



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD AJUSCO
LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA

AUTOEFICACIA Y SU PAPEL EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN
JÓVENES UNIVERSITARIOS

TESIS

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PEDAGOGÍA

PRESENTA:

FRIDA MARIANA SOTO VÁZQUEZ

ASESOR:

MTRO PAULO. CÉSAR DEVEAUX GONZÁLEZ

CIUDAD DE MÉXICO, MAYO DE 2024



Ciudad de México, febrero 29 de 2024

TURNO MATUTINO
F(01) S(07)

DESIGNACIÓN DE JURADO DE EXAMEN PROFESIONAL

La Coordinación del Área Académica Teoría Pedagógica y Formación Docente, tiene el agrado de comunicarle que a propuesta de la Comisión de Titulación ha sido designado **SINODAL** del Jurado del Examen Profesional de: **FRIDA MARIANA SOTO VÁZQUEZ**, pasante de esta Licenciatura, quien presenta la **TESIS**: titulada: **"AUTOEFICACIA Y SU PAPEL EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN JÓVENES UNIVERSITARIOS"**, para obtener el título de Licenciada en Pedagogía.

Reciba un ejemplar de la misma para su revisión y **DICTAMINACIÓN**. Se le recuerda que con base en el Artículo 39 del Reglamento General de Titulación Profesional de Licenciatura, dispone de un plazo no mayor de 20 días hábiles, a partir de la fecha de recibido, para emitir el dictamen por escrito correspondiente.

JURADO	NOMBRE
Presidente (a)	IRMA VALDÉS FERREIRA
Secretaria (o)	PAULO CÉSAR DEVEAUX GONZÁLEZ
Vocal	JOEL SALINAS GONZÁLEZ
Suplente	ANGÉLICA DE GUADALUPE TERRAZAS DOMINGUEZ

Atentamente

"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"

EVA FRANCISCA RAUTENBERG Y PETERSEN

Coordinadora del Área Académica:
Teoría Pedagógica y Formación Docente
Programa Educativo: Licenciatura en Pedagogía

NOTA: Oficio revisado y aprobado por el Consejo de la Licenciatura en Pedagogía el 02/02/24 y por el Consejo Interno del Área Académica 5: Teoría Pedagógica y Formación Docente el 23/02/24 y entró en vigor el 02/02/24.

c.c.p. Comisión de Titulación.
Alumnos:
EM/POB/aca



Índice

Introducción	1
Capítulo 1. Vida joven	4
1.1 ¿Qué es la juventud?	5
1.2 Características físicas	6
1.3 Desarrollo cognitivo	8
1.4 Desarrollo psicosocial y afectivo	12
1.5 Jóvenes universitarios: ¿Qué es lo que cambia en los jóvenes cuando cursan la universidad?	15
Capítulo 2. Autoeficacia: Sé que puedo	19
2.1 Concepto de autoeficacia	19
2.2 ¿Cómo se configura la autoeficacia?	23
2.3 Implicaciones en la vida de los sujetos	26
2.4 Autoeficacia académica	28
Capítulo 3. Rendimiento académico y su relación con la autoeficacia	30
3.1 Concepto de rendimiento académico	31
3.2 Modelos del rendimiento académico	33
3.3 Factores que influyen en el rendimiento académico	36
3.3.1 Familiares	37
3.3.2 Sociales	41
3.3.3 Personales	43
3.3.4 Institucionales	44
3.4 Rendimiento académico y autoeficacia: su relación	46
Capítulo 4. Un acercamiento a la última fase de la UPN Ajusco	49
4.1 Descripción del contexto	49
4.2 Estrategia metodológica	51
4.2.1 Descripción de los informantes	53
4.2.2 Descripción de los instrumentos y sus categorías	56
4.3 Presentación y análisis de la información	58

Capítulo 5. Estrategia de intervención pedagógica: Taller “Sé que puedo”	87
5.1 Datos de identificación de taller	87
5.2 Ubicación práctica	88
5.3 Objetivo general	88
5.4 Temario	88
5.5 Metodología	90
5.6 Acreditación	90
5.7 Planeación didáctica	91
Conclusiones	107
Bibliografía	114

Introducción

Dentro del Sistema Educativo Mexicano, las habilidades y capacidades de los y las estudiantes son enmarcadas en calificaciones, mismas que establecen un criterio y separación de la población desde una edad muy temprana y que provoca que la población estudiantil únicamente se concentre en obtener “buenas calificaciones”, dejando de lado los aspectos que los caracterizan individualmente.

En el contexto educativo, el concepto de autoeficacia no está presente en ningún momento de la trayectoria académica, lo cual provoca la creación de una visión ajena de lo que cada persona es capaz de hacer, es decir, existe una gran influencia social y familiar en la construcción que cada persona hace sobre sus propias capacidades.

En este caso, para los estudiantes universitarios, en la etapa de la juventud, un concepto como el de autoeficacia, al tenerlo presente, puede funcionar como potenciador para su práctica profesional.

Resulta importante esclarecer esta información pues, debido a que es un concepto que poco se conoce, brindar información a través de experiencias que los y las estudiantes comparten fortalece la calidad de la información que se presenta.

Por lo tanto, el objetivo de esta investigación se centra en “Analizar la posible relación entre la autoeficacia y el rendimiento de los estudiantes universitarios”, identificando los aspectos que afectan o influyen en la configuración de la autoeficacia, la implicación que tiene en la vida de los sujetos, siendo el contexto académico el escenario principal.

A partir de esto, se realizó la construcción de 3 capítulos teóricos, siendo el cuarto un capítulo en donde se exponen y analizan los resultados de la investigación de campo; un quinto capítulo con una estrategia de intervención pedagógica y, por último, las conclusiones generales del trabajo de investigación y los anexos.

El capítulo uno se titula “Vida joven” y tiene como objetivo brindar un acercamiento a la etapa de la juventud abordando el concepto de la misma a través de sus características físicas, el desarrollo cognitivo que se hace presente, la importancia del desarrollo psicosocial y afectivo y, por último, situándose en la vida académica, los cambios que logran resaltar en la universidad durante la etapa de la juventud.

En el segundo capítulo, titulado “Sé que puedo”, el objetivo que persigue se centra en visualizar el concepto de autoeficacia y la importancia e influencia en la vida de los sujetos, principalmente en el área académica, mostrando, además de su definición, el cómo se configura, sus implicaciones en los sujetos y en el rendimiento académico.

El tercer capítulo lleva por nombre “Rendimiento académico y su relación con la autoeficacia”, teniendo como objetivo la exposición de la relación entre la autoeficacia y el rendimiento académico, entendiendo de qué manera se conjugan y cómo puede ser analizada dicha relación. Es por eso que se expone el concepto de rendimiento académico, sus modelos, los factores familiares, sociales, personales e institucionales que influyen en su construcción y, por último, la vinculación del concepto con la autoeficacia, en este caso, se habla de la autoeficacia académica.

El cuarto capítulo se titula “Un acercamiento a la última fase de la UPN Ajusco”, el cual tiene por objetivo mostrar la contextualización de la investigación, así como la recolección y análisis de datos. Por lo tanto, se muestra una descripción del contexto, la estrategia metodológica, la descripción de los informantes y de los instrumentos y categorías y por último, la presentación y análisis de la información recolectada.

El quinto capítulo corresponde a la “Estrategia de intervención pedagógica: Taller Autoeficacia y su papel en el rendimiento académico de jóvenes universitarios”, el cual está dirigido a estudiantes de la UPN Ajusco que se encuentren cursando el último año de su licenciatura y que tiene como objetivo brindar herramientas para la vida a través del autoconocimiento y la configuración de la autoeficacia.

Es así como se visualiza el impacto de tener presente la autoeficacia, ya que resulta importante para el desarrollo de los sujetos y de los estudiantes a lo largo de su trayectoria académica, por lo que cuidar su configuración desde edades muy tempranas puede lograr cambios significativos en la vida de los mismos.

Capítulo 1

Vida joven

Parecería fácil hablar sobre la etapa de la juventud, pues es común que las personas que lo hacen son quienes ya han pasado por ese momento de sus vidas, sin embargo, no siempre se es consciente de lo que realmente se vive durante la etapa e incluso se llegan a olvidar y minimizar los procesos por los que la juventud tiene que pasar.

Ser joven conlleva distintos momentos, cambios y transiciones completamente nuevos, mismos que resultan desafiantes para los sujetos que transitan sobre dicha etapa. A su vez, inician una etapa académica que definirá su futuro inmediato y que, por tanto, necesita de una sólida capacidad de toma de decisiones.

La vida joven necesita ser definida como cualquier etapa del desarrollo para lograr su entendimiento, desde sus características físicas, hasta el desarrollo cognitivo, psicosocial y afectivo y, además, situarlas en un contexto académico, en este caso, el contexto universitario.

Dentro del presente capítulo se aborda el concepto de juventud sabiendo que no existe una única y universal definición y que, por tanto, referir a un solo autor es casi imposible para explicarla, al contrario, la juventud, dentro de este capítulo, se presenta con la amplitud que merece y se dirige a colaborar en el entendimiento de la etapa a través de distintos apartados.

El primero de ellos está enfocado en la descripción de las características físicas pues, si bien ya no existen transiciones marcadas, es necesario aclarar en qué momento de su desarrollo se encuentran y la importancia de los distintos rasgos que los caracterizan y regirán su desarrollo en el futuro.

En segundo lugar, se destina un apartado al desarrollo cognitivo con la intención de mostrar la consolidación que conlleva durante esta etapa, haciendo mención a las principales habilidades y capacidades que pueden desarrollar junto con los antecedentes que permiten llegar a este punto de maduración.

Dentro del tercer apartado, se aborda el desarrollo psicosocial y afectivo respetando la importancia que la juventud le dedica a su vida social y los incontables procesos y vínculos afectivos que llega a formar durante esta etapa de vida y que pueden resultar determinantes para sus relaciones e interacciones futuras.

Por último, de manera específica, se habla del joven universitario y lo que esto representa pues se hace alusión al impacto que los estudios universitarios pueden llegar a causar en esta población retomándolo como una de las decisiones y procesos más importantes de su vida que le definen personal y profesionalmente.

El propósito de este capítulo, con base en lo que se desarrolla, no solo se centra en brindar información documental, sino también que logré propiciar una reflexión sobre la etapa de la juventud y todo lo que, aunque se sabe, poco se habla de ello.

1.1 ¿Qué es la juventud?

De acuerdo a Papalia, Olds y Feldman (2010) la juventud puede ser entendida como adultez temprana y se ubica, generalmente, entre los 20 y 40 años, donde suele haber un “periodo de posibilidades: muchas personas de esta edad por primera vez son autosuficientes, se hacen cargo de la casa en la que habitan y se ponen a prueba en las actividades que eligieron” (p. 421).

Es decir, la adultez temprana o juventud abarca un momento de constantes modificaciones en la vida de las personas, todas éstas orientadas hacia la Autosuficiencia; por lo que incluye importantes decisiones que son fundamentadas en lo que han construido como parte de su juicio y que definirán parte de lo que serán en el futuro.

Incluso Margulis (2001) explica que “Juventud convoca a un marco de significaciones superpuestas, elaboradas históricamente, que refleja en el proceso social de construcción de su sentido la complicada trama de situaciones sociales, actores y escenarios que dan cuenta de un sujeto difícil de aprehender” (p. 40). Por lo tanto, reducirlo a un proceso meramente biológico en donde únicamente es

considerada la edad para entrar o salir de dicha etapa, sería hablar de la juventud desde datos estadísticos y no considerar su complejidad conceptual.

Relacionado con lo anterior, el concepto de juventud puede ser abordado desde distintas perspectivas, mismas que permiten el entendimiento desde lo que representa para la sociedad y que al mismo tiempo es difícil de plantear sin caer en estereotipos.

Carles Feixa, citado en Taguenca (2009) explica que deben existir distintas condiciones sociales para que la juventud exista, por una parte, normas, comportamientos e instituciones que logran distinguirlos de otros grupos de edad, y por otra, las imágenes culturales como los atributos ideológicos, valores y ritos asignados específicamente a los jóvenes.

Dentro de dichas imágenes culturales, están además de lo ya mencionado,

un universo simbólico que configura su mundo, expresado en objetos materiales (como la moda y los bienes de consumo) y en elementos inmateriales (la música, el lenguaje, las prácticas culturales y otras actividades). Las imágenes culturales son producto de las elaboraciones subjetivas de los jóvenes o de las instituciones que intervienen en su mundo (Taguenca, 2009, p.174-175).

De este modo, la complejidad de la juventud no se explica con un solo concepto debido a que representa un conjunto de la población o generación que, lejos de entenderse desde una perspectiva biológica, se retoma desde el plano de la historia, tal como Margulis (2001) hace referencia.

1.2 Características físicas

Papalia, et. al. (2010) hacen mención a que, durante esta etapa se establece el funcionamiento físico de por vida y que, si bien los genes pueden representar un elemento influyente, los factores conductuales como la alimentación o el sueño, logran alcanzar el estado de salud y bienestar.

Regularmente, los cuerpos jóvenes no suelen contar con enfermedades graves pues, todos los sistemas de su cuerpo funcionan de manera óptima al comienzo de la etapa y su sistema inmunitario es fuerte.

El crecimiento físico concluye en los primeros años de la juventud y la fortaleza física está en su pico más alto que, con el tiempo, decrece gradualmente, es decir, no están exentos de la senectud.

Papalia, et. al. (2010) desarrolla dos principales factores que influyen en la fortaleza y bienestar de los jóvenes siendo la homeostasis el primero de ellos, un proceso de ajuste de los sistemas del organismo que los mantiene en equilibrio y la cual funciona más rápida y eficientemente durante la juventud, lo cual logra que sean menos propensos a enfermedades, la fatiga o incluso la obesidad.

El otro factor principal que influye en el bienestar físico de los jóvenes son las reservas de los órganos, una capacidad extra para que el cuerpo sobrelleve el estrés o las situaciones límite.

Así mismo, durante esta etapa, los jóvenes se caracterizan en la sociedad por contar con vitalidad, energía, fuerza y destreza que, si bien es cierto que físicamente se pueden encontrar en muy buenas condiciones físicas, también es necesario considerar que aspectos como la dieta, sueño, adicciones y conductas negativas son más persuasivas.

En el caso del sueño, los jóvenes suelen presentar insomnio debido al estrés académico, familiar y social al que se enfrentan a diario. Esto, no solo causa bajas en la energía física, sino que afecta también el funcionamiento cognitivo, emocional y social.

Por otra parte, aspectos como el tabaquismo o alcoholismo se presenta con más frecuencia en los jóvenes universitarios pues, se encuentran inmersos en un contexto formado por personas de su edad. De acuerdo con Papalia, et. al. (2010) “Aunque el consumo frecuente de alcohol es común a esta edad, los universitarios

suelen beber con más frecuencia y en exceso que sus coetáneos que no asisten a la universidad” (p. 427).

Es por eso que factores como la actividad física y la nutrición se deben establecer dentro de los buenos hábitos y esta etapa resulta la más adecuada para hacerlo, en ese sentido la escuela puede ser un lugar adecuado para promoverlas, ya que, para los estudiantes, estudiar en la universidad es un referente importante para su vida.

En el caso de la actividad física, afortunadamente, los jóvenes se encuentran en constante movimiento con el simple hecho de caminar, subir escaleras o correr al transporte público, actividades que parecen mínimas pero que contribuyen a su bienestar. Sin embargo, los hábitos de actividad física difícilmente se concretan y el sedentarismo se vuelve cada vez más común, aspecto que afecta progresivamente a los sujetos y que, en un futuro, atrae enfermedades o condiciones no saludables.

El caso de la nutrición es un hábito en el que indudablemente influye la cultura y que se establece para toda la vida pues, independiente a la etapa en la que los sujetos se encuentren, es un factor determinante para el desarrollo de este.

Los jóvenes, durante esta etapa, son capaces de modificar los hábitos adquiridos en la infancia y establecer el propio, lo cual, si bien puede concretarse en una adecuada nutrición, también puede traer resultados opuestos y es el porqué de la constante alimentación de comida chatarra en la juventud o de la aparición de desórdenes alimentarios.

Si bien durante esta etapa la salud y condiciones físicas son muy buenas, las afectaciones suelen ser consecuencias de las decisiones referentes a los hábitos, aspecto que resulta difícil concretar de una manera positiva pero que sin duda es necesario introducir para contribuir al bienestar físico de los sujetos.

1.3 Desarrollo cognitivo

De acuerdo con Piaget (1966), el desarrollo cognoscitivo termina con la etapa de las operaciones formales alrededor de los 11 y 12 años en donde comienza la construcción de un sistema coherente de lógica formal y el pensamiento abstracto

y reflexivo, donde los adolescentes son capaces de pensar ya no solo en lo real sino en lo posible.

Si bien esta transición, hacia un pensamiento más complejo y abstracto, resulta importante en el desarrollo, la cognición no culmina en esta etapa pues, las propias experiencias nos dicen que se puede abordar más allá de ello.

De esta manera, se presenta el pensamiento postformal, caracterizado por ser más práctico, flexible, dialéctico e individualista y presentarse cuando el cerebro ya se ha desarrollado por completo.

Este momento del pensamiento, opera, por lo regular, en un contexto social y emocional, es decir, es considerada una etapa práctica, ya que no solo se basa en la resolución de problemas sino en el hallazgo de los mismos. El sujeto es capaz de considerar “los diferentes aspectos de una situación de manera anticipada, advierten las dificultades y anticipan el problema, y los enfrentan en lugar de negarlos, evitarlos o aplazarlos, ya que la planificación realista es bastante difícil” (Berger, 2009, p. 30).

De esta manera, una de las habilidades prácticas del pensamiento postformal, es la integración del pensamiento subjetivo con el pensamiento objetivo. En el caso del primer término, surge como consecuencia de las experiencias y percepciones personales, mientras que el segundo responde a la lógica abstracta e impersonal (Berger, 2009).

Es así como se logra comprender la existencia de distintas perspectivas, habilidad que se consolida en la flexibilidad intelectual, es decir, durante la juventud, pues el individuo consolida el entendimiento de la existencia de diferentes puntos de vista y escucha con la capacidad de reflexionar antes de tomar una postura.

De este modo, Jan Sinnott (1984, 1998, 2003) propone los siguientes criterios del pensamiento posformal:

Mecanismos de conmutación	Capacidad para pensar al menos en dos sistemas lógicos y pasar del razonamiento abstracto a las consideraciones prácticas del mundo real y viceversa.
Definición del problema	Capacidad para reconocer que un problema corresponde a una clase o categoría de problemas lógicos y definir sus parámetros.
Cambio proceso-producto	Capacidad para considerar que un problema puede ser resuelto ya sea por medio de un proceso, con aplicación general a problemas similares, o por medio de un producto, una solución concreta al problema particular.
Pragmatismo	Capacidad para elegir la mejor de varias soluciones lógicas y para reconocer criterios de elección.
Soluciones múltiples	Conciencia de que la mayor parte de los problemas tienen más de una causa, de que la gente puede tener metas distintas y que pueden emplearse diversos métodos para llegar a más de una solución.
Conciencia de la paradoja	Reconocimiento de que un problema o solución implica un conflicto inherente.
Pensamiento autorreferenciado	Una persona es consciente de que debe ser quien decida qué lógica usar; en otras palabras, de que está usando el pensamiento posformal.

Elaboración propia a partir de Papalia, et. al., 2010, p. 436.

Con base en lo anterior se puede decir que se logra llegar al pensamiento reflexivo, otra complejidad cognitiva que John Dewey (1910) refiere como la consideración persistente y cuidadosa de la información o creencias.

Para ampliar lo anterior, el pensamiento reflexivo se desarrolla con mayor complejidad entre los 20 y 25 años y permite el constante cuestionamiento de los hechos supuestos en donde se sacan inferencias y se establecen conexiones. (Papalia, et. al., 2010)

Ambos tipos de pensamiento pueden integrarse para lograr el pensamiento dialéctico, el proceso cognitivo más avanzado que permite considerar una tesis y su antítesis de manera simultánea para lograr la síntesis. Es decir, este tipo de pensamiento permite tomar conciencia de pros, contras, limitaciones y posibilidades.

Entonces, el “pensamiento dialéctico implica la integración constante de creencias y experiencias con las contradicciones e inconsistencias de la vida diaria” (Berger, 2009, p. 38). Además, permite observar a las personas y las relaciones sociales en constante evolución, es decir, tanto los sujetos como sus interacciones cambian con el tiempo y es posible realizar ajustes.

Del mismo modo, durante la juventud, se presenta un desarrollo importante en el razonamiento moral como parte de la maduración cognoscitiva pues, si bien se han liberado del egocentrismo, los juicios morales resultan más complejos y la experiencia resulta necesaria para reevaluar los criterios establecidos.

Al respecto, Papalia, et. al. (2010) consideran que:

dos experiencias que estimulan el razonamiento moral en los adultos jóvenes son el encontrarse con valores contradictorios lejos de casa (como puede suceder en la universidad, el servicio militar o en los viajes al extranjero) y responsabilizarse del bienestar de los otros. (como al tener un hijo) (p.440).

Además, existen factores que algunos investigadores plantean como influyentes en el desarrollo del razonamiento moral. Uno de ellos es la cultura pues, los valores

morales están estrechamente relacionados a las circunstancias, el entorno y la época. Se considera que “la cultura determina si una práctica en particular es un tema moral” (Berger, 2009, p. 42).

Así mismo, Gilligan sugirió el género como otro factor influyente del razonamiento moral, mencionando que las mujeres son criadas para desarrollar una moral protectora debido a que les dan más prioridad a las necesidades humanas y a las relaciones. En cambio, a los hombres, se les asigna una moral justiciera en donde se encargan de decidir qué está bien y qué es lo que está mal (Berger, 2009).

Si bien los jóvenes avanzan y desarrollan el pensamiento postformal pensando de manera profunda en los temas morales, la libertad que adquieren puede resultar contradictoria pues, su independencia puede representar una falta de certeza cultural sin lograr un sentido o significado de la vida.

1.4 Desarrollo psicosocial y afectivo

En general, un aspecto importante para la configuración de la conducta humana son las relaciones sociales estables, comprometidas, cercanas y en etapa de la juventud, las amistades con las que cuentan son uno de los factores más importantes y, por tanto, más influyentes.

Debido a que la mayoría de los jóvenes aún no cuentan con obligaciones familiares como esposo, esposa o hijos, las relaciones de amistad se vuelven cruciales durante esta etapa pues se establecen en casi cualquier lugar o contexto al que vayan.

Así mismo, Papalia, et. al. (2010) afirma que es aquí donde comúnmente se establecen las relaciones de amistad más íntimas y duraderas debido al constante proceso de socialización y a la necesidad de contar con confidentes que cumplan el papel de acompañamiento, intercambio de información, brindar consejos y simpatía. Sin embargo, el contar con este proceso de socialización, no significa que los jóvenes adquieran amistades todo el tiempo, de hecho, es todo lo contrario.

Para este momento, los adultos emergentes son capaces de distinguir y logran crear el significado de la amistad, por lo que son conscientes de las personas que representan simples desconocidos y también de aquellas con las que realmente pretenden establecer dicho tipo de relación.

A su vez, buscan momentos en donde la diversión predomine y las responsabilidades descendan, es decir, las necesidades sociales buscan ser saciadas a través de experiencias donde se compartan gustos y momentos de euforia.

Al respecto varios autores plantean diferencias masculino-femeninas dentro de los patrones de la amistad pues, aunque sea bien sabido que no son más que estereotipos, estos pensamientos pueden estar influenciados por un contexto cultural y representaciones sociales que han hecho creer que en verdad es así.

Berger (2009) explica que, en el caso de los hombres en sus relaciones de amistad, estos suelen compartir información sobre sus actividades e intereses en común, considerándolos como “aspectos superficiales”. De este modo, resulta menos probable que le cuenten a otro hombre sus problemas o compartan sus debilidades. “Cuando hablan acerca de sus emociones y problemas de relación, esperan un consejo práctico más que simpatía emocional” (p.63).

Por su parte, cuando habla sobre las amistades entre mujeres, se refiere a ellas como más emocionales e íntimas puesto que suelen compartir secretos o intimidades y, a su vez, se comprometen más rápido que los hombres en distintas conversaciones, llevándolas a revelar sus aspectos personales como romances, parientes e incluso temas de salud. “Las mujeres esperan revelar a sus amigas sus debilidades y problemas, y recibir una escucha atenta y simpática y, si es necesario, un hombro donde llorar o un abrazo contenedor.” (Berger, 2009, p.64)

Actualmente, las relaciones de amistad entre géneros diferentes son cada vez menos juzgadas y estereotipadas pues se vuelve más frecuente, dejando de lado el común pensamiento de que puede concluir en un romance que, si bien en muchas

ocasiones sucede así, el pensamiento en jóvenes contemporáneos se abstiene de formular hipótesis tempranas.

Aunado a esto, las relaciones de amor en la etapa de la juventud suelen ser el complemento de la amistad pues, de esta manera, existe una red de apoyo que funciona cuando uno de los dos elementos es inestable.

Sternberg, citado en Berger (2009) y Papalia, et. al. (2010), hace mención de tres elementos o componentes del amor: Pasión, intimidad y compromiso.

La pasión representa un elemento motivacional caracterizado por los impulsos o arrebatos físicos, cognitivos y emocionales, es decir, podría entenderse, de acuerdo con Papalia, et. al. (2010) como la estimulación fisiológica que se torna en deseo sexual. Por ejemplo, en el enamoramiento, la pasión predomina y se basa en excitación, éxtasis y euforia.

En el caso de la intimidad, representa un paso emocional importante y recíproco ya que conlleva la auto revelación gradual de ambos integrantes de la relación, lo cual lleva a la confianza, la calidez y un vínculo.

Por último, el compromiso es el elemento que más tiempo lleva lograr puesto que es cognoscitivo y se alimenta gradualmente junto con las decisiones de amar y de quedarse con el ser amado (Papalia, et. al., 2010).

Si bien Sternberg (1986) postuló esta teoría triangular del amor, la realidad es que no existe una fórmula que garantice el establecimiento de una relación feliz y duradera. Actualmente la juventud del siglo XXI puede iniciar relaciones que no contengan los tres elementos sobre el amor que se mencionaron con anterioridad e igualmente estar satisfechos con dicha relación.

