



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA
Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia
Licenciatura en Psicología

Programa de Profundización en Psicología Clínica

Manuscrito Recepcional

Uso de las estrategias de aprendizaje por alumnos del SUAYED
FES Iztacala

Reporte de Investigación Empírica

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A:

PAOLA CONTRERAS BAUTISTA

Director: Lic. Alejandra Pamela Saldaña Badillo

Dictaminador: Lic. Enrique Luna López



Los Reyes Iztacala Tlalnepantla, Estado de México, a 02 de diciembre de
2019



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

ÍNDICE

RESUMEN.....	2
ABSTRAC.....	3
INTRODUCCIÓN.....	4
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	11
Justificación	11
Pregunta de investigación.....	12
Hipótesis.....	12
Objetivo general.....	13
Objetivos específicos.....	13
MÉTODO.....	14
Población	14
Proceso de selección de la muestra.....	14
Participantes	14
Escenario	15
Tipo de investigación.....	15
Diseño de investigación.....	15
Variables	15
Instrumento	16
Análisis de datos.....	17
RESULTADOS.....	17
DISCUSIÓN	21
CONCLUSIONES	24
REFERENCIAS	25
ANEXOS.....	28

USO DE LAS ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE EN ALUMNOS DEL SUAYED FES IZTACALA

RESUMEN

El uso adecuado de las Estrategias de Aprendizaje es promovido actualmente por las nuevas orientaciones psicopedagógicas, pues en distintas investigaciones se ha comprobado que los estudiantes con éxito difieren de los estudiantes con menos éxito académico en que conocen y usan estrategias de aprendizaje más sofisticadas que la pura repetición mecánica (González y Díaz, 2006). Por lo cual es importante determinar si los alumnos del SUAYED FES Iztacala conocen y usan Estrategias de Aprendizaje para comprender y adquirir los conocimientos que les son proporcionados durante su formación académica de nivel licenciatura. Esta evaluación se llevo a cabo mediante la Escala de Estrategias de Aprendizaje ACRA Abreviada. Los resultados mostraron que tanto los alumnos de nuevo ingreso como los que están próximos a egresar de la licenciatura conocen y aplican en la mayoría de sus actividades académicas las Estrategias Cognitivas y de Control del Aprendizaje, Estrategias de Apoyo al Aprendizaje y los Hábitos de estudio de forma adecuada. Sin embargo, claramente se puede entender que también hay alumnos que se encuentran rezagados con respecto al uso de Estrategias pues las utilizan algunas veces o casi nunca. Tomando en cuenta lo anterior se propone trabajar las distintas Estrategias de Aprendizaje en las aulas virtuales del SUAYED FES Iztacala, para que los alumnos las conozcan y apliquen desde su ingreso y hasta finalizar su licenciatura, ya que el hecho de que un alumno no cuente con estrategias para adquirir los conocimientos da paso a la deserción escolar, porque el alumno empieza a fracasar al momento de aprender y comprender los temas; por el contrario un alumno que conozca estrategias, le da seguridad y mejora su desempeño académico.

Palabras clave: Estrategias de aprendizaje, estrategias psicopedagógicas, comprender, aprender, adquirir, conocimientos.

ABSTRACT

The proper use of Learning Strategies is currently promoted by the new psycho-pedagogical orientations, since in different investigations it has been proven that students successfully differ from students with less academic success in that they know and use more sophisticated learning strategies than pure mechanical repetition (González and Diaz, 2006). Therefore, it is important to determine if SUAyED FES Iztacala students know and use Learning Strategies to understand and acquire the knowledge that is provided to them during their undergraduate academic training. This evaluation was carried out using the ACRA Abbreviated Learning Strategies Scale. The results showed that both new students and those who are about to graduate from the bachelor's degree know and apply in most of their academic activities the Cognitive and Learning Control Strategies, Learning Support Strategies and Study Habits of appropriate form. However, it can clearly be understood that there are also students who are lagging behind the use of Strategies because they use them sometimes or almost never. Taking into account the above, it is proposed to work the different Learning Strategies in the virtual classrooms of SUAyED FES Iztacala, so that the students know them and apply from their entrance and until they finish their degree, since the fact that a student does not have strategies to acquire knowledge gives way to dropping out of school, because the student begins to fail when learning and understanding the issues; on the contrary that a student knows strategies gives him security and improves his academic performance.

Keywords: Learning strategies, psycho-pedagogical strategies, understanding, learning, acquiring, knowledge.

INTRODUCCIÓN

La educación como principal componente del desarrollo humano ha evolucionado en forma compensatoria a la globalización, sin embargo, algo que es innegable es la existencia y perduración de la educación tradicional. Aquella en la que la enseñanza es solo una demostración de los conocimientos que poseen los docentes, y entonces el aprendizaje es solo una gran cantidad de información que el estudiante debe memorizar. (Lujan,2006; citado en Pabón, 2009). Es completamente importante resaltar que desde siempre y ahora con más interés se busca entender y comprender como el hombre aprende y se apropia del conocimiento pues es lo que le permite alcanzar su desarrollo humano.

