

ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE PSICOLOGÍA

César Elizalde García
Kevin Alexis Medel Serrano
Citlalli Garrido Alvarez

Agustín Ayax Álvarez Díaz

Manuel López Keila Carolina

Resumen: Las estrategias de aprendizaje son un conjunto organizado, consistente e intencional sobre lo que hace un alumno para lograr con eficacia un objetivo de aprendizaje en un contexto social, integrando elementos afectivo-emocionales. A su vez, las estrategias de aprendizaje son importantes en los estudiantes porque facilitan la comprensión de contenidos y la ejecución de tareas planeadas (Garrote; Garrote y Jiménez, 2016; Hernández, y González, 2015; Gallardo; Almerich; Suarez-Rodríguez y García-Félix, 2012). Por lo tanto, el objetivo de la investigación es conocer cuáles son las estrategias de aprendizaje más utilizadas en estudiantes de psicología. El estudio se realizó con 41 participantes, 24 mujeres y 17 hombres de entre 18 y 27 años, pertenecientes a la carrera de psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala (FES Iztacala). Se elaboró una red semántica con 8 palabras detonantes, aprendizaje significativo, memorización, planificación, autorregulación, autoevaluación, autocontrol, concentración y estructuración de la información, para poder obtener indicadores de las posibles estrategias de aprendizaje que emplean los estudiantes. Los resultados obtenidos mostraron que hay indicadores de buena planificación, así como de concentración, memorización y estructuración de la información. Los resultados ayudaron a la redacción de 80 reactivos que constituyen la prueba preliminar de Estrategias de Aprendizaje.

Palabras clave: Estrategias, aprendizaje, educación, red semántica.

LEARNING STRATEGIES IN UNIVERSITY STUDENTS OF PSYCHOLOGY

Abstract: The learning strategies are organized, consistent and intentional set about what student does to get a learning objective in a social context, adding emotional elements in turn, the learning strategies are important in the students, because provide understanding of contents and implementation of planned task (Garrote; Garrote y Jiménez, 2016; Hernández y González, 2015; Gallardo; Almerich; Suárez-Rodríguez y García-Félix, 2012). So, the objective in this investigation was know wich are the learning strategies most used the psychology students. This study was made with 41 participants, 24 women and 17 mens, bewten 18 to 27 years old, all were psychology students of Faculty Higher Education Iztacala (FES Iztacala). It was made semantic network with 8 detonating words, learning, memorization, planning, self regulation, self evaluation, self control, concentration and structuring information. The results obtained showed what there are inticators of nice planification, like concentration, memorization and structuring information. The results helped to write 80 items of learning strategies preliminary test.

Key words: *Strategies, learning, education, semantic network.*

Introducción

El aprendizaje suele ser uno de los temas de mayor interés en la sociedad actual, éste juega un papel importante, se puede observar como eje fundamental en la formación de pequeños estudiantes para que, posteriormente, sean personajes activos de la sociedad, y también en los procesos de cada individuo y la adquisición de nuevos saberes que le permitan crecer. Por estas razones, las maneras en cómo se aprende son esenciales en este proceso, gracias a ellas es posible lograr, en la mayoría de los casos, una adquisición del conocimiento de manera significativa y que pueda ser fácilmente utilizado en determinadas situaciones (Moreira, 2012).

Autores como Ausubel han señalado que el aprendizaje es organización e integración de información en la estructura cognitiva donde destaca la integración de nuevos contenidos en las estructuras previas del sujeto. De acuerdo a lo anterior, el aprendizaje es un proceso de contraste y equilibrio, logrando de tal forma que sea significativo a largo plazo (García,

Fonseca & Concha, 2015). El aprendizaje resulta ser más eficiente si este está sujeto a una motivación y entre los factores asociados a este, destacan las estrategias de aprendizaje (Yáñez, 2016; Boza & Toscano 2002).

Gargallo, Almerich, Suárez-Rodríguez y García-Félix (2012) mencionan que las estrategias de aprendizaje han sido definidas como el conjunto organizado, consciente e intencional de lo que hace el aprendiz para lograr con eficacia un objetivo de aprendizaje en un contexto social dado integrando elementos afectivo-motivacionales y de apoyo, metacognitivos y cognitivos.

Autores afirman que las estrategias de aprendizaje son importantes en los estudiantes porque facilitan la comprensión de los contenidos y la ejecución de tareas planteadas; permiten analizar y debatir los objetivos de los nuevos contenidos, favorecen el control y el autocontrol del proceso de educación, facilitan la secuencia, el orden y el trabajo con exactitud de los contenidos para su mejor aprovechamiento, evitan la improvisación, dan seguridad a los actores, favorecen la autoconfianza, fomentan el trabajo colaborativo, dinamizan el proceso de enseñanza-aprendizaje, favorecen la participación y la socialización y evitan la memorización mecánica del material docente, además de que el alumno deja de ser receptor para pasar a ser actor de sus propios aprendizajes y gestor de sus conocimientos (Garrote; Garrote y Jiménez, 2016; Hernández y González, 2015; Rodríguez y Anzures, 2015; Lima 2009).

La principal función de un profesor universitario es posibilitar, facilitar y guiar al alumno para que ingrese a los contenidos y conocimientos profesionales de una determinada disciplina, para lo cual, es necesario un sistema de aprendizaje autónomo que facilita al alumno construir el conocimiento. Por ello, deben desarrollarse estrategias que permitan al estudiante aprender a aprender, donde se genere un ambiente que fomente el pensamiento crítico y la reflexión sobre su propio proceso de aprendizaje; de igual forma, los profesores deben fomentar el aprender a hacer y trabajar cooperativamente con sus compañeros. En este sentido, la redefinición del aprendizaje en un escenario universitario debe atender los componentes cognitivos y afectivo-motivacionales de los alumnos (Gonzalo, 2010; Herrera-Torres y Lorenzo-Quiles, 2009). Lo que expone Herrera (2014) se toma como referencia la

definición de Weinstein de estrategias de aprendizaje quien las considera como aquellos pensamientos, comportamientos, creencias o emociones que facilitan la adquisición, entendimiento o transferencia de nuevos conocimientos o habilidades.