De acuerdo con Papalia, et. al. (2010), uno de los principales temas que invade a la juventud actual es el matrimonio y, a su vez, el compromiso pues, generaciones mayores a ellos que usualmente se casaron en esta etapa de juventud, mantienen vigente la idea de que deben seguir el proceso de casarse y tener hijos al igual que ellos.

Sin embargo, desde mi experiencia, considero que, para los jóvenes actuales, el matrimonio no es algo que esté muy presente dentro de los propósitos de vida, o al menos no para una gran parte de esta población.

Para muchos la soltería no ha sido algo que eligieron, para muchos otros sí pues, hoy en día la gran mayoría entablan sus metas de vida en lo que para ellos representa la libertad, desde viajes y libre sexualidad hasta un crecimiento personal y profesional que recientemente ha cobrado gran importancia en la sociedad pues, hoy, el continuar con la educación después de la universidad eleva, de algún modo, el estatus social.

De este modo, contar con una pareja sentimental no se convierte en una necesidad prioritaria de los jóvenes actuales y la autorrealización cada vez ocupa mayor importancia en lo social y en lo individual.

Con base en lo anterior, puede decirse que probablemente la juventud no se encuentre huyendo del matrimonio o del compromiso como las generaciones adultas aseguran, tal vez solo se encuentran postergando la situación, pero abiertos al cambio de sus propias decisiones.

1.5 Jóvenes universitarios: ¿Qué es lo que cambia en los jóvenes cuando cursan la universidad?

Actualmente, la preparación profesional, socialmente se ha representado como uno de los principales medios para llegar a la adultez y la autorrealización, ya sea a través de la continuación de sus estudios en la universidad o grados posteriores o con su incursión al mundo laboral e incluso fusionando ambas a la par.

Papalia, et. al. (2010) explica que las elecciones educacionales y vocacionales realizadas después de la educación media superior, en algunas ocasiones se pueden ver acompañadas de un crecimiento cognoscitivo importante además de que reanima la curiosidad intelectual y se complementa con la mejora de las oportunidades de empleo y las habilidades laborales.

Para la gran mayoría, la universidad es representada como el mayor logro académico y, por tanto, el nivel educativo más alto que pueden alcanzar los estudiantes de manera más rápida, debido a que los prepara para ingresarlos a una vida laboral lo más pronto posible.

Lo anterior resulta un cambio importante para los jóvenes en cuestión pues, muchos vienen de un sistema educativo completamente distinto y el ajuste a la universidad podría resultar abrumador; muchos otros, han dejado de estudiar para ingresar al mundo laboral y están regresando a la vida académica después de un tiempo en donde sus costumbres y habilidades han cambiado.

Sin embargo, a lo largo de su trayectoria universitaria el pensamiento y su reflexión cambian considerablemente, es decir, el desarrollo cognitivo se beneficia conforme los jóvenes van cursando la educación superior.

Berger (2009) plantea que “la universidad parece mejorar las capacidades verbales y cuantitativas, el conocimiento de áreas de estudio específicas, habilidades en varias profesiones, razonamiento y reflexión” (p. 48).

A partir de lo que se ha mencionado sobre el desarrollo cognitivo, hay que recordar que, durante la etapa de la juventud, el pensamiento postformal y el pensamiento reflexivo aumenta en términos de desarrollo. Normalmente, lo anterior es consecuencia del acceso a un espacio educativo en donde la participación, intercambio de ideas, desarrollo de habilidades de escucha y la apertura de pensamiento son elementos con los que se interactúa a diario y continuamente se está trabajando.

Para muchos, el iniciar con los estudios de la universidad representa un cambio total al “chip” de pensamiento con el que contaban hasta ese momento pues se enfrentan a una sociedad educativa especializada en áreas de su interés y, por tanto, encuentran un sentido de pertenencia que los motiva a integrarse en sus ideologías.

De este modo, conocen nuevas maneras de percibir ideas que ellos conocían y llega un proceso de cuestionamiento que Berger (2009) menciona como el “interrogatorio

sistemático de los propios valores personales y sociales, que incluyen dudas sobre la idea de la verdad en sí misma” (p. 48).

Es así como el joven universitario comprende que sus ideas pueden ser refutadas o transformadas con el tiempo y es gracias a experiencias, opiniones, aprendizajes e incluso materiales como lecturas o tareas realizadas en la universidad, desarrollando así la capacidad de flexibilidad cognitiva.

La flexibilidad cognitiva, de acuerdo con Berger (2009), incluye la capacidad de ser práctico, de integrar las emociones y la razón y de emplear el tiempo necesario para elegir el mejor curso de acción. Es decir, son capaces de pensar en distintas soluciones de acuerdo al problema que se presente y elegir el más adecuado considerando las características necesarias.

De igual manera, dentro del contexto universitario y el desarrollo de la flexibilidad cognitiva, los jóvenes se introducen cada vez más a un cuestionamiento que puede derivar a la transformación de los presupuestos formados en la niñez, donde se pueden contrarrestar los estereotipos.

El joven universitario, suele entrar a esta etapa sin reconocer sus valores, ideologías, estereotipos y sesgos emocionales, y, como se ha dicho, tampoco ha tenido la necesidad de cuestionarlos pues, hasta el momento, sus representaciones colectivas siguen siendo altamente influenciadas por la familia, sin embargo, es durante el transcurso universitario que muchos de ellos se dan cuenta de todos aquellos componentes con los que han sido educados y comienzan a preguntarse lo que quieren conservar, transformar o desechar.

Es importante mencionar, que la educación superior no asegura el desarrollo cognitivo que se ha mencionado pues, factores sociales, culturales y personales son importantes para la mayoría de los jóvenes estudiantes e influyen en el impacto de cada persona, sin embargo, Bergel (2009) menciona que “la universidad tiende a mejorar el ingreso, promover la salud, profundizar el pensamiento y aumentar la tolerancia hacia visiones políticas, sociales y religiosas” (p. 52).

De esta manera, para los jóvenes actuales, la universidad no solo representa el acceso a una preparación profesional que los acerque al crecimiento cognoscitivo, sino que también les permite continuar con la preparación ante un mundo laboralmente competitivo en el que cada día resulta más difícil el acceso y la permanencia.

A manera de conclusión de este primer capítulo se puede decir que partir del concepto de juventud que se retomó, se entiende que trata de una etapa de vida de las personas en donde si bien los cambios físicos no son tan notorios como en otros momentos del desarrollo, sí tienen una gran importancia en el futuro, sobre todo en el sentido de que se sientan las bases a partir de los cuidados y decisiones que se tomen en este momento de sus vidas.

Así mismo, la importancia que tiene el desarrollo social para los jóvenes recae en el hecho de que, aunque muchas veces parezca obvio, las relaciones que establezcan con otras personas pueden resultar determinantes para su desarrollo trayendo consigo aprendizajes, adaptaciones al contexto social y momentos que, para ellos, resultan importantes, dándole prioridad a su diversión y, algunos, evadiendo la responsabilidad.

Por último, se habla del desarrollo cognitivo que, además, se relaciona con su paso a la universidad pues esta formación sí propicia un cambio significativo en la manera de pensar y ver el mundo. Es aquí en donde la toma de decisiones, normalmente, comienza a tener consecuencias inmediatas y las evidencias de ello permite que los y las jóvenes visualicen lo que están haciendo, permitiéndoles reflexionar, aprender y, si es necesario, evolucionar.

Es por esto que el siguiente capítulo aborda uno de los conceptos más importantes en la vida de los sujetos, es decir, la autoeficacia, término que no solo se relaciona con el sistema de creencias que tienen sobre sí mismos, sino también con el autoconocimiento, las relaciones a lo largo de su vida, su contexto, las experiencias de éxito y fracasos que han tenido y la manera en que se puede percibir desde el área académica.

Capítulo 2

Autoeficacia: Sé que puedo

“Las creencias de eficacia desempeñan un rol vital generando aprendices auto-dirigidos para toda la vida” (Bandura, 1999, p. 34)

En muchas ocasiones y ante distintas situaciones, todos se enfrentan a la pregunta: ¿en verdad puedo hacerlo? y, a pesar de que muchos puedan responder con facilidad, la respuesta está determinada por distintos factores que revelan las creencias sobre sus propias capacidades, pero ¿quién o qué hace que las personas construyan distintas creencias sobre lo que pueden hacer?

Frente a esta última interrogante, se puede decir que es la autoeficacia, misma que representa un concepto del que poco se menciona pero que, curiosamente, está presente en la vida diaria de las personas. Nombrar el proceso por el que todos han pasado resulta necesario para comprender aquello que, a lo largo de la vida, hace que actúen de determinada manera.

En el presente capítulo, se aborda el concepto de autoeficacia desde los planteamientos elaborados por Bandura como principal referencia entendiendo cómo se configura, las implicaciones que puede o no tener en la vida de los sujetos y entendiendo los procesos mentales que implica la construcción de dichas creencias.

En el último apartado, se presenta la autoeficacia académica, misma que, a partir de las explicaciones desarrolladas en los distintos apartados estará entendida desde el marco de la teoría que Bandura propone y dando pie a relacionarse así, con el rendimiento académico.

2.1 Concepto de autoeficacia

De acuerdo a Bandura (1999) “La autoeficacia percibida se refiere a las creencias en las propias capacidades para organizar y ejecutar los cursos de acción requeridos para manejar situaciones futuras” (p. 21). Es decir, la autoeficacia refiere

a aquel conjunto de creencias e incluso ideas en las que cada persona se representa y con las que se presenta ante el mundo social.

La autoeficacia responde a qué tan capaz se considera una persona para llevar a cabo determinada actividad de manera exitosa, es decir, logrando el objetivo propuesto.

Este conjunto de creencias puede estar constituido por capacidades cognitivas, físicas, aptitudes y habilidades que influyen en las decisiones que cada persona toma frente a alguna situación. De hecho, la teoría sociocognitiva de Bandura (1999) menciona que dichas creencias de eficacia influyen en la manera de comportarse, la motivación frente a las actividades, lo que las personas piensan e incluso lo que sienten.

De esta manera, cuando una persona decide que sí quiere realizar alguna tarea, el argumento que la respalda es esa seguridad en sus capacidades para llevarla a cabo y la motivación con la que cuentan la lleva a esforzarse para lograr el resultado. Por el contrario, una persona suele evitar o rechazar aquellas actividades en donde considera que sus capacidades no están al nivel de la tarea y, por tanto, no puede concretarla.

Así mismo, Bandura (1999) plantea cuatro procesos fundamentales activados por la eficacia y que operan en la regulación continua del funcionamiento humano de manera conjunta: los procesos cognitivos, motivacionales, afectivos y selectivos.

Con relación a los **procesos cognitivos** implica el pensamiento anticipador el cual funciona como un regulador de la conducta humana cuando se persigue una finalidad en donde se incluyen los objetivos deseados, mismos que cada persona establece de acuerdo con las auto estimaciones de las capacidades.

Esto quiere decir que las personas modelan los escenarios anticipadores a partir de su eficacia y, por tanto, una persona que cuente un alto sentido de eficacia logra visualizar escenarios de éxito que aportan elementos positivos para la ejecución, en

cambio, ante la presencia de una eficacia dudosa los escenarios se concentran en el fracaso y en todas las cosas que podrían salir mal.

Bandura (1999) resalta la necesidad de preparar a las personas para que cuenten con la capacidad para “predecir sucesos y desarrollar las formas para controlar aquellos acontecimientos que influyen sobre sus vidas” (p. 24). De esta manera, las personas pueden ser capaces de recurrir a su conocimiento para resolver las situaciones a las que se enfrente considerando opciones, factores predictivos, juicios, resultados inmediatos, etcétera.

Con respecto de los **procesos motivacionales** la autoeficacia influye de manera significativa en la autorregulación de la motivación, puesto que esta se genera cognitivamente permitiendo que las personas dirijan sus acciones mediante el pensamiento anticipador. “Movilizan los recursos a voluntad y el nivel de esfuerzo necesario para alcanzar el éxito” (Bandura, 1999, p. 24).

En este sentido, las atribuciones causales, surgen como una de las formas en las que los motivadores cognitivos se activan pues se presenta cuando una persona que se considera altamente eficaz asume que su fracaso se debe a condiciones adversas o al esfuerzo insuficiente. Siendo la eficacia personal la que determina las creencias sobre lo que puede suceder.

De igual manera, la motivación se basa en las expectativas que las personas construyen para llevar a cabo una acción tratándose así de una expectativa de resultados adjudicándole un valor o significado determinado en donde, nuevamente, las creencias de eficacia predominan en la construcción de dicho proceso (Bandura, 1999).

El último motivador cognitivo está determinado por las metas explícitas y desafiantes pues representan un proceso de auto-influencia. Bandura (1999) menciona que “la motivación basada en el establecimiento de metas implica un proceso de comparación cognitiva de la ejecución percibida con un estándar personal adoptado” (p. 25). De igual manera, la auto-satisfacción toma un papel

importante dentro del cumplimiento de las metas establecidas al denominarles un valor personal.

Con relación a los **procesos afectivos**, las creencias de eficacia permiten que las personas perciban las posibles amenazas como manejables o no manejables, abriendo un campo de visión y de posibles acciones en cualquiera de los dos casos, sin embargo, la teoría sociocognitiva de Bandura (1999) explica que la manera en que ambas son procesadas cognitivamente no es la misma pues, en el primer caso, es decir, una persona que percibe una amenaza como una situación manejable, descarta cualquier tipo de pensamiento “negativo” que provoque un sentimiento de deficiencia ante sus posibles acciones.

Por el contrario, una persona que considera no manejable alguna amenaza mantiene una constante vigilancia frente a ella magnificando su posible gravedad e imaginando y preocupándose por cosas que difícilmente sucederán provocando así, momentos de ansiedad en donde los pensamientos ineficaces provocan desánimo y afectan el funcionamiento general.

Por lo tanto, las “creencias de las personas en sus capacidades de manejo influyen sobre la cantidad de estrés y depresión que experimentan éstas en situaciones amenazadoras o difíciles, así como sobre su nivel de motivación” (Bandura, 1999, p. 26).

En cuanto a los **procesos de selección**, partiendo de la idea que Bandura (1999) propone: “Las personas son en parte el producto de su entorno” (p.28), se menciona que, parte de las creencias de la eficacia personal, influye en la selección de actividades y entornos en donde una persona participa.

Como se mencionó, todo sujeto suele evitar las actividades y entornos que excedan sus capacidades, según así lo perciban, y acceden a aquellos contextos en donde se consideran lo suficientemente capaces para desenvolverse.

Estas decisiones representan, de cierto modo, el curso vital de cada persona pues, incluso aún después de formar parte de entornos y actividades, existen factores que

se conservan a largo plazo y que determinan el desarrollo de valores, competencias o intereses. “Cualquier factor que influya sobre la selección de conductas pueden influir profundamente sobre la dirección del desarrollo personal” (Bandura, 1999, p. 28).

2.2 ¿Cómo se configura la autoeficacia?

Muchas de las construcciones personales que se construyen a lo largo de la vida están basadas en lo que conocemos a partir de ella. Un ejemplo de esto es el conjunto de creencias sobre la eficacia personal, en donde, principalmente, influyen cuatro elementos: experiencias de dominio, experiencias vicarias, persuasión social y estados psicológicos y emocionales (Bandura, 1999).

Una de las influencias más poderosas en la construcción de la sensación de eficacia es aquella que está basada en hechos y resultados de éxito obtenidos con anterioridad, es decir, experiencias de dominio, pues representan la prueba de lo que una persona puede lograr con éxito. Por lo tanto, el cúmulo de éxitos alimentan la creencia con relación a la eficacia y los fracasos la debilitan.

Las experiencias de dominio no suelen representar una adquisición de hábitos pues “conlleva la adquisición de instrumentos cognitivos, conductuales y auto reguladores para crear y ejecutar los apropiados cursos de acción necesarios para manejar las circunstancias continuamente cambiantes de la vida” (Bandura, 1999, p. 21).

Entonces, los éxitos constantes y sencillos suelen crear en las personas expectativas altas y distorsionadas, pues comienza una creencia basada exclusivamente en los logros esperando resultados inmediatos y desmotivándose fácilmente con los fracasos.

He aquí la importancia de construir un sentido resistente de eficacia en donde la experiencia se enriquezca con la superación de obstáculos pues, en realidad, muchos momentos de logro no están constituidos por caminos o procesos sencillos,

todo lo contrario, un éxito requiere de dificultades para probar las capacidades de superación con las que cada persona cuenta.

El siguiente modo influyente en la construcción y fortalecimiento de las creencias de eficacia, está basado en los modelos sociales, es decir, las observaciones que se realizan sobre los modos de acción, logros y fracasos de las personas cercanas y que se consideran similares en cualquier sentido; a esto se le denomina experiencias vicarias (Bandura, 1999).

Así mismo añade que observar “a personas similares a uno alcanzar el éxito tras esfuerzos perseverantes aumenta las creencias del observador en relación a que él también posee las capacidades necesarias para dominar actividades comparables” (Bandura, 1986; Schunk, 1987 en Bandura, 1999, p. 21).

Por lo anterior, Bandura (1999) hace referencia a la importancia de la similitud que una persona encuentra en los modelos sociales que le rodean pues, cuanto mayor similitud exista, aumentará a su vez la consideración de los éxitos, la observación de conductas y la adopción de destrezas, estrategias y actitudes que dirijan al sujeto a buscar una situación de éxito similar e incluso, en una situación de fracaso, los juicios sobre la eficacia personal pueden disminuir a partir de ello.

Por el contrario, si una persona no se considera similar al modelo social que observa, sus percepciones de eficacia no se verán influidas a pesar de percibir los resultados. He aquí la importancia de ser conscientes de las relaciones personales y el contexto en donde cada sujeto decide estar pues, aunque no lo perciba de manera inmediata, toda conducta y su respectiva consecuencia, tendrá un determinado impacto en él.

El tercer modo que fortalece las creencias de eficacia personal está constituido por la persuasión social pues Bandura (1999) establece que cuando se alimenta verbalmente a una persona externando que posee las capacidades para realizar determinadas tareas, ésta tiende a esforzarse mucho más para lograrlo y sostiene la motivación que le brindaron.

De esta manera, resulta más sencillo aumentar las creencias de autoeficacia que ya son altas que debilitarlas pues los propios esfuerzos traen consigo resultados que satisfacen las creencias personales y que descartan aquellas actividades y acciones en donde se perciben dificultades o adversidades.

Bandura (1999) menciona que, por consecuencia, para las personas que logran construir una creencia satisfactoria de eficacia resulta sencillo compartir, transmitir y externar estimaciones positivas a quienes le rodean, alimentando la confianza ajena respecto a sus capacidades, pero desde una perspectiva de automejora y no desde el egocentrismo.

El cuarto y último modo influyente en el establecimiento de creencias sobre las propias capacidades responden a los estados psicológicos y emocionales, es decir, el estado de ánimo y el modo en que son percibidas.

Normalmente, antes de llevar a cabo alguna acción o tomar una decisión que involucre actividad física, se hace una valoración a las capacidades del propio cuerpo incluyendo cómo se sienten; es decir, si se percibe fatiga o algún dolor, lo mismo sucede con el estado de ánimo, cuando éste es positivo, fomenta la autoeficacia percibida y, por el contrario, cuando es negativo, la reduce.

Es aquí cuando Bandura (1999) establece que este modo de alterar las creencias de eficacia consiste en “favorecer el estado físico, reducir el estrés y las proclividades emocionales negativas y corregir las falsas interpretaciones de los estados orgánicos” (p. 23).

Lo anterior muestra la importancia de la individualidad de cada sujeto sin dejar de lado que es un ser social; es decir, las personas construyen su sistema de creencias relacionada con sus capacidades de acuerdo a lo que viven, los sujetos con quienes se relacionan y el contexto en donde se desarrollan, sin embargo, también viven desde su individualidad, y si bien la influencia social respecto a su eficacia juega un gran papel dentro del establecimiento de la misma, cada persona le dará importancia de acuerdo a su propio procesamiento cognitivo.

A lo largo de la vida, el sujeto tiene la oportunidad de comprobar y modificar las creencias que hasta el momento ha formado respecto a su eficacia, siendo la ejecución el mejor método individual para ello; por consecuencia, también modifican la importancia de las influencias externas y la manera en que son procesadas, aprendiendo a escuchar, analizar, ceder y reflexionar en busca de la automejora.

2.3 La autoeficacia y sus implicaciones en la vida de los sujetos

Como se ha visto a lo largo del capítulo, resulta innegable el hecho de que todas las personas se preguntan ¿puedo hacerlo? antes de verdaderamente actuar ante una actividad, evaluando sus capacidades y tomando una decisión a partir de ello; es por eso que la teoría sociocognitiva de Bandura (1999) menciona que las acciones de los sujetos están determinadas por las creencias relacionadas a su eficacia.

Esto deja ver que la autoeficacia permite que las personas desarrollen, a su vez, la capacidad de toma de decisiones considerando su propia realidad, sus necesidades, habilidades, aptitudes y capacidades, siendo el autoconocimiento el elemento que predomina en todo el proceso.

Mucho de lo que la autoeficacia realiza en los sujetos está estrechamente relacionado con la motivación pues es esta la encargada de impulsarlos hacia los objetivos que tienen en mente o las actividades y tareas que se les proponen.

De este modo, un alto sentido de autoeficacia potencia la motivación y logra que esta permanezca por un tiempo pues, citando a Bandura (1999), “los logros humanos y el bienestar personal requieren un sentido optimista de la eficacia personal” (p. 29).

La implicación que conlleva la construcción de una sólida autoeficacia se ve reflejada en los sujetos y la manera de reaccionar frente a diversas situaciones, pues inevitablemente se tiende a recurrir a los propios conocimientos para resolver alguna tarea.

Podría parecer que se recurre a la autoeficacia únicamente para tareas, actividades u objetivos desafiantes, sin embargo, está presente en la cotidianidad puesto que todo el tiempo y frente a toda acción hay una decisión.

Un ejemplo de lo anterior se puede observar en la salud de cada individuo. Olivari y Urra (2007) explican que las conductas de salud que cada sujeto defina para su vida partirán del nivel de autoeficacia con el que cuenten, así, una persona con niveles altos de autoeficacia, a diferencia de los niveles bajos, cuenta con mayores probabilidades de establecer un compromiso con su salud en todos los sentidos: realizar y buscar las prevenciones necesarias, evitar factores de riesgo, actuando y recuperándose frente a las enfermedades.

De igual manera, los sujetos con niveles altos de autoeficacia muestran con mayor facilidad y frecuencia el compromiso por realizar actividades físicas que favorezcan su salud, mostrándose seguros del nivel de efectividad que pueden lograr realizando una mayor cantidad de actividades o con una diferencia notoria de la intensidad de las personas que cuentan con niveles bajos de autoeficacia.

Continuando con las implicaciones de la autoeficacia, en la vida de los sujetos, en actividades cotidianas es importante considerar que, actualmente, la mayoría de ellos se encuentran bajo diversas situaciones estresantes que los acompañan en su día a día: tráfico, transporte público, exigencia de las actividades escolares o laborales, carga de trabajo, factores económicos e incluso relaciones sus sociales o afectivas.

Esto, sin duda, requiere de un adecuado control del estrés que les permita llevar a cabo sus actividades sin verse afectados significativamente. Es aquí en donde entra la relación de la autoeficacia y el estrés.

Al respecto, Olivari y Urra (2007) explican que, en las reacciones de estrés, más allá de las propiedades de las amenazas ambientales están las percepciones de afrontamiento autoeficaz, es decir, las creencias de las capacidades que cada sujeto tenga para resolver situaciones que se consideren amenazantes, serán determinantes para las reacciones que presenten.

Es aquí en donde se confirma que un sujeto que conoce la situación y está seguro de sus capacidades, tiene más probabilidades de manejar la amenaza lo mejor posible, por lo que las experiencias de dominio representan un determinante para las actividades futuras.

En ese sentido, en el caso de los estudiantes universitarios que tienen niveles altos de autoeficacia, pueden manejar mejor el estrés que se deriva de las diferentes tareas escolares, debido a que se motivan y se sienten seguros de sí mismos al momento de aprender.

2.4 Autoeficacia académica

La trayectoria académica de cada individuo no solo impacta en su vida profesional, sino que es parte y trasciende en su desarrollo personal. Es por eso que una de las implicaciones más importantes y notorias de la autoeficacia está presente en el área académica.

De esta manera, se puede entender que la autoeficacia académica representa las creencias o percepciones de cada estudiante respecto a sus capacidades frente a actividades y tareas de nivel académico, es decir, no se trata únicamente de los recursos como habilidades o aptitudes que el estudiante tenga, sino su opinión y determinación de estas.

Ahora bien, dentro del contexto mexicano, el desempeño académico es visto, normalmente, como la manera de categorizar las capacidades de los estudiantes, desde edades y niveles educativos tempranas, por lo tanto, el proceso de construcción de la autoeficacia académica responde a dicha necesidad desde el nivel preescolar o desde el nivel primaria, lo que puede llevar a escenarios positivos, pero también puede traer consigo consecuencias que afectan el desarrollo óptimo del estudiante.

Como se ha explicado a lo largo del capítulo, las experiencias de dominio juegan un rol vital dentro de este proceso de construcción pues, además de contribuir en el conocimiento de las situaciones de estrés, estas experiencias hacen que, en la

dimensión afectiva, cuando el estudiante se enfrente nuevamente a una tarea en donde tuvo éxito, se generen emociones previas al desempeño, es decir, “el hecho de creer que se tiene probabilidades de tener éxitos al afrontar algo da origen a sentimientos positivos, mientras que el fracaso produce emociones negativas” (Alegre, 2014, p. 82).

Tal como en cualquier otra actividad cotidiana, si él o la estudiante se considera capaz de realizar con éxito la actividad, el desempeño que muestre será mayor a si desconoce o teme de ella. De esta manera, la motivación con la que cuente será regida por sus niveles de autoeficacia y se verá reflejada en los resultados que obtenga.

