serralde, M. (1991). Asertividad para negociar. Mc Graw Hill. México
https://www.academia.edu/39781355/Asertividad_para_negociar_Mauro_Rodr%C3%ADguez_Estrada_Martha_Serralde
- Silva, A. (2013). La Educación a Distancia en la UNAM. Una Semblanza desde el SUAyED Psicología. FES Iztacala, UNAM.
<http://cuved.unam.mx/revistas/index.php/rdpcs/article/view/30>
- Silva, A. (2016) Trayectorias escolares y eficacia terminal. La Educación a Distancia en la UNAM. Una semblanza desde el SUAyED Psicología (pp.55-95)
https://www.researchgate.net/publication/316448999_Trayectorias_escolares_y_eficacia_terminal
- Steel, P. y Klingsieck, K. (2016). Academic Procrastinations: Psychological Antecedents Revisited. Australian Psychologist.
https://aps.onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/ap.12173?casa_token=dogi57MCVYcAAAAA%3AUGZ2D18oMiHpRFq1ehDJ7Q3wroc6s2CtTXnz9uSBinfhCo4gWYzKDS90-AS85bICNH_2CLRY830BbHNeMw
- SUAyED FES Iztacala (2021). Misión y Visión. <https://suayed.iztacala.unam.mx/mision-vision-y-valores/>
- UNAM. La tutoría de la Universidad Abierta y Educación a Distancia de la UNAM. Coordinación de la Universidad Abierta, Innovación Educativa y Educación a Distancia. CUAIEED. https://cuaieed.unam.mx/documentos/La_tutoria_SUAyED.pdf
- UNAM. Oferta Educativa. <https://cuaieed.unam.mx/oferta-cuaieed>
- Zapata, R., Cano., A. y Moyá, J. (2002). Tareas del desarrollo en la edad adulta. Psiquis, 23 (5) 185-197
http://madrid.quned.es/archivos_publicos/webex_actividades/4805/bienestarivj2.pdf

ANEXOS.

Anexo 1. Consentimiento informado.



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA
DE MÉXICO
FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES DE IZTACALA
SISTEMA DE UNIVERSIDAD ABIERTA Y EDUCACIÓN
A DISTANCIA
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA
CONSENTIMIENTO INFORMADO



Ciudad de México a 3 de noviembre de 2020.

El presente documento tiene por objeto hacer constar que es mi decisión participar en el Manuscrito de Titulación que desarrollará la estudiante **Luz María Buendía Rangel**, con número de cuenta **413061656**, el cual forma parte del plan de estudios de la Licenciatura en Psicología del Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia (SUAYED) de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM.

El objetivo de este manuscrito es indagar sobre la relación que existe entre la asertividad y la procrastinación en estudiantes mayores de 40 años del SUAYED.

Es de mi conocimiento que la duración del proyecto de investigación será de tres meses contados a partir de noviembre del 2020, durante los cuales participaré en sesiones para realizar entrevistas semiestructuradas vía internet, programadas de común acuerdo, y mismas que serán grabadas, respetando el código de ética del psicólogo, con absoluta confidencialidad, con fines académicos, y que seré informado sobre los hallazgos relevantes. Mi participación es voluntaria y sin fines de lucro.

Asimismo, tengo la libertad de manifestar la decisión de suspender mi participación en el momento que yo así lo decida.

Por lo que accedo a dar mi autorización para desarrollar las actividades descritas en este documento.

Nombre y firma autógrafa del participante

Luz María Buendía Rangel

Nombre y firma autógrafa de la estudiante

Anexo 2. Guía de entrevista semiestructura

Vivencias de estudiantes Suayed Psicología FES Iztacala.

Fecha:

Hora:

Lugar:

Entrevistador:

Entrevistado:

Nombre:

Edad:

Módulo que cursa:

Introducción. La presente investigación tiene como objeto indagar sobre las experiencias de los estudiantes a fin de desarrollar el Manuscrito de Titulación: Asertividad y procrastinación en estudiantes mayores de 40 años de la Licenciatura en Psicología del Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia (Suayed). Los datos recabados serán utilizados con fines académicos y con absoluta confidencialidad. La participación es voluntaria y sin fines de lucro.

