

* Rosa María Huerta Mata*

El Colegio de San Luis, A.C.

Correo electrónico: huertamx@hotmail.com

Resumen

El mundo actual exige de los estudiantes universitarios la capacidad de responder de forma autónoma hacia las demandas sociales. De manera que puedan alcanzar un óptimo desarrollo integral y la adaptación al medio, a lo que se denomina autorregulación. Se considera fundamental que las instituciones universitarias promuevan, fortalezcan y desarrollen la autorregulación de los estudiantes, mediante la aplicación y el ejercicio reflexivo en aspectos de pensamiento crítico, la toma de decisiones y las motivaciones. Esto como parte de una función que destaca en la actualidad para las universidades, la mediación en la autorregulación de sus alumnos.

Palabras clave: autorregulación, motivación, toma de decisiones, pensamiento crítico, demanda social.

Overview

Today's world demands from college students the ability to respond independently to the social demands. So that they can reach an optimal comprehensive development and the adaptation to the environment, which is called: self-regulation. It is considered essential that university institutions promote, strengthen and develop the self-regulation of students, through the application and reflective practice in aspects of critical thinking, decision making and motivations. This as part of a feature that stands out today for universities, the mediation in the self-regulation of their students.

Key words: self-regulation, motivation, decision making, critical thinking, social demand.

El ser humano se enfrenta a nuevos retos y circunstancias que le exigen una respuesta pertinente al progreso, así mismo, la exposición frecuente a dichos sucesos le han generado la necesidad de desarrollar actitudes, habilidades, pensamientos y valores que le permitan actuar sobre sus condiciones de vida, para lograr el proceso adaptativo. El individuo que alcance un desarrollo más óptimo, será aquel que cuente con una capacidad creciente de autorregulación. Por lo que la manera en que afronte las realidades que experimenta, determinará su capacidad de supervivencia en el medio social. Cabe destacar que la persona que no logre desplegar las herramientas necesarias para enfrentar las circunstancias del entorno, acentuará su segregación, lo cual afectará su condición económica, emocional y social. En este marco, el nuevo modelo educativo se proyecta hacia el logro del aprendizaje autónomo del estudiante, lo que es considerado como el fin último de la educación. De modo que el alumno (a) se convierte en el protagonista de su propio aprendizaje, en ello se reconocen sus capacidades para asumir las consecuencias de sus acciones, y para adecuar sus respuestas (cognitivas, emocionales, conductuales) a las necesidades propias y del contexto.

Se entiende al sujeto autónomo, como aquel con iniciativa y responsabilidad en sus acciones, que favorezcan su progreso personal y el de la sociedad; así como aquel que pueda adaptarse al cambio y a lo inesperado, condiciones que caracterizan al mundo actual y futuro. Por lo tanto, es significativo que la persona cuente con estrategias que le permitan responder a las circunstancias que enfrenta; sin embargo, también cobra relevancia el hecho de que tenga la capacidad de hacer un uso adecuado de sus habilidades. Es así como, en la educación actual destaca la autorregulación, la cual define Barry Zimmerman, uno de los investigadores más representativos sobre el tema, como: "el proceso que los estudiantes utilizan para lograr y sostener cogniciones, conductas y afectos que se orientan hacia el

logro de metas" (Shuznk y Zimmerman, 2001, p. 186).

Toda autorregulación comienza con una demanda social, ante la cual el individuo puede reaccionar enfrentándola, evitándola, o bien, seleccionando las situaciones a las que pretende responder; en cualquiera de estas maneras, le da una intención autónoma al proceso. En caso de que la persona presente disposición hacia la acción, es conveniente –para mayor efectividad– que establezca la (s) meta(s) que pretende alcanzar. Una vez hecho lo anterior, es importante también que el individuo sea capaz de dirigir sus pensamientos, sentimientos y acciones hacia sus objetivos, cuando todo ello sucede, decimos que la persona se autorregula. Así mismo, debe saber evaluar sus resultados, dado que esto optimizará el proceso y/o los que se presenten de manera subsecuente.

Dos elementos fundamentales en la autorregulación son la auto-observación y la auto-evaluación. Mediante la auto-observación la persona puede percatarse de aquello que requiere modificar en su curso de acción, es un proceso que le permite obtener información de sí mismo, lo que coadyuvará a que sea consciente de los cambios que sean pertinentes, y emprenda acciones de manera autónoma y responsable. De forma contraria, de no percibir el individuo una necesidad, éste no se involucrará en generar acciones que le permitan una actuación más efectiva.