A manera de conclusión de este capítulo, se puede decir que todas las decisiones que cada persona toma tienen detrás un proceso complejo que deja ver la autoeficacia con la que cuenta pues, a lo largo de la vida se enfrenta a diversas situaciones en donde se ponen a prueba sus capacidades y que, a partir de la resolución de estas es como procesan las consecuencias en el futuro, es decir, potencia su sentido de autoeficacia o, por el contrario, la reduce y estanca.

Así mismo, implica la influencia de distintos elementos que de manera directa o indirecta impactan dentro de la vida de las personas e incluso de sus propias decisiones.

En ese sentido, la construcción de la autoeficacia académica de cada estudiante será determinada a partir de distintos factores como: los docentes, el ambiente familiar y las relaciones sociales, mismas que van de la mano con los factores que influyen en el rendimiento académico explicados en el siguiente capítulo.

Capítulo 3

Rendimiento académico y su relación con la autoeficacia

Gran parte de los estudios realizados sobre el rendimiento académico explican y coinciden en que resulta un concepto con afecciones multifactoriales, es decir, no hay un solo factor que influya para el alto o bajo rendimiento.

Así mismo, el propio concepto de rendimiento es entendido de distintas formas según el contexto en el que se presente y lo que se busque con ello. Para algunos, el rendimiento académico se basa en las habilidades académicas desarrolladas a lo largo de cierto periodo académico enfocándose en las aptitudes como una característica que puede servir para la valoración y evaluación del mismo; para otros, representa un mero resultado después de un determinado periodo siendo visto únicamente como producto.

Entonces en esta investigación se aborda el rendimiento académico como un producto ya que se sitúa en el contexto educativo mexicano, donde es común que una calificación sea entendida como la valoración que la institución otorga para el aprendizaje y que se convierte en determinante ante la sociedad, trayendo consigo importantes consecuencias que, en su mayoría, afectan el bienestar personal de los y las estudiantes o incluso provocan y aumentan los problemas relacionados con la salud mental, tales como la ansiedad, depresión o estrés.

A lo largo del presente capítulo además de abordar los factores que pueden representar una influencia para la construcción del rendimiento académico (personales, sociales, familiares e institucionales), también se hace mención sobre la influencia que cada uno de ellos según la manera en que se presentan.

Por último, se relacionan los dos planteamientos teóricos con los que hasta este punto se ha trabajado: juventud y autoeficacia con el rendimiento académico, reflexionando sobre la relación que existe entre ellos y la importancia de su estudio.

3.1 Concepto de rendimiento académico

Dentro del contexto educativo mexicano el rendimiento académico ha sido entendido, por mucho tiempo, como el resultado o producto del proceso de aprendizaje que el alumno logra después de determinado ciclo escolar.

Partiendo de esta idea, Grasso (2020) explica que el concepto de rendimiento académico se ha vinculado con el tiempo a términos como eficiencia y efectividad, según sea el caso.

“Con respecto a la eficiencia se la entiende como la capacidad para lograr un determinado resultado utilizando la menor cantidad de recursos posible; en cuanto a la efectividad se asocia de manera directa a la capacidad para obtener ese efecto que se busca” (p. 90).

Grasso (2020) también hace plantea que el origen del concepto de rendimiento, el cual se remonta en la época de la revolución industrial y, por consecuencia, principalmente al ámbito laboral debido a que resultaba necesario evaluar el trabajo del hombre en relación con los conceptos mencionados: eficiencia y efectividad, teniendo en cuenta únicamente el trabajo y calidad del producto final.

Del mismo modo, como resultado de esta época en el ámbito educativo se buscaba adoctrinar y encaminar a los estudiantes a una clase exclusivamente trabajadora que respondiera a las necesidades laborales de la sociedad.

Si bien con el tiempo el concepto ha evolucionado, resulta innegable que sigue siendo un indicador para reconocer el funcionamiento de las instituciones escolares y que, además es tan complejo que reducirlo a un único concepto no es adecuado.

De esta manera, como primera definición, Jimenez (2000, citado en Edel, 2003) explica que el rendimiento académico es un “nivel de conocimientos demostrado en un área o materia comparado con la norma de edad y nivel académico” (p. 3), en donde, si bien resulta importante el proceso de evaluación, esto, desde una individualidad, no arroja los datos ni las herramientas necesarias para mejorar la

calidad educativa del alumno o para evaluar el funcionamiento de la institución educativa.

Sin embargo, como se mencionó al principio del capítulo para el contexto mexicano, el rendimiento escolar de sus alumnos está regido únicamente por el producto que obtienen al finalizar determinado nivel académico, es decir, son las calificaciones las que cargan con gran importancia y validez social para mostrar las “capacidades” académicas con las que se cuentan.

Así mismo, es el propio sector educativo el que establece los criterios de evaluación o un sistema de calificaciones en el que sus instituciones educativas se rigen; es así que Bolaños (1997, citado en Grasso, 2020, p. 93) explica que el rendimiento se trata de un producto final obtenido después de determinado periodo de tiempo en donde se combinan resultados cuantitativos y cualitativos de las distintas asignaturas o áreas de la etapa académica por la que se esté cursando y que mide objetivos logrados, contenidos internalizados y el proceso que vivió dentro de dichas asignaturas.

Si bien en este concepto el producto, por una parte, aún está representado por las calificaciones, también deja ver la importancia de los elementos cualitativos que difícilmente pueden ser generalizados o englobados en una calificación, introduciendo la perspectiva de los factores que podrían incidir en el concepto de rendimiento académico.

Pero al entender el rendimiento como producto también se puede retomar desde otra perspectiva que no necesariamente se relaciona con las calificaciones en su totalidad pues, para González Fernández (1975, citado en Grasso, 2020, p. 92) si bien es un producto, más bien se refiere a un “resultado de un entramado de factores que derivan tanto de la familia, como del sistema educativo, como del mismo alumno, entendiendo a este último como a un sujeto en constante evolución”.

Es decir, aunque sigue siendo entendido como una consecuencia de determinado proceso, no solo se centra en el trayecto académico, sino que engloba distintos

factores que podrían influir en la construcción de rendimiento, siendo estos tanto internos como externos.

Por esta razón, puede decirse que el rendimiento académico resulta un concepto multifactorial que, a su vez, da como consecuencia la necesidad de consultar información que complemente su definición. Es por eso que a continuación se muestran los modelos del rendimiento académico que complementan los conceptos anteriormente revisados.

3.2 Modelos del rendimiento académico

Debido a la gran amplitud que el concepto de rendimiento académico puede llegar a abarcar, resulta necesario justificar a través de aproximaciones teórico-conceptuales el término.

A continuación, se presentan algunos de los modelos del rendimiento académico que explican los elementos que rescatan para valorar dicho concepto.

Modelo de Carroll basado en las oportunidades de aprendizaje escolar:

Propuesto en 1963 sigue siendo un referente para algunas evaluaciones del aprendizaje a gran escala, por ejemplo, en el Estudio Internacional de Tendencias en Matemáticas y Ciencias (TIMSS) o en el Programa para la Evaluación Internacional de Estudiantes (PISA).

Este modelo le atribuye importancia a los “insumos o entradas (características del estudiante), la existencia de procesos (cómo se organiza la escuela y las características de la instrucción) y la obtención de resultados (lo que el estudiante logra aprender)” (Díaz, Caso y Contreras, 2017, p. 93).

Carroll desarrolló este modelo con el objetivo de predecir la obtención de aprendizajes complejos en los estudiantes a través de 5 dimensiones:

1. La aptitud: cantidad de tiempo requerida para aprender una tarea de acuerdo al nivel de exigencia.

2. La perseverancia: cantidad de tiempo dispuesta a invertir en una actividad de aprendizaje.
3. Habilidad para entender una instrucción
4. La oportunidad de aprender: cantidad de tiempo que el programa de estudios brinda para una actividad de aprendizaje.
5. Calidad de la enseñanza: “estructuración del material de aprendizaje, la habilidad del docente y la efectividad de sus métodos de enseñanza” (Díaz, Caso y Contreras, 2017, p. 93).

Modelo de entrada-salida (input-output):

Biniaminov y Glasman en 1981 concibieron a la escuela como un sistema de atributos en donde sus elementos se relacionan y se nutren, es decir, este modelo le brinda suma importancia a la relación entre las diferentes salidas y sus respectivas entradas.

Así, las características del estudiante tienen impacto en sus actitudes y en las condiciones de la escuela, las cuales, de igual manera, se ven reflejadas en las características del personal docente y se relacionan de manera recíproca con las características del alumno.

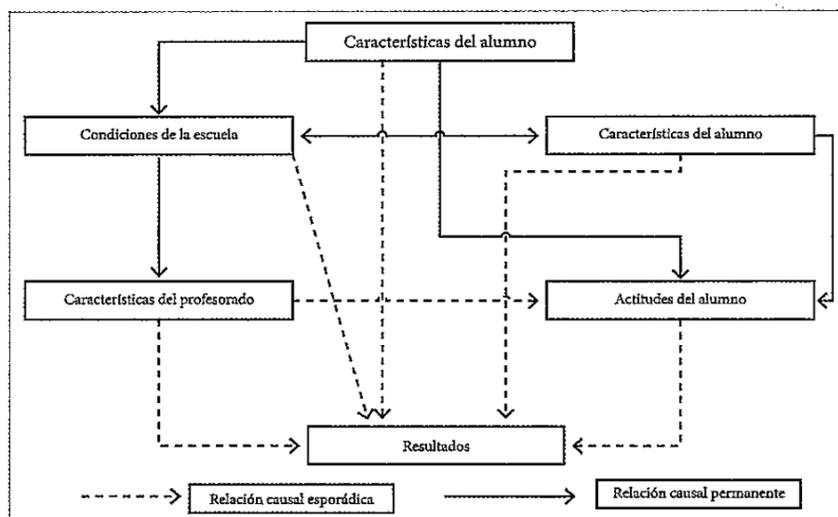


Figura 1. Modelo de entrada-salida. Las flechas establecen las relaciones entre las entradas (relación causal esporádica y relación causal permanente en cuanto al grado de asociación con los resultados). Adaptado de “School determinants of student’s achievement in secondary education”, Biniaminov y Glasman (1981, p. 259).

Fuente: (Díaz, Caso y Contreras, 2017, p. 94).

Modelo proceso-producto

Este modelo vincula el rendimiento académico con las características del profesor, incluyendo su conducta, comportamientos e interacciones, la calidad de la instrucción, la formación académica.

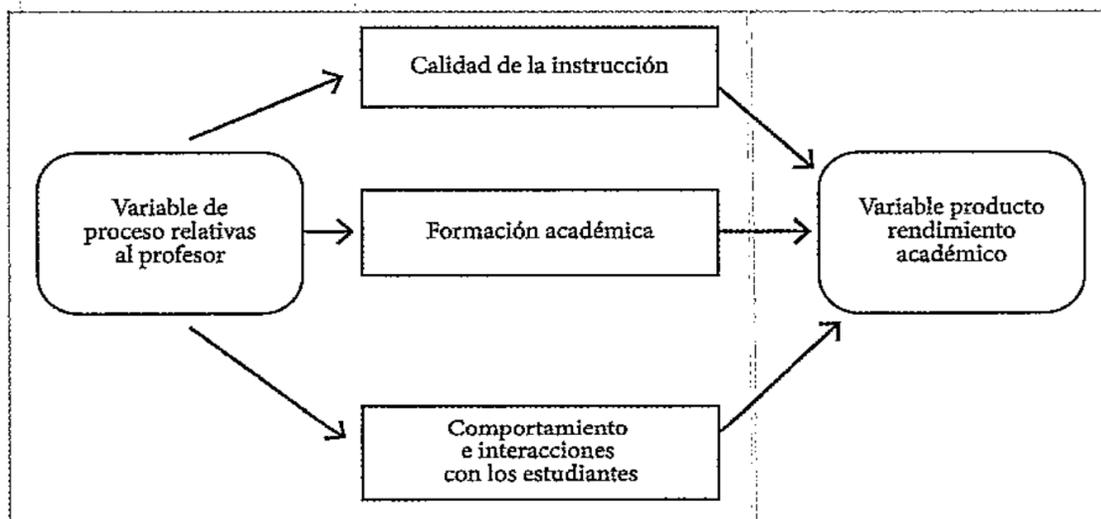


Figura 2. Modelo proceso-producto (Flanders, 1970).

Fuente: (Díaz, Caso y Contreras, 2017, p. 95).

Modelo entrada-proceso-producto

En este modelo se asume que el aprendizaje o variable producto se vincula con las variables mediadoras entre profesores y estudiantes. Existiendo así las variables de proceso, es decir, el comportamiento y el procesamiento de información de estudiantes y profesores, y la variable entrada, las aptitudes de los estudiantes.

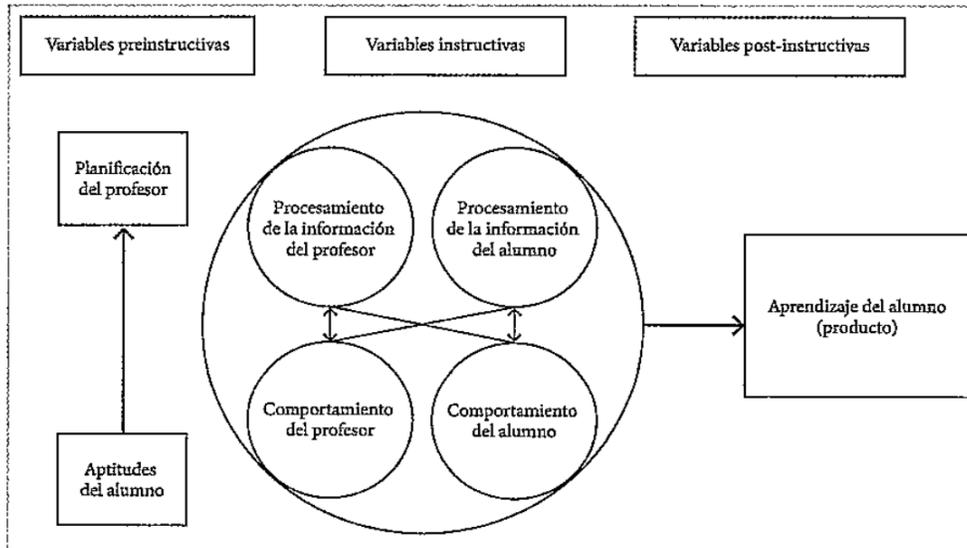


Figura 3. Modelo mediacional de análisis del aprendizaje. Adaptado de "A cognitive-processing analysis of motivation within classroom tasks" (Winne y Marx, 1989, p. 78).

Fuente: (Díaz, Caso y Contreras, 2017, p. 96).

Con base en los modelos que se acaban de explicar puede decirse que cada el rendimiento académico se centra en diferentes aspectos de los procesos de enseñanza y aprendizaje, así mismo consideran diferentes factores que le permiten identificar su influencia; es por ello que se pueden distinguir algunos que están relacionados con el profesor, otros con los estudiantes y otros más con el ambiente y clima escolar.

En otras palabras, los modelos que han explicado el rendimiento académico reconocen distintos factores, tanto internos, así como externos, que influyen el estudiante al momento de aprender, por tal razón a continuación se profundizan en ellos.

3.3 Factores que influyen en el rendimiento académico

Así pues, existen distintas influencias que colaboran en la construcción del rendimiento académico y que pueden llegar a afectar de distintas maneras en la práctica. Algunas de ellas se establecen desde lo individual o de lo que se vive mientras el sujeto se desarrolla, es decir, es el contexto la principal influencia en muchas de las construcciones personales.

3.3.1 Familiares

La familia es por excelencia el primer núcleo de educación que los sujetos reciben pues no solo influye en la construcción de la percepción personal que se tendrá sobre el mundo basado en valores y actitudes, sino también en cómo se llevan a cabo determinadas acciones para el futuro de los sujetos.

He aquí la importancia que recae en los distintos estilos de crianza que diversos autores han estudiado a lo largo de los años. Uno de los más reconocidos es el que propone 3 principales estilos:

Estilo autoritario	<ul style="list-style-type: none">- Obediencia.- Alto grado de control y supervisión.- A favor del castigo físico y psicológico.- Mantienen el papel de los hijos como subordinados restringiendo su autonomía.- Influyen, controlan y evalúan el comportamiento de los hijos.- Falta de comunicación y de afecto.
Estilo permisivo	<ul style="list-style-type: none">- Condescendientes- Demuestran involucramiento al valorar la autoexpresión y la autorregulación.- Libera a los hijos del control evitando la autoridad.- Sin exigencias de madurez o responsabilidades.- Establecen pocas reglas.- No acuden al castigo.- Son afectuosos y ceden fácilmente.
Estilo democrático	<ul style="list-style-type: none">- Basado en las altas expectativas que los padres posan en sus hijos.- Disciplina inductiva- Promueve la comunicación y reflexión detrás de sus

	<p>conductas.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se respeta la individualidad de los hijos, así como su personalidad e intereses.
--	--

Cuadro construido a partir de Velasquez (2020).

De acuerdo con lo anterior, se puede observar que los estilos de crianza tienen repercusiones positivas y negativas en los hijos respecto a sus características pues, al ser el primer contacto con el mundo, los niños adquieren conocimientos del contexto que les rodea y se apropian de ellos para construir su propia realidad y comenzar con una vida social.

Con esto se puede deducir que parte del comportamiento frente a situaciones académicas está determinado por el estilo de crianza que cada sujeto tuvo en su contexto familiar. De esta forma, un hijo de padres autoritarios podría generar el sentido de culpa frente al fracaso o la desobediencia por mínima que esta sea y provocando un nivel de autoexigencia que incluso llegue a la búsqueda del perfeccionismo en su rendimiento académico.

Por otro lado, una crianza permisiva podría reflejarse, en el estudiante, en la despreocupación de sus responsabilidades o de las calificaciones que obtengan ya que los castigos no están presentes y carecen de exigencias o reglas que los obliguen a “rendir cuentas” de sus acciones. Y aunque no precisamente significa que tendrá un bajo rendimiento académico podría ser más común observar bajas calificaciones en estudiantes que tuvieron este estilo de crianza.

Por último, el estilo democrático representa una crianza “ideal” principalmente por dirigirse a lograr que los hijos comprendan sus demandas y atiendan a las mismas evitando lo más posible los castigos y, en caso de aplicarlos, se busca que sea de manera justa explicando el porqué de los mismos. De esta manera, la crianza democrática promueve el razonamiento de los comportamientos y podría tener como consecuencia que los estudiantes se hagan responsables de sus acciones. En el caso académico, esto podría significar un compromiso y responsabilidad con rendimiento sin llegar a los extremos.

De acuerdo con Beneyto (2015) además del estilo de crianza con el que los sujetos hayan crecido existen distintas variables estructurales y dinámicas que influyen en el rendimiento académico de los estudiantes.

Dentro de las variables estructurales, el primer elemento que podría influenciar es el nivel socioeconómico familiar pues, a través de este, se pueden observar factores como el origen social y contexto en donde los sujetos crecieron, deduciendo el acercamiento con la educación que han tenido a lo largo de su vida y los estímulos y actitudes que su familia transmitió en ellos.

Así mismo, un nivel socioeconómico familiar bajo puede representar una inserción laboral temprana que de cierto modo comprometa a los estudiantes a posponer sus estudios o eventualmente abandonarlos.

Por otro lado, dentro de las variables dinámicas se encuentra, para empezar, el clima familiar en donde Beneyto (2015) explica que representa “los rasgos, actitudes y comportamientos de los miembros del grupo familiar” (p. 37) es decir, cualquier tipo de intercambio ya sea, afectivo, motivacional, intelectual, etc., en el que se deje ver la interacción que se lleva a cabo y que podrían tener repercusiones en la escuela según sea el caso.

Cabe aclarar que un clima familiar tenso y agresivo no asegura que los hijos se desinteresen por completo de las obligaciones académicas, al contrario, incluso puede provocar mayor motivación para la superación personal, sin embargo, sí trae consigo repercusiones que afectan su interacción social-escolar al tener modelos conductuales y de lenguaje defectuosos.

En el caso de un clima familiar positivo en donde la comprensión, comunicación y cariño se hacen presentes, los estudiantes logran llevar relaciones sociales cercanas y saludables que favorecen su rendimiento y los mantiene más concentrados en sus actividades académicas.

Por último, la implicación familiar, ha sido motivo de estudio en muchas investigaciones que se interesan por el rendimiento académico y sus factores pues,

partiendo de la idea de que, desde el inicio de la trayectoria académica la familia es la absoluta responsable de la educación formal de sus hijos, se entiende que, por lo tanto, la manera en la que se involucre tendrá consecuencias directas y notorias en dicha educación y, aún más, en el rendimiento académico de sus hijos.

De esta manera, Beneyto (2015) retoma el concepto de implicación parental desde lo que sucede en el hogar, es decir, elementos como la comunicación, interés por su vida académica, realización de tareas o actividades escolares desde casa pero también desde una implicación parental basada en la escuela con elementos como participación en actividades escolares, la comunicación padres o tutores con los docentes o la pertenencia a órganos internos de la escuela.

En el caso de la implicación parental, se habla de uno de los elementos más importantes y relevantes en el estudio y entendimiento de los factores que pueden influir en el rendimiento académico puesto que representa la relación directa de la familia del estudiante con su vida académica, dejando ver, a su vez, la educación familiar que ha tenido y permitiendo entender algunas de sus acciones en el contexto escolar.

En otras palabras, la forma de actuar del estudiante frente al aprendizaje, en muchas ocasiones está determinada por la educación que le ha brindado su familia; por ello es necesario considerar el contexto familiar para entender de manera más amplia el rendimiento académico.

Por ejemplo, una implicación parental positiva puede reflejarse en la seguridad que él o la estudiante muestre al enfrentarse a distintos retos académicos y la manera de resolverlos; así mismo, el involucramiento de los padres o tutores de familia en su vida escolar puede motivar y ayudar a la construcción de aspiraciones o metas profesionales que lleven al estudiante a continuar con sus estudios.

Además, el respaldo de la familia en el ámbito escolar puede lograr la construcción de una relación con comunicación efectiva que favorezca el entendimiento de las necesidades de los estudiantes y una relación positiva entre todos los integrantes.

Por otro lado, la poca o nula implicación parental, si bien no necesariamente trae malas consecuencias, sí podría influir en el desinterés por parte de los estudiantes para continuar con sus estudios o en no encontrar motivación y, por tanto, deshacerse de aspiraciones profesionales.

3.3.2 Sociales

La relación que la sociedad y la escuela mantienen es la base de toda interacción y de la inserción de los y las estudiantes en sus respectivos contextos pues, la dirección que la escuela toma y los objetivos que se propone están vinculados con la sociedad donde sus acciones suceden para lograr que los individuos con los que trabaja puedan introducirse en dicho contexto sin ser juzgados o tratando de evitar cualquier tipo de rechazo.

La influencia de este contexto social puede ser importante en el desarrollo académico del alumno pues incluye elementos que van mucho más allá de las relaciones interpersonales directas que los y las estudiantes tengan, se trata también de la influencia que se ejerce en el contexto y que impacta en el desarrollo de los sujetos.

Narváez y Patricia (2015) explican que “el medio geográfico que rodea al joven ejerce influencia directa sobre él, desarrollando costumbres de su comunidad en la escuela que son responsables del rendimiento académico y de sus resultados” (p.11). Es decir, el desarrollo de los sujetos está constituido por distintos factores, entre ellos el contexto en donde crece y vive, mismo que le llevan a construir ideologías, costumbres, tradiciones y objetivos que se reflejarán en el contexto escolar y que será parte de su propio desarrollo personal.

Por ejemplo, un contexto que geográficamente está alejado de la industrialización o que cuenta con bajos recursos que apoyen el ámbito educativo, el desarrollo académico de los y las estudiantes puede ser muy limitado obligándolos a abandonar sus estudios para incorporarse al ámbito laboral o incluso emigrar en búsqueda de oportunidades de estudio.

Un factor importante que ayuda a la configuración de un rendimiento académico adecuado es la motivación con la que los y las estudiantes cuentan, mismo que, en gran parte, se construye gracias a las relaciones y redes de apoyo que, a lo largo de la vida, se mantienen. Dichas relaciones traen consigo un sinfín de historia y cultura que constituyen al sujeto como lo que es y que permite definir gran parte de sus decisiones (Narváez y Patricia 2015).

Dentro de los factores sociales también se añaden las redes sociales pues, debido al crecimiento de su influencia en la actualidad después de la emergencia sanitaria por COVID-19, resulta innegable su importancia dentro del desarrollo de las nuevas generaciones.

Ahora, no solo basta con saber lo que sucede en la sociedad o contexto específico, sino que a esto se añaden las tendencias que día con día cambian e impactan en las relaciones sociales.

Si bien han representado un avance significativo en la educación a distancia y en la utilización de las TIC trayendo consigo nuevos métodos de estudio y permitiendo el acceso fácil a la información también constituye un gran debate frente a su mal uso.

En la sociedad actual, el acceso a redes sociales es abierto y parecería que prácticamente es obligatorio pues, como se ha mencionado, si no compartes ideologías o desconoces los temas y tendencias recientes, comienza un rechazo social que aparta a los sujetos de relaciones significativas.

De este modo, dentro de sus desventajas, en el rendimiento académico de los estudiantes, se encuentra el uso excesivo de las redes sociales o el mal uso de ellas pues, es tan fácil y rápido acceder a la información que la veracidad se pone, cada vez más, en duda.

Es decir, que en muchas ocasiones los estudiantes pasan tiempo excesivo en las redes sociales, abusando del internet para resolver tareas que únicamente copian y pegan sin comprenderla, por lo tanto, las TIC se usan de manera poco adecuada, y resulta necesario educarlos para que las utilicen en favor de su aprendizaje.

Así mismo, un riesgo que se añade a su uso es la constante persuasión con la que cualquier sujeto puede llegar a enfrentarse pues incontables personas se dedican a compartir opiniones, ideologías y posturas de todo tipo frente a cualquier tema representando una señal de alerta ante los consumidores, en especial los más jóvenes.

Sin duda, el uso de las redes sociales, de cierto modo, se ha salido de control y la sociedad continúa alimentando dicho crecimiento. La influencia que representa en la actualidad debe ser manejada de manera cuidadosa y respetada como el fenómeno que a su vez representa.