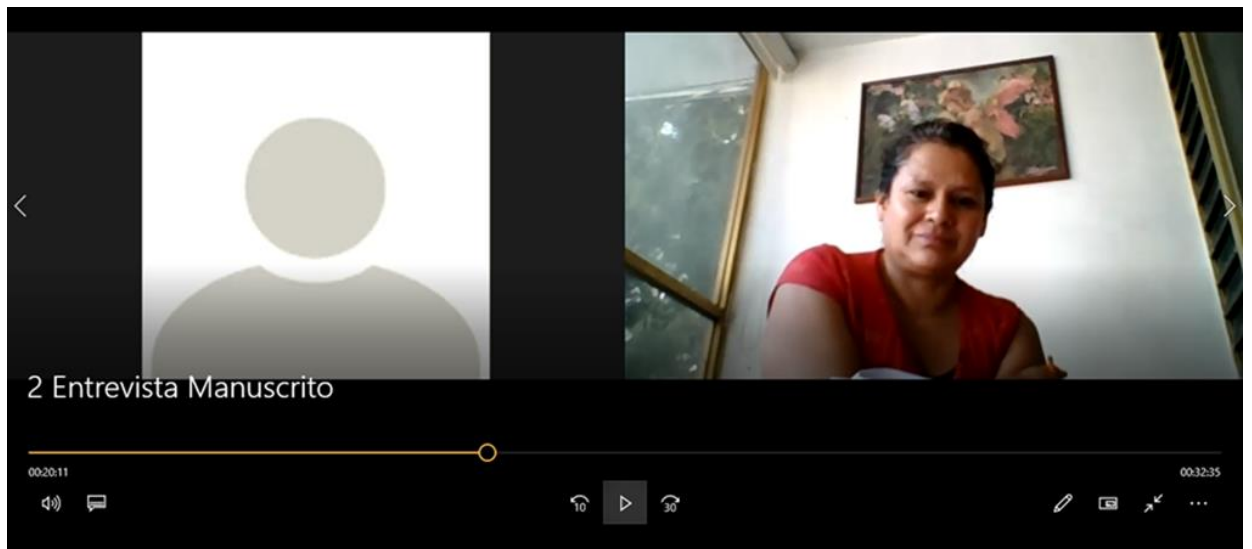
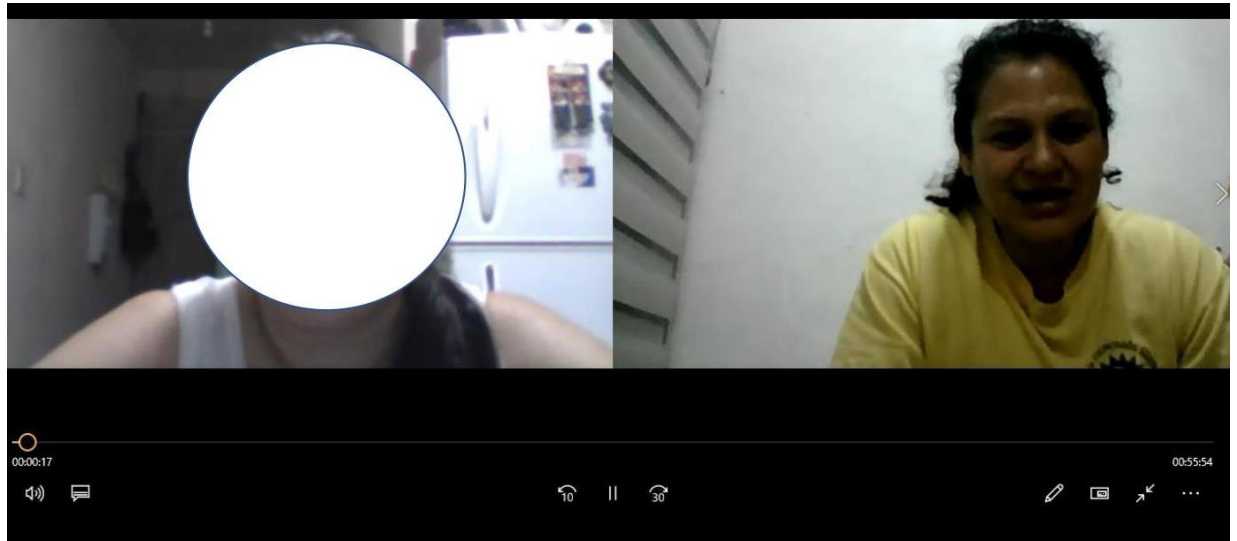
Duración: de 40 a 60 minutos