La relación entre el aprendizaje y las estrategias de aprendizaje ha sido ya demostrada en diferentes estudios; por ejemplo, un estudio hecho por Yip en 2013 encontró que existen diferencias entre el aprendizaje y las estrategias usadas por estudiantes universitarios con altas calificaciones en comparación con aquellos de calificaciones bajas. Sin embargo, aún no es claro si la misma combinación de estrategias puede aplicarse a la determinación de desempeño en diferentes asignaturas (De Zoysa, Chandrakumara & Rudkin, 2014).

Asimismo, Pizano (2004) menciona que existen distintos tipos de estrategias, propone una calificación que está hecha con base en cómo se procesa la información en el cerebro, por lo tanto, las estrategias se dividen en: *estrategias de adquisición de información, estrategias de codificación de información, estrategias de recuperación de información y estrategias de apoyo al procesamiento de información.*

Rossi, Neer, Lopetegui y Doná (2010), realizaron una investigación para comprobar si existían diferencias en el rendimiento y las estrategias de aprendizaje, según el género de los estudiantes universitarios. Utilizaron la escala de estrategias de aprendizaje (ACRA), y un autoinforme del rendimiento académico de los estudiantes, con base en sus calificaciones de los exámenes finales. La escala ACRA está dividida en tres dimensiones, todas enfocadas a las estrategias de aprendizaje. Los resultados arrojan que los estudiantes, sólo usan trece de las cuarenta y cuatro estrategias posibles. En cuanto a las diferencias entre géneros, al hablar de promedios no se encontraron diferencias significativas, sin embargo, se encontró que las mujeres tienden más a usar lápices de diferentes colores a diferencia de los hombres que no los usan; a pesar de ello, no se encontró relación entre las estrategias de aprendizaje y el rendimiento escolar, los autores creen que esto podría deberse a que los alumnos sabían cuáles eran las respuestas esperadas en la aplicación de la escala ACRA.

Por otro lado, Bahamón, Viachá, Alarcón y Bohórquez (2013) realizaron una investigación sobre estrategias de aprendizaje utilizadas por universitarios para comprobar si éstas influyen en el logro académico de los estudiantes. Para ello utilizaron la Escala de

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. ISSN 2594-8806

Estrategias de Aprendizaje de Román y Gallego (1994) cuyo instrumento se divide en 4 dimensiones: 1) adquisición, la cual hace referencia a las estrategias atencionales y de repetición que tienen la función de facilitar el paso de la información a la memoria; 2) codificación de información, consiste en la elaboración y organización de la información relacionada para generar nuevos modelos mentales; 3) recuperación de información, se refiere a estrategias de búsqueda en la memoria y generación de respuestas y 4) apoyo, pueden favorecer u obstaculizar el funcionamiento cognitivo. Los estudiantes con logro académico alto utilizan estrategias de aprendizaje de recuperación, planifican sus estudios y tienen preparación en exámenes mientras que los de logro académico medio y bajo utilizan las estrategias atencionales, relacionando la información anterior con los contenidos previos. Los autores comentan que sí existe relación entre las estrategias de aprendizaje utilizadas y el logro académico y comentan que es necesario que se enseñe a los estudiantes las diversas estrategias de aprendizaje.

Las estrategias de aprendizaje son procedimientos que un aprendiz emplea en forma consciente, controlada e intencional como instrumentos flexibles para aprender significativamente y solucionar problemas. Su aplicación es controlada, requieren de una profunda reflexión y se seleccionan inteligentemente (Villalobos, 2012).

El objetivo de la investigación fue conocer cuáles son las estrategias de aprendizaje más utilizadas en estudiantes de psicología de la FES Iztacala, mediante la aplicación de una red semántica.

Método

Diseño de la muestra

El tipo de estudio es no experimental, descriptivo transversal. En este estudio se utilizó una encuesta descriptiva. La muestra se obtuvo a través de un muestreo no probabilístico donde todos los participantes accedieron a colaborar en la investigación de forma voluntaria. Se tomaron en cuenta a los estudiantes de psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, con rango de 18 a 27 años y que cursaban el periodo 2020-1. Y se excluyeron a los estudiantes que no estuvieran inscritos al periodo correspondiente de Psicología.

Participantes

Para la administración de la red semántica, la muestra estuvo constituida por 41 estudiantes de la carrera de Psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, de los cuales 24 (59%) eran mujeres y 17 (41%) eran hombres, con una edad comprendida entre 18 y 27 años (ME =19.7 años; D.E.= 1.53).

Debido a que uno de los participantes no completó los datos del semestre que cursaba y su promedio general, sólo se consideraron los datos de los 40 participantes que llenaron completamente los datos. Los promedios de calificación de todos los participantes oscilaban entre 7.0 y 9.72 (ME= 8.44; D.E.=0.69). En cuanto al semestre que cursaban, de los 40 participantes 17 eran de 4to. semestre (43%), 2 de 6to. semestre (5%), 20 eran de 2do. semestre (50%) y sólo uno de los participantes era de 7mo. semestre (2%).

Instrumento

La red semántica utilizada y administrada a los participantes constó de una serie de 8 detonantes: aprendizaje, memorización, planificación, autorregulación, autoevaluación, concentración, autocontrol y estructuración de la información, todas relacionadas al tema estrategias de aprendizaje; justo después de cada una de ellas, había un espacio destinado que constaba hasta de cinco líneas para que los participantes escribieran las definiciones que relacionaban con la palabra en cuestión y en el lado derecho de cada línea había un paréntesis para que ordenaran del 1 al 5 las palabras de acuerdo al orden de importancia que les atribuía el sujeto.

La red también contó con la adscripción de la institución, un apartado de instrucciones donde se especificaba qué era lo que debían realizar los participantes y algunas preguntas sobre datos generales (sexo, edad, semestre y promedio general).

Procedimiento

Se administró una red semántica sobre algunos conceptos relacionados con las estrategias de aprendizaje, seleccionados con base en una previa revisión de la literatura, que fueron útiles para el desarrollo del instrumento. La finalidad de la red fue conocer cuáles son los

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. ISSN 2594-8806

significados que los estudiantes de psicología de la FES Iztacala atribuyeron a las palabras que se les proporcionaron para así obtener, posteriormente, un diferencial semántico con el cual se pudo llevar a cabo la elaboración de los ítems del instrumento.