La construcción de una sociedad sana comienza con sujetos dispuestos a construir redes de información fructíferas no sólo para la generación actual, sino también para las nuevas.

3.3.3 Personales

Ubicando la investigación en los sujetos de estudio, estos se encuentran durante la etapa de juventud o adultez temprana, misma que, como se explicó en el primer capítulo, implica una serie de cambios significativos que tienen un impacto en su desarrollo social, escolar y personal.

En el caso del desarrollo escolar, existen algunos aspectos que impactan directamente en la actitud de los y las estudiantes afectando u optimizando su rendimiento académico y la manera en la que enfrentan situaciones académicas.

Entre los factores personales está la autoestima con la que los y las estudiantes cuentan pues, de acuerdo con la Real Academia Española (2023), el concepto se refiere a aquella valoración sobre sí mismo que generalmente es positiva, sin embargo, en muchos estudiantes universitarios no es así.

Cuando los estudiantes universitarios no cuentan con autoestima alta, su desenvolvimiento en tareas académicas puede verse afectado al no tener una visión clara sobre sus cualidades, virtudes y fortalezas, concentrándose únicamente en los

defectos y debilidades. Bongiorno (2015) menciona que “la autoestima consiste en saber que soy lo que verdaderamente soy” (p. 4).

A diferencia de la autoeficacia, la autoestima de cada persona no aborda únicamente las capacidades que el sujeto cree tener frente a diversas situaciones, sino que se enfoca en la percepción personal sobre sí mismo, es decir, cómo visualiza su valor como individuo, cómo se reconoce frente a las demás personas y diferentes situaciones.

Esto, a su vez, se relaciona con la motivación y aspiraciones personales con las que cuentan los y las estudiantes, pues, a partir de la visualización de un proyecto de vida logran identificar las metas profesionales y personales a las que quieren llegar.

En muchas ocasiones, el proyecto de vida incluye aspectos profesionales que requieren de una preparación académica y, por tanto, mantienen una motivación suficiente para no desertar ante ello.

Resulta importante mencionar que algunos de los factores personales mencionados traen consigo antecedentes que se complementan con distintos lugares de origen, es decir, existe la posibilidad de que estos se hayan constituido a partir de factores familiares, sociales e incluso institucionales, estos últimos se explican a continuación.

3.3.4 Institucionales

Dentro del proceso que representa la educación, existen factores y factores que están presentes todo el tiempo y que no siempre son considerados bajo la importancia que tienen.

Ejemplo de lo anterior son los factores institucionales, los cuales van más allá de la infraestructura de las escuelas y la organización del personal académico y administrativo, es decir, se incluyen también el uso del espacio y tiempo, rutinas, normas, relación entre agentes educativos, contenidos de estudio, sistemas de evaluación, etcétera.

Pavón, Santo y Río (2018), explican que una adecuada gestión escolar puede tener un impacto positivo en el rendimiento académico de sus estudiantes pues reflejar con seguridad la organización y los recursos con los que cuenta provoca confianza en los procesos formativos que ofrece.

Así mismo, parte de la influencia e impacto en el rendimiento académico de los estudiantes, es la capacitación de los docentes a cargo de los grupos en cada institución, así como de su personal administrativo, pues de este componente se desprenden, a su vez, una importante cantidad de factores que podrían beneficiar o afectar a los estudiantes (Pavón, Santo y Río, 2018).

Por ejemplo, dentro de las acciones que están a cargo de los docentes y que sí afectan el proceso de aprendizaje están las estrategias de motivación, pues, si bien resulta algo fundamental dentro de la enseñanza y práctica docente, en muchas ocasiones dichos profesionales no cuentan con las herramientas para desarrollarlas.

Aunado a esto, se añaden las planeaciones de clases, el tiempo y las acciones que se realizan realmente en el aula y la relación que el docente construye con sus estudiantes.

Todos estos factores, si bien, no siempre son los determinantes en el rendimiento académico, sí tienen importancia dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje pues, a su vez, permiten la construcción de determinado clima en el salón de clases que acompaña a los y las estudiantes a diario y que les brinda las herramientas para mejorar pero que también cuenta con el poder de que el o la estudiante no se identifique con su proceso de aprendizaje e incluso deserte.

Por lo anterior, puede decirse que una institución educativa confiada y segura en su organización y gestión permite que sus estudiantes progresen en el proceso de aprendizaje y colabora con sus docentes para beneficiar su proceso de enseñanza.

3.4 Rendimiento académico y autoeficacia: su relación

Como se pudo observar a lo largo del capítulo 2, la autoeficacia en los y las estudiantes puede ser percibida desde el momento en que eligen o evitan una actividad y tarea específica pues aquellas que son aceptadas vienen desde una elección consciente que requirió de un proceso de introspección en donde se valoran las capacidades y aptitudes para lograr el objetivo, más allá de la recompensa.

Es decir, la autoeficacia influye en la vida de los sujetos a través de las acciones que realizan a diario, cómo lo ejecutan, la manera de regular su esfuerzo y, claro, la motivación con la que cuentan para ello.

También hay que recordar, en el caso de la autoeficacia académica Alegre (2014) explica que se refiere principalmente a la opinión y percepción que cada estudiante tiene sobre lo que puede o no llevar a cabo a partir de sus habilidades y capacidades, sin necesariamente ser estas últimas las determinantes para su concepto de autoeficacia.

En consecuencia, respecto al rendimiento académico, no basta con las creencias de autoeficacia con las que cada estudiante cuente, sino que también influyen otros factores, tales como la motivación.

La motivación representa evaluaciones cognitivas y afectivas, que elaboran los estudiantes, en ellas se plasman con mayor facilidad los objetivos y la ruta para alcanzarlos, así como los sentimientos y pensamientos positivos.

Entonces, la motivación es la base necesaria para iniciar cualquier ruta de acción con un sentido o significado para él o la estudiante, permitiendo que tenga más razones para esforzarse en el proceso, de esta manera ésta se convierte en un motor para que culmine lo que se propone realizar.

Esto, a su vez, fortalece el sentido de autoeficacia, es decir, se convierte en un ciclo, donde la autoeficacia permite que la motivación surja y este último, la fortalezca para continuar con las decisiones y acciones que realizan.

Si bien se ha mostrado que el rendimiento académico es multifactorial y sus resultados requieren de diversos componentes que son influyentes, se puede concluir que la autoeficacia que presente cada estudiante también puede representar, en gran proporción, un agente que lo aumente o lo disminuya.

Es decir, en el rendimiento académico la autoeficacia percibida por los y las estudiantes juega un papel que les permite decidir actuar o no, reflexionar sobre cada acción que pueden llevar a cabo y, a partir de ello, motivarse, trazar una ruta, procedimiento, estrategias y métodos que los lleven al éxito de la actividad.

Incluso cuando este proceso interior se lleva a cabo sin que los sujetos se den cuenta, su influencia sigue teniendo el mismo poder sobre las decisiones que toman y las acciones que reflejan, posteriormente, en su rendimiento académico, sin necesariamente obtener una calificación.

Este proceso puede estar mucho más presente en el caso de los estudiantes de bachillerato en adelante, pues su maduración cognitiva y sus capacidades de procesamiento son distintas a diferencia de los estudiantes de niveles básicos de educación.

Valorar y respetar la individualidad de los y las estudiantes en su proceso de enseñanza y aprendizaje es también mostrar interés por su desarrollo personal y académico, en donde los resultados reflejados en el rendimiento académico se ven como elementos que siempre pueden mejorar desde la introspección del estudiante y el trabajo conjunto de los elementos influyentes.

A manera de conclusión de este capítulo, se puede decir que el rendimiento académico, a pesar de los años, continúa siendo un indicador que en el contexto escolar y social se refleja en números las capacidades de los y las estudiantes, dejando de lado habilidades y características cualitativas que son igual de importantes.

En consecuencia de lo anterior, en las instituciones escolares y por lo tanto, en la sociedad, aspectos como el autoconocimiento y la autovaloración pasan a segundo

plano, provocando que los y las estudiantes se preocupen cada vez menos por sí mismos, sin saber identificar los procesos por los que pasan y concentrándose únicamente en lo que sus calificaciones representan.

De esta manera, un concepto como la autoeficacia no se hace presente en el contexto escolar y, por lo tanto, en el rendimiento académico. Es decir, los y las estudiantes pasan su vida escolar sin saber los factores y rasgos que los caracteriza como estudiantes; sin conocerse ni saber identificar lo que les funciona y lo que no es sus actividades académicas.

Considerar el autoconocimiento dentro de la educación formal permite que la comunidad estudiantil sea consciente de su propio proceso de aprendizaje e identifique los factores que puede modificar para su beneficio.

En el siguiente capítulo se presenta la información correspondiente a la aplicación del instrumento utilizado, el contexto, la población y los resultados obtenidos que fortalecen esta investigación.

Capítulo 4

Un acercamiento a la última fase de la UPN Ajusco

En este capítulo se presenta la información correspondiente a la investigación de campo realizada con un grupo de estudiantes pertenecientes a la Universidad Pedagógica Nacional, Unidad Ajusco, de la Licenciatura en Pedagogía y que forman parte del campo Orientación Educativa, desarrollo humano y neuroeducación emocional, con la finalidad de analizar la posible relación de la autoeficacia con el rendimiento académico de estos estudiantes.

Es así que se presenta la descripción del contexto en donde tuvo lugar la investigación, seguida de la estrategia metodológica que se utilizó y la descripción de los informantes que colaboraron para esta investigación.

Una vez presentado el instrumento se muestra la descripción e interpretación de los resultados que se obtuvieron gracias al cuestionario que más adelante se explica.

4.1 Descripción del contexto

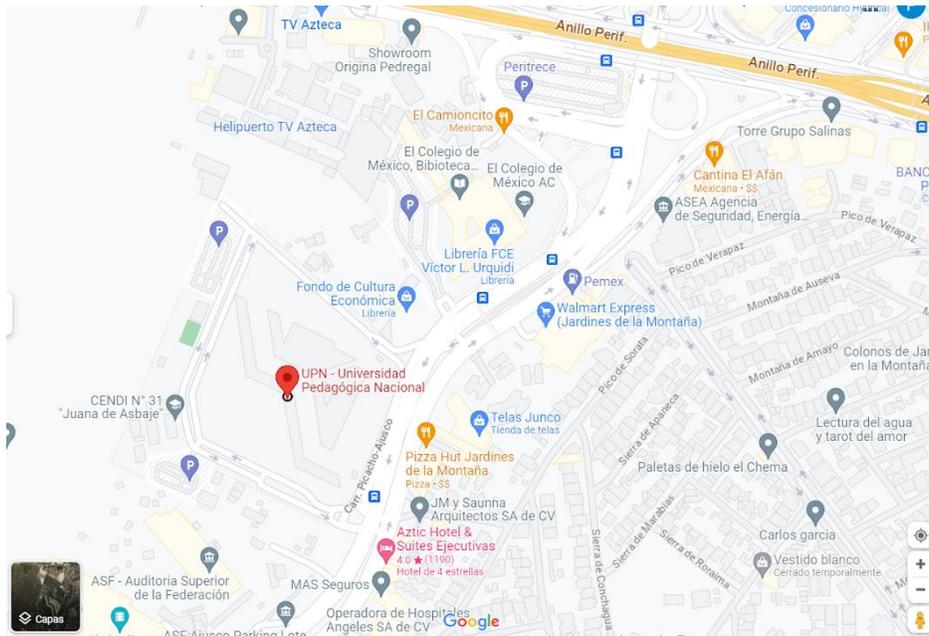
La presente investigación de campo se realizó en la Universidad Pedagógica Nacional, unidad Ajusco, ubicada en la Alcaldía Tlalpan al sur de la Ciudad de México como se puede observar en el siguiente mapa.



Fuente: (Google, 2023).

Respecto al contexto general de la UPN Ajusco puede decirse que se ubica en una avenida principal y tiene muy cerca un cruce con el Anillo Periférico. A un lado se encuentra una librería del Fondo de Cultura Económica al igual que el Colegio de México. Así mismo, está rodeada de torres administrativas y un clima administrativo/empresarial, resultando una zona normalmente concurrida.

La dirección exacta es Carro. Picacho-Ajusco 24, Equipamiento Periférico Picacho Ajusco Canal 13, Tlalpan, 14110 Ciudad de México, CDMX.



Fuente: (Google Maps, 2023).

Debido a su ubicación, los principales medios de transporte son autobuses de distintas rutas, sin embargo, tanto el metrobús como el metro permiten acercarse a la institución.

La escuela cuenta con:

- 3 edificios con 3 niveles cada uno
- Cafetería
- Comedor
- Biblioteca
- Áreas verdes
- Cancha de fútbol, voleibol y basquetbol

- Servicio médico
- Servicio de reprografía
- Auditorios
- Estudio de TV
- Cabina de radio
- Estacionamiento

Esta institución cuenta con 3 turnos disponibles: el turno matutino, de 8:00 am a 2:00 pm; el intermedio, de 12:00 pm a 4:00 pm; y el turno vespertino de 4:00 pm a 8:00 pm.

Así mismo, ofrece 5 licenciaturas en sus instalaciones: Pedagogía, Psicología Educativa, Administración Educativa, Educación indígena y Sociología de la Educación, siendo así una escuela muy activa respecto a su población.

Esta investigación, se enmarca en la Licenciatura en Pedagogía y específicamente en la opción de campo de Orientación Educativa, desarrollo humano y neuroeducación emocional.

4.2 Estrategia metodológica

Debido a que la problemática de la investigación es la autoeficacia, el objetivo que se persigue es: *Analizar la posible relación entre la autoeficacia y el rendimiento de los estudiantes universitarios.*

Como se mencionó, esta investigación se sitúa en la Universidad Pedagógica Nacional Unidad Ajusco, en la Licenciatura en Pedagogía y, específicamente en la opción de campo de Orientación Educativa, desarrollo humano y neuroeducación emocional, por lo que este trabajo está basado en un estudio con enfoque cuantitativo, pues, a pesar de que la problemática se concentra en la autoeficacia, es decir, un fenómeno que no se puede cuantificar, sí se puede construir evidencia sobre la misma a través de las conductas y de las voces de los mismos estudiantes.

Se acude a este enfoque pues “la investigación cuantitativa busca fundamentalmente describir y explicar la realidad” (Bisquerra, 2009, p. 13). En donde, a su vez, se busca fiabilidad y validez de la información.

Por lo tanto, en esta investigación no se pretendió construir generalizaciones respecto a la problemática, sino que únicamente se analizó la información obtenida respecto a la postura anteriormente mencionada.

Es así que se construyó un cuestionario para indagar sobre las experiencias de los sujetos participantes respecto a su autoeficacia relacionada con el rendimiento académico.

Para ello se propusieron las siguientes etapas, las cuales facilitaron el desarrollo de este trabajo: 1) Marco teórico, 2) Investigación de campo, 3) Selección de informantes y aplicación del instrumento y 4) Sistematización y análisis de la información obtenida, 5) Diseño de la estrategia de intervención pedagógica y 6) Elaboración de las conclusiones.

En la primera etapa, correspondiente al Marco teórico se buscó la construcción del sustento de este trabajo a través de los principales conceptos que caracterizan las tres líneas teóricas a las que se recurrieron: Etapa de vida: Juventud, Autoeficacia y Rendimiento Académico; mismas que brindan fundamento y cercamiento a la problemática que se abordó.

Respecto a la segunda etapa, la Investigación de campo se concretó en la recolección de datos referentes al contexto en donde se aplicó la investigación, en este caso, la Universidad Pedagógica Nacional, unidad Ajusco, turno matutino.

En la tercera etapa, la Selección de informantes y aplicación del instrumento hace referencia a la descripción del grupo de informantes que colaboraron en la investigación, es decir, estudiantes del contexto antes mencionado, que se encuentren cursando el último año de la licenciatura. Así mismo, se realizó la aplicación de un cuestionario Google Forms titulado “Autoeficacia y rendimiento académico”.

Para la cuarta etapa, Sistematización y análisis de la información obtenida, se realizaron gráficas de acuerdo a cada una de las preguntas junto con una descripción de la información recolectada con el cuestionario y un análisis basado en el marco teórico previamente construido.

Dentro del Diseño de la estrategia de intervención pedagógica, es decir, la quinta etapa, se construyó un taller dirigido a cualquier estudiante de la Universidad Pedagógica Nacional, Unidad Ajusco, que esté cursando el último año sin importar la licenciatura. Esto con el propósito de brindar herramientas que favorezcan la autoeficacia.

Para la Elaboración de las conclusiones, correspondiente a la sexta etapa, se tomó en cuenta, principalmente, el análisis obtenido en las gráficas de la etapa cuatro, dejando ver las líneas teóricas de este trabajo y el marco teórico que lo sustenta la justificación.

4.2.1 Descripción de los informantes

La problemática que se aborda pondrá en el centro a la autoeficacia y el rendimiento académico, aspectos que serán los principales tópicos para dirigir esta investigación. De igual manera, al hablar de rendimiento académico, se retoma desde el producto, es decir, desde el promedio actual de los sujetos involucrados.

Por lo tanto, para la selección de los informantes y construir evidencia sobre la problemática mencionada se tomaron en cuenta los siguientes criterios:

- Ser estudiante de la Universidad Pedagógica Nacional
- Pertenecer al séptimo semestre
- Cursar la Licenciatura en Pedagogía
- Formar parte del campo de Orientación Educativa, desarrollo humano y neuroeducación emocional.

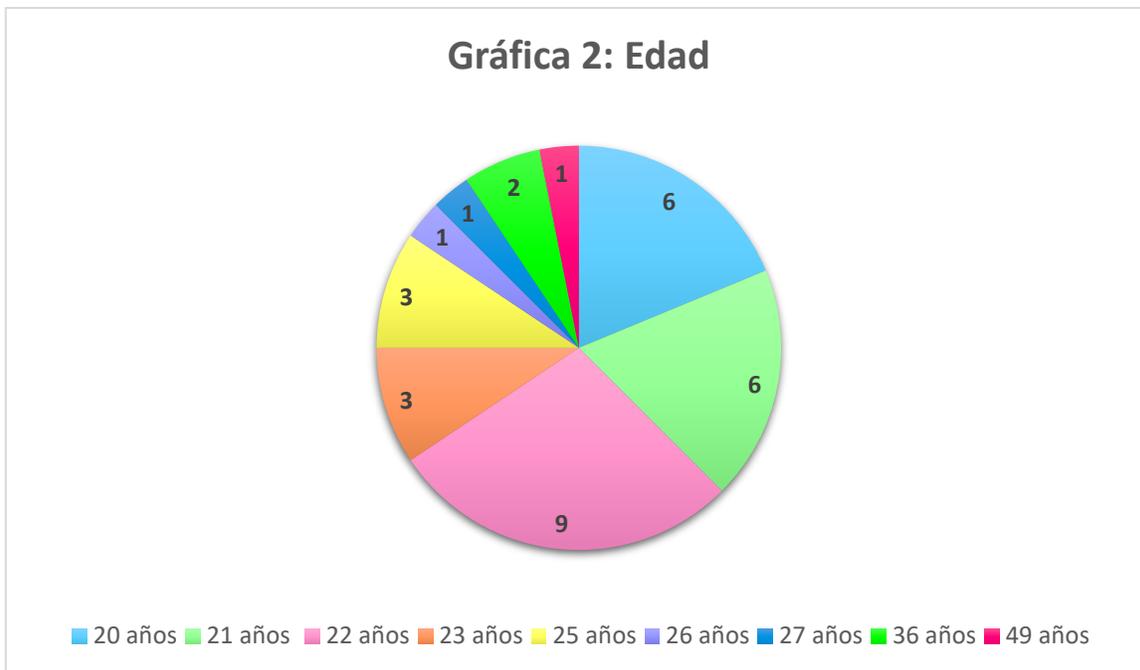
A continuación, se presentan las gráficas en relación con las características de los participantes de esta investigación.



Descripción: En la gráfica 1 se puede observar que la mayoría del grupo perteneciente al campo de Orientación Educativa, desarrollo humano y neuroeducación emocional son mujeres, siendo un total de 30 y únicamente 2 hombres.

Análisis: De acuerdo con la gráfica 1, el sexo femenino predomina en este campo en comparación del sexo masculino. A pesar de ser una evidente diferencia no representa algún inconveniente, ya que en esta investigación no se llevará a cabo un estudio de género y únicamente se ocupa esta información para caracterizar al grupo de informantes.

Gráfica 2: Edad



Descripción: En la gráfica 2 se puede observar que el grupo se constituye por estudiantes de distintas edades siendo los 20 a los 22 años el rango de edad en donde se encuentra la mayoría, sin embargo, también se hacen presente 3 personas de 23 años y 3 de 25 años, siendo los 49 años la edad más alta de un estudiante del grupo.

Análisis: De acuerdo a la gráfica 2, la mayoría del grupo de informantes se encuentra en la etapa de la juventud, la cual, como se ha mencionado anteriormente, va de los 20 a los 40 años y representan una etapa de adaptación a los nuevos contextos a los que se enfrentan y en donde las decisiones influyen de gran manera en su futuro inmediato, siendo el desarrollo social y cognitivo los más representativos de su etapa.

Hasta ahora se acaban de explicar las características generales que se seleccionaron para construir evidencia sobre la problemática, por lo que a continuación se muestra el instrumento que se utilizó para la recopilación de la información.

4.2.2 Descripción de los instrumentos y sus categorías

De acuerdo con los objetivos planteados para esta investigación, se construyó un cuestionario para recolectar la información necesaria, el cual se describe a continuación.

Bisquerra (2009) se refiere al cuestionario como “un instrumento de recopilación de información compuesto de un conjunto limitado de preguntas mediante el cual el sujeto proporciona información sobre sí mismo y/o sobre su entorno” (p. 240).

La razón por la que se eligió este instrumento refiere, principalmente a que el cuestionario está construido a partir de contenidos específicos, es decir, permiten la obtención de respuestas correspondientes a las categorías seleccionadas previamente.

Esto se logra gracias a la relación que se construye entre una categoría, un indicador y la pregunta o ítem.

Si bien el cuestionario es entendido como un instrumento que permite realizar la descripción de la información obtenida, es importante mencionar que únicamente se utilizó el enfoque cuantitativo para describir la realidad, a través de la aplicación de dicho cuestionario, es decir desde las respuestas de los informantes, por lo que no se utilizó ningún estadístico de prueba para elaborar generalizaciones, ni comprobar hipótesis, ya que la selección de los informantes fue por conveniencia y con base en los criterios que arriba se precisaron.

Este instrumento permitió la recolección de información a través de preguntas cerradas en combinación con preguntas abiertas, focalizándose en la experiencia de los sujetos y de sucesos específicos en la vida de los mismos.

Así mismo, se organizó a través de 4 categorías de análisis y sus respectivos ítems que se concretaron en 14 preguntas (Véase Anexo 1).

A continuación, se presenta la estructura del cuestionario utilizado para la recolección de datos con los sujetos participantes.

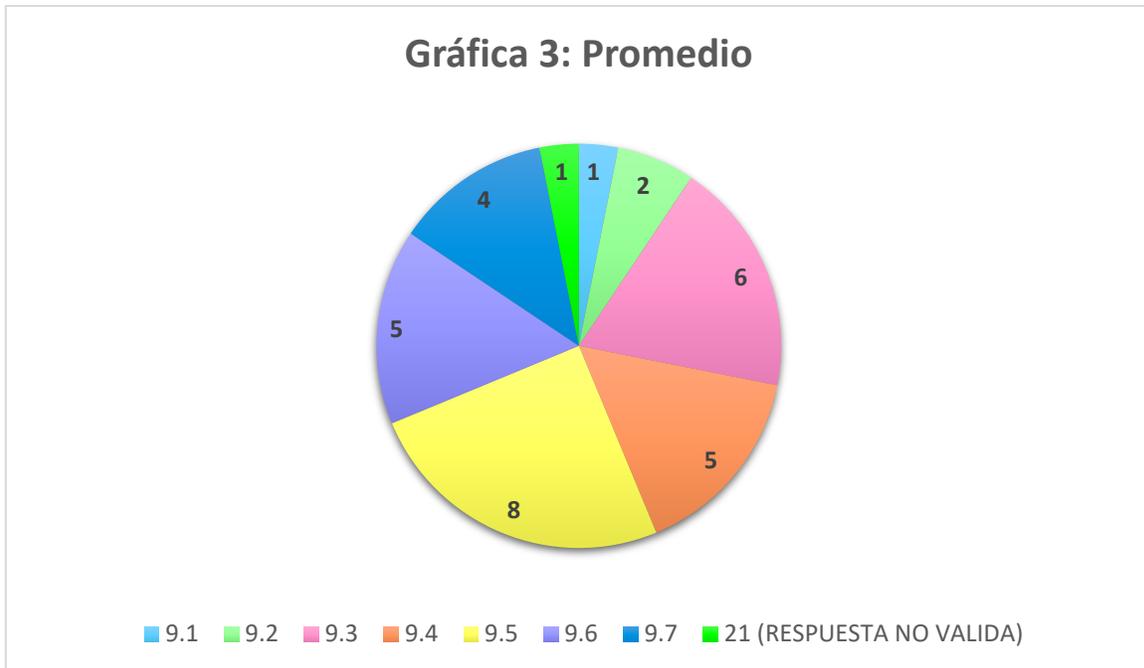
Categoría	Indicador	Ítems
Datos generales		Sexo Edad
Rendimiento académico	<p>Promedio como producto</p> <p>Factor económico relacionado al R.A.</p> <p>Factor familiar y social relacionado al R.A.</p> <p>Factor académico relacionado al R.A.</p>	<p>1. ¿Con qué promedio cuentas actualmente?</p> <p>2. ¿Trabajas o trabajaste al mismo tiempo que estudiaste tu carrera? 2 bis. En caso de “sí”: ¿En qué trabajabas? 2 ter. ¿Cómo lograste sobrellevar ambas cosas?</p> <p>3. ¿Quién te apoya en tus estudios? 3 bis: ¿De qué manera te apoyan?</p> <p>4. De manera general, ¿consideras que los profesores que has tenido han influido en tu promedio?</p>
Autoeficacia	<p>Percepción de autoeficacia</p> <p>Alta</p> <p>Baja</p> <p>Percepción de la trayectoria académica</p> <p>Experiencias de dominio</p>	<p>5. ¿Cómo te consideras como estudiante?</p> <p>6. Menciona algunas características que te definan como estudiante.</p> <p>7. Menciona algunas características en las que consideras que puedes mejorar como estudiante.</p> <p>8. Describe con 3 adjetivos, cómo ha sido tu trayectoria académica en la universidad.</p> <p>9. ¿Cuál ha sido la experiencia académica en la que no has obtenido los resultados esperados durante tu carrera? 9 bis. ¿Qué aprendiste de ella?</p>

	Experiencias de dominio exitosas	10. ¿Cuál ha sido el logro académico más sobresaliente en tu trayectoria académica en la universidad? 10 bis. ¿Qué aprendiste de ello?
	Evolución de la autoeficacia	11. ¿Consideras que tus estudios de licenciatura te han modificado en tu ser y hacer académico? 11 bis. ¿Por qué?
	Motivación relacionada a la autoeficacia	12. ¿Qué tanto influyen tus creencias sobre tus capacidades a la hora de alcanzar un objetivo?
Dimensión cognitiva en el estudiante	Acciones frente a situaciones de estrés	13. ¿Te estresas fácilmente con la realización de tareas y trabajos escolares? 13 bis. ¿Realizas algunas actividades para equilibrar tus momentos de estrés? 13 ter. Si tu respuesta fue “SÍ” especifica las actividades que realizas, y en caso de que tu respuesta haya sido “NO” explica la razón.
	Resolución de problemas	14. ¿Con qué frecuencia has tenido dificultades para cursar tus estudios de licenciatura? 14 bis. ¿Como los has resuelto?

