

Metacognición en universitarios de psicología de una institución pública.¹

Cynthia Zaira Vega Valero

FES Iztacala UNAM

vegavalero@hotmail.com

Ana Elena Del Bosque Fuentes

FES Iztacala UNAM

aneldelbosque@gmail.com

María Esther Rodríguez de la Rosa

FES Iztacala UNAM

delarosaesther0213@gmail.com

Área temática: a) Evaluación del aprendizaje y del desempeño escolar

Resumen

El proceso de formación profesional requiere que los estudiantes adquieran conocimientos y desarrollen habilidades y actitudes propias de la profesión, esto implica acciones que se deben promover y fortalecer para que, en este nivel de educación superior, se haga uso de estrategias que favorezcan el aprendizaje. Una actividad importante es la metacognición y relacionada a ella la autorregulación. Este trabajo tuvo como objetivo identificar las habilidades metacognitivas en un grupo de estudiantes universitarios de psicología de una escuela pública, a partir de una escala sobre aprendizaje autónomo que cuenta con validez y confiabilidad. En los resultados de la escala aplicada, destacan dos características propias de la metacognición e importantes de promover a fin de mejorar procesos metacognitivos y estrategias de aprendizaje para apropiarse de los conocimientos de la profesión, estas características son: Planeación y organización y Establecimiento de objetivos y monitoreo. Es conveniente apoyar al estudiante en el desarrollo de estos procesos con cursos autogestión o bajo la guía del docente.

¹ Este trabajo fue financiado por PAPIME-PE302723

Palabras clave: Aprendizaje, metacognición, autorregulación, universitarios.

Justificación

La formación profesional está vinculada directamente con los procesos de enseñanza y aprendizaje que se llevan a cabo en las instituciones de educación superior, por lo que en este proceso formativo es muy importante a considerar lo referente al docente y al estudiante; centramos este trabajo en el estudiante.

En este sentido, es conveniente tomar en cuenta algunos puntos necesarios relacionados directamente con el alumnado, como son: las características de personalidad, los estilos y estrategias que utiliza para aprender, sus motivaciones y, por lo tanto, el establecimiento de objetivos y metas, además de considerar su habilidad metacognitiva, sus habilidades y actitudes profesionales, así como lo concerniente a los conocimientos previos sobre los contenidos por aprender y que se relacionan de manera directa con su profesión.

De los factores en el aprendizaje y desarrollo de habilidades, destacamos que la metacognición es una habilidad importante para el aprendizaje y, por lo tanto, apoya en la formación profesional, por lo que el objetivo del presente estudio fue identificar las habilidades metacognitivas en un grupo de estudiantes universitarios de psicología, a partir de una escala sobre aprendizaje autónomo que cuenta con validez y confiabilidad. Se consideró Planeación y organización y Establecimiento de objetivos y monitoreo de los estudiantes participantes

Enfoque conceptual

El término de metacognición se empezó a utilizar en la década de 1970, con los trabajos de Flavell en su libro publicado en 1976 *The nature of intelligence*, específicamente en el capítulo *Metacognitive aspects of problem solving*, en donde plantea que el concepto de metacognición refiere al conocimiento que un individuo tiene sobre sus propios procesos y productos cognitivos, así como de los aspectos que influyen en ese proceso: ambiente, tarea y habilidades para resolver esa tarea (Valenzuela, A., 2019).

De acuerdo con Crispín (2011), la metacognición implica la toma de conciencia de los procesos cognitivos y afectivos para regular su propio aprendizaje. En este sentido, la metacognición es

el conocimiento de las distintas operaciones mentales y el saber cómo, cuándo y para qué las debemos usar. De acuerdo con Díaz Barriga y Hernández (2011), la metacognición es necesaria en la selección y regulación de las estrategias y técnicas de aprendizaje.

En la metacognición, se da un proceso importante que es la autorregulación; en ella se llevan a cabo actividades de planeación, monitoreo y evaluación. Para Crispín (2005) este proceso de autorregulación implica tener conciencia del propio pensamiento y refiere el conocimiento acerca de cómo se aprende. Este conocimiento sobre cómo se aprende se desarrolla a través de la observación de las propias acciones que se siguen para aprender. El estudiante, además de observar, también vigila y controla sus comportamientos para lograr un aprendizaje más efectivo. En este sentido, La actividad metacognitiva considera lo siguiente:

- El conocimiento de los objetivos que se quieren alcanzar.
- La elección de estrategias para conseguirlo.
- La auto observación de la ejecución; es decir, comprobar si las estrategias son las adecuadas.
- La evaluación de los resultados.