Se invitó a los estudiantes de la carrera de psicología de la FES Iztacala a participar de esta investigación, después de la convocatoria se explicó a los voluntarios el propósito del trabajo y el manejo de su información, así como de los posteriores resultados obtenidos y se les solicitó firmaran un consentimiento informado, donde expresaron su participación voluntaria. Después de la presentación general de la investigación se explicaron las instrucciones a los participantes de cómo responder a la red y se resolvieron las dudas respecto a su adecuada resolución. Se aplicó la red semántica diseñada y, posteriormente, se realizó el análisis de esta para determinar su diferencial, peso semántico (M) y valor SAM (J).

Para el llenado de la red semántica los participantes utilizaron un tiempo aproximado de 10 minutos cada uno para responder las 8 categorías en cuestión, en la mayoría de los casos se costearon todos los espacios posibles lo cual aumentó el tiempo en que se respondía la red.

Análisis de los Resultados

El análisis de los resultados y el tratamiento de los datos obtenidos se realizó en Microsoft Excel 2016.

La tabla 1 muestra las palabras obtenidas en el constructo de aprendizaje significativo, siendo 71 (J) palabras de las cuales se calculó el coeficiente m, con la finalidad de obtener las 10 más utilizadas, siendo la más utilizada, estudiar, con un coeficiente M de 103, seguida de leer que tiene un coeficiente M de 89 y de conocimiento con 82 (M), posteriormente están, interés con 46 (M), recordar y repasar con 44 (M), y finalmente se encuentran comprensión con un coeficiente M de 37, retroalimentación con 36 (M), y escuela e investigar con 32 (M).

Tabla 1. Total de palabras obtenidas del constructo: *aprendizaje significativo*.

Concepto	M*	Concepto	M*	Concepto	M*	Concepto	M*	Concepto	M*
Actividades	8	Comparar	7	Entender	8	Independencia	7	Pluma	8
Adquisición	16	Comprensión	37	Escribir	25	Individual	14	Práctica	17
Alumno	20	Concentración	17	Escuchar	17	Inteligencia	6	Perseverancia	9
Analizar	19	Conceptualización	7	Escuela	32	Interés	46	Preguntar	14
Anexar	7	Conocimiento	82	Esquema	6	Investigar	32	Procesamiento	10
Aplicar	9	Constancia	20	Estimulo	9	Leer	89	Profesor	13
Asimilar	30	Construir	6	Estrategias	23	Libreta	7	Prueba de conocimiento	14
Asociar	24	Criticar	7	Estudiar	103	Libro	19	Puntos	10
Atención	6	Cuestionamiento	14	Experiencia	22	Mapa mental	10	Recopilar	8
Aula	6	Curiosidad	6	Explicación	7	Memorístico	22	Recordar	44
Autodidacta	7	Debatir	6	Exposición	18	Método	15	Retroalimentación	36
Autonomía	8	Decir en voz alta	8	Grupo	6	Modificar	10	Reflexionar	17
Cerebelo	10	Didáctico	7	Hábitos	13	Motivación	10	Relacionar	29
Cognición	10	Disciplina	8	Hablar del tema	9	Pasos	9	Repasar	44

Nota: coeficiente M es representado con M*

En la tabla 2, referente al constructo de memorización se encontraron 87 (J) de las cuales, se calculó el coeficiente M para identificar las 10 más utilizadas. Se encontró que la primera es repetir con un coeficiente M de 101, después se encuentra repasar con un coeficiente M

de 51, aprendizaje obtuvo un puntaje de 44 (M), posteriormente se encuentra significar, con un coeficiente M de 40, y memoria con 34 (M), asociar y comprender con 33 (M) y finalmente entendimiento, orden y recordar con 28 (M).

Tabla 2. Total de palabras obtenidas del constructo: *memorización*

Concepto	M*	Concepto	M*	Concepto	M*	Concepto	M*	Concepto	M*	Concepto	M*
Acomodar	9	Comprender	3 3	Esfuerzo	8	Jerarquizar	6	Palabras específicas	7	Resumen	6
Adquirir	7	Concebir	7	Ejecutar	9	Largo plazo	2 4	Permanencia	8	Retención	1 5
Analizar	1 6	Concentración	2 6	Esquemas	1 5	Lectura	2 5	Perseverancia	7	Registrar	6
Almacenar	7	Conocimiento	8	Estímulos	1 5	Leer en voz alta	6	Planificar	7	Secuencia	8
Analogías	9	Corto plazo	1 4	Estructuración	1 7	Leer repetidas veces	9	Práctica	1 5	Sentidos	8
Aprenderlo como un proceso	8	Debatir tema	1 6	Estudiar	1 5	Lineal	1 0	Proceso	1 8	Significar	4 0
Aprendizaje	4 4	Que me pregunten	6	Examen	6	Lóbulo temporal	9	Proceso lógico	7	Simbolizar	8
Asociar	3 3	Describir	7	Guardar	8	Mecanista	9	Puntos	1 6	Sintetizar	1 5
Atención	1 3	Dibujar	7	Habilidad	1 4	Memoria	3 4	Recordar	2 8	Subrayar	8
Audición	6	Diferenciar	6	Historias	7	Monótono	6	Recuperar	1 6	Técnica	8
Autocuestionarme	1 0	Económico	6	Impuesto	9	Motivación	1 7	Redactar	1 8	Uso	1 0
Búsqueda	1 0	Elaborar	8	Información	1 6	Numerar	6	Relacionarlo	2 7	Vinculación	8
Capacidad	6	Entendimiento	2 8	interiorización	6	Nuevo	1 4	Repasar	5 1		
Comparar	6	Escribir repetidamente	1 0	Interés	2 4	Olvido	8	Repetir	0 1		
Componer palabras	6	Escuela	6	Investigar	7	Organización	2 8	Repetir en voz alta	9		

Nota: coeficiente M es representado con M*

En la tabla 3 se muestra el constructo planificar para el que se obtuvo un coeficiente J de 65. Dichas palabras fueron organización/orden con un coeficiente M de 194, jerarquizar con 132 (M), metas y prioridad con 46 (M), acomodar tiempos 45 (M), método 40 (M), estructuras 39 (M), seleccionar 36 (M), analizar 33 (M) y finalmente, idea 26 (M).