4.3 Presentación y análisis de la información

A continuación, se presenta la información sistematizada en gráficas de la información obtenida en el cuestionario “Autoeficacia y rendimiento académico”, aplicada a los y las estudiantes participantes.

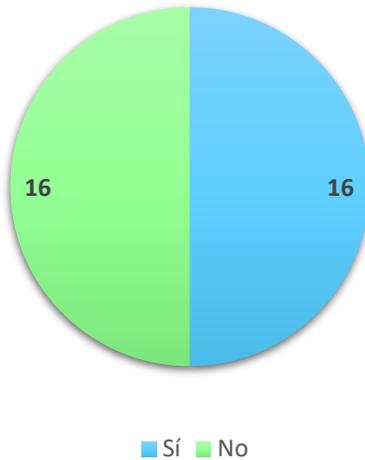
Gráfica 3: Promedio



Descripción: En la gráfica 3 se observa que el promedio de este grupo de informantes se distingue por no ser menor a 9, convirtiéndose así los decimales en la diferencia. De igual manera se obtuvo una respuesta no válida correspondiente al resultado “21”.

Análisis: De acuerdo con la gráfica 3, puede decirse que la mayoría del grupo ha mantenido a lo largo de la licenciatura un promedio mínimo de 9.5, lo cual podría indicar una relación con la presencia de una autoeficacia alta y, como consecuencia, la motivación suficiente para comprometerse con su rendimiento académico, en este caso, mantener su promedio en mínimo 9.

Gráfica 4: Estudiantes que trabajaron durante la carrera

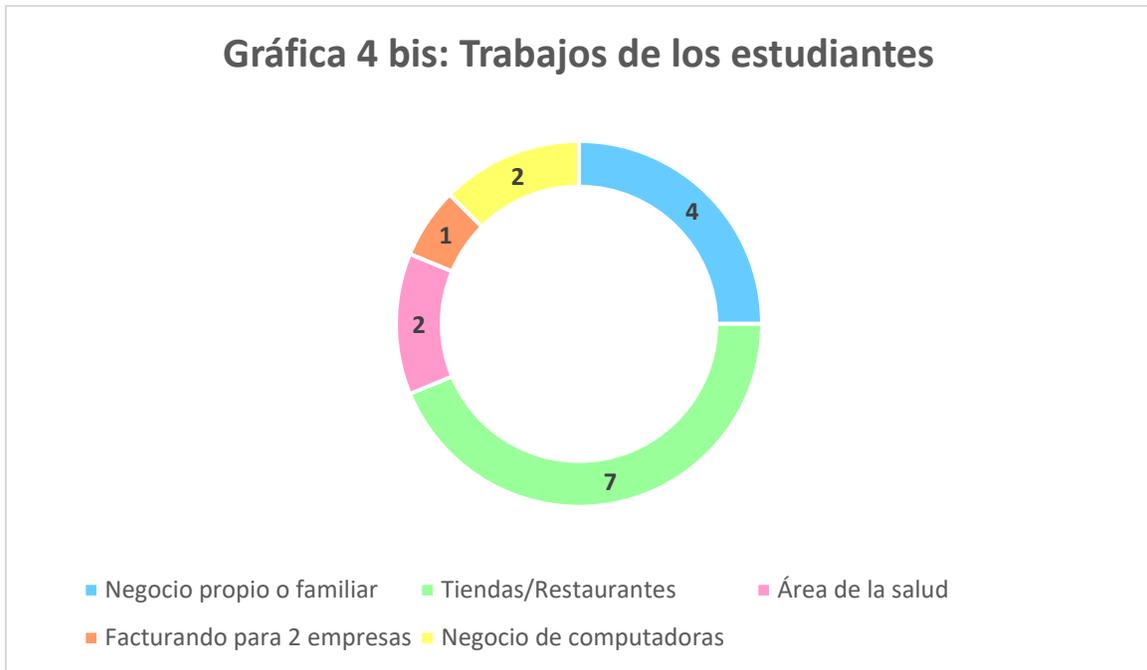


Descripción: En la gráfica 4 se observa que la mitad de los sujetos participantes trabajaron a la par que cursaban la licenciatura, obteniendo 16 respuestas de “Sí” y 16 de “NO”.

Análisis: Con base en la gráfica 4, se puede decir que una gran cantidad de estudiantes deciden trabajar mientras realizan sus estudios, lo cual puede estar ocasionado, principalmente, por factores económicos en los que se ven encaminados a llevar a cabo las dos cosas. Situación que, a su vez, se ve comprometida en el desgaste físico, emocional y mental que podría impactar en el rendimiento de sus actividades, específicamente en el ámbito académico.

Sin embargo, el factor económico que conlleva a que los y las estudiantes tengan que trabajar también se relaciona con la motivación que se deriva de su autoeficacia, lo cual les permitió continuar con sus estudios con un alto rendimiento académico.

Gráfica 4 bis: Trabajos de los estudiantes



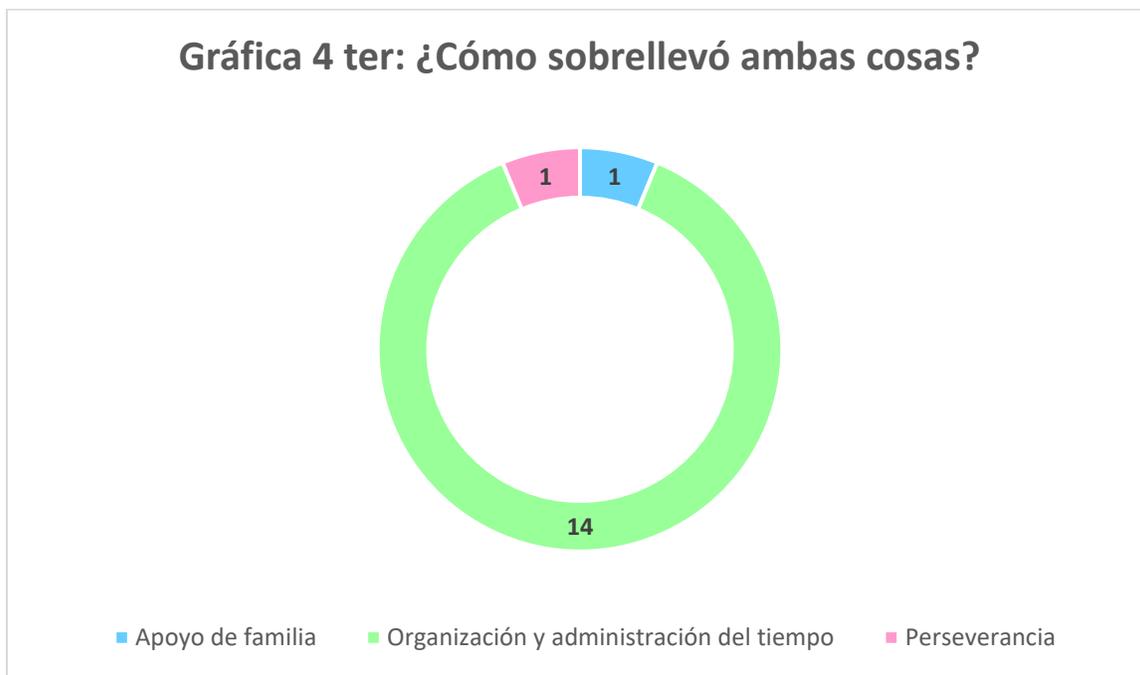
Descripción: En la gráfica 4 bis se muestran los trabajos y ocupaciones de aquellos participantes que respondieron “Sí” en la pregunta anterior.

Debido a que las respuestas corresponden a una pregunta abierta, las respuestas se organizaron en función a un análisis semántico, obteniendo las siguientes categorías: Negocio propio o familiar, negocio de computadoras, área de la salud, facturación para empresas y tiendas y/o restaurantes, siendo este último el más mencionado.

Análisis: De acuerdo con los datos obtenidos en la gráfica 4 bis, el principal trabajo de los estudiantes en esta situación se concentra en tiendas de abarrotes y restaurantes, desempeñando la labor de meseros o en mostrador, pues los sujetos participantes rescataban la flexibilidad de horario en esta ocupación, permitiéndoles trabajar los fines de semana o en horas disponibles fuera de la escuela.

La segunda ocupación más mencionada refiere al trabajo en emprendimiento familiar o personal, permitiendo, al igual que la categoría anteriormente mencionada, que la distribución del tiempo la establezca el estudiante, sin interferir por completo en su horario escolar.

Lo que se puede observar en las ocupaciones encontradas es la flexibilidad que les permite a los sujetos de ocuparse en sus estudios sin dejar de recibir un apoyo significativamente económico.



Descripción: En la gráfica 4 ter los sujetos participantes mencionaron cómo lograron sobrellevar el trabajo y sus estudios a la par, obteniendo gracias al análisis semántico, las siguientes categorías: Organización y administración del tiempo, perseverancia y apoyo de familia.

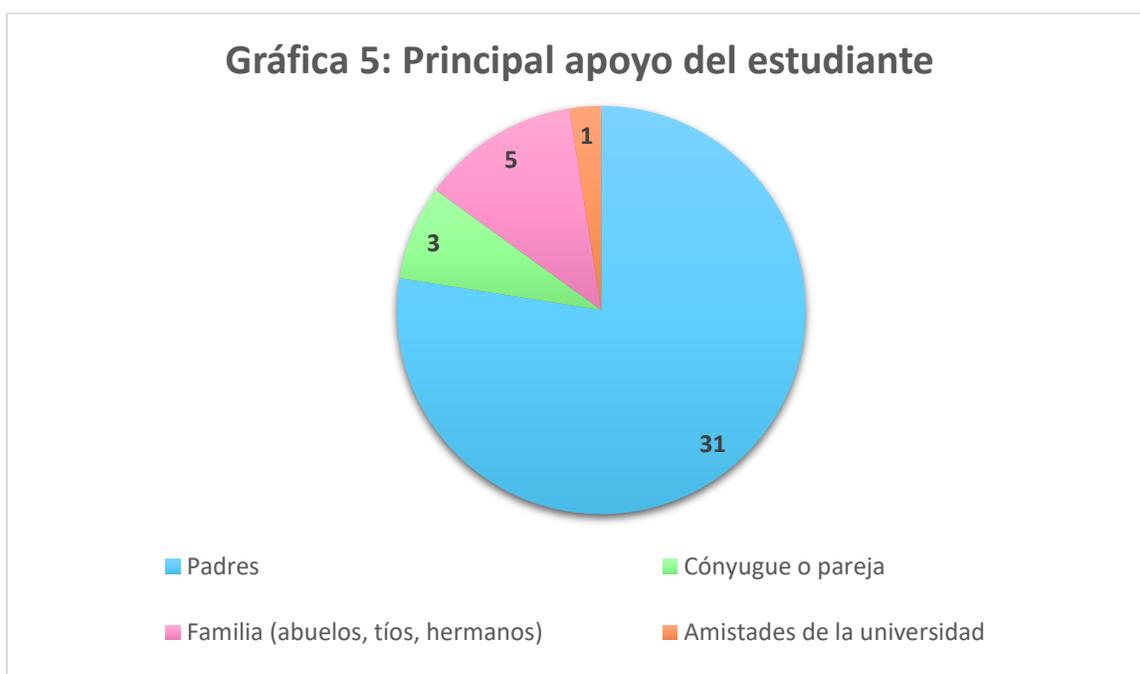
Análisis: Dentro de la gráfica 4 ter se observa que, el principal elemento que les permitió a los estudiantes sobrellevar ambas áreas (académica y laboral), se debe, principalmente a una necesaria y adecuada organización y administración del tiempo, en donde hacen hincapié de incluso realizar trabajos y tareas escolares dentro de su horario laboral o encontrando los momentos para llevarlas a cabo y así no descuidar una por la otra.

De igual forma, es importante mencionar que, aunque la mayoría de las respuestas coinciden con la categoría de organización y administración del tiempo, para algunos, la principal razón para sobrellevar el trabajo y la escuela se debe al apoyo

de su familia, mientras otra respuesta más menciona que la perseverancia es lo que más le aportó.

En ese sentido, las estudiantes que trabajan seleccionaron el lugar y puesto de trabajo en función de su autoeficacia como estudiantes y personas que necesitan trabajar, lo cual les permitió combinar sus estudios con su trabajo sin afectar su rendimiento académico.

Lo anterior se deduce con base en lo que ha explicado durante el desarrollo de este trabajo, es decir que la autoeficacia está en todas las actividades que realizan los sujetos y con base en ella se determina la manera con la que se lleva a cabo.

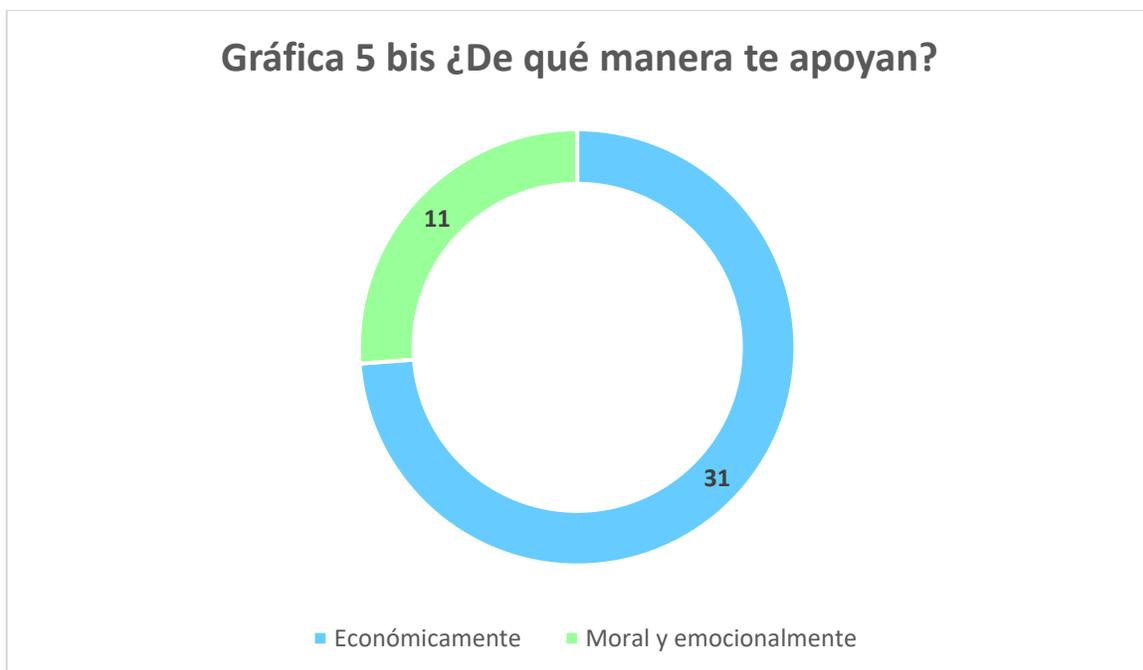


Descripción: En la gráfica 5 se obtuvieron las respuestas correspondientes al principal apoyo del estudiante. Se grafican 40 respuestas debido a que, en esta pregunta, se les dio la oportunidad a los sujetos participantes de contestar más de una opción, siendo “Amistades de la universidad” la única respuesta contestada en la opción de “otra...”.

Análisis: Respecto a la gráfica 5, se puede deducir que el principal apoyo de los estudiantes corresponde a los padres, ya sea mamá, papá o ambos, siendo así un soporte emocional y, en muchas ocasiones, económico, que les impulsa para continuar con sus estudios; seguido por la categoría de Familia, en donde se engloba a abuelos, tíos, hermanos e incluso hijos.

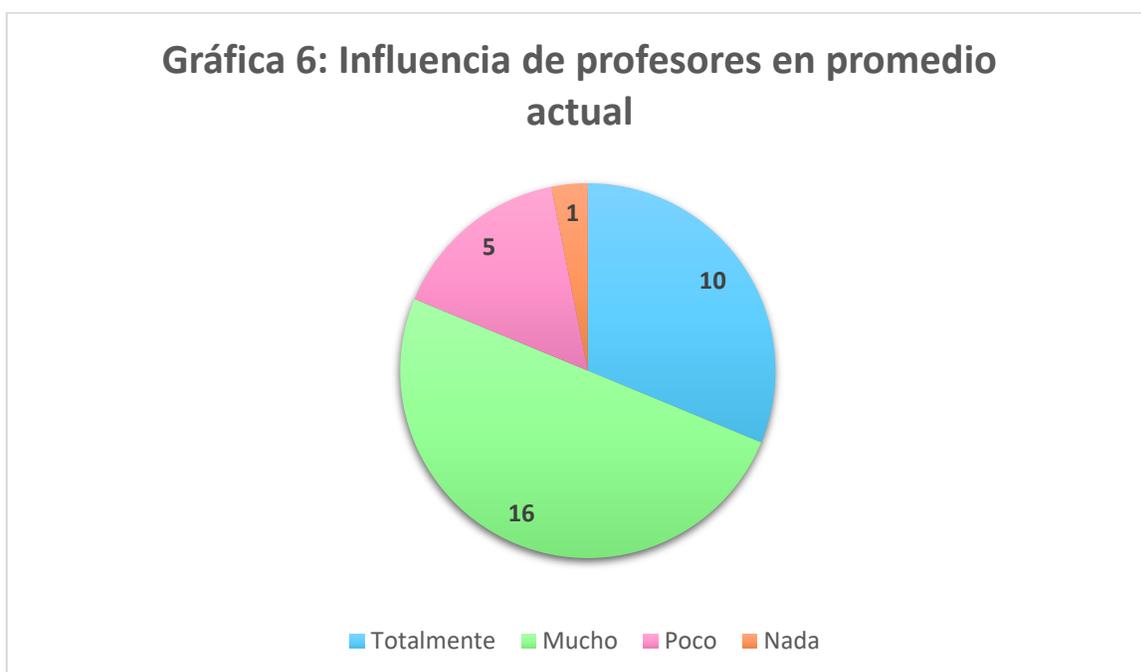
Gracias a estos datos, se puede observar la importancia de la presencia de la familia en el desarrollo de los sujetos, en este caso, en sus estudios, pues el esfuerzo es reconocido por los estudiantes y ha logrado que continúen en la línea sin desistir.

De este modo, encontramos también el apoyo social en donde una pareja o amistad puede convertirse en el principal soporte, permitiéndoles no sentirse solos y afectar su rendimiento, en este caso, académico.



Descripción: En la gráfica 5 bis se observan las respuestas que complementan la gráfica anterior, pues se muestra de qué manera los sujetos mencionados los apoyan en sus estudios, dejando ver que el principal apoyo brindado refiere al aspecto económico.

Análisis: Nuevamente, al ser una pregunta abierta, se realizó la organización de las preguntas en función a un análisis semántico. Es por eso que se grafican, en total, 42 respuestas pues, recordando que el total de los sujetos participantes corresponde a 32, se puede observar que 31 de ellos respondieron que el principal apoyo brindado por los sujetos ya mencionados (gráfica 5), corresponde al ámbito económico, sin embargo, 10 de ellos hicieron hincapié en el apoyo emocional que de igual manera les brindan, siendo sólo 1 sujeto participante, el que menciona que únicamente le brindan apoyo emocional.



Descripción: Respecto a la gráfica 6, los datos arrojaron que la mitad de los sujetos participantes piensan que los profesores que han tenido a lo largo de la licenciatura han influido considerablemente en su promedio actual. Mientras que la otra mitad se divide de la siguiente manera: 10 de ellos creen que han influido por completo, 5 consideran que poco y solo 1 menciona que no han tenido influencia.

Análisis: De acuerdo a la información obtenida se puede deducir que la mayoría de los sujetos participantes considera que los profesores sí tienen un impacto directo en su rendimiento académico, considerando a este último como el promedio; lo cual, relacionándolo con los datos de la gráfica 3 en donde se observó que el grupo

participante se caracteriza por tener un promedio mayor a 9, se puede decir que este grupo de estudiantes se ha preocupado por seleccionar a aquellos profesores que favorezcan su rendimiento y de esta manera mantenerlo.

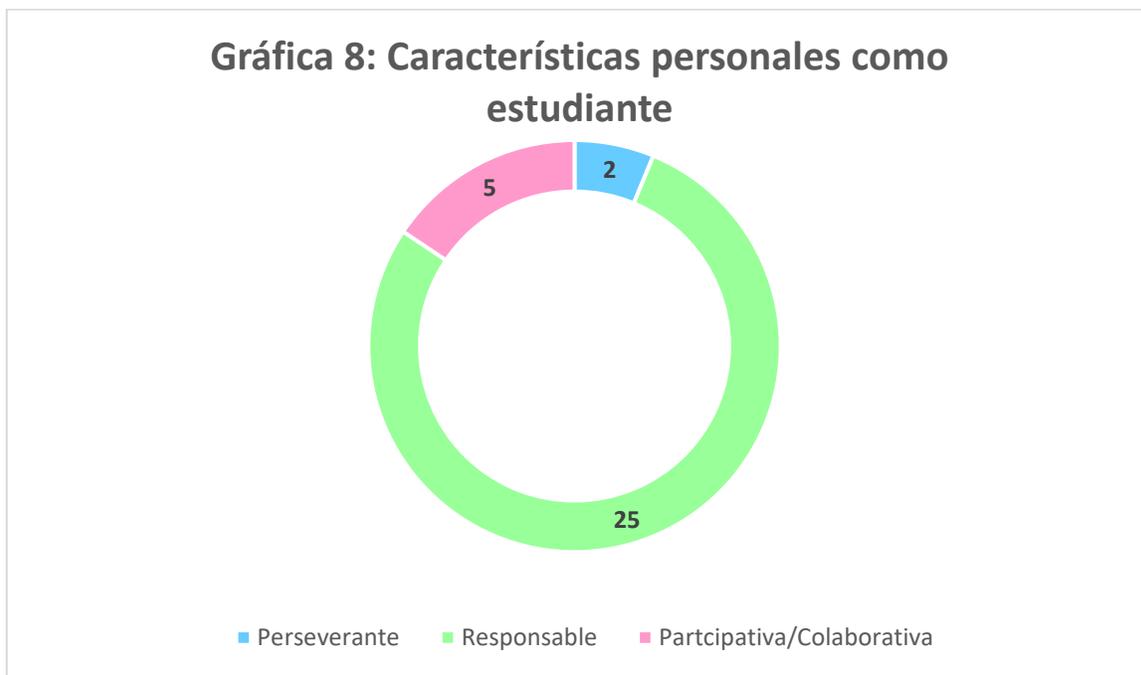
Siendo conscientes de la importancia y el impacto que el docente puede tener dentro de sus resultados.



Descripción: Para la obtención de datos de la gráfica 7 se les preguntó a los sujetos participantes ¿Cómo se consideran como estudiantes?, a lo cual, la mayoría seleccionó “Bueno”, siendo en total 25 respuestas; 4 respondieron “regular” y únicamente 3 respondieron que se consideran un “Excelente” estudiante.

Análisis: Esta información permite tener un primer acercamiento a la percepción de la autoeficacia con la que cuentan los sujetos participantes, autoevaluándose como estudiantes y, deduciendo, que el promedio con el que cuentan tiene gran influencia en la selección de sus respuestas, es así que nadie responde que se considera un estudiante “malo”, sin embargo, es importante recordar que cada persona percibe su rendimiento y desarrollo de acuerdo a sus vivencias y experiencias, siendo estas exitosas o de fracaso lo que determina el proceso que viven para comprenderlas.

En ese sentido, la percepción de la autoeficacia corresponde al rendimiento académico de los estudiantes, debido a que es un grupo con calificaciones arriba de 9.



Descripción: Respecto a la gráfica 8, se observan las características más sobresalientes de los sujetos participantes como estudiantes, siendo la categoría de “responsables” la más común, con 25 respuestas, seguido de “participativa, colaborativa” con 5 respuestas y, por último, la categoría de “perseverante” con 2 respuestas.

Análisis: Nuevamente, se resalta la importancia de categorizar de acuerdo a un análisis semántico, ya que gracias a este la información se presenta sintetizada y organizada.

Dentro de la información obtenida, se puede observar el nivel de autoconocimiento con el que los sujetos participantes cuentan, permitiendo que ellos mismos se identifiquen y describan con adjetivos, reconociendo sus virtudes.

Esta información y la manera en la que redactan sus respuestas contribuye a la percepción de una autoeficacia alta de los sujetos participantes, en donde,

indirectamente, responden a qué tan capaces se consideran para realizar actividades académicas, recordando que esto responde a las creencias en las que cada persona se representa y con las que se presenta ante la sociedad.