Normalmente encontramos que en el proceso educativo existen dos agentes participantes en la adquisición del conocimiento los cuales son muy importantes para la aplicación de lo psicopedagógico estos tienen un papel a desempeñar: “el profesor debe asumir un papel más dirigido hacia la organización de la información, hacia el diseño y practica de estrategias que permitan una mayor participación, independencia y responsabilidad por parte del estudiante. Con respecto al estudiante este “debe tomar más consciencia de su responsabilidad en el desarrollo y construcción de su propio conocimiento”, (Joel, 2006; Hardy, 2007; citado en Pabón, 2009)

Tanto el papel del docente como del estudiante, claramente puede estar definido, sin embargo la realidad es otra; habitualmente los estudiantes deciden conformarse y prepararse únicamente para aprobar semestres y lograr titularse; “ sin cuestionarse sobre sus propias capacidades cognitivas y de comunicación , sin esforzarse por organizar sus propios espacios, sin preguntarse por una mejor forma de aprender, sin integrarse a una cultura académica y social más amplias”(Rojas,2006), a esto se le agrega que los docentes se conforman con ser los poseedores del conocimiento y transmitirlo sin cuestionar, provocando así que las nuevas generaciones de profesionistas no cuenten con las herramientas ni capacidades para enfrentarse a un mundo laboral exigente y globalizado.

En estas últimas décadas las investigaciones en el ámbito educativo han permitido considerar otras posturas, que miran hacia conceptos tales como aprendizaje significativo y el aprendizaje estratégico, tal como lo determina Villamizar (2008), son los nuevos planteamientos sobre inteligencia humana que la conciben como múltiples, diversas y con cambios en los procesos de formación, en los distintos niveles; por ejemplo, se espera que los estudiantes sean autónomos, entendiéndose como tal, que están en capacidad de trabajar independientemente de su profesor, autodirigir su aprendizaje, decidir sobre él y saber cómo aprender, rompiendo así con la situación mencionada anteriormente donde la idea profesor y estudiante guarda la tan estrecha relación de que mientras uno enseña, el otro aprende.

Ahora bien para empezar a comprender la importancia de lo psicopedagógico iniciaremos con la definición que le da Velaz (1998), quien concibe lo psicopedagógico como aquel conjunto de conocimientos, procedimientos y principios teóricos que fundamentan la planificación, diseño, aplicación y evaluación de la intervención psicopedagógica desde diversas perspectivas; preventiva, comprensiva, sistemática y continuada que se dirigen a las personas, las instituciones y al contexto comunitario, con el objetivo de facilitar y promover el desarrollo integral de los sujetos a lo largo de las distintas etapas de su vida, y lo que se considera de mayor trascendencia: con la implicación de los diferentes agentes educativos: orientadores, tutores, profesores, familia y comunidad

Entendiendo de esta manera que es posible dotar a los alumnos de estrategias como de información para que puedan ampliar el conocimiento y mejoren el desarrollo humano puesto que el estudiante universitario se enfrenta a un mundo complejo, en el cual su satisfacción personal, es un factor muy influyente en el proceso de adaptación donde debe asumir mayores retos, se tiene claro que muchos estudiantes ante las presiones del entorno y ante situaciones que alteran su cotidianidad, tienden a mostrar un bajo rendimiento, inestabilidad emocional y esto suele llevarlos a la deserción escolar (Pabón, 2009)

Es entonces que para conseguir el adecuado desarrollo humano y evitar la deserción académica, según (Henaó, Ramírez & Ramírez, 2006) “la meta de toda educación debe ser incrementar y activar el desarrollo del potencial de la persona, mediante acciones, que contribuyan a la estructuración de su personalidad, acrecentar capacidades, habilidades y motivaciones.”

Se entiende entonces que el uso adecuado de las estrategias permite por medio de una sucesión de pasos o etapas que se realizan con la finalidad de lograr unos objetivos, por medio de la optimización y regulación de los procesos cognitivos, afectivos y psicomotrices. (Montañero, 2005); lograr que los conocimientos sean asimilados de la mejor manera por los estudiantes.

Lo psicopedagógico nos muestra el camino y las estrategias de aprendizaje se convierten entonces en lo que necesitamos para apoyar a los estudiantes, según (Nisbet y Shucksmith 1986), las estrategias de aprendizaje son concebidas como un conjunto de secuencias integradas de procedimientos planificados en función de un contexto de aprendizaje, con el propósito deliberado de facilitar la adquisición, almacenamiento y utilización de la información.