Tabla 3. Total de palabras obtenidas del constructo: *planificación*

Concepto	M*	Concepto	M*	Concepto	M*	Concepto	M*	Concepto	M*
Acomodar	9	Criterio	6	Habilidad	7	Pensar	10	Seleccionar	36
Acomodar tiempos	86	Cuenta los días	6	Idea	26	Preparar	14	Técnica	10
Analizar	33	División	9	Indicación	9	Presintetizar	15	Tener lo necesario	7
Anotar	9	Decidir	16	Itinerario/planes	12	Prioridad	46	Tiempo de descanso	10
Asociar	7	Designar días	8	Interés	8	Proceso	26	Visualizar	24
Atención	7	Dirección	14	Jerarquizar	132	Proyecto	10		
Búsqueda	9	Discutir	6	Leer	9	Puntos	14		
Categorizar	8	Esfuerzo	6	Mecánico	16	Recordar	6		
Comparar	8	Expectativas	6	Metas	46	Reflexión	8		
Compromiso	13	Establecimiento	6	Método	40	Repetirlo	6		
Concentración	15	Estrategia	29	Objetivo	27	Responsabilidad	13		
Conceptualizar	6	Estructuras	39	Organización/orden	194	Rutina	7		
Conocimiento	10	Evaluación	9	Plasmar	8	Seguimiento	16		
Consultar	9	Especificación	9	Practicidad	10	Seguridad	7		
Cronograma	6	Guía	15	Preestablecer	9	Sistematizar	6		

Nota: coeficiente M es representado con M*

Tabla 4. Total de palabras obtenidas del constructo: *autorregulación*

Concepto	M*	Concepto	M*	Concepto	M*	Concepto	M*	Concepto	M*	Concepto	M*
Acciones	7	Compromiso	9	Disciplina	16	Individualidad	20	Motivación	37	Propósito	9
Aceptar	9	Concentración	15	Emociones	26	Interiorizar	8	Observación	22	Recuerdo por que lo hago	10
Actividades didácticas	6	Conductas	8	Entender	10	Investigación	9	Opción	8	Reconocimiento	14
Administrar	8	Conocimiento	24	Equilibrio	22	Jerarquizar	10	Organizar/orden	27	Reflexión	7
Analizar mi desempeño	16	Consciencia	32	Esfuerzo	23	Lecturas	7	Paciencia	6	Relajar	7
Apoyar	6	Considerar	8	Estructurar	8	Lo más rápido	7	Papel económico	9	Regular	21
Autoconocimiento	10	Control	82	Estabilidad	18	Madurez	8	Paz	13	Retener	10
Autocontrol	19	Corregir	9	Estudio	8	Manejo	15	Pensamientos	23	Seguridad	8
Autónomo	9	Cuerpo	6	Estrategias	9	Medir	7	Percepción	16	Tareas	6
Autocuestionarme	10	Cuidado	14	Evaluar	7	Meditación	9	Persona	16	Tiempo	16
Ayudar	7	Daños	8	Gradual	9	Meta	15	Planificación	45	Tiempo limite	24
Biológico	8	Decisión	6	Exámenes	8	Metas que alcancé	7	Prioridades	30	Trabajo	6
Calificación	8	Descifrar	7	Expresión	6	Moderación	9	Poner en prueba lo que estudié	8	Tranquilidad/calma	27
Causas	6	Dedicación	9	Fuerza de voluntad	10	Mejorar	10	Poner pros y contras	6	Trato de apresurarme	9
Comparación	9	Deseos	10	Independencia	6	Moral		Promedio	10	Valores	9

Nota: coeficiente M es representado con M*

En la tabla 4, pueden verse los resultados del constructo autorregulación, para el cual se obtuvo un coeficiente J de 90, de las cuales se calculó el coeficiente M con el fin de seleccionar las 10 más utilizadas, las cuales son, control, con un coeficiente M de 82, planificación con 45 (M), motivación 37 (M), consciencia 32 (M), prioridades 30 (M), organización/ orden 27 (M), emociones 26 (M) y finalmente conocimiento y tiempo libre con 24 (M).

En la tabla 5, se observan los resultados del constructo de autoevaluación, en el cual se obtuvieron 69 palabras, de las cuales, tras calcular el coeficiente M, se seleccionaron 10. Estas son, honestidad con 68 (M), objetiva 61 (M), bueno 59 (M), crítica 53 (M), evaluación 43 (M), reflexión 42 (M), introspección 39, autoconocimiento 38 y finalmente comparación con los demás 31.

Tabla 5. Total de palabras obtenidas del constructo: *autoevaluación*

Concepto	M*	Concepto	M*	Concepto	M*	Concepto	M*	Concepto	M*
Aceptación	27	Construcción de conceptos	10	Estudio	8	Objetiva	61	Repasar	16
Analizar	53	Crecimiento	7	Fundamentada	8	Observar	24	Responsabilidad	15
Aprendizaje	7	Criterio	16	Habilidad	7	Opinión de los demás	25	Retroalimentación	27
Autoconocimiento	38	Crítica	57	Honestidad	68	Oportunidades	10	Seriedad	6
Autocontrol	16	Cuestionario	8	Individualidad	23	Participación oral	9	Síntesis / resumen	6
Autovisualizar	13	Cumplimiento	8	Introspección	39	Percepción / perspectiva	24	Tiempo	8
Bueno	59	Consideración	10	Inútil	14	Ponerme a prueba	6	Trabajo en clase	8
Búsqueda de información	7	Descubrir	6	Justicia	6	Positivo	9	Valores	23
Calidad	9	Errores	10	Leer	8	Pensar	14	Ubicarse	9
Calificación	30	Esfuerzo	9	Libertad	13	Preguntar a profesores	7		
Coherente	10	Estándar	21	Malo	17	Proceso	6		
Comparación con los demás	31	Evaluación	43	Mentalizar	8	Reconocimiento	19		
Compromiso	17	Examen	9	Metacognición	8	Redacción	7		
Conocimiento	25	Examinar	8	Moralidad	17	Reflexión	42		
Consciente	7	Explorar	9	Nota	9	Rendimiento	22		

Nota: coeficiente M es representado con M*

En la tabla 6, se muestran las palabras que se obtuvieron en el constructo Concentración siendo 67 palabras en total (J), de las cuales se seleccionaron las 10 más utilizadas, atención obtuvo un coeficiente M de 133, interés 74, cerrarse 50, soledad 48, tiempo 45, silencio 44, reflexionar 39, pensar 36, tranquilidad, 32 y relajación 31.