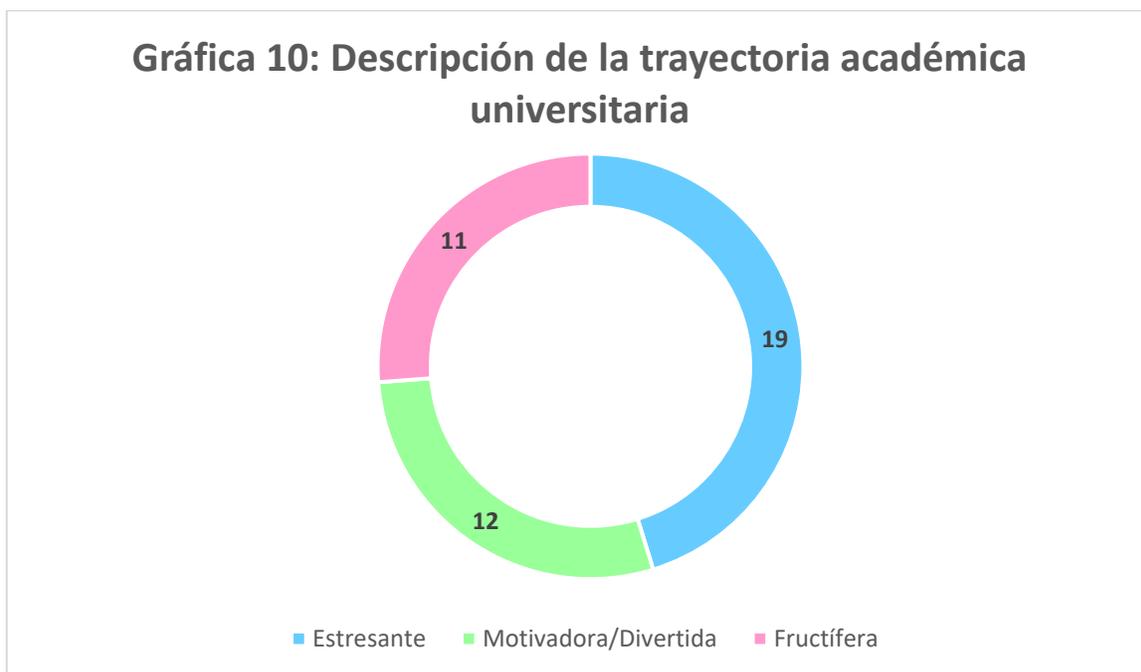


Descripción: De acuerdo con la gráfica 9, los sujetos participantes mencionaron algunas áreas de oportunidad que como estudiantes pueden mejorar, siendo la participación la más común entre el grupo. Así mismo, la puntualidad y organización en general constituyeron gran parte de las respuestas; encontrando, en menor parte, la responsabilidad, motivación y aspectos emocionales como la empatía y el manejo de la frustración.

Análisis: Gracias a las categorías realizadas en la gráfica 8, se logran corroborar las respuestas obtenidas ante esta pregunta, mismas que permiten observar la contraparte de lo anteriormente mencionado, es decir, la percepción de una autoeficacia baja.

Es importante mencionar que el hecho de reconocer las características y áreas de oportunidad no es sinónimo de poseer autoeficacia baja, incluso se podría decir que colabora en la construcción de una percepción de autoeficacia alta puesto que deja

ver el autoconocimiento y el proceso de autoevaluación con la que cuentan los sujetos, permitiéndoles identificar los aspectos a mejorar sin desmotivarse.



Descripción: Los datos de la gráfica 10 arrojan la percepción de los sujetos participantes ante su trayectoria académica, obteniendo 19 respuestas para la categoría de “estresante” y complementándose con las categorías “motivadora/divertida” y “fructífera”.

Recordando que el total del grupo participante corresponde a 32, se registran 42 respuestas debido a que, siendo una pregunta abierta, algunos participantes coincidieron en sus adjetivos y resulta importante plasmarlos para su análisis.

Análisis: De acuerdo con lo mencionado en el párrafo anterior, se observa que, para más de la mitad de los sujetos participantes, su trayectoria académica en la universidad ha resultado estresante, a pesar de reconocer que ha sido motivadora, divertida y fructífera.

El reconocimiento y percepción de esta trayectoria resulta importante para comprender el proceso de desarrollo que han tenido durante su licenciatura de acuerdo al reconocimiento de sus virtudes como estudiantes y en complemento con

sus áreas de oportunidad, lo cual, a su vez, refleja sus experiencias de dominio y la evolución de su percepción de eficacia, mismas que a continuación se explicarán con más detalle.



Descripción: Respecto a la gráfica 11, se observan las experiencias de dominio que los estudiantes resaltan durante su trayectoria académica universitaria. Dentro de estos, la categoría con más respuestas corresponde a los resultados no esperados, teniendo un total de 12; seguido por las experiencias con profesores y materias con 11 respuestas y resaltando las 6 respuestas correspondientes a las clases en línea. Las 3 respuestas restantes necesitaron de categoría propia.

Análisis: Las respuestas correspondientes a la categoría de “resultados no esperados” refieren, principalmente, a la obtención de una calificación de la cual no se consideraban acreedores pues, recordando la gráfica 3, el conservar un buen promedio resulta prioridad para este grupo participante para lo cual se esfuerzan en sus trabajos y exámenes, sin embargo, al presentarse una experiencia de fracaso después de varias experiencias de éxito impacta en la percepción de la eficacia que los sujetos hayan construido.

Una de las respuestas menciona que el recibir una calificación baja la hizo dudar inmediatamente de ella y bajar sus expectativas respecto a lo que podía lograr. Como se ha explicado, los individuos que se consideran altamente eficaces pueden atribuir su fracaso al esfuerzo insuficiente, provocando así un impacto en su autoeficacia, es decir, en las creencias de lo que pueden o no hacer.

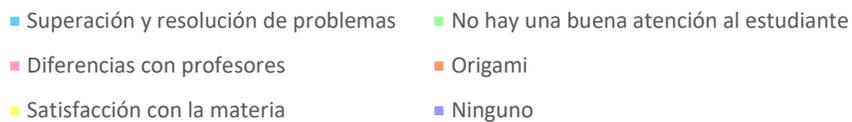
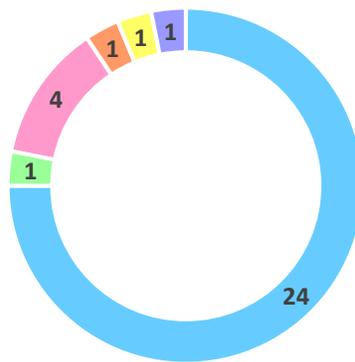
Respecto a la categoría “profesores y materias”, las respuestas hacen referencia al modo de trabajo y experiencias directas con profesores o algunas asignaturas en donde no compartían pensamientos e ideas o los docentes no fueron claros desde el inicio de curso. Esto, retoma la importancia e impacto del factor académico relacionado al rendimiento del estudiante, pues las respuestas hacen hincapié en que llevaron a cabo las indicaciones dadas por el profesor, sin embargo, al final del curso algunas actividades no fueron tomadas en cuenta o cambiaron los criterios de evaluación, acciones que afectaron a los estudiantes.

Dentro de este mismo factor, se analiza la categoría “clases en línea por pandemia” puesto que los sujetos participantes refieren a que los profesores y algunas de sus clases no eran fructíferas, resultaba complicado tomar el ritmo o no existía la participación del grupo, lo cual provocó un rezago en su aprendizaje.

La última categoría dentro del factor académico relacionado al rendimiento del estudiante corresponde al “mal trato y atención del personal administrativo”, haciendo que el sujeto participante se sienta desprotegido e incluso excluido de la población estudiantil.

Se obtuvo una respuesta muy interesante frente a esta pregunta, la cual se cita a continuación: “hasta el momento no es que no haya obtenido resultados más bien siempre hay algo más que solo lo esperado”. Esto se puede entender como parte de la autoexigencia que el sujeto participante ha construido a lo largo de su trayectoria académica, pues, a pesar de contar con experiencias de dominio exitosas, siempre está en busca de la superación de estas, contando con una autoeficacia alta que le permite mantener la motivación y las creencias de lo que es posible lograr de acuerdo con sus capacidades.

Gráfica 11 bis: ¿Qué aprendiste de ello?



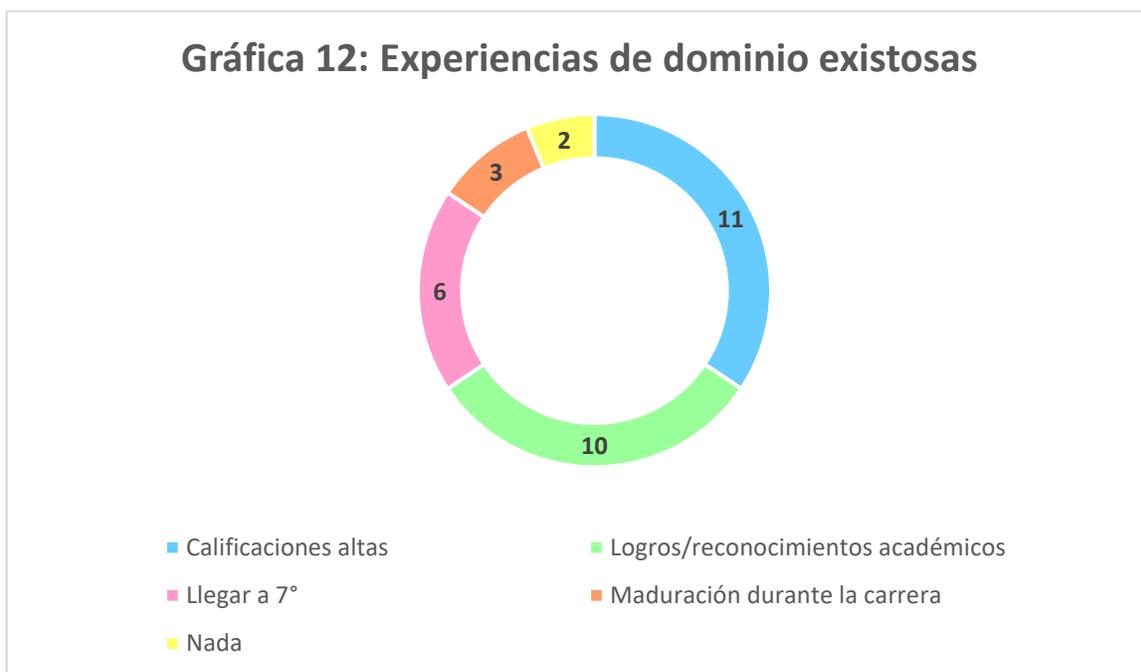
Descripción: En la gráfica 11 bis, se complementan las respuestas de la pregunta anterior obteniendo así los aprendizajes de las experiencias anteriormente comentadas. La mayoría de las respuestas corresponden a la “superación y resolución de problemas” con un total de 24, siendo más de la mitad de los sujetos participantes y dividiendo el resto de las respuestas en las demás categorías. Considerando la respuesta de “origami” como una respuesta no válida.

Análisis: La mayoría de las respuestas dejan ver que frente a los problemas que se les presentaron, retomando los resultados de la gráfica 11, es decir, resultados o calificaciones no esperadas, los sujetos participantes aprendieron a hacer frente a los problemas buscando solucionar aquello que se les presenta, analizando la situación y mejorando en ello.

Respecto a las “diferencias con profesores”, los 4 sujetos participantes sostienen que son conscientes de que a lo largo de su trayectoria académica continuarán encontrándose con algunos profesores con los que no compartirán ideas.

Dentro de estas dos categorías, es importante resaltar que la mayoría de las respuestas hacen notar, indirectamente, la importancia que los sujetos participantes

le dan al reconocimiento por parte de los profesores, es decir, el que no les reconozcan que su trabajo es bueno resulta abrumante para ellos, al grado de lograr que duden de sí mismos y sus capacidades, transformando su sentido de eficacia frente a actividades académicas.



Descripción: En la gráfica 12 se presentan las experiencias de dominio exitosas de los sujetos participantes, obteniendo un total de 11 respuestas en la categoría de “calificaciones altas”, seguida de la categoría “logros/reconocimientos académicos” con 10 respuestas. 6 respuestas se clasificaron en “llegar a 7°”; 3 en “maduración durante la carrera”; y 2 respuestas para “nada”.

Análisis: Gracias a la gráfica 12 se complementan las respuestas anteriores pues la categoría con más respuestas “Calificaciones altas” deja ver, nuevamente, la importancia que los sujetos participantes le dan al promedio y las calificaciones, viendo al rendimiento académico no como un desempeño y desarrollo personal y profesional, sino como el producto, lo cual, para esta investigación, es como se tomó en cuenta.

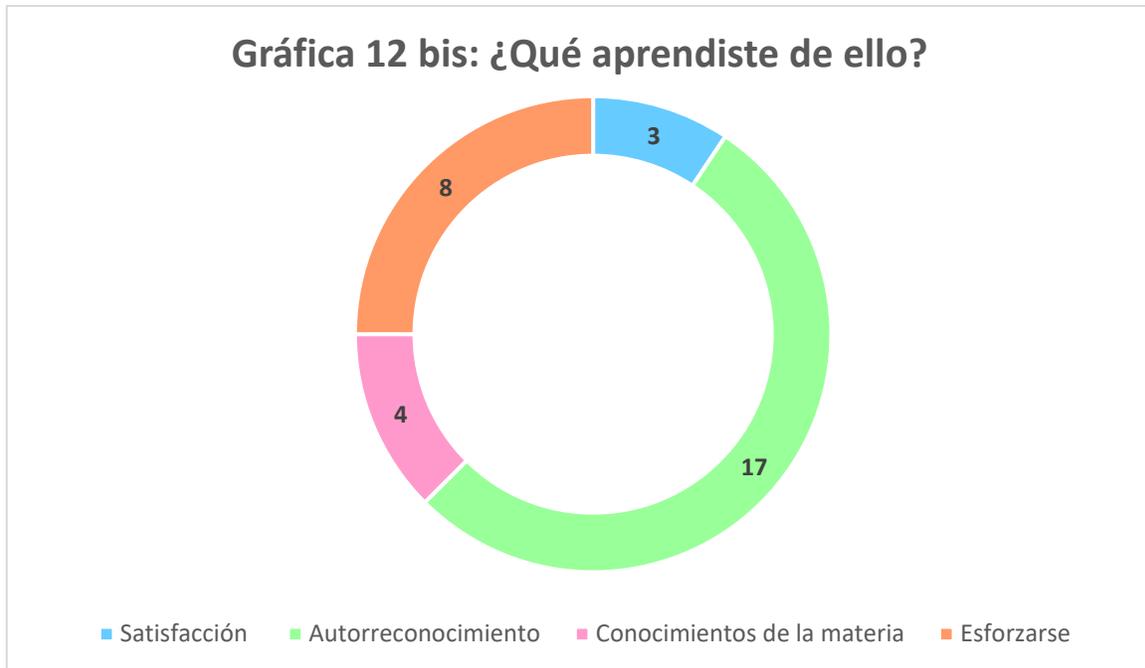
Es decir, el rendimiento académico para esta investigación fue tomado en cuenta como producto o como calificación, debido a que se consideró un grupo participante con el que se deducía que el promedio y las calificaciones definían parte importante de su percepción de eficacia.

Relacionado a esto, la segunda categoría con más respuestas “logros/reconocimientos académicos” refiere a participaciones, proyectos y trabajos en los que resaltaron o presentaron más allá de sus aulas, por ejemplo, las jornadas pedagógicas; además, deja ver, de igual manera, lo importante que resulta para estos sujetos participantes la validación de sus docentes frente a lo que realizan académicamente, pues muchos de ellos hacen referencia a las felicitaciones y reconocimientos que obtuvieron por sus trabajos.

Lo cual confirma que contar continuamente con experiencias exitosas construyen un alto sentido de autoeficacia y forman parte de consolidar su motivación, sin embargo, cuando un momento o experiencia de fracaso se les presenta, inmediatamente afecta su autoeficacia de tal manera que logra deformar la percepción de sus capacidades, dudando de sí mismos e incluso provocando que se vuelva complicado construir nuevamente la seguridad con la que contaban.

Las categorías “llegar a 7°” y “maduración durante la carrera” tienen una estrecha relación pues muestran, en gran parte, el reconocimiento de las dificultades que tuvieron que pasar para lograr llegar al séptimo semestre y además entrar al campo de su preferencia. Si bien no dejan ver que no se sentían capaces, reconocen el proceso que vivieron para lograr dicho objetivo.

Gráfica 12 bis: ¿Qué aprendiste de ello?



Descripción: De acuerdo con la gráfica 12 bis, la categoría “autorreconocimiento” obtuvo 17 respuestas, mientras que en la categoría de “esforzarse” se clasificaron 8 de ellas, quedando 4 para “conocimientos de la materia” y 3 para “satisfacción”.

Análisis: Dentro de los datos obtenidos en esta gráfica la categoría de “autorreconocimiento” resaltan el proceso y el esfuerzo que requirió para lograr el objetivo previamente mencionado pues, hacen referencia a que “valió la pena” lo que hicieron, incluso la autoexigencia una vez visto los resultados.

Con esto se puede deducir que los y las estudiantes van en busca del éxito incluso si éste requiere de sacrificios de los que no siempre son conscientes, buscando, en la medida de lo posible, superar la expectativa. Situación que se relaciona directamente con el sentimiento de satisfacción con el que se quedaron después del éxito.

Si bien es común sentirse satisfecho después de un logro o reconocimiento, para estos estudiantes, se ha convertido, de acuerdo a los datos obtenidos, en la prioridad y, en parte, el objetivo. Lo cual, como se ha mencionado, no es del todo sano puesto que se requieren de experiencias de fracaso para madurar y construir

una percepción real de las capacidades. Es decir, las experiencias de dominio constituyen parte importante para no dudar de sí mismos cuando otra experiencia de dominio se presente ante ellos.

En continuidad con estas categorías, se presentan respuestas categorizadas en “esforzarse” pues, no quedaron conformes con los resultados obtenidos a pesar de ser reconocidos, es decir, están en busca de más y de la superación personal, lo cual, podría nublar la realidad en donde su esfuerzo realmente fue validado.

Así mismo, se encontraron respuestas donde reconocían que dicha experiencia exitosa les brindó conocimientos que enriquecieron su desarrollo académico a través del aprendizaje. Situación que se puede reconocer en estudiantes que cuentan con un alto sentido de autoeficacia puesto que no afecta el hecho de obtener validación, reconocimiento o, por el contrario, resultados no esperados, sino que expresan lo que aprendieron de ello sin lamentarse ni autoexigirse, es decir, sin dirigirse a los dos extremos de la situación.



Descripción: En la gráfica 13, 23 de los sujetos participantes consideran que su ser y hacer personal se ha modificado totalmente gracias a la trayectoria académica

universitaria que han vivido, mientras que 9 de ellos consideran que esto ha cambiado “mucho”.

Análisis: Recordando el capítulo 1 y considerando la gráfica 2, los sujetos participantes se encuentran en una etapa de desarrollo conocido como juventud, en donde el crecimiento cognitivo se caracteriza por una maduración importante en la vida de los mismos, es decir, considerando que durante esta edad normalmente se encuentran cursando la universidad, dicha trayectoria se convierte en una experiencia que beneficia su desarrollo cognitivo al enfrentarse con experiencias, conocimientos, ideologías y una sociedad completamente nueva para ellos.

Es por eso que reconocer que los estudios de la licenciatura los ha transformado considerablemente en su ser y hacer académico muestra el reconocimiento de la maduración cognitiva que han logrado a lo largo de dicha trayectoria.



Descripción: En la gráfica 13 bis, se encontraron 3 categorías organizadas gracias a un análisis semántico donde se clasificaron 12 respuestas en “maduración profesional”, 11 en “maduración personal” y 9 en “autoconocimiento”.

Análisis: Se denominaron estas 3 categorías debido a que las respuestas hacen referencia al crecimiento personal y profesional que han logrado percibir a lo largo de la licenciatura.

Nuevamente recurriendo al capítulo 1, el desarrollo cognitivo que se observa en la etapa de la juventud mencionada por Papalia, Olds y Feldman (2010) entre los 20 y 40 años se caracteriza por la presentación del pensamiento post formal, y por ser más práctico, flexible, dialéctico e individualista. Es así que esta población se encuentra abierta a escuchar, cuestionar y proponer nuevas ideologías o aquellas que desconocían, dando por consecuencia el pensamiento dialéctico, es decir, el proceso cognitivo más avanzado que permite considerar una tesis y su antítesis de manera simultánea para lograr la síntesis.

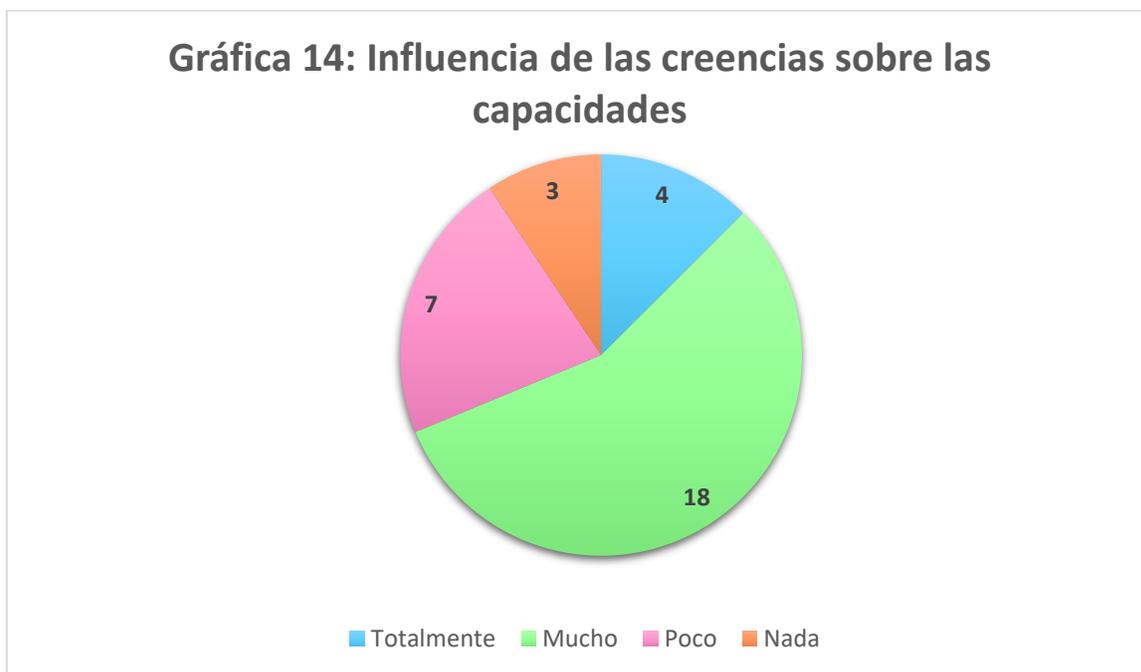
De esta manera, los sujetos hacen frente a un crecimiento profesional reconociendo la transformación tanto en su pensamiento como en su visión frente a situaciones que anteriormente no reconocían o no tomaban en cuenta, junto con temas que hoy cuestionan y de los que son capaces de construir una opinión argumentada.

Muy de la mano, se encuentra el crecimiento personal que mencionan en esta gráfica, pues reconocen lo que son actualmente frente a lo que fueron, en este caso, antes de la licenciatura.

Ya se mencionaba en el capítulo 1 que la universidad impacta en muchos aspectos de la vida de los sujetos, siendo la maduración uno de los factores principales puesto que el sujeto se rodea de una sociedad completamente nueva que comparte sus ideales pero que enfrenta sus ideologías, cuestionándole sus acciones y hasta sus propias creencias, logrando, por consecuencia, solidificar su postura frente a cualquier tipo de situación.

Respecto a la categoría de “autorreconocimiento”, se puede decir que se sitúan los sujetos que se encontraron durante su trayectoria en la licenciatura, conociéndose y volteándose a ver detenidamente por primera vez, aspecto que a estas alturas de

su carrera rinde frutos y les proporciona las herramientas para autoevaluarse y construir una percepción sólida de sí mismos.



Descripción: En la gráfica 14, 18 estudiantes hicieron referencia a que las creencias sobre sus capacidades influyen mucho a la hora de alcanzar un objetivo; por su parte, 7 mencionaron que poco; 4 que totalmente y solo 3 mencionaron que nada.

Análisis: Parte de reconocer aquello que podemos lograr con éxito y lo que no, está relacionado, evidentemente, no solo con la autoeficacia de cada persona, sino con un proceso de motivación que impulsa al sujeto a esforzarse por lograr el objetivo, puesto que así se cree capaz.

Es importante recordar que Bandura (1999) explica que todos los sujetos dirigen sus acciones gracias al pensamiento anticipador, es decir, a aquella consideración de la situación en conjunto con las creencias de sus capacidades que dan como resultado una visión de logro o, por el contrario, una de fracaso.

Es por ello que los estudiantes que reconocen que dichas creencias sí tienen una influencia frente a sus acciones, únicamente dejan ver el proceso de

autoconocimiento en el que han trabajado, pues les permite ver no solo sus virtudes sino también sus áreas de oportunidad, reconociendo que, en ese momento, el objetivo que se les pide no lo pueden lograr.

Parte de llevar a cabo el pensamiento anticipador conlleva un proceso de motivación que indudablemente funciona como combustible para el esfuerzo del sujeto y, en caso de fracaso, para la consideración y autoevaluación de lo sucedido.

Respecto a aquellos participantes que mencionaron que sus creencias sobre lo que pueden o no hacer no influyen en lo absoluto al enfrentarse a alguna situación resulta interesante puesto que, por consecuencia, se puede deducir que su toma de decisiones está basada en las emociones del momento y no en el cuestionamiento de aquello que puede llevar a cabo de acuerdo a lo que ha vivido.