A partir de lo anterior, se dice que, en el proceso de autorregulación, ante una tarea o la solución de un problema, es importante llevar a cabo los siguientes pasos:

1. Planificar la actividad mental antes de enfrentarse a una tarea
2. Observar la eficacia de la actividad iniciada (monitorear)
3. Comprobar el resultado (evaluar)

La autorregulación es definida como *acciones, sentimientos y pensamientos autogenerados para alcanzar metas de aprendizaje*. Es un *proceso autodirectivo*, a partir del cual, los estudiantes transforman sus habilidades mentales en actividades y destrezas necesarias para poder funcionar en diferentes áreas (Zimmerman, 2011 citado en Panadero y Tapia, 2014, p. 458). En este sentido y hablando de aprendizaje, el autor señala que el aprendizaje autorregulado es una actividad que se lleva a cabo de manera proactiva y no se reduce a actividades individuales, ya que también incluye actividades sociales de aprendizaje, por ejemplo, solicitar apoyo a compañeros, padres o docentes, siendo entonces que las características que definen al aprendizaje autorregulado son: la iniciativa personal, la perseverancia y la habilidad para adaptarse.

De acuerdo con lo anterior, el conocimiento sobre la propia cognición implica ser capaz de tomar conciencia del funcionamiento de nuestra manera de aprender, así como comprender los factores que explican los resultados de una actividad, sean positivos o negativos.

Bajo las ideas planteadas por los diferentes autores, es clara la relación que hay entre la metacognición y la autorregulación. En este sentido, la metacognición implica:

- Conocimiento del qué.
- Noción del cómo.
- Conocimiento del cuándo y el dónde.
- Variables o categorías de persona, tarea y estrategia.
- Experiencias metacognitivas.

Por su parte, la autorregulación considera:

- Planificación y aplicación del conocimiento.
- Monitoreo y supervisión (regulación, seguimiento y comprobación).
- Evaluación (relacionada con las categorías de persona, tarea y estrategia).

De acuerdo con Díaz Barriga y Hernández (2005), las actividades metacognitivas y de autorregulación son complementarias en el aprendizaje y en la solución de problemas. Estos dos procesos están claros en la definición que los autores dan sobre las estrategias de aprendizaje al señalar que:

“... son procedimientos (conjuntos de pasos, operaciones o habilidades) que un aprendiz emplea en forma consciente, controlada e intencional como instrumentos flexibles para aprender significativamente y solucionar problemas...” (p. 234).

Tomando en cuenta lo antes expuesto, consideramos la importancia de los procesos metacognitivos y de autorregulación en la formación profesional.

Estrategia metodológica

Se realizó un estudio cuantitativo con alcance descriptivo en el que participaron 255 estudiantes universitarios de primer semestre de la carrera de psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, 85 hombres y 175 mujeres con edad promedio de 18 años. Se les informó a

través de un consentimiento informado del objetivo del estudio a realizar, la voluntariedad y anonimato de su información, solicitando su firma de autorización.

Instrumento: Elaboración de una escala de 46 ítems sobre aprendizaje autónomo con cinco opciones de respuesta tipo Likert. Las opciones fueron de Nunca, otorgando un punto; casi nunca, 2; algunas veces, 3; casi siempre, 4 y; siempre, otorgando 5 puntos. Se consultó el trabajo de Cerda et al. (2025) y Fasce, et al. (2011).

Desarrollo

Se elaboró un instrumento para medir aprendizaje autónomo en estudiantes universitarios de la licenciatura de psicología considerando los trabajos aplicados en países latinoamericanos en nivel de pregrado como; la Escala de Aprendizaje de Autodirigido (Cerda et al, 2015) y, la escala de aprendizaje autodirigido (Fasce et al, 2011). La construcción del instrumento se basó en las normas trabajadas por DeVellis et al. (1993) y Muñiz (2003): 1) Definir el o los constructos respectivos (aprendizaje autónomo); 2) Construcción de los ítems y las opciones de respuestas (tipo Likert o binario); 3) Analizar los ítems para la validación del instrumento. Se empleo el análisis factorial exploratorio.

Cuando se tenía elaborado el instrumento se aplicó a través de la aplicación de Google Forms. Su distribución se realizó a todos los estudiantes de primer semestre de la carrera de Psicología, con el apoyo de los jefes de grupo a través de la lista de correo electrónico. De la información recabada se explora en las habilidades metacognitivas de los participantes

Indagar en los recursos personales que permiten adquirir un conocimiento consolidado y operativo

Resultados

Se realizó el análisis de confiabilidad del instrumento diseñado, el cual mostró un Alpha de Cronbach de .899. Se reporta en este trabajo un análisis de las habilidades metacognitivas en 22 de 46 ítems elaborados, cuya confiabilidad es aceptable y que dan cuenta de características de metacognición: Planeación y organización y Establecimiento de objetivos y monitoreo de los estudiantes participantes (Ver Tabla 1).

Tabla 1 Descripción de características de metacognición estudiadas y organizadas en factores.