Tabla 6. Total de palabras obtenidas del constructo: *concentración*

Concepto	M _*	Concepto	M _*	Concepto	M _*	Concepto	M _*	Concepto	M _*
Aislar	9	Definir	8	Interés	7	Práctica	6	Tema principal	6
Anotaciones	9	Dirigir	7	Ir a un lugar público	6	Razonamiento	9	Tener comida	9
Atención	133	Disciplina	9	Intelectual	6	Reflexionar	39	Tener cosas necesarias	7
Autorregulación	7	Disponibilidad	8	Lectura	15	Relajación	31	Tiempo	45
Capacidad	18	Disposición	8	Limpieza	7	Repetir	6	Tranquilidad	32
Centrada	19	Dormir bien	8	Meditación	9	Responsabilidad	7	Ubicar	9
Cerrarse	50	En la escuela	6	Motivación	18	Resumen	10	Unilateral	9
Comodidad	9	En una idea	9	Música	0	Silencio	44		
Comprensión	16	Equilibrio	9	Orden	16	Retención	6		
Compromiso	0	Especificar	7	Participar	24	Sentidos	8		
Control	9	Enfatizar	7	Paz	26	Sin distracción	10		
Crítica	7	Enfocar	6	Pensamiento	0	Sin preocupación	9		
Cuestionamiento	8	Escuchar música	19	Pensar	36	Sin tecnología	2		
Dedicación	9	Espacio adecuado	24	Pensar en el momento	7	Soledad	48		
Detalles	7	Estado	7	Percepción	18	Subjetivo	8		

Nota: coeficiente M es representado con M*

En la tabla 7 se observan las 71 palabras que se recolectaron para el constructo de autocontrol (J), de las cuales las diez más utilizadas son (M), regulación con un coeficiente M de 89, concentración 57, ver películas 50, reflexión 47, respiración 41, tranquilidad 39, relajación 38, analizar 37, conocimiento 36 y, finalmente, límites 35.

Tabla 7. Total de palabras obtenidas del constructo: *Autocontrol*

Concepto	M*	Concepto	M*	Concepto	M*	Concepto	M*	Concepto	M*
Analizar	37	Emoción	7	Inteligencia Emocional	10	Pensar	14	Serena	9
Compromiso	18	Empatía	6	Interés	9	Perseverancia	7	Seria	6
Concentración	57	Equilibrio	23	Jugar Con Pulsera	6	Planificación	7	Social	6
Conducta	16	Escuchar Música	9	Límites	35	Platicar	7	Solución	6
Conocimiento	36	Esfuerzo	6	Madurez	8	Protección	7	Subjetivo	6
Consciencia	9	Estabilidad	7	Manejo	9	Prudencia	18	Suprimir	6
Contradecir Ideas	8	Evaluación	14	Meditación	14	Promulgación	8	Tolerancia	10
Control	30	Expresar	9	Meta	15	Recreación	9	Tranquilidad	39
Conversar	8	Habilidad	8	Moralidad	7	Reflexión	47	Ver Películas	50
Decisión	13	Honestidad	8	Motivación	18	Regulación	89	Voluntad	29
Descansar	7	Identificación	8	Mover Las Manos	7	Relajación	38	Unilateral	0
Determinación	6	Ignorar	6	Objetividad	34	Reprimir	20		
Dibujar	6	Importancia	9	Organizar	7	Respiración	41		
Dirección	15	Impulsos	10	Paciencia	26	Responsabilidad	22		
Disciplina	23	Individual	16	Paz	10	Seguridad Propia	16		

Nota: coeficiente M es representado con M*

En la tabla 8 se encontraron los resultados del constructo de estructuración de la información, en el cual se encontraron 67 palabras en total (J), de las cuales se calculó el coeficiente M para obtener las 10 más utilizadas, las cuales son, organizar/ordenar con un coeficiente M de 142, jerarquizar con 125, planificar 59, categorizar 55, resumen 44, Análisis 43, lecturas/ leer 36, importancia 34, cuadros 30 y congruencia 29.

Tabla 8. Total de palabras obtenidas del constructo: *estructuración de la información*

Concepto	M*	Concepto	M*	Concepto	M*	Concepto	M*	Concepto	M*
Abstracción	8	Crítica	7	Esquemas	10	Metas	10	Repetir	7
Análisis	43	Cuadros	30	Estrategia	6	Metodológica	36	Resumen	44
Aprendizaje	18	Cuestionarme	6	Estructura	31	Notas	22	Retención	8
Armar	9	Datos curiosos	16	Extensión del tema	8	Organizar/ordenar	142	Sentido	17
Categorizar	55	Definiciones	17	Ideas	21	Palabras clave	9	Separar	10
Comparar	8	Desarrollo	7	Importancia	34	Pensar	25	Síntesis	9
Comprensión	10	Dibujar	7	Interés	12	Planificación	59	Subrayar	19
Compromiso	9	Dificultad	6	Introducción	16	Plasmear varias formas	10		
Conceptualizar	14	Discernimiento	8	Investigación	12	Practicar	9		
Conclusión	8	Disciplina	8	Jerarquizar	125	Preparación	7		
Congruencia	29	Discriminación	7	Juicio	8	Procedimiento	22		
Conocimiento	14	Dominar	7	Lecturas/leer	36	Puntos	16		
Construir	13	Ejemplificar y explicar	9	Mapa conceptual	21	Razonamiento	6		
Conveniencia	9	Ejecutar	10	Mapa mental	6	Recopilación	19		
Criterio	10	Especificar	9	Memoria	22	Relación de temas	7		

Nota: coeficiente Mes representado con M*

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. ISSN 2594-8806

Las palabras recolectadas, fueron utilizadas para la redacción de los reactivos del instrumento de la prueba piloto. Dichos reactivos se muestran en los cuadros 1 y 1.1 (Anexos).