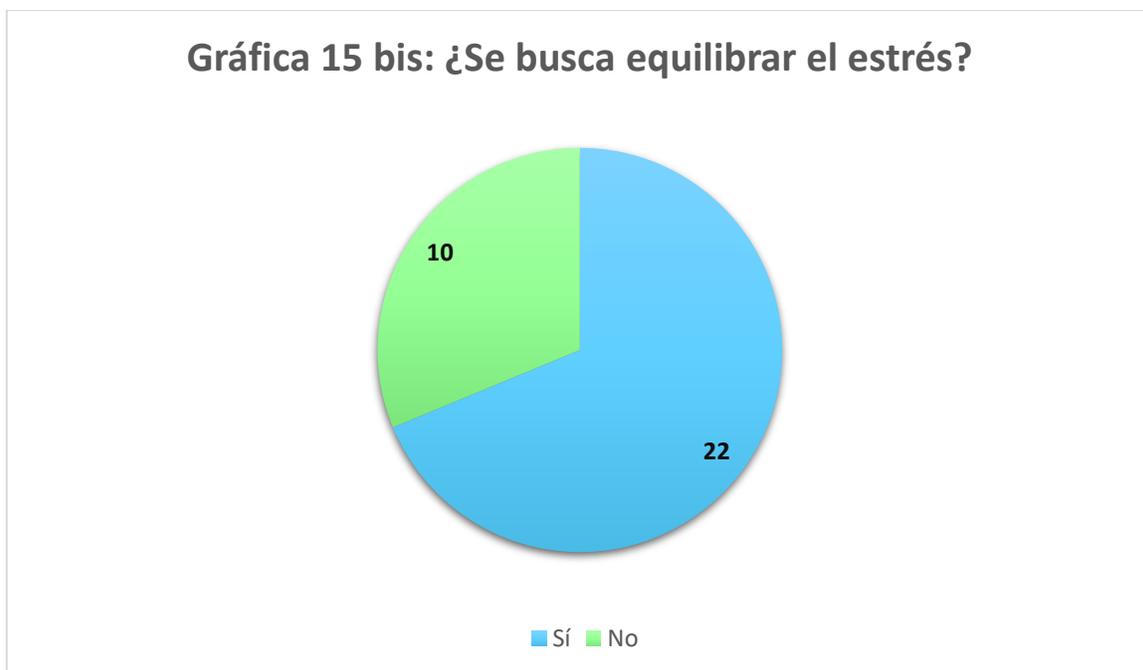


Descripción: Los datos obtenidos en la gráfica 15 arrojan que 14 de los sujetos participantes casi siempre presentan estrés a la hora de realizar tareas y trabajos escolares; 12 de ellos mencionaron que pocas veces; 5 hicieron referencia a “siempre” y solo 1 mencionó que nunca se ve en esta situación.

Análisis: El estrés en los estudiantes universitarios representa uno de los principales factores que afecta su estabilidad en casi todos los contextos pues provoca desconcentración y poca motivación para realizar el resto de sus actividades.

En el caso de este grupo participante, se ha observado que continuamente se encuentran bajo la autoexigencia, buscando la validación de su comunidad y la satisfacción que conlleva, situación que los resultados de la presente gráfica confirman.

Parte de lo que se ha mencionado en esta investigación refiere a que el empeño y esfuerzo dedicado a sus trabajos y proyectos escolares está dirigido a la superación de sus propios objetivos, es decir, buscan cumplir con lo solicitado y más.

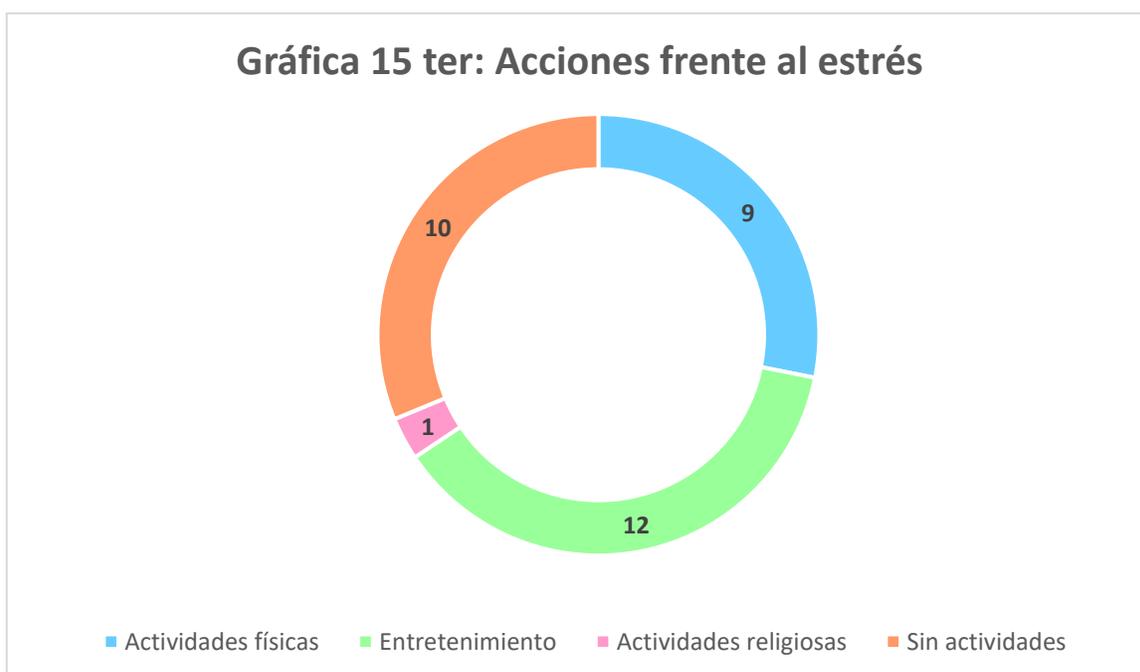


Descripción: En la gráfica 15 bis se observa que 22 de los estudiantes sí realizan acciones o actividades para equilibrar sus momentos de estrés, siendo mayoría, sin embargo, 10 de ellos no llevan a cabo ningún tipo de acción.

Análisis: Tomar acción frente a las situaciones que desequilibran la estabilidad personal deja ver aspectos tales como el autoconocimiento pues se trata de hacer

frente a situaciones que les incomodan y buscar una solución para no afectar el resto de los aspectos personales.

Considerando la larga trayectoria académica que los sujetos participantes han vivido dentro del Sistema Educativo Mexicano, se puede deducir que han sido formados para trabajar bajo el estrés y la prisa que caracteriza a la Ciudad de México por lo que es posible que enfrenten las situaciones de estrés como parte normal de su día a día, sin embargo, es importante reconocer que esto no es saludable y muchos de los estudiantes no saben cómo lidiar con ello, aspecto que llega a afectar su salud mental y física y que posteriormente se agrava en situaciones que se convierten en poco manejables.



Descripción: La gráfica 15 ter muestra que 12 de los estudiantes llevan a cabo acciones de entretenimiento para equilibrar sus momentos de estrés, mientras que 9 de ellos realizan actividades físicas; 1 de ellos hace referencia a actividades religiosas y 10 mencionan que no realizan ningún tipo de actividad.

Análisis: Las actividades de distracción y recreación representan un papel importante no solo en la infancia sino en todas las etapas de desarrollo pues,

cualquier individuo puede estar sometido bajo angustia, estrés y momentos de preocupación en donde necesitan acudir a una zona segura para encontrar la estabilidad y la relajación de nueva cuenta.

En el caso de la juventud, no resulta una sorpresa que acudan a la tecnología para distraerse, tal es la música, los videojuegos, las plataformas de video, series y películas, incluso si consumen constantemente el mismo contenido, esto les brinda la oportunidad de sentirse seguros en una zona que conocen.

De igual manera, al acudir a la actividad física, realizan un esfuerzo que necesita de su concentración, por lo que dejan de lado gran parte de lo que les estresa e incluso utilizan ese sentimiento para impactarlo positivamente en ellos.

Aquellos estudiantes que no mencionaron actividades hicieron referencia a que no son capaces de encontrar el tiempo para llevarlas a cabo o que es tal su estrés que no lo pueden controlar.



Descripción: Respecto a la gráfica 16, la mayoría de los participantes mencionan que pocas veces se han enfrentado con dificultades para cursar la licenciatura, siendo un total de 24 respuestas correspondientes a esta categoría, mientras que 4

de ellos mencionan que casi siempre; 3 respondieron que nunca y solo uno mencionó que siempre.

Análisis: Ante esta pregunta es necesario considerar que los problemas y situaciones difíciles no siempre tienen la misma definición para todas las personas pues, a pesar de estar en la misma etapa de desarrollo, sus experiencias individuales son completamente diferentes y sus necesidades, si bien pueden compartir similitudes, están conformadas por diferentes factores, los cuales son completamente válidos.

Una vez aclarado lo anterior, el hecho de que 24 estudiantes se hayan enfrentado pocas veces a dificultades para cursar su licenciatura puede considerarse un aspecto positivo que no cuenta con un solo acreedor pues puede que esto se deba al núcleo familiar o también a su núcleo social.

Sin embargo, a pesar de la frecuencia con la que los y las estudiantes se enfrenten a dichas dificultades, esto deja ver la capacidad de resolución de problemas que han logrado desarrollar y madurar a la par de su trayectoria universitaria, situación que se complementa con el proceso de autoconocimiento y la adquisición de experiencias de dominio que respaldan las creencias que a lo largo de su licenciatura han construido respecto a sus capacidades.

En otras palabras, en función de la autoeficacia que tengan los estudiantes percibirán con muchos o pocos problemas u obstáculos cualquier actividad que se propongan realizar, por tal razón, la mayoría, del grupo de informantes expresa que pocas veces se enfrentó a dificultades durante sus estudios, ya que tienen una autoeficacia positiva.

Gráfica 16 bis: ¿Cómo los has resuelto?



■ Familia y amigos ■ Propia cuenta/Autorreflexión

Descripción: De acuerdo con los datos de la gráfica 16, se presentan 29 respuestas, de las cuales 22 se categorizan en “propia cuenta/autorreflexión” y 7 en “familia y amigos”.

Análisis: La maduración que los sujetos construyen frente a las situaciones de riesgo y problemas, constituye un proceso individual que los fortalece en el autoconocimiento y que les permite consolidar sus ideales, defendiéndolos y haciendo frente ante nuevas experiencias que enriquezcan su desarrollo, sin embargo, es importante darle el reconocimiento que merece al factor social y familiar dentro de esta consolidación.

Hay que recordar que, para los jóvenes, el círculo de amistades que construyen es lo suficientemente sólido para considerarlo en problemas o situaciones difíciles pues, al contar con cierta maduración, son capaces de entender la gravedad y consecuencias de las vivencias de sus iguales, creando una relación fuerte que los sostiene cuando alguno de sus otros contextos se desestabiliza.

Así mismo, la familia es, por excelencia, el primer grupo de sostén para la mayoría de los sujetos, acudiendo a ellos frente a los problemas y compartiendo también los

momentos de éxito, situación que para la sociedad es símbolo de respeto y admiración.

A manera de conclusión, se puede decir que, gracias a la información obtenida por la aplicación del instrumento, se pudo construir evidencia y mostrar que el proceso de configuración de la autoeficacia no es precisamente consciente dentro de los sujetos participantes y probablemente dentro de los estudiantes en general pues no están acostumbrados a realizar una introspección y autoevaluación de lo que llevan a cabo y de lo que pueden mejorar.

Resulta interesante el esfuerzo y la autoexigencia que mencionan, pues a pesar de obtener resultados que esperan, están constantemente en busca de la superación y de la validación de su círculo cercano, lo cual, si bien deja ver parte de la percepción con la que cuentan respecto a las creencias de sus capacidades.

También logran cuestionarse sobre lo que se necesita para que los y las estudiantes logren solidificar su motivación, es decir, que las experiencias de fracaso resulten manejables y no estresantes, convirtiéndose en una autoexigencia incontrolable.

Por último, con base en la información presentada, es posible presentar un curso-taller dirigido a estudiantes de Licenciatura en Pedagogía de la UPN Ajusco que les permita acercarse al concepto de autoeficacia y se les brinde la posibilidad de reconocer el proceso individual que han construido indirectamente a lo largo de su trayectoria académica.

Capítulo 5

Estrategia de intervención pedagógica: Taller “Sé que puedo”

De acuerdo a la información obtenida en la aplicación del instrumento junto con el sustento conceptual de la investigación, a continuación, se presenta una estrategia de intervención pedagógica que se concreta en un taller en el cual, a través del autoconocimiento, la reflexión e introspección, los estudiantes logren solidificar aspectos relacionados al concepto de autoeficacia aplicables en su vida personal, académica y profesional.

Es así que el taller se dirige a una población universitaria inmersa de información relacionada con los procesos de desarrollo y educación, capaz de vincular dichos conceptos con vivencias académicas propias a lo largo de sus estudios.

A continuación, se presentan las especificaciones que constituyen al taller junto con la planeación y temario construido a partir de las líneas teóricas de la investigación y el análisis realizado en el capítulo anterior.

5.1 Datos de identificación de taller

Este taller se titula “Sé que puedo” y va dirigido a realizarse en la Unidad Ajusco de la Universidad Pedagógica en un total de 24 horas durante 6 semanas, dividiéndose en 4 horas semanales y 2 horas por sesión.

El taller pretende:

- Brindar herramientas sobre el autoconocimiento que permitan reflexionar a los alumnos sobre su autoeficacia.
- Reflexionar sobre el conocimiento del concepto de autoeficacia a través de la trayectoria académica de los estudiantes universitarios.
- Propiciar el aprendizaje de herramientas para la vida que influyan de manera positiva en su rendimiento académico.

5.2 Ubicación práctica

La población a la que va dirigida este curso/taller se centra en estudiantes universitarios pertenecientes a la unidad Ajusco de la Universidad Pedagógica Nacional, abierto a cualquier edad y sin importar la licenciatura, que estén cursando el último año de la licenciatura.

Los estudiantes, al pertenecer a la Universidad Pedagógica Nacional y, después de haber cursado por lo menos 3 años de sus respectivas carreras, tienen conocimientos sobre distintos temas relacionados con la educación que les han permitido construir conceptos tales como rendimiento académico y conocer áreas del autoconocimiento y autoimagen.

Se pretende formar un solo grupo de aproximadamente 20 estudiantes para llevar a cabo 12 sesiones en un salón con mobiliario, es decir, mesas, sillas y pizarrón en buen estado que faciliten la impartición del curso/taller.

El horario de este curso/taller será los martes y jueves de 3:00 a 5:00 p.m.

5.3 Objetivo general

Que los estudiantes universitarios reflexionen sobre su autoconocimiento y trayectoria académica con el fin de brindar herramientas que favorezcan la autoeficacia por medio de la identificación del concepto de la misma y así fortalecer el conocimiento de sí mismo que les permita desarrollarse en cualquier ámbito, incluyendo el laboral.

5.4 Temario

Unidad 1. La vida universitaria

Objetivo: Caracterizar la etapa de la juventud significando la etapa universitaria.

1. El ciclo vital
 - 1.1 La juventud: una etapa del ciclo vital
 - 1.2 Características de la juventud temprana

2. Jóvenes universitarios
 - 2.1 Características cognitivas de jóvenes universitarios
 - 2.2 Características socioemocionales
 - 2.3 Identidad

Unidad 2. ¿Quién soy?

Objetivo: Brindar herramientas sobre el autoconocimiento que permitan reflexionar a los alumnos sobre su autoeficacia.

1. Autoconocimiento
 - 1.1 Autoconcepto
2. Autoestima
 - 2.1 Autoaceptación

Unidad 3. Sé que puedo

Objetivo: Reflexionar sobre el conocimiento del concepto de autoeficacia a través de la trayectoria académica de los estudiantes universitarios.

1. ¿Qué es la autoeficacia?
 - 1.1 ¿Cómo configuro mi autoeficacia?
 - 1.2 ¿Soy consciente de mi autoeficacia?
2. Experiencias universitarias con la autoeficacia

Unidad 4. Herramientas para la vida

Objetivo: Propiciar el aprendizaje de herramientas para la vida que influyan de manera positiva en su rendimiento académico.

1. ¿Hacia dónde me dirijo?
 - 1.1 Autoconocimiento
 - 1.2 Relaciones positivas
 - 1.3 Dominio del entorno
2. Mi propósito en la vida: ¿Qué es lo que quiero?

5.5 Metodología

Con el objetivo de brindar herramientas para la vida dirigidas a la atención de la autoeficacia de estudiantes universitarios y que logren aplicarlo en la vida laboral, este taller retomará el área de la orientación educativa de prevención y desarrollo humano que, de acuerdo a Montanero (2002) deriva de una orientación personal y familiar y tiene por objetivo lograr que los procesos educativos faciliten el ajuste personal y la autoaceptación acercándolos a un contexto social en el que probablemente se desenvolverán en un futuro.

Esta área de la orientación permite que los sujetos desarrollan características para la vida a partir de la integración de todas sus capacidades, así como en el desarrollo de otras de ellas, tales como:

- Capacidades emocionales
- Capacidades interpersonales
- Capacidades motivacionales
- Capacidades de inserción social

A través de este curso/taller se pretende que dichas capacidades sean abordadas y trabajadas con la ayuda de distintas actividades que retomen sus experiencias académicas, permitiéndoles tener una visión realista y cercana para la construcción de conceptos como el autoconocimiento o la introducción a la autoeficacia.

Si bien las actividades están dirigidas, principalmente, al trabajo individual, también se busca una integración grupal que deje ver las habilidades y capacidades sociales de los sujetos participantes.

5.6 Acreditación

Para acreditar el curso-taller se tomarán los siguientes puntos:

- a) Asistencia total
- b) Participación
- c) Actividades realizadas en las sesiones

5.7. Planeación didáctica

Unidad: 1. La vida universitaria Tema: Presentación al taller Características de la etapa de la juventud Ser universitarios ¿La universidad nos transforma?			Número de sesión: 1	Duración: 2 horas
Objetivo general: Introducir y conocer el taller, sus contenidos y objetivos. Conocer a los integrantes del taller. Identificar la etapa de la juventud en el contexto universitario.				
Contenido	Actividades de aprendizaje	Descripción de la actividad	Recursos didácticos	Observaciones
1. Presentación	Exposición	La tallerista se presentará ante el grupo mencionando su nombre, carrera y el interés por llevar a cabo este taller. Así mismo, compartirá los objetivos del taller y algunos temas que se abordarán, iniciando la primera unidad de contenidos.	-Proyector -Computadora -Presentación con la introducción al taller	Es importante mencionar a los y las integrantes del taller que se estará trabajando con un diario personal en el cual deberán escribir su día a día mientras cursen el taller.
2. Conociendo a los demás	Telaraña de lana	El grupo formará un círculo junto con la tallerista quien iniciará la actividad. Se tendrá una bola de estambre que solo podrá ser pasada al siguiente integrante después de responder: Nombre, edad, carrera y su cosa favorita de la UPN Ajusco. Una vez respondido esto, se tomará el	-Bola de estambre grande	Llevar suficiente estambre.

		estambre del extremo y se aventará la bola al siguiente participante con el fin de formar una telaraña una vez pasados todos.		
3. Características de la etapa de la juventud	Yo también	<p>La tallerista colocará en el pizarrón una lámina en blanco y pedirá al grupo que pasen a escribir una palabra que describa su etapa de juventud. Puede ser alguna característica fisiológica, emocional o simplemente cómo se sintieron al entrar en esta etapa.</p> <p>Posteriormente, la tallerista irá nombrando las palabras y pedirá a quien lo escribió que explique el porqué de su palabra compartiendo un poco su experiencia.</p> <p>Una vez leídas todas las palabras la tallerista expondrá algunas características físicas, psicosociales, afectivas y cognitivas de la etapa de la juventud con el fin de situar y comprender la etapa en la que se encuentran.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Láminas de papel bond -Plumones -Proyector -Computadora 	Recordar llevar láminas de papel bond y presentación de las características de la juventud.
4. Ser universitarios	Mi primer día	La tallerista le pedirá al grupo que, voluntariamente, cuente su primer día en la UPN, desde el trayecto de su casa a la escuela hasta cómo regresaron a casa después del primer día; las emociones que experimentaron y los pensamientos que tenían en ese momento.	Ninguno	La tallerista compartirá su primer día.

5. ¿La universidad nos transforma?	Una charla conmigo	A manera de conclusión, nuevamente de manera voluntaria, el grupo participará mencionando si consideran que la universidad los ha cambiado y cómo ha sido ese cambio. La tallerista les pedirá que se imaginen que su “yo” del primer día de universidad se encuentra con su “yo” del último semestre/año con el fin de escribir cómo se imaginan el encuentro con detalles de las palabras que se dirían, en qué parte de la universidad se verían, etcétera.	-Hojas blancas -Plumas	La tallerista escribirá su propia actividad y la compartirá con el grupo.
------------------------------------	--------------------	---	---------------------------	---

Unidad: 2. ¿Quién soy? Tema: Autoconocimiento Autoconcepto		Número de sesión: 2	Duración: 2 horas	
Objetivo general: Reflexionar sobre la construcción del autoconcepto a partir del autoconocimiento.				
Contenido	Actividades de aprendizaje	Descripción de la actividad	Recursos didácticos	Observaciones
1.Autoconocimiento	La palma de mi mano	Cada participante del taller tendrá que dibujar su mano en una hoja blanca y después dibujar las líneas de la palma de su mano tal como las recuerdan.	-Hojas blancas -Plumas	Recordar llevar suficientes hojas blancas o recicladas.

		<p>En la misma hoja, por el lado contrario, dibujarán de nuevo su mano, pero ahora escribirán 5 virtudes y 5 defectos que cada participante tenga, escribiendo los defectos fuera de los dedos y las virtudes adentro de ellos. Posterior a esto, se comenzará con una participación voluntaria sobre qué les pareció más difícil escribir, si los defectos o las virtudes sin mencionar qué escribieron.</p>		
1.Autoconocimiento	Autorretrato	<p>El grupo comenzará a escribir una descripción o retrato psicológico en el que anotarán características de sí mismos que no sean físicas, es decir, características como actitudes, pensamientos, virtudes, defectos, etcétera. Una vez terminado el escrito la tallerista irá leyendo uno a uno los retratos y los y las participantes tendrán que ir anotando de quién creen que se trata identificando el suyo, pero sin compartirlo con los demás. Al final, se revelará de quién era cada retrato y reflexionará</p>	<p>-Hojas blancas -Plumas</p>	

		sobre lo anotado, si funcionó, qué pudo haberse mencionado, qué no, etc.		
2. Autoconcepto	Mi publicidad	La tallerista explicará que, a partir de las actividades anteriores, los y las participantes tendrán que crear una campaña publicitaria en donde lo que ofrecerán serán ellos mismos, es decir, concentrarán sus cualidades virtudes, qué les gusta hacer, aspiraciones y se encargarán de compartir sus defectos o áreas por mejorar de forma que sea llamativo para el público con el fin de construir un guion, dibujo o producto. Algunos o algunas participantes compartirán lo que crearon.	-Hojas blancas -Material reciclado -Plumones -Plumas	
3. Autoconocimiento vs autoconcepto	Exposición	La tallerista expondrá sobre el autoconocimiento y autoconcepto mencionando sus definiciones, diferencias y el objetivo de las actividades realizadas durante la sesión.	-Presentación -Cañón -Computadora	Hacer presentación breve y práctica.

Unidad: 2. ¿Quién soy? Tema: Autoaceptación	Número de sesión: 3	Duración: 2 horas
--	----------------------------	--------------------------

Autoestima				
Objetivo general: Reconocer las características de la autoaceptación y el autoconcepto a partir de la introspección.				
Contenido	Actividades de aprendizaje	Descripción de la actividad	Recursos didácticos	Observaciones
1.Autoaceptación y autoestima	Exposición	La tallerista introducirá al tema con una breve exposición sobre los conceptos de autoaceptación y autoestima.	-Cañón -Computadora -Presentación	Hacer presentación breve y práctica.
2.Autoaceptación	Afirmaciones	La tallerista les pedirá construir de manera individual una lista de frases que consistirá en identificar aspectos negativos, defectos y dificultades individuales que requerirán de una introspección honesta. La lista no será compartida con el grupo a menos que alguien quiera hacerlo.	-Hojas de color -Plumas	Llevar suficientes hojas.
3. Autoestima	Letreros andantes	Los y las participantes se colocarán una hoja en la espalda en donde el resto del grupo describirá, en una sola palabra, a la persona a quien le están escribiendo y caminando por el salón. Todo el grupo deberá tener escritas la misma cantidad de	-Hojas blancas -Diurex o cinta adhesiva -Plumas -Plumones	Procurar el orden de la actividad y evitar insultos.

		<p>palabras, mismas que igualan el número de participantes del taller.</p> <p>Una vez finalizada la dinámica los y las participantes compartirán su lista de palabras mencionando por qué consideran que el grupo lo escribió y si piensan que están en lo correcto.</p>		
4. Autoaceptación o autoestima	El trono	<p>La tallerista colocará una silla en medio o al frente del salón en donde, voluntariamente, los y las participantes irán pasando para que el resto del salón, de igual manera, voluntariamente, mencionen 3 características o aspectos positivos sobre quien está sentado ahí.</p> <p>El o la participante que esté en el trono, después de escuchar al grupo dirá las 3 características que, para él o ella, son sus aspectos positivos.</p>	-Sillas	Verificar el mobiliario del salón, específicamente de las sillas.

<p>Unidad: 3. Sé que puedo</p> <p>Tema: ¿Qué es la autoeficacia? ¿Cómo configuro mi autoeficacia?</p>	Número de sesión: 4	Duración: 2 horas
---	----------------------------	--------------------------

Objetivo general: Identificar el concepto de autoeficacia y sus elementos de configuración.				
Contenido	Actividades de aprendizaje	Descripción de la actividad	Recursos didácticos	Observaciones
1.Autoeficacia	Decisiones trascendentales	La tallerista compartirá tarjetas a todos y todas las participantes con diversas situaciones en la que se imaginarán que se encuentran en este momento y tendrán que pensar en una decisión que permita resolver la situación. Compartirán por qué tomaron esa decisión y el camino que recorrieron para llegar a ella.	-Tarjetas con situaciones	Llevar aproximadamente 20 situaciones sin importar que se repitan para todo el taller.
2.Autoeficacia y cómo configurarla	Exposición	La tallerista compartirá una definición de la autoeficacia y aquellos factores que influyen en su configuración.	-Computadora -Presentación de autoeficacia -Cañón	Realizar presentación de autoeficacia.
3.Cómo configurar la autoeficacia	Impartir la autoeficacia	Los y las integrantes del taller se reunirán en equipo para crear una estrategia que ellos consideren como la mejor para impartir o colaborar con la configuración de la autoeficacia de los estudiantes en espacios educativos.	-Hojas blancas -Plumas	Ejemplificar las estrategias de impartición de la autoeficacia. Recordar al taller que lo lleven la siguiente sesión.