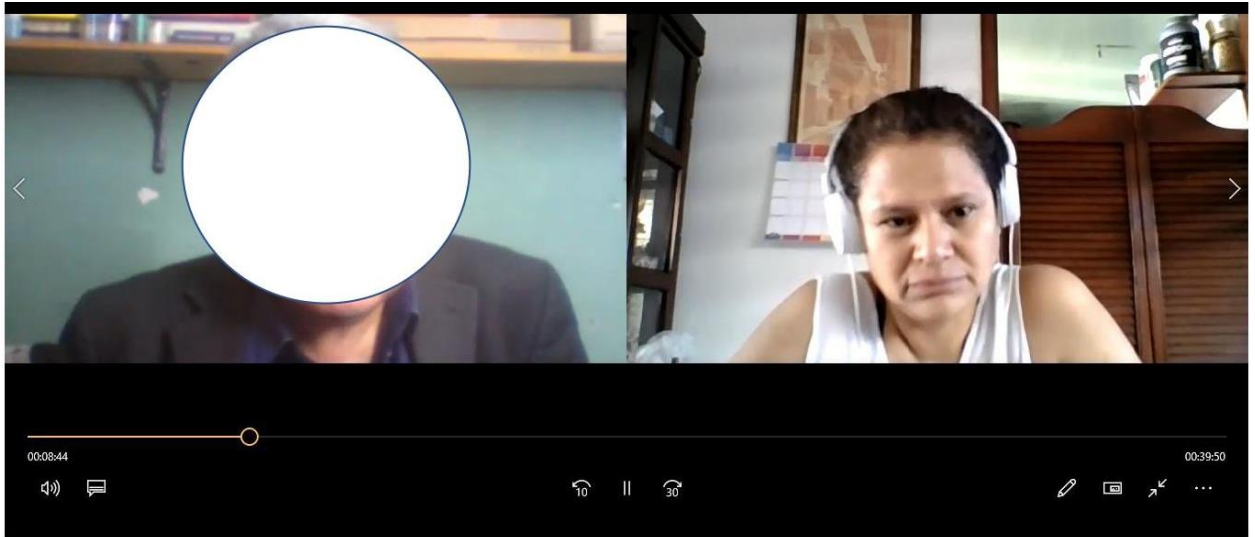
Cuestionario.

- ¿Qué te motivó para ingresar al SUAyED?
- ¿Cómo fue tu experiencia en el primer semestre?
- ¿Has dado de baja algún módulo?
- ¿Entregas las actividades en tiempo y forma?
- ¿El aprendizaje ha sido significativo?
- ¿Cuándo no entregas alguna actividad qué emociones experimentas?
- ¿Qué estrategias utilizas para entregar tus actividades en fecha y forma?
- ¿Qué significa para ti ser estudiante de SUAyED?
- ¿Barreras a las que te has enfrentado?
- ¿Cuáles son las ventajas de estudiar en el SUAyED?
- ¿Cuáles son las desventajas de estudiar en el SUAyED?
- ¿Cómo es la interacción con tus compañeros?
- ¿Has tenido algún contratiempo en la relación con tus compañeros?
- ¿Cómo es el trato con los compañeros más jóvenes?
- ¿Cómo es la interacción con tus Tutores?
- ¿Has tenido algún contratiempo con tus Tutores?
- ¿Alguna de estas situaciones te ha desmotivado para seguir estudiando?

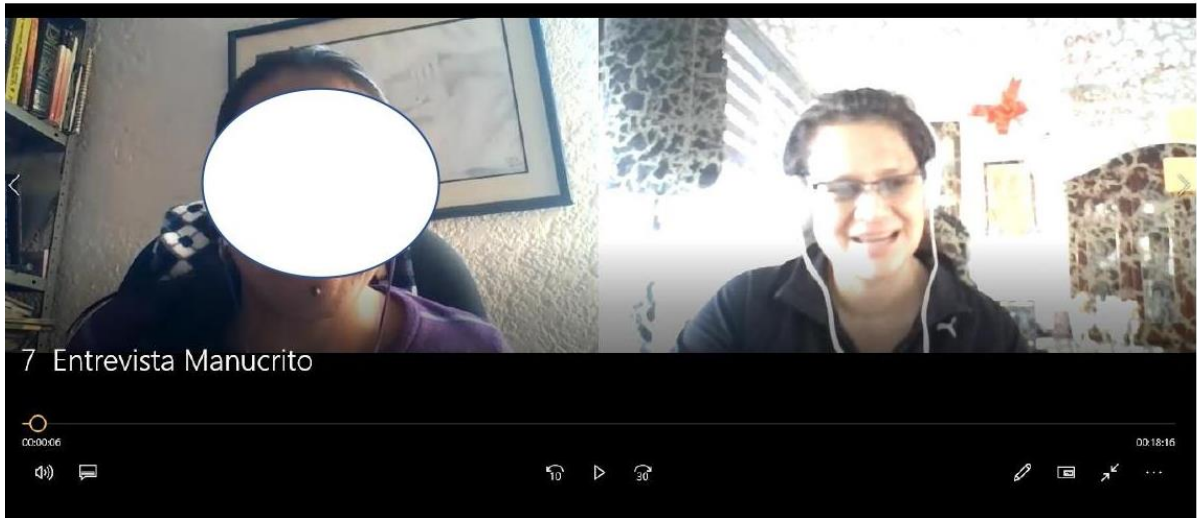
Observaciones.

Anexo 3. Evidencia de las entrevistas.











Entrevista 10. Audio.