Discusión

Las estrategias de aprendizaje tienen el propósito de facilitar la adquisición de conocimientos en los estudiantes de cualquier grado académico, sin embargo, cada estudiante usa diferentes estrategias de aprendizaje. Por lo tanto, el objetivo de la investigación fue conocer cuáles son las estrategias de aprendizaje más utilizadas en estudiantes de psicología de la FES Iztacala.

En el análisis de los resultados se puede apreciar que las estrategias de planificación, como, la organización de tiempo y jerarquizar las actividades, y el constructo de estructuración de información, cómo utilizar organizadores gráficos, estructurar por jerarquía y planificar antes de estructurar la información. A su vez en el constructo de concentración los estudiantes se concentran mientras ponen atención y tienen interés en las actividades. En cuanto a la memorización la repetición y repasar lo aprendido. En autocontrol los valores más altos refieren a regulación, ver películas y la reflexión. En la autoevaluación los alumnos refieren a realizarla con honestidad y de manera objetiva, tomando en cuenta lo bueno y las críticas de los demás.

Las estrategias que también utilizan, pero en menor medida son retroalimentación, investigación, relación de ideas, realizar cuadros, establecer límites en sus actividades, relajación la cooperación y prestar atención a sus emociones.

Arias, Zegarra y Justo (2014), afirman que, la metacognición implica, una toma de conciencia de las estrategias de aprendizaje que se emplean, entre las cuales incluye a la autorregulación y el autoconocimiento. En el presente estudio se encontró que los alumnos, asocian la autorregulación con la motivación, lo que concuerda con los resultados obtenidos por Arias et al, quienes dicen que un mayor autoconocimiento y una mayor motivación hacen que los alumnos tengan un mejor desempeño.

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. ISSN 2594-8806

Norzagaray, Sevillano y Valenzuela (2012), realizaron una investigación acerca de estrategias de aprendizaje en estudiantes de psicología, con 124 participantes. En la investigación se obtuvo que el 43% de estudiantes de psicología no estudian o realizan esquemas y resúmenes, además que el 46% omite realizar ejercicios previos a un examen, el 85% de estudiantes refieren leer varias veces un material para su comprensión, el 82% se concentran al estudiar y el 83% distribuyen de manera adecuada su tiempo para llevar a cabo sus actividades. En contraste con los resultados obtenidos de estos autores y los indicadores obtenidos de la presente investigación son muy parecidos, debido a que la mayor parte de los estudiantes muestran indicadores de que planifican bien su tiempo, así como gran parte de la muestra refiere a que estudiar leyendo y repasan varias veces, así como la concentración es una parte importante en la consolidación de aprendizajes. Sin embargo, solamente se obtuvieron indicadores, con el instrumento final se puede hacer la contrastación de resultados de mejor manera.

Finalmente, las estrategias de aprendizaje utilizadas por los alumnos de psicología son variadas y favorecen en la adquisición de los conocimientos. Los resultados obtenidos en esta investigación permitieron la redacción de los 80 reactivos para la prueba piloto de la construcción del instrumento de evaluación de estrategias de aprendizaje. En un siguiente estudio se someterán a pruebas de confiabilidad y validez.

Referencias

- Acevedo, C., Chiang, M., Madrid, V., Montecinos, H., Reinicke, K. & Rocha, F. (2009). Estrategias de aprendizaje en alumnos universitarios y de enseñanza media. *Revista Estilos de Aprendizaje*, 4(4), 114-126.
- Bahamón, M. M. J., Viachá, P. M. A., Alarcón, A. L. L. & Bohórquez, O. C. I. (2013). Estilos y estrategias de aprendizaje relacionadas con el logro académico en estudiantes universitarios. *Pensamiento Psicológico*. 11(1), 115-129.
- Beltrán, J. (2003). Estrategias de aprendizaje. *Revista de Educación*, (332), 55-73.

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. ISSN 2594-8806

Boza, C. A. & Toscano, C. M. (2012). Motivos, actitudes y Estrategias de aprendizaje: aprendizaje motivado en alumnos universitarios. *Revista de currículum y formación de profesorado*, 16(1), 125-142.

Calderón, L. & Chiecher, A. (2013). Uso de estrategias de aprendizaje en estudiantes universitarios y estudiantes de maestría. Universidad Nacional de Río Cuarto. Facultad de Ciencias Humanas. Departamento de Ciencias de la Educación.

De Zoysa, A., Chandrakumara, P. & Rudkin, K. (2014). Learning and study strategies affecting the performance of undergraduate management accounting students in an Australian university. 2014 AFAANZ Conference (pp. 1-19). Australia: AFAANZ.

Del Caño, S. M., Marugán, M. M., Román, J. M., Torres, G. H. y Galán, C. M. (2005). Estrategias de aprendizaje y alumnos de alta capacidad. *Investigational Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1), 65-72.

García, G. F., Fonseca, G. G. & Concha, G. L. (2015). Aprendizaje y rendimiento académico en educación superior: un estudio comparado. *Revista Electrónica Actualidades Investigativas en Educación*, 15(3), 1-26.

Gargallo, B., Almerich, G., Suárez-Rodríguez, J. M. & García-Félix, E. (2012). Estrategias de aprendizaje en estudiantes universitarios excelentes y medios. Su evolución a lo largo del primer año de carrera. *Revista Electrónica de Investigación y Evaluación Educativa RELIEVE*, 18(2), 1-22.

Garrote, R. D., Garrote, R. C., y Jiménez, F. S. (2016). Factores influyentes en motivación y estrategias de aprendizaje en los alumnos de grado. REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación, 14(2), 31-44.

González, M. D. & Díaz, A. Y. M. (2006). La importancia de promover en el aula estrategias de aprendizaje para elevar el nivel académico en los estudiantes de Psicología. *Revista Iberoamericana de Educación*, 40(1), pp. 1-17.

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. ISSN 2594-8806

Gonzalo, G. P. R. (2010). Relación profesor-alumno en la universidad: arista fundamental para el aprendizaje. *Calidad en la educación*, 32, 78-108.

Hernández, D. A. & González, H. M. (2015). Estrategias de aprendizaje en la formación universitaria. *Educare*, 19(63), 441-454.

