

Fecha	Fuente	Pag.	Art.	Titulo
09/09/2014	EL SUR DE (CONCEPCION-CHILE)	21	4	NUEVO SEMESTRE, OPORTUNIDAD DE MEJORA PARA ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

## Nuevo semestre, oportunidad de mejora para estudiantes universitarios

En agosto, luego de las vacaciones, los estudiantes universitarios volvieron a su rutina habitual. Algunos tuvieron un primer semestre académico exitoso, logrando buenos resultados y aprobando las asignaturas que les corresponden.

Por el contrario, otro grupo de alumnos tuvo dificultades para cumplir sus metas de aprendizaje, lo que pudo haberse relacionado con bajos resultados y reprobación de asignaturas. Hecho especialmente relevante en estudiantes universitarios de primer año, quienes se encuentran adaptando a una nueva realidad, muy diferente

a las de sus establecimientos educacionales. Incluso, según el Ministerio de Educación (2012) sólo 3 de cada 10 estudiantes de primer año se mantienen en las carreras que ingresan, esto se asocia a grandes costos económicos, pero también a importantes consecuencias psicosociales.

Al conocer esta información, surge la interrogante acerca de qué pueden hacer los estudiantes para lograr el éxito académico y revertir resultados negativos. La respuesta a esta interrogante es compleja y, por su puesto, depende de múltiples variables, las cuales las

instituciones de educación superior intentan abordar, generando acciones y políticas que permiten apoyar y acompañar a los estudiantes.

Desde la vereda de los estudiantes, hay mucho que hacer. La Psicología Educativa ha podido demostrar que el logro académico no se explica de manera lineal y única por las habilidades cognitivas y la inteligencia (Zimmerman, 2001), sino que influyen otros aspectos, como los hábitos de estudio. Uno de los elementos que podrían trabajar los estudiantes, es su capacidad de autorregulación del aprendizaje. Ésta se trata de un proceso donde

Fecha	Fuente	Pag.	Art.	Titulo
09/09/2014	EL SUR DE (CONCEPCION-CHILE)	21	5	NUEVO SEMESTRE, OPORTUNIDAD DE MEJORA PARA ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

los aprendices monitorean, regulan y controlan su pensamiento, motivación y comportamiento, guiándose por estas metas internas y por su contexto (Pintrich, 2000; Zimmerman, 2000, 2002). Se trata de una habilidad posible de desarrollar, y que sin duda ayudará en otros contextos vitales, especialmente en el mundo del trabajo.

Para fomentar este proceso, es importante que, en relación a las tareas académicas, los estudiantes lleven a cabo 3 procesos (Zimmerman, 2002). En el primero de ellos se deben disponer, lo que implica establecer metas y planificar ac-

ciones para cumplirlas, activar creencias positivas y auto motivarse por la tarea a realizar. En el segundo de ellos, los alumnos deben monitorear su desempeño, mientras realizan la actividad, lo que implica focalizar la atención y auto controlarse, lo que es un gran desafío considerando el alto nivel de distracciones que actualmente existen, especialmente a nivel tecnológico. Finalmente, tienen que reflexionar y autoevaluar sus resultados. Eso permitirá que puedan introducir cambios y obtener desempeños de mayor calidad en futuras ocasiones.

En conclusión, para mejorar el desempeño académico, es muy importante que el estudiante se ubique en un rol protagónico dentro su proceso de aprendizaje, planificando sus tareas, monitoreando sus acciones y evaluando sus resultados.

**Daniela Bruna Jofré,**  
Docente  
Investigadora  
Facultad de  
Psicología,  
Universidad  
del Desarrollo