Primer factor: Planeación y organización	Segundo Factor: Establecimiento de objetivos y monitoreo
3.Tengo buenas habilidades de gestión escolar (Organización)	6.Prefiero establecer mis propios criterios para evaluar mi rendimiento (Autoevaluación)
5.Manejo mal mi tiempo para mis actividades escolares (Planeación)	13.Soy metódico (Monitoreo)
10.Me fijo horarios rigurosos (Planeación)	16.Soy sistemático en mi aprendizaje (Monitoreo)
15.Soy capaz de enfocarme en un problema (Organización)	27.Prefiero planificar mi propio aprendizaje (Autoevaluación)
21.Me falta control en mi vida (Organización)	28.Disfruto estudiando (Monitoreo)
22.Soy eficiente en el manejo de mi tiempo (Planeación)	29.Establezco mis propios objetivos de aprendizaje (Establecimiento de objetivos)
37.Me doy tiempos específicos para mi estudio (Planeación)	34.Tengo grandes expectativas de mí mismo (Establecimiento de objetivos)
42.Soy desorganizado (Organización)	36.Me gusta evaluar lo que hago (Autoevaluación)
	39.Disfruto un desafío académico (Monitoreo)
	41.Puedo aprender por mi cuenta (Monitoreo)
	45.Soy lógico (Monitoreo)

En la Figura 1 se describen los promedios de respuesta de los estudiantes participantes, destacan los ítems de planeación: 5. Manejo mal mi tiempo para mis actividades escolares y 37. Me doy tiempos específicos para mi estudio. Así como los ítems de organización 3, 15, 21, 37 y 42; en los que se indica la capacidad de enfocarse en un problema, así como la falta de control y la desorganización, sin embargo, reportan buenas habilidades de gestión escolar.

Figura 1 Grafico de promedio del puntaje en factor 1 de habilidades metacognitivas

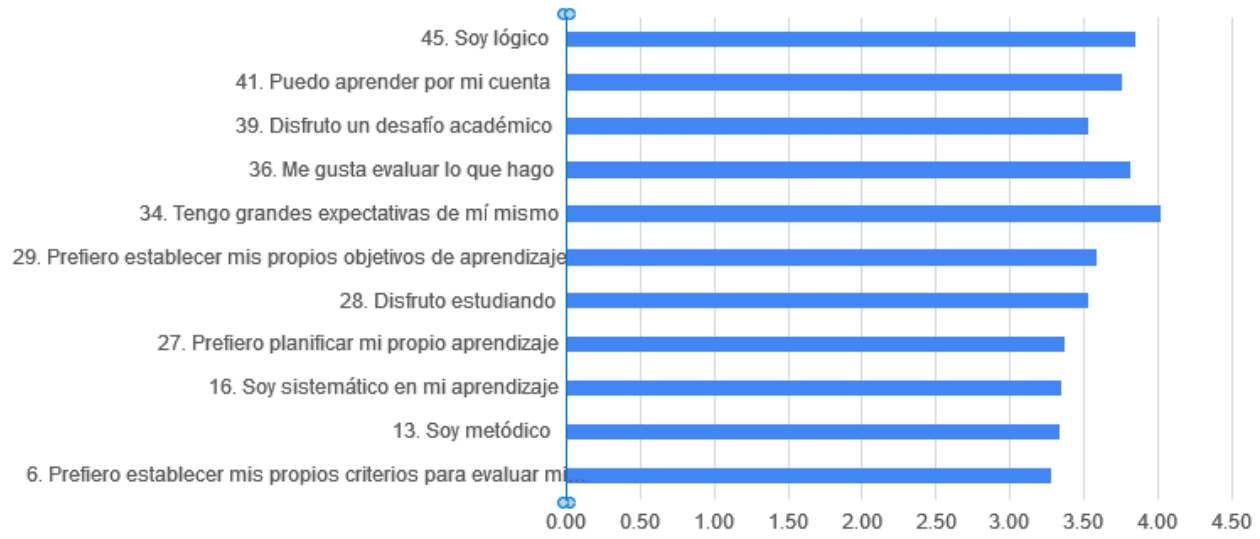
Primer factor: Planeación y organización



En la Figura 2 se describen los promedios obtenidos en el establecimiento de objetivos y monitoreo del segundo factor, destacan los ítems 34, 36, 41 y 45 relacionados con el establecimiento de objetivos, habilidad lógica, autoevaluación y monitoreo.

Figura 2 Grafico de promedio de habilidades metacognitivas en factor 2

Segundo Factor: Establecimiento de objetivos y monitoreo



Los datos indican que las habilidades de planeación, organización, planteamiento de objetivos y monitoreo de alcances son aspectos que mejorar.

Conclusiones

Identificar las habilidades metacognitivas en un grupo de estudiantes universitarios de psicología a partir de una escala de aprendizaje autónomo con validez y confiabilidad permite conocer y apoyar aspectos relevantes en el proceso del estudiante universitario.