Herrera, C. F. (2014). Motivación, estrategias de aprendizaje y rendimiento académico, en alumnos de Nutrición y Dietética de la Universidad del Desarrollo. *Revista Educación en Ciencias de la Salud*, 11(1), 38-46.

Herrera-Torres, L. & Lorenzo-Quiles, O. (2009). Estrategias de aprendizaje en estudiantes universitarios. Un aporte a la construcción del Espacio Europeo de Educación Superior. *Revista Educación y Educadores*, 12(3), 76-86.

Lima, L. M. (2009). Estrategias de enseñanza para el aprendizaje del idioma inglés. Universidad Nacional Federico Villarreal. Tesis de Grado Facultad de Educación.

Malo, S. D. (2008). La medición en psicología como herramienta y como reflexión ética en el ejercicio del psicólogo. *Psicogente*, 11(19), 46-51

Moreira, M. A. (2012). ¿Al final, que es aprendizaje significativo?. *Revista Currículum*, 25, 29-56.

Norzagaray, B. C. C., Sevillano, G. M. L. & Valenzuela, B. A. (2013). Estrategias de aprendizaje y rendimiento académico: la perspectiva del estudiante de psicología. Universidad de Sonora. Departamento de Psicología y Ciencias de la Comunicación. Programa Docente de Psicología.

Paucar, M. P. (2015). Estrategias de aprendizaje, motivación para el estudio y comprensión lectora en estudiantes de la facultad de educación de la UNMSM. Tesis de Maestría. Facultad de Psicología. Unidad de Postgrado. Lima, Perú.

Pizano, G. (2004). Las estrategias de aprendizaje y su relevancia en rendimiento académico de los alumnos. *Revista de investigación educativa*, 8(12), 27-30.

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. ISSN 2594-8806

Quant, D. M. & Sánchez, A. (2012) Procrastinación, Procrastinación académica: conceptos e implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y práctica*, 3(1), 45-59.

Revel-Chion, A. & González-Galli, L. (2007). Estrategias de aprendizaje y autorregulación. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (Colombia)*, 3(2), 87-98.

Rodríguez, R. R., y Anzures, G. E. E. (2015). Estrategias de aprendizaje y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de una escuela privada de educación media superior. *Actualidades Investigativas en Educación*, 15(1), 1-16.

Roces, C., Tourón, J, y González, M. C. (1995). Validación preliminar del CEAM II (Cuestionario de Estrategias de Aprendizaje y Motivación II). Universidad de Navarra. 1-14.

Rossi, C. L. E., Neer, R. H., Lopetegui, M. S. & Doná, S. M. (2010). Estrategias de aprendizaje y rendimiento académico según el género en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología- Segunda Época*, 11, 199-211.

Villalobos, S. A. G. (2012). Definiciones de estrategias de aprendizaje. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. Escuela Superior de Tizayuca.

Revel-Chion, A. & González-Galli, L. (2007). Estrategias de aprendizaje y autorregulación. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (Colombia)*, 3(2), 87-98.

Yáñez, M. P. (2016). El proceso de aprendizaje: fases y elementos fundamentales. *Revista San Gregorio*, 11(1), 70-81.

Anexos

- 1 Si no estudio los temas siento que no logro aprender
 - 2 Repito muchas veces algo que tengo que estudiar para recordarlo
 - 3 Llevo un orden al realizar mis actividades académicas
 - 4 Mantener el control de mis actividades, me permite un desempeño adecuado
 - 5 Soy honesto al momento de realizar una autoevaluación
 - 6 Para concentrarme en una tarea debo prestarle toda mi atención, sin distracciones
 - 7 El regularme es una forma de poder lograr aprender algo
 - 8 Ordeno la información investigada para comprender un tema
 - 9 Realizo jerarquías de puntos centrales de temas escolares
 - 1
 - 0 Siempre busco estar en control para lograr concentrarme
 - 1
 - 1 Si me interesa un tema/tarea puedo concentrarme mejor en aprenderlo
 - 1
 - 2 Cuando realizo una autoevaluación, lo hago de forma objetiva
 - 1
 - 3 Planificar mis actividades me permite mejorar mi desempeño académico
 - 1
 - 4 Realizo jerarquías de lo que tengo planeado hacer
 - 1
 - 5 Suelo repasar las notas que considero son importante para mi aprendizaje
 - 1
 - 6 Aprendo mejor cuando leo textos sobre determinado tema
 - 1
 - 7 El aprendizaje es apenas la acumulación de conocimiento
 - 1
 - 8 El aprendizaje solo es posible por memorización
 - 1
 - 9 Planteo metas y objetivos para mis actividades académicas
 - 2
 - 0 El sentirme motivado, al realizar una tarea, me permite desempeñarla de mejor manera
-

-
- 2
1 Tomo en cuenta para que soy bueno, durante una autoevaluación
2
2 Necesito alejarme de todos para concentrarme
2
3 Pasar el tiempo viendo películas ayuda para concentrarme después
2
4 Pienso como voy a estructurar el tema a desarrollar
2
5 Realizo categorías de la información que tengo para un mayor entendimiento
2
6 La reflexión es una herramienta que me permite concentrarme en mis ideas
2
7 Necesito estar solo para lograr concentrarme en hacer mis deberes
2
8 Realizo críticas constructivas sobre mis autoevaluaciones
2
9 Presto atención a mis conocimientos previos para desempeñarme mejor en la realización de alguna tarea
3
0 Llevo a cabo las actividades escolares más importantes primero
3
1 Si significo los aprendizajes es más posible que los conocimientos perduren en el tiempo
3
2 Aprendo mejor cuando el tema me parece interesante
3
3 Para aprender es necesario recordar toda la información estudiada
3
4 Suelo utilizar mi memoria para aprender mejor las cosas
3
5 Establezco horarios para realizar tareas, prácticas y trabajos de mis clases
3
6 Enfatizar cuales son mis prioridades al momento de realizar mis actividades, me permite llevarlas a cabo con mayor facilidad
6
7 Analizo mis habilidades durante y después de la autoevaluación
3
8 Me tomo tiempo al concentrarme en hacer mis trabajos/tareas
3
9 Utilizo la respiración para conseguir concentrarme en lo que hago
-