La auto-evaluación durante la ejecución del comportamiento, consiste en cotejar las metas u objetivos establecidos, para saber si estas se aproximan a lo esperado; y así mismo, reconocer los aspectos a fortalecer, introducir las modificaciones a realizar, prever los obstáculos a enfrentar, y en caso de ser necesario, redefinir la dirección. Lo cual puede ser favorecido por el apoyo en la evaluación de agentes externos, tales como maestros y compañeros; esto a través de estrategias de re-alimentación.

El contexto y la autorregulación

El contexto tiene un papel determinante en el desarrollo de la autorregulación, ya que es un proceso que se va internalizando, es decir, los comienzos de la autorregulación se establecen de fuera hacia adentro, y con el paso del tiempo y factores como la madurez cerebral y emocional, el individuo adquiere de manera gradual la autonomía en su capacidad de regulación.

La autorregulación se adquiere de manera evolutiva, en este sentido, se puede observar que durante las primeras semanas de vida, los padres o cuidadores van dando respuesta a las necesidades del niño (a); la forma en que establecen las rutinas de cuidado, son los primeros indicios del proceso de regulación. Posteriormente, se establecerán reglas de comportamiento reguladas por los padres o cuidadores, implantando consecuencias ante las conductas adecuadas o inadecuadas del niño(a), con base en las normas del contexto. Por lo que el individuo va aprendiendo a través de situaciones cotidianas, a responder de manera acorde a determinadas demandas sociales.

Finalmente el máximo nivel de desarrollo cognitivo-conductual y afectivo, es la autorregulación; donde el individuo ejerce de manera independiente el uso de las estrategias que considere más convenientes a las situaciones de vida. Por lo que los procesos internos gobiernan su aprendizaje y se puede presentar poca o ninguna influencia externa de un modelo. De modo que, en los primeros niveles de regulación, se puede observar al contexto como generador inicial del aprendizaje, y de manera gradual esta influencia se va desplazando, hasta que los recursos internos de la persona, conforman una regulación autónoma. No podemos dejar de considerar que el contexto puede ser el gran facilitador, pero también el obstaculizador de la autorregulación, incluso puede funcionar como regulador de la autorregulación, es decir, utilizarla como una forma de poder y control social. Sin embargo, es también importante

destacar los aspectos internos de las personas para apropiarse de este proceso, ya sea con el apoyo contextual, o incluso bajo condiciones restrictivas o adversas.

Cabe aclarar que las investigaciones que se han realizado sobre autorregulación en estudiantes de educación superior, privan en gran medida sobre los procesos de aprendizaje (Cassidy, 2012; Mauri y otros, 2009; Mauri, Colomina y de Gispert, 2009; De la Fuente y otros, 2008; De la Fuente y Justicia, 2003). Sin embargo, en la formación integral cobra relevancia que los estudiantes generen iniciativa sobre sus procesos cognitivos, conductuales y afectivos, y sean responsables de la forma en que influyen en sus contextos sociales. En este sentido, a continuación se expondrá la relación del sistema educativo y algunos elementos importantes a desarrollar, para favorecer la autorregulación de los estudiantes universitarios, estos son: la motivación, la toma de decisiones y el pensamiento crítico.

Motivación y autorregulación

La autorregulación permite el que los jóvenes puedan afrontar diversas situaciones sociales, lo que implica las capacidades con las que cuentan para ello, pero no solo eso, sino además el que quieran generar las respuestas pertinentes. Es decir, una vez que los individuos identifican una demanda social, interviene la motivación como un determinante para que la enfrenten o la evadan.

Es indispensable diferenciar entre la necesidad percibida por el facilitador (a) –en el caso del contexto escolar, del maestro(a)– y las necesidades sentidas por los alumnos(as). En este sentido, en ocasiones el maestro(a) puede percatarse de que las y los estudiantes requieren trabajar determinados aspectos de su desarrollo, sin embargo, si los alumnos(as) no perciben las necesidades y no las sienten como propias, su disposición al proceso de autorregulación se verá mermada, por lo que no se involucrarán,

o lo hará de forma superficial. Así pues, la manera en que la comunidad estudiantil valora las diversas situaciones que presenta dentro de su curso por la universidad, y lo que la institución signifique para ellos y ellas, influirá en la clase de respuestas que presenten ante las demandas sociales que tienen en sus vidas cotidianas.