Unidad: 3. Sé que puedo Tema: ¿Soy consciente de mi autoeficacia? Experiencias universitarias con la autoeficacia			Número de sesión: 5	Duración: 2 horas
Objetivo general: Reflexionar sobre el concepto de autoeficacia a partir de las propias experiencias de los y las integrantes del taller.				
Contenido	Actividades de aprendizaje	Descripción de la actividad	Recursos didácticos	Observaciones
1. Cómo configurar la autoeficacia	Impartir la autoeficacia	Los y las integrantes del taller compartirán lo que realizaron en la sesión anterior en el trabajo en equipo para que el resto del grupo proponga adecuaciones o haga comentarios.	-Propuestas de la impartición de la autoeficacia	Recapitular el objetivo de la sesión anterior.
2. ¿Soy consciente de mi autoeficacia?	Mi autoeficacia	A partir de lo trabajado en las sesiones anteriores sobre el autoconocimiento y reconocimiento de habilidades, debilidades, etc. los y las integrantes del taller enlistarán aquellos factores, momentos, personas, experiencias, etc. que hayan influido en la construcción de su autoeficacia categorizándolo de acuerdo con los 4 elementos que se mencionó en la exposición (experiencias de dominio,	-Hojas blancas -Plumas	Colaborar para que el taller vincule los contenidos para la realización de esta actividad.

		experiencias vicarias, persuasión social y estados psicológicos y emocionales).		
3.Experiencias universitarias con la autoeficacia	Debate	Se realizará un debate en donde los y las integrantes del taller se dividirán en 4 equipos para defender el elemento que, según su criterio, influye más en la autoeficacia, basándose en las experiencias que han tenido a lo largo de su vida académica.	-Apuntes	Verificar el mobiliario del salón, específicamente de las sillas.

Unidad: 4. Herramientas para la vida Tema: ¿Hacia dónde me dirijo?			Número de sesión: 6	Duración: 2 horas
Objetivo general: Construir un proyecto de vida basado en metas y tiempos realistas.				
Contenido	Actividades de aprendizaje	Descripción de la actividad	Recursos didácticos	Observaciones
1.Proyección a futuro	¿Hacia dónde me dirijo?	De acuerdo con lo construido en el taller, los y las integrantes realizarán un proyecto de vida considerando tiempos y metas realistas y basándose en las capacidades que cada uno sabe que tienen, pero sin dejar	-Hojas blancas -Plumas	Retomar el concepto de proyecto de vida, corto, largo y mediano plazo. Metas realistas.

		de lado las aspiraciones con las que cuentan.		
2. Obstáculos y barreras	¿Qué me lo impide?	En la parte trasera de la misma hoja donde realizaron su proyecto de vida deberán anotar aquellos obstáculos que, según su criterio, podrían representar un riesgo o barreras para realizar sus metas.	-Proyecto de vida	Ejemplificar los obstáculos en el proyecto de vida.
3. Solución de problemas	¿Qué puedo hacer frente a eso?	De acuerdo con las barreras que anotaron, deberán marcar de color azul aquellas que ellos mismos pueden resolver; de color verde, aquellas en donde necesitan a terceras personas para trabajar en conjunto en la solución; y de color rosa aquellas que, por el momento, no visualizan una solución. Estas últimas no deben ser más de 3. A todas las barreras, excepto las de color rosa, deberán escribirle una posible solución.	-Proyecto de vida	Externar la importancia de pensar en las soluciones desde el autoconocimiento y autoeficacia.

Unidad: 4. Herramientas para la vida Tema: Autoconocimiento			Número de sesión: 7	Duración: 2 horas
Objetivo general: Brindar herramientas basadas en el autoconocimiento que los y las integrantes del taller puedan utilizar en su futuro profesional.				
Contenido	Actividades de aprendizaje	Descripción de la actividad	Recursos didácticos	Observaciones
1.Autoconocimiento	Exposición: La ventana de Johari	La tallerista compartirá algunos elementos que ayudan a desarrollar el autoconocimiento.	-Computadora -Presentación -Cañón	Realizar presentación: La ventana de Johari.
2.Autoconocimiento	Línea del tiempo	Los y las integrantes del taller realizarán una línea del tiempo resaltando de un color los momentos que consideran que marcaron sus vidas y, con otro color, los momentos en su vida académica que igualmente fueron trascendentales.	-Hojas blancas -Plumas -Colores	La tallerista ejemplificará los momentos trascendentales.
3.Autoconocimiento en el desarrollo académico	Soluciones contra debilidades	A partir de lo realizado en el taller, los y las integrantes deberán convertir sus debilidades o áreas de mejora en soluciones, sobre todo aquellas que están relacionadas en el área académica.	-Hojas blancas -Plumas -Colores	La tallerista ejemplificará la evolución de debilidades a soluciones.

Unidad: 4. Herramientas para la vida Tema: Relaciones positivas			Número de sesión: 8	Duración: 2 horas
Objetivo general: Reflexionar sobre las relaciones interpersonales y su importancia en la construcción de la autoeficacia.				
Contenido	Actividades de aprendizaje	Descripción de la actividad	Recursos didácticos	Observaciones
1.Relaciones interpersonales	Exposición	La tallerista brindará una exposición sobre la importancia e influencia de las relaciones interpersonales en la construcción del autoconocimiento, autoestima y autoeficacia.	-Computadora -Presentación -Cañón	Realizar presentación de relaciones interpersonales.
2.Construcción de relaciones positivas.	El árbol de la amistad	Los y las integrantes del taller formarán un árbol con las personas que son fundamentales en su vida en cuestión de amistad, mencionando los elementos, factores y características que les han aportado para construirse.	-Hojas de colores -Plumas -Colores	Retomar el concepto de amistad.
3.Relaciones positivas	Y yo, ¿qué aportó?	A partir del árbol realizado, los y las integrantes del taller anotarán en el tronco los	-Árbol de la amistad	Observar que sean aspectos positivos.

		elementos que ellos consideran que aportan a esas amistades		
--	--	---	--	--

Unidad: 4. Herramientas para la vida Tema: Dominio del entorno	Número de sesión: 9	Duración: 2 horas
---	----------------------------	--------------------------

Objetivo general: Reflexionar sobre el desenvolvimiento social y con el contexto y su influencia en la autoestima.

Contenido	Actividades de aprendizaje	Descripción de la actividad	Recursos didácticos	Observaciones
1.Dominio del entorno	Exposición	La tallerista compartirá la definición, características e importancia del dominio del entorno y su relación con el resto de las herramientas para la vida.	-Computadora -Presentación -Cañón	Recordar a los y las integrantes del taller que lleven su diario para la siguiente sesión.
	Mi papel en la sociedad	Las y los integrantes del taller escribirán una historia donde sean los y las protagonistas, pero escribiéndolo en tercera persona, describiendo y reconociendo el papel que ejercen en la sociedad y la importancia de tener conciencia de ello.	-Hojas blancas -Plumas	Recordar y ejemplificar la escritura en tercera persona.

	Adivina quién	A los y las integrantes del taller se les hará escoger un papelito en el cual tendrá escrito el nombre de una persona del taller. Deberán pasar a actuarlo/representarlo de acuerdo a cómo se comporta en la sociedad. Solo podrán mencionar una palabra y tendrá que ser un característica o adjetivo que los describa en ese mismo contexto. El resto de los y las integrantes, deberán adivinar de quién se trata.	-Papelitos con nombres de los y las integrantes.	Hacer los papelitos con nombres previamente. Llevar una bolsa u objeto para poder depositarlos ahí.
--	---------------	--	--	--

Unidad: 4. Herramientas para la vida Tema: Mi propósito en la vida. ¿Qué es lo que quiero? Cierre del taller		Número de sesión: 10	Duración: 2 horas	
Objetivo general: Realizar una reflexión sobre lo visto en el taller para construir sus propios conceptos.				
Contenido	Actividades de aprendizaje	Descripción de la actividad	Recursos didácticos	Observaciones
1.Herramienta para la vida	Diario para la vida	La tallerista compartirá una breve reflexión que justifique el por qué se les pidió escribir su día a día y la importancia de brindar un momento y espacio	-Diario personal	Llevar ejemplos de cómo se puede llevar a cabo un diario de vida.

		en donde plasmar nuestros pensamientos, sentimientos, emociones con el fin de que lo lleven a cabo a partir de ese momento.		
2. Mi propósito en la vida. ¿Qué es lo que quiero?	Visioboard	A partir del proyecto de vida que construyeron en la sesión 6, crearán un visionboard, es decir, un collage en donde se reflejen las metas y aspiraciones que cada integrante tiene, pero ahora plasmado con imágenes realistas. Una vez terminado, lo pegarán alrededor del salón y de manera voluntaria, los y las integrantes del taller expondrán su visiónboard.	-Proyecto de vida -Cartulina -Recortes/impresiones -Tijeras -Pegamento -Plumones o plumas	Llevar ejemplos de visionboards y la explicación de su importancia.
Cierre	Mesa redonda	Los y las integrantes del taller se sentarán alrededor del salón para compartir, uno a uno, lo que piensan de la persona que tienen enfrente a partir de lo que observaron durante todas las sesiones.	Ninguno	Recordar llevar las constancias para los y las integrantes del taller.

Conclusiones

Durante la realización de este trabajo se retomaron temas de suma relevancia para el ámbito educativo, pues se abordó, en primer lugar, el concepto de juventud y sus características en distintos contextos, lo cual permitió establecer un punto de partida y contextualización para el lector y para la propia investigación.

De esta manera, se puede decir que la etapa de la juventud representa un cambio radical en la vida de las personas, lo cual, si bien no está socialmente reconocido debido a la ausencia de características físicas que lo demuestren, es esencial tomarlo en cuenta para el desarrollo de los y las estudiantes.

Debido a que, durante la juventud, normalmente se cursa la universidad, considerar los cambios que vienen en esta etapa colabora para el entendimiento del sujeto, mismo que funciona como base para la construcción de estrategias que favorezcan su desarrollo y su inserción en el contexto laboral y social.

Profundizar en las características físicas, cognitivas, psicosociales y afectivas de la etapa de la juventud permitió la construcción de un análisis relacionando al contexto en el que se desenvuelven los jóvenes durante esta etapa, es decir, la vida universitaria, reflexionando así la manera en la que impacta el cursar la licenciatura y las consecuencias que trae consigo.

Un claro ejemplo de lo anterior es la maduración cognitiva que la mayoría de los jóvenes presenta durante esta etapa. No solo como consecuencia que los contenidos demandan sino también debido a la constante reflexión de lo que realizan, visualizan y practican dentro de su licenciatura, reconociendo su papel en la sociedad.

Así mismo, resulta interesante la manera en la que actualmente los jóvenes deciden llevar el aspecto social y afectivo, pues construyen pocas, pero muy sólidas relaciones de amistad, lo cual deja ver la presencia del autoconocimiento con el que cuentan y la claridad en las expectativas de sus relaciones afectivas.

Es así que se hace sentido el concepto de autoeficacia, pues parte de un autoconocimiento sólido que se forma a lo largo de la vida a través de experiencias que enriquecen la percepción que se tiene sobre sí mismos y sobre la realidad en la que se desarrollan.

De este modo, la autoeficacia se convierte en un factor que acompaña a cualquier sujeto a lo largo de la vida, pues se implica de manera directa en la toma de decisiones y se configura a partir de experiencias de dominio, es decir, de logros, fracasos, creencias y la persuasión social.

Es importante mencionar que, aunque los sujetos no conozcan el concepto de autoeficacia, sí tienen implicaciones en su vida diaria pues inevitablemente considerarán sus capacidades frente a alguna tarea o reto para decidir si la llevan a cabo o no.

En este caso, dentro del contexto académico, la manera en la que los y las estudiantes configuran su sentido de autoeficacia, viene relacionado directamente de la percepción que otras personas tienen sobre sus capacidades académicas, siendo el maestro y la familia los principales agentes influyentes para la configuración de la misma. Lo cual, a su vez, no permite que el o la estudiante identifique sus capacidades desde la propia introspección.

Como consecuencia de lo anterior, se aborda el rendimiento académico, puesto que resulta un factor influyente en la percepción que cada uno de los sujetos tiene sobre sí mismos, en este caso, como estudiantes.

El rendimiento académico dentro del Sistema Educativo Mexicano hace referencia a las calificaciones que los y las estudiantes obtienen a lo largo de su trayectoria académica pues, en México, se engloban las habilidades, capacidades, aptitudes y fortalezas dentro de una calificación, siendo esta la que influye directamente en innumerables decisiones y situaciones a las que se enfrenta un estudiante.

Es así que, desde niveles básicos como el preescolar o la primaria, el o la estudiante recibe una etiqueta que los acompaña por casi toda su vida escolar, en donde, si se

tienen calificaciones bajas, se asocia con infinidad de problemas o trastornos, sin recibir el adecuado diagnóstico. Por su parte, un estudiante con calificaciones altas tendrá por consecuencia un alto sentido de autoeficacia, acostumbrándose a las experiencias de éxito y ocasionando un desbalance significativo cuando se presenten fracasos o resultados no deseados.

En ese sentido, la autoeficacia en la vida del estudiante se hace presente al enfrentarse a situaciones que los y las pongan a prueba, tomando una decisión a partir de su propio sentido de autoeficacia que, probablemente, se encuentre distorsionado por la construcción de su autoconcepto, mismo que se realizó desde los ojos de los demás sin ser conscientes de la oportunidad que tienen para reconocerse desde la introspección y su individualidad.

A continuación, se comparten los hallazgos encontrados en las gráficas de los datos obtenidos a través de la aplicación del instrumento, es decir, del cuestionario.

No se puede dejar de lado el hecho de que la población con la que se trabajó muestra una notable preocupación por el mantenimiento de su promedio, mismo que, en ninguno de los participantes, es menor a 9.

Es importante mencionar que no fue necesario aclarar al principio del instrumento a qué se refería el rendimiento académico, sino que dedujeron por sí solos que se trataba del promedio con el que cuentan y con el que han trabajado durante el transcurso de su licenciatura.

Lo anterior deja ver uno de los aspectos con los que se trabajó este proyecto, pues se pensaba que los estudiantes mexicanos se encuentran bajo la definición que el mismo Sistema Educativo ha establecido, indirectamente, en ellos: el rendimiento académico únicamente se puede valorar de acuerdo a la calificación con la que cuentan, siendo un número quien impone las capacidades y habilidades del estudiante, dejando de lado el autorreconocimiento en sí.

Como se pudo observar en las *gráficas 4, 4 bis y 4 ter*, la mitad de la población participante recurrió a trabajar y estudiar en determinado momento de su trayectoria universitaria.

Es bien sabido que sobrellevar ambas cosas representa no solo un gran reto para los estudiantes, sino que impacta de gran manera en muchos aspectos de su vida, tales como el social, el familiar y el académico, siendo este último el que normalmente se considera uno de los más afectados cuando alguien se encuentra bajo esta situación, pues invertir tiempo en actividades laborales requiere sacrificar tiempo que anteriormente era utilizado para estudiar, realizar tareas proyectos, etc. Sin embargo, ninguno de los o las participantes tuvo repercusiones en su vida académica por llevar a cabo las actividades laborales correspondientes.

De acuerdo a la *gráfica 4 bis*, la mayoría de los trabajos a los que los estudiantes recurrían se caracterizan por tener una notoria flexibilidad de horarios, lo cual, si bien es de gran ayuda, no deja de lado que, de igual manera, conlleva un desgaste en el desempeño del sujeto.

El hecho de que los y las estudiante laboraron a la par que realizaban su licenciatura deja ver el sentido de autoeficacia con el que cuentan, pues se consideraron capaces de realizar ambas cosas de manera fructífera y con calidad, teniendo como resultado un grupo de estudiantes sobresalientes respecto a sus calificaciones y sus características como universitarios.

Un aspecto importante que resaltar es el apoyo con el que cuenta el estudiante mientras estudia la universidad y, si es el caso, mientras trabaja a la par.

El apoyo que los y las estudiantes mencionan recibir se dirige principalmente a la familia pues, la mayor parte del grupo de informantes aún vive con sus padres y reciben un apoyo económico que definitivamente se hace presente en su desarrollo académico.

En el capítulo 1, se mencionó la importancia de las relaciones de amistad que construyen los jóvenes adultos durante esta etapa, sin embargo, de acuerdo a la *gráfica 5*, dentro de los principales personajes que apoyan al estudiante, los amigos representan la minoría de los resultados.

Ahora bien, los y las estudiantes participantes tienen conocimiento de los factores que influyen en su rendimiento académico, en este caso, en su promedio. Considerando, incluso, la influencia que los maestros tienen dentro del mismo, tal como se observó en la *gráfica 6*.

Sustentando lo que se ha mencionado las calificaciones del grupo de informantes no son menores a 9, ningún estudiante se identifica como “malo” respecto a sus capacidades académicas, dejando ver un alto sentido de autoeficacia basado en el autoconocimiento. Recordando que, reconocer las áreas de oportunidad de cada estudiante sustenta, de igual forma, el nivel de autoconocimiento con el que cuentan los y las estudiantes, fortaleciendo su sentido de autoeficacia.

Gracias a la aplicación del instrumento, se pudo observar el impacto de las experiencias de dominio en la configuración de la autoeficacia, pues son éstas las que, de acuerdo con la *gráfica 11*, han marcado una diferencia durante su trayectoria académica.

El grupo de informantes cuenta, de igual modo, con un adecuado autoconocimiento y sentido de retrospectiva, pues logran identificar de lo que son capaces, sin embargo, esto los ha llevado a crear expectativas que, cuando no se concretan, sienten que han fallado como estudiantes, tratando de identificar el porqué del resultado y comprometiéndose en superarse cada vez más.

Con la construcción del marco teórico se pudo identificar que una de las características relacionadas a un alto sentido de autoeficacia es la autoexigencia, misma que se hizo presente en los resultados de la *gráfica 11* y que representan la mayoría de las respuestas.

La presencia de este concepto deja ver lo mucho que un estudiante se puede acostumbrar a las experiencias de dominio exitosas, llegando al punto de no estar satisfecho con sus resultados de éxito, sin ni siquiera disfrutarlas o mantenerlas en el presente, sino que se convierte en un constante pensamiento de superación y

exigencia para buscar más de lo esperado, tal como se observa en las *gráficas 12 y 12 bis*.

Así mismo, se puede observar la manera en la que la autoeficacia se ha desarrollado a favor de los que están cursando su carrera universitaria dentro de la *gráfica 13 y 13 bis*, sustentando el desarrollo cognitivo que caracteriza a la educación superior.

Ahora bien, un componente fundamental para la autoeficacia es la motivación, pues de acuerdo a lo que se ha establecido a lo largo de la investigación, existe un pensamiento anticipador que permite calificar la situación y actuar con determinado esfuerzo o, en su defecto, descartar cualquier acción a realizar, tal como se observa en la *gráfica 14*.

En las *gráficas 15, 15 bis y 15 ter*, se observa cómo los y las estudiantes manejan el estrés, predominando las respuestas que dejan ver que constantemente se preocupan y estresan frente a la realización de trabajos escolares, sin embargo, encuentran la manera de relajarse o distraerse, nuevamente demostrando un alto sentido de autoeficacia y autoconcepto.

Por último, en la *gráfica 16 y 16 bis* se muestra la capacidad que el grupo participante tiene frente a la resolución de problemas, lo cual no solo se relaciona con su desarrollo cognitivo, sino que también muestra el proceso de introspección que cada individuo ha logrado construir, para lo que se requiere la consolidación de sus creencias, mismas que si bien se apoyan en el círculo social y en la familia, deja ver, en gran parte, el trabajo que el propio individuo ha realizado sobre sí mismo.

Ahora bien, las líneas de generación de conocimiento que se pueden derivar de este trabajo se concretan en los siguientes temas:

- El papel del docente en la configuración de la autoeficacia.
- El desarrollo de habilidades para la vida en el currículum formal.
- La influencia social en la configuración de la autoeficacia.

- La desvinculación del concepto de rendimiento académico con las calificaciones.
- Importancia de consolidar el sentido de autoeficacia durante la educación superior.
- El papel de la familia en la configuración de la autoeficacia.
- Configuración de la autoeficacia desde la educación básica.
- Importancia de la motivación en el aprendizaje.
- Adecuación de las estrategias de enseñanza que favorezcan el autoconocimiento, independencia e introspección.

Bibliografía

- Alcívar-Moreira, Á. V., & Yáñez-Rodríguez, M. A. (2021). Las redes sociales y su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes de educación básica media. *Polo del Conocimiento: Revista científico - profesional*, 6(4), 40-53. <https://doi.org/10.23857/pc.v6i4.2537>
- Alegre, A. (2014). Autoeficacia académica, autorregulación del aprendizaje y rendimiento académico en estudiantes universitarios iniciales. *Propósitos y Representaciones*, 2 (1), 79-120. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2014.v2n1.54>
- Alegre, A. A. (2014). Academic self-efficacy, self-regulated learning and academic performance in first-year university students. *Propósitos y Representaciones*, 2(1), 101-120. <https://doi.org/10.20511/pyr2014.v2n1.54>
- Bandura, A. (1999). *Auto-eficacia: cómo afrontamos los cambios de la sociedad actual*.
- Becerra-González, C. E. y Reidl L. M. (2015). Motivación, autoeficacia, estilo atribucional y rendimiento escolar de estudiantes de bachillerato. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 17 (3), 79-93. <http://redie.uabc.mx/vol17no3/contenido-becerra-reidl.html>
- Berger, K. S. (2009). *Psicología del desarrollo: adultez y vejez*. Ed. Médica Panamericana.
- Bisquerra, R. (2009). *Metodología de la investigación*. Editorial La Muralla

Bongiorni, Paula Andrea. (2015). *Autoestima y rendimiento académico*. (Trabajo Final de Posgrado. Universidad de Buenos Aires.) Recuperado de http://bibliotecadigital.econ.uba.ar/download/tpos/1502-0922_BongiorniPA.pdf

Castellanos Páez, V., Latorre Velásquez, D. C., Mateus Gómez, S. M., & Navarro Roldán, C. P. (2017). Modelo Explicativo del Desempeño Académico desde la Autoeficacia y los Problemas de Conducta. *Revista Colombiana de Psicología*, 26(1), 149-161.

Díaz López, K.M., Caso Niebla, J., y Contreras Niño L.A. (2017). *Modelos explicativos del rendimiento académico*. https://www.researchgate.net/profile/Joaquin-Niebla/publication/325346720_Modelos_explicativos_del_rendimiento_academico/links/5b06f3170f7e9b1ed7eaa898/Modelos-explicativos-del-rendimiento-academico.pdf

Edel Navarro, R., (2003). El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. *REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 1(2), 0.

Garnica Hernández, D. A. y Reyes Ramírez L. A. (2019) *Factores en el rendimiento académico de estudiantes de educación básica a educación media superior*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México]. TESIUNAM Digital. <http://132.248.9.195/ptd2019/noviembre/0798750/Index.html>

Grasso Imig, P. (2020). Rendimiento académico: un recorrido conceptual que aproxima a una definición unificada para el ámbito superior / Academic performance: a conceptual journey that approximates a unified definition for the higher level. *Revista de Educación*, 0(20), 89-104. Recuperado de https://fh.mdp.edu.ar/revistas/index.php/r_educ/article/view/4165

Jorge, E. & González, C. (2017). Estilos de crianza parental: una revisión teórica. *Informes Psicológicos*, 17(2), pp. 39-66
<http://dx.doi.org/10.18566/infpsic.v17n2a02>

Margulis, M. (2001). Juventud: una aproximación conceptual. *Adolescencia y juventud en América Latina*, 41-56.

Narvaez Perdomo, M y Oyola, S. (2015). Influencia del contexto social en el rendimiento académico de los estudiantes del grado 7-1 de la institución educativa técnica Antonio Nariño Fe y Alegría de la Ciudad de Ibagué. Ibagué: Universidad del Tolima, 2015.

Olivari Medina, Cecilia, & Urra Medina, Eugenia. (2007). Autoeficacia y conductas de salud. *Ciencia y enfermería*, 13(1), 9-15. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95532007000100002>

Olmedo, G., Yépez, M. Á. P., Flores, F. G. Z., & Gordillo, S. V. (2018). Autoeficacia académica: un factor determinante para el ajuste académico en la vida universitaria. *SATHIRI*, 13(2), 59. <https://doi.org/10.32645/13906925.755>

Papalia, Olds y Feldman (2010). *Desarrollo humano*. McGraw-Hill Education.

Sánchez, S. B. (2015). *ENTORNO FAMILIAR y RENDIMIENTO ACADÉMICO*.

3Ciencias.

Serra Taylor, J. A. (2014). Autoeficacia y Rendimiento Académico en Estudiantes Universitarios. *Revista Griot*, 3(2), 37–45. Recuperado a partir de <https://revistas.upr.edu/index.php/griot/article/view/1877>

Taguenca Belmonte, Juan Antonio. (2009). El concepto de juventud. *Revista mexicana de sociología*, 71(1), 159-190. Recuperado en 24 de febrero de 2023, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-25032009000100005&lng=es&tlng=es.

Tripiana, J., & Llorens, S. (2015). Empleados engaged: influencia de la autoeficacia y del líder. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 31(2), 636–644. <https://doi.org/10.6018/analesps.31.2.179561>

Valdebenito, M. J. (2017). Autoeficacia y vivencias académicas en estudiantes universitarios. *Acta colombiana de psicología*, 20(1), 266-283. <https://doi.org/10.14718/acp.2017.20.1.13>

Velasquez Quispe, M. (2020). *Estilos de crianza: una revisión teórica*. Universidad Señor de Sipán, Perú. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/7286/Velasquez%20Quispe%20Marisol.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Vista de Factores personales-institucionales que impactan el rendimiento académico en un posgrado en educación | CPU-e, Revista de

Investigación

Educativa.

(n.d.).

<https://cpue.uv.mx/index.php/cpue/article/view/2556/pdf>