-
- 4
0 Hago resúmenes de lecturas de mis materias

Cuadro 1. Reactivos del instrumento piloto (primera parte)

-
- 4
1 Analizo la información que tengo para estructurarla
4
2 Si estoy tranquilo es más sencillo que pueda concentrarme
4
3 El silencio es indispensable para poder concentrarse
4
4 Tomo en cuenta las opiniones de los demás para mi autoevaluación
4
5 Organizo mis actividades de acuerdo al tiempo que le daré a la realización de cada una.
4
6 Tengo diferentes ideas de cómo y cuándo hacer mis actividades
4
7 Cuando asocio varias ideas se me facilita lograr un aprendizaje
4
8 Aprendo mejor cuando repaso varias veces un tema
4
9 Es posible aprender sin comprender la información
5
0 Siempre que me enseñan algo nuevo trato de comprenderlo
5
1 Pienso en el método que voy a emplear para hacer mis actividades
5
2 Realizar mis actividades en un lugar tranquilo, apto para concentrarme me ayuda a desempeñarme mejor
5
3 Suelo reflexionar sobre mis áreas de oportunidad en una autoevaluación
5
4 Si logro concentrarme puedo reflexionar sobre la información revisada en clases
5
5 Relajarme me permite concentrarme
5
6 Realizo lecturas de los materiales que ya tengo
5
7 Al estructurar la información tengo cuidado con que sea entendible para todos
5
8 Me concentro mejor cuando analizo las cosas que tengo que hacer
5
9 Me es difícil concentrarme en una tarea cuando pienso en varias cosas a la vez
6
0 Realizo una introspección, para mejorar mi autoevaluación
6
1 Mis emociones al momento de realizar alguna tarea influyen en el desempeño de la misma
6
2 Estructuro lo que voy a realizar para tener mejor aprendizaje
6
3 Cuando comprendo un tema, lo recuerdo con facilidad.

6	
4	Mejora mi aprendizaje cuando recibo retroalimentaciones sobre mis trabajos
6	
5	Aprendo mejor estando en una escuela, un salón de clases, que estando en mi casa
6	
6	La organización es esencial para conseguir aprender algo
6	
7	Selecciono con detenimiento qué actividades realizar
6	
8	Los conocimientos previamente adquiridos, me facilitan el desarrollo de una actividad
6	
9	Considero que el conocerme a mí mismo me facilita la autoevaluación
7	
0	Me concentro con facilidad cuando hay tranquilidad a mi alrededor
7	
1	Cuando me concentro puedo aprender de manera más clara un conocimiento nuevo
7	
2	Realizo primero los temas de mayor importancia para mí
7	
3	Organizo la información en cuadros mentales, comparativos, conceptuales la información
7	
4	Cuando establezco límites en un tema me puedo concentrar de mejor manera
7	
5	Sólo estando relajado consigo concentrarme
7	
6	Me comparo con los demás para realizar mi autoevaluación
7	
7	Tener un tiempo libre durante la realización de mis actividades me ayuda a tener una mejor concentración
7	
8	Analizo las estrategias que puedo utilizar para hacer mis tareas y trabajos
7	
9	Cuando utilizo mi memoria suelo recordar cosas que necesito para aprender algo nuevo
8	
0	Investigo los temas para aprender mejor los contenidos

Cuadro 1.1. Reactivos del instrumento piloto (segunda parte)

Recebido: 10/7/2020. Aceito:20/7/2020

Autores y Contacto:

César Elizalde García

Lic. En Psicología por la UNAM y catedrático de tiempo completo en la FES-Iztacala.

Correo Electrónico: celizaldeg@unam.mx

Kevin Alexis Medel Serrano

Coordinador general del Congreso Internacional en Resiliencia México en 4 ediciones que se organiza en la Facultad de Estudios Superiores Iztacala; Embajador de Resiliencia por la Comunidad Latinoamericana en Resiliencia y coordinador de la Brigada de Apoyo Psicosocial de la misma comunidad, acudiendo a más de 40 operativos en México por los sismos de septiembre de 2017, a Guatemala en 2018 por la erupción del volcán de fuego y en 2020 por emergencia al COVID, conferencista y tallerista nacional e internacional participando en eventos como el Encuentro Internacional de Estudiantes de La Habana Cuba y otros eventos.

Correo Electrónico: psic.alexism.serrano@gmail.com.

Citlalli Garrido Alvarez

Estudiante de Psicología de la FES Iztacala UNAM, miembro del comité organizador del Congreso Internacional en Resiliencia. Ponente de talleres de Estrategias de aprendizaje como parte del servicio social en el CBTIS 227 y en el Instituto Tecnológico de Tlalnepantla. Coordinadora de la brigada de apoyo Psicosocial 2017 y en 2020 en respuesta al covid 19. Ponente de los talleres de habilidades emocionales 3 y 4. Ponente de la Según Jornada estudiantil de investigación y práctica conductual con la investigación “adherencia a la dieta en adultos mayores con hipertensión y diabetes”.

Correo Electrónico: garridocitlalli95@gmail.com

Agustín Ajax Álvarez Díaz

Estudiante de la carrera de psicología en la Facultad de Estudios Superiores Iztacala de la UNAM. Actualmente cursa las prácticas de investigación en psicología educativa y psicología social realizando investigación en el Conservatorio Nacional de Música, por otro lado, ha trabajado dando talleres preventivos de la violencia en el CBTIS 227, conferencias a CONALEP y trabajo en aula con niños(as) de primaria. Dentro de su trayectoria cuenta con algunos eventos como la II Jornada estudiantil de investigación y práctica conductual, con la investigación "Adherencia a la dieta en adultos a mayores con hipertensión y diabetes".

Correo Electrónico: agustinayaxalvarezdiazrocan@gmail.com.

Manuel López Keila Carolina

Ha participado como asistente en el Congreso Internacional en Resiliencia México 2019 que se llevó a cabo en la Facultad de Estudios Superiores Iztacala; ha sido ponente y asistente en la II Jornada Estudiantil de Investigación y Práctica Conductual llevada a cabo en la FES Iztacala.

Correo electrónico: keilacar027@gmail.com