De acuerdo con Crispín (2005) desde el planteamiento de autorregulación se pueden promover aspectos vinculados con la metacognición: Planeación, monitoreo y evaluación. La autorregulación implica un proceso más profundo de aprendizaje, que implica para el estudiante conocer los procesos cognitivos y socioafectivos.

De acuerdo con los resultados obtenidos en la escala de aprendizaje autónomo se evalúa la necesidad de mejorar las habilidades de planeación, organización, planteamiento de objetivos y monitoreo de los estudiantes.

Si consideramos el trabajo de Zimmerman (2011) la actividad autorregulatoria destaca para el proceso de formación del estudiante universitario y enfatiza en el control que se debe poseer sobre pensamientos, acciones, emociones y motivación para el alcance de ciertos propósitos educativos.

Los hallazgos de este trabajo permiten plantear la relevancia de la autorregulación no sólo como parte del proceso metacognitivo, plantean su utilidad en el trabajo que promueva el rendimiento

académico y la posible reducción o prevención de aspectos negativos como la procrastinación académica asociada a problemas académicos (Grunschel et al., 2018), pudiendo auxiliar en el desarrollo de modelos educativos predictivos o diseño de estrategias y técnicas de aprendizaje. Se coincide con Paredes-Proaña & Moreta-Herrera (2020), en que la planificación y la autorregulación son componentes esenciales en el aprendizaje académico.

Se considera conveniente apoyar al estudiante en el desarrollo de procesos de: Planeación y organización y Establecimiento de objetivos y monitoreo a través de cursos autogestión o bajo la guía del docente.

Referencias

- Alama Flores, C. M., (2015). Hacia una didáctica de la metacognición. *Horizonte de la Ciencia*, 5(8),77-86. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=570960875008>
- Cerda, C., López, Ó, Osses, S.& Saiz, J.L. (2015). Análisis Psicométrico de la escala de Aprendizaje Autodirigido basada en la Teoría de Aprendizaje Autodirigido de Garrison. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y evaluación-e Avaliação Psicológica*, 1(39), 46-56.
- Crispín, M.L. (Coord), Doria M.C., Rivera, A.B., De la Garza, M. T., Carrillo, S., Guerrero, L., Guadarrama, L., Patiño, H.,Caudillo, L., Fregoso, A., Martínez, J., Esquivel,M. Loyola, M., Costopoulos, Y. y Athié, M.J. (2011). *Aprendizaje Autónomo. Orientaciones a la docencia*. Universidad Iberoamericana. Biblioteca Francisco Xavier Clavigero.
- Devellis, R.F.; Devellis, B.M.; Blanchard, L.W; Klotz, M.L.; Luchok, K. y Voyce, C. (1993). Development and validation of the parent health locus of control (PHLOC) scales. *Health Education Quarterly*, 20(2), 211-225.
- Díaz Barriga, F. y Hernández, G. (2002). *Estrategias docentes para un aprendizaje significativo. Una interpretación constructivista*. McGraw-Hill Interamericana. México.
- Fasce, E & Pérez,V, C & Ortiz M, L & Parra, P & Betancourt, O. (2011). Estructura factorial y confiabilidad de la escala de aprendizaje autodirigido de Fisher, King & Tague en alumnos de medicina chilenos. *Revista Médica De Chile*. 139. 1428-1434. 10.4067/S0034-98872011001100006.
- García, M. (2012). La autorregulación académica como variable explicativa de los procesos de aprendizaje universitario. Profesorado. *Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 16(1), 203-221.
-

- Grunschel, C., Patrzek, J., Klingsieck, K., & Fries, S. (2018). "I'll stop procrastinating now!" Fostering specific processes of self-regulated learning to reduce academic procrastination. *Journal of Prevention & Intervention in the Community*, 46(2), 143-157. <https://doi.org/10.1080/10852352.2016.1198166>
- Panadero, E. y Tapia, J. (2014). ¿Cómo autorregulan nuestros alumnos? Revisión del modelo cíclico de Zimmerman sobre autorregulación del aprendizaje. *Anales de Psicología*, 30(2), 450-462. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16731188008>
- Paredes-Proaño, F., & Moreta-Herrera, R. (2020). Attitudes towards research y selfregulated learning in university students. *CienciAmérica*, 9(3), 11-26. <http://dx.doi.org/10.33210/ca.v9i3.263>
- Valenzuela, A. (2019). ¿Qué hay de nuevo en la metacognición? Revisión del concepto, sus componentes y términos afines. *Educação e Pesquisa* (45). 1-20. Recuperado de: <https://www.scielo.br/j/ep/a/xdq3qp56DwglYgx7BNKPXvy/?format=pdf&lang=es>
-