Además es importante reflexionar sobre si los estudiantes deciden autorregularse sólo en aquellos aspectos en los que considera de antemano que serán competentes. O bien, se dirigen más por situaciones que le representan un reto, que incluso les pueden ser más gratificante al vivenciarlas, que los propios resultados que obtengan de ellas; y los alienten a incurrir en otras formas de autorregulación. Por lo que, es importante motivar ambos aspectos en la formación de los estudiantes, donde sean capaces de tomar riesgos, y de transitar a la vez por caminos ya conocidos que les permitan perfeccionar sus habilidades.

La motivación dirige el curso de acción a seguir con base en diversos aspectos cognitivos y afectivos, los cuales deben considerarse en la formación integral de los alumnos (as), lo que implica un conocimiento de la representación que tienen las y los estudiantes sobre su por qué, para qué y cómo de su presencia dentro del sistema universitario. Profundizar en dicho conocimiento en las diversas etapas de la trayectoria escolar, podría permitir establecer una espiral de bienestar y desarrollo adaptativo, donde al enfrentarse a nuevas necesidades personales y del contexto, se motive la regulación activa y autogenerada. Pero a su vez, el sistema social requiere ir reforzando esos sentidos de la formación universitaria par que los jóvenes desarrollen un mayor compromiso en su tránsito por la universidad. Así como, brindar condiciones para que sea posible que esa autonomía que adquieren a través de la autorregulación, sea aplicable en las diversas esferas de su mundo social y personal.

Toma de decisiones y autorregulación

La toma de decisiones es fundamental para elegir las estrategias a utilizar en la autorregulación. Estas pueden ir cambiando conforme se avanza en el proceso, lo que requiere una capacidad de flexibilidad por parte de los individuos para adaptar sus acciones a eventos inesperados, o ante la incertidumbre. Mientras cuenten con un abanico de diversas estrategias, más óptimos serán sus trayectos a la autorregulación, ya que es conveniente que tengan un marco amplio que les permita elegir la (s) combinación(es) más acorde(s) a las situaciones que experimenten; de otro modo, sus resultados serán limitados.

Así mismo, cuando la persona enfrentará a una demanda social, esto puede generar que adopten diversas posturas en su toma de decisiones como: hacerlas de manera independiente, evitar hacerlas, o la realizarlas sin ninguna reflexión previa. Además pueden decidir el tipo de estrategias de las que hará uso, el momento en que las aplicarán, y de cuáles prescindirán. Cabe aclarar que todo lo anterior, tendrá una fuerte influencia de las circunstancias sociales y personales que viven, sus historias de vida y sus motivaciones.

Además, en el caso de los alumnos (as), la clase de decisiones que tomen estarán influenciadas por lo que necesitan, les interesa, o las capacidades con las que cuentan en ese momento. Por tanto los recursos reales y potenciales que tienen, así como aspectos motivacionales y actitudinales, presentan un papel de gran influencia sobre la clase de decisiones que realicen. En este sentido, el sistema universitario debe brindar las condiciones para que su comunidad estudiantil genere decisiones de manera proactiva, y desarrolle estrategias que sean cada vez más complejas para el proceso decisional.

Así mismo, es importante que establezca esfuerzos para estimular en sus alumnos la adquisición de formas creativas de abordar las

consecuencias de sus elecciones. Por tanto, es relevante que como parte de la formación en la adquisición de la autorregulación, las y los estudiantes logren la capacidad de llevar un seguimiento de sus propios procesos, de manera que puedan ir estableciendo innovaciones que les permitan mantener o crear nuevas alternativas ante futuras decisiones.

Pensamiento crítico y autorregulación

La dinámica del mundo actual se basa en la generación constante de información de fácil acceso y disposición para las personas en diversos medios de comunicación, donde pueden asumir una postura pasiva, asimilando y consumiendo todo tipo de datos. Ante dicha circunstancia, destaca el papel del pensamiento crítico como un medio para cuestionar, profundizar y reflexionar; esto para discernir el significado y valor de cada información y considerar si se sustenta en fundamentos sólidos que le puedan dar validez. De modo que el pensamiento crítico puede ser un medio que les permita a las y los estudiantes, ser agentes activos de cambio social y personal.

Los jóvenes requieren del pensamiento crítico para alcanzar mayor autonomía y un papel activo que les permita percatarse de lo que acontece a su alrededor, y de cómo los medios de comunicación están siendo instrumentos de poderes políticos y económicos, que manipulan lo que desean que la gente tenga como alternativas. En esta realidad que contradice a los objetivos de la educación sobre: autonomía y formación integral; es donde los estudiantes universitarios van transitando. Aspecto social de enorme influencia, por lo que es imprescindible que generen recursos internos que les permitan hacer frente a dichas condiciones de una manera más consciente y responsable.

Por tanto, es necesario contrarrestar la actitud de atención superficial a la gran cantidad de información a la que se ven expuestos las y los estudiantes universitarios, y fortalecer dentro de

su formación la capacidad de comprensión de los hechos y/o datos, por medio de una actitud reflexiva. Lo cual requiere fortalecer su capacidad de tolerancia a la frustración y el aplazamiento de resultados inmediatos. Para ello, se debe generar no solo la implementación de manera transversal o por unidades de contenido o materias curriculares, que traten el desarrollo del pensamiento crítico en los alumnos (as), sino que además se establezcan espacios administrados por los mismos estudiantes en colaboración con la institución, y en donde se debatan las problemáticas que presentan como estudiantes y ciudadanos. En este sentido el pensamiento crítico se convierte en una estrategia para desarrollar la autorregulación, que finalmente las o los estudiantes pueden aplicar no solo en aspectos cognitivos, sino también en su aprendizaje para y durante la vida.

Retos para trabajar la autorregulación en la formación de los estudiantes universitarios

La autorregulación como una competencia a desarrollar para lograr la innovación en la educación superior, requiere a su vez de una organización institucional, que permita mediar, el que no se utilice para justificar procesos de aprendizaje en tiempo y forma, lo que puede responder a demandas del mercado laboral. Pero además, ser un elemento de marginación para aquellos que no logren adaptarse a estructuras que no flexibilizan su currículum. Como puede ser el caso de las escuelas que por tradición han sido de tiempo completo, donde además, cada vez es más común la presencia de jóvenes que trabajan, para poder mantener sus estudios, de modo que, no tienen la capacidad de ser autónomos respecto a la forma en que organizan sus horarios de clases, y su permanencia cotidiana en el centro escolar, lo que limita el que desarrollen procesos de autorregulación.

La relación de las tecnologías y los medios de comunicación en la vida cotidiana de los jóvenes es ineludible en menor o mayor grado,

dependiendo de las posibilidades con las que cuentan para acceder a ellos. A este respecto, es importante no solo establecer actividades relacionadas con las tecnologías de la información, sino también el conocimiento a través de acciones que permitan el cuestionamiento de los estudiantes, sobre su capacidad de manejo personal frente al uso cotidiano que hacen de estas herramientas y su información.

Considero que especialmente en los sistemas de educación en masa, donde es más complejo para el docente llevar un seguimiento individual de los alumnos(as), la aplicación de la técnica de auto-informe podrá ser de gran utilidad. A través de pequeñas encuestas o cuestionarios, el docente puede tener conocimiento de forma cuantitativa y cualitativa, sobre las necesidades de sus alumnos (as). Pero además si logra plantear las preguntas de manera que los jóvenes alcancen un proceso reflexivo, será una forma de generar la responsabilidad en sus procesos personales, y de aprendizaje académico dentro del sistema de educación superior.

Además, es importante instituir en los estudiantes una mayor autonomía en la administración del tiempo y de sus materias y cursos, esto junto con una mayor participación de su parte en la planeación y seguimiento de los programas académicos. Estas serán formas significativas de visibilizar a los jóvenes dentro de las instituciones escolares, lo que los asume como agentes educativos, base indispensable para la autorregulación.

Los docentes deben evitar refugiarse en discursos que establecen la insuficiencia por parte de los alumnos (as), como los resultados educativos de los niveles que preceden a la universidad.

Esto los puede llevar a tomar posturas deterministas e inamovibles ante las posibles carencias formativas de sus estudiantes. Y pueden ser indiferentes o sobreprotectores hacia sus alumnos(a), limitando el desarrollo de habilidades y

conocimientos; debilitando el proceso de autorregulación, iniciado en etapas tempranas de vida. Y lo que es más grave, acentuando el riesgo de exclusión social de las y los jóvenes universitarios.

Conclusiones

Es fundamental que las universidades promuevan, bajo diversas modalidades de programas y actividades institucionales, el desarrollo y fortalecimiento de la capacidad de autorregulación de los estudiantes; esto mediante la aplicación y ejercicio reflexivo del pensamiento crítico, el estilo de toma de decisiones y la motivación. De modo que los alumnos puedan responder de manera óptima a las demandas contextuales e individuales. Contribuyendo así, a uno de los ejes básicos de formación en los alumnos(as) universitarios: la educación integral.

Por lo que, el sistema de educación superior debe fortalecer su papel de mediación en la autorregulación de los estudiantes que acuden a sus aulas, estableciendo dentro de sus programas de formación, actividades que profundicen en el ejercicio de la libertad responsable respecto a los contenidos académicos, y la forma de abordarlos en cada materia. Así mismo, debe crear espacios de expresión no solo de aspectos cognitivos, sino también emocionales y sociales. Y para ello, fortalecer los esfuerzos de capacitación de los docentes, para manejar y encauzar la autorregulación de los jóvenes en todos sus aspectos de formación.

Por último, es fundamental el continuar profundizando sobre el conocimiento de la relación entre las variables expuestas en este trabajo, de manera que se sugiera la promoción de investigaciones de campo que permitan ampliar la comprensión sobre la forma en que intervienen en el proceso de autorregulación: la motivación, la toma de decisiones y el pensamiento crítico. Con el fin de contribuir en la conformación y mejora de la calidad de vida y de la

26 Artículo 3 Pag 5-7.pdf

27 Artículo 3 Pag 6-7.pdf

formación profesional de los jóvenes que acuden a las universidades.

Referencias Bibliográficas

1. Cassidy, Simón, 2012, Self-regulated learning in higher education: Identifying key component processes, en *Studies in Higher Education* (en línea), No. 8, Vol.36, Reino Unido, Taylor & Francis Group, pp. 1-26, http://usir.salford.ac.uk/14683/1/SRL_and_HE_Paper.pdf [consulta: 20 de febrero 2014].
2. De la Fuente, Jesús y Justicia, Fernando, 2003, Regulación de la enseñanza para la autorregulación del aprendizaje en la Universidad, en *Aula Abierta* (en línea), Vol.82, Asturias, España, Universidad de Oviedo, pp. 161-172, [file:///C:/Users/GATEWAY/Downloads/Dialnet-RegulacionDeLaEnseñanzaParaLaAutorregulacionDelApr-1012077%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/GATEWAY/Downloads/Dialnet-RegulacionDeLaEnseñanzaParaLaAutorregulacionDelApr-1012077%20(1).pdf) [consulta: 23 de marzo 2014].
3. De la Fuente, Jesús y otros, 2008, Enfoques de aprendizaje, autorregulación y rendimiento en tres universidades europeas, en *Psicothema* (en línea), No. 4, Vol. 20, Granada, Universidad de Granada, pp.705-711, < www.psicothema.com >, [consulta: 23 de marzo 2014].
4. Mauri, Teresa; Colomina, Rosa y de Gispert, Inés, 2009, Diseño de propuestas docentes con TIC para la enseñanza de la autorregulación en la Educación Superior, en *Revista de Educación* (en línea), 348, Barcelona, Ministerio de Educación, cultura y deporte español, pp. 377-399, http://www.revistaeducacion.mec.es/re348/re348_16.pdf > [consulta: 17 de febrero 2014].
5. Mauri, Teresa; Colomina, Rosa; Martínez, Catalina; Rieradevall, María, 2009, La adquisición de las competencias de autorregulación. Análisis de su concepción y aprendizaje en diferentes estudios universitarios, en *Revista d'Innovació i Recerca en Educació* (en línea), No.2, Vol 2, España, Universitat de Barcelona,

pp.33-60, [file:///C:/Users/GATEWAY/Downloads/131528-181343-1-PB%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/GATEWAY/Downloads/131528-181343-1-PB%20(2).pdf), >> [consulta: 17 de febrero 2014].

- 6. Shuznk, Dale y Zimmerman, Barry, 2001, Influencia del Modelamiento y la auto-eficacia en el desarrollo de la autorregulación en los niños, en Juvonen, Jaana y Wentzel, Kathryn (eds), *Motivación y adaptación escolar: factores sociales que intervienen en el éxito escolar*, México, Oxford University Press, pp.185-212.


28 Artículo 3 Pag 7-7.pdf