Son entonces el conocer y usar estas estrategias las que permitirán el desarrollo de un conocimiento estratégico que se aplicara al aprendizaje, requiriendo de esta manera de un análisis profundo de las diversas variables inmersas en un contexto educativo particular y llevar así al estudiante a plantearse cuando, como, porque y en qué circunstancias, el uso de unas determinadas estrategias de aprendizaje podría tornarse mas eficaces que otras. Siguiendo a (Pozo, Monereo y Castelló 2004) la puesta en marcha de una estrategia conlleva entonces a que el aprendiz controle la planificación, supervisión y evaluación de un plan de acción. Para lo cual se exponen algunas de las dimensiones vinculadas al uso estratégico del conocimiento según Sánchez (2015):

- a. Las metas del aprendizaje: deben estar dirigidas a la comprensión de nuevos conceptos o a la construcción de redes conceptuales, las cuales pueden establecerse tanto por el docente como por el estudiante.

- b. El grado de control y regulación: se refiere a la conciencia acerca de las demandas que, en cada etapa del proceso, permiten ubicar el objetivo del aprendizaje a alcanzar.
- c. Nivel de incertidumbre de la tarea de aprendizaje: en este sentido, la incertidumbre debe entenderse como el grado de novedad que la tarea de aprendizaje conlleva.
- d. La complejidad de la secuencia de acciones: en este caso las secuencias de acciones representan los pasos implicados en la consecución de un objetivo de aprendizaje.

Lo anterior exige entonces que debe existir y considerarse un planteamiento de principios metodológicos de corte psicopedagógico encauzados al desarrollo de la autorregulación y la autonomía en el aprendizaje, que sin duda promoverán a todo nivel un uso progresivo y consciente del conocimiento estratégico ante unas demandas concretas de aprendizaje.

Para su mejor comprensión González y Díaz (2006) muestran que las estrategias de aprendizaje se encuentran clasificadas de la siguiente manera:

- Estrategias disposicionales y de apoyo: estas estrategias son las que ponen la marcha del proceso y ayudan a sostener el esfuerzo, aquí se incluyen a su vez dos tipos de estrategias.
- Estrategias afectivo-emotivas y de automanejo: que integran procesos emocionales, actitudes adecuadas, autoconcepto, autoestima, sentimiento de competencia, relajación, control de ansiedad, reducción del estrés, etc.
- Estrategias de control de contexto: se refieren a la creación de condiciones ambientales adecuadas, control del espacio, del tiempo, de material, etc.
- Estrategias de búsqueda, recogida y selección de la información: integran todo lo referente a la localización, recogida y selección de la información. El sujeto debe aprender, para ser aprendiz estratégico, cuales son las fuentes de información y como acceder a ellas para disponer de la misma. Debe aprender, también, mecanismos y criterios para seleccionar la información pertinente.

- Estrategias de procesamiento y uso de la información adquirida, que incluyen:
 - Estrategias de atención: dirigidas al control de la atención y a centrarse en la tarea.
 - Estrategias de codificación: elaboración y organización de la información: controlan los procesos de reestructuración y personalización de la información, para integrarla mejor en la estructura cognitiva a través de tácticas como el subrayado, epigrafiado, resumen, esquemas, mapas conceptuales, cuadros sinópticos, etc.
 - Estrategias de repetición o almacenamiento, que controlan los procesos de retención y memoria a corto y largo plazo, a través de tácticas como la copia, repetición, recursos mnemotécnicos, establecimiento de conexiones significativas, etc.
 - Estrategias de personalización y creatividad: incluyen el pensamiento crítico, la reelaboración de la información, las propuestas personales creativas.
 - Estrategias de recuperación de la información: que controlan los procesos de recuerdo y recuperación a través de tácticas como ejercicios de recuerdo, de recuperación de la información siguiendo la ruta de conceptos relacionados, etc.
 - Estrategias de comunicación y de uso de la información adquirida, que permiten utilizar eficazmente la información adquirida para tareas académicas y de la vida cotidiana a través de tácticas como la elaboración de informes, la realización de síntesis de lo aprendido, la simulación de exámenes, auto preguntas, ejercicios de aplicación y transferencia, etc.
 - Estrategias metacognitivas, de regulación y control: se refieren al conocimiento, evaluación y control de las diversas estrategias y procesos cognitivos, de acuerdo con los objetivos de la tarea y en función del contexto.

Todos y cada uno de nosotros estamos recibiendo a cada momento y a través de nuestros sentidos una abrumadora cantidad de información procedente del mundo que nos rodea. Conociendo entonces lo que son las estrategias de aprendizaje podemos considerar que el estudiante que hace uso de ellas se permite trabajar de forma consciente en lo que quiere lograr, seleccionando la información que le será útil mejorando así sus posibilidades de trabajo y de estudio en el caso de los alumnos universitarios su propósito es un adecuado rendimiento académico.

Son diversas las investigaciones llevadas a cabo en este tema, entre las cuales podemos mencionar la llevada a cabo por Villamizar (2008) el cual en su investigación trata de identificar la relación que existe entre estrategias de aprendizaje y el rendimiento académico, en 101 estudiantes universitarios; los resultados lo que le mostraron es que claramente existe una correlación positiva entre el uso de las estrategias y el rendimiento académico, por lo cual concibe que a mayor uso de estrategias mayor rendimiento académico, identificó también que las estrategias más usadas son aquellas que tienen que ver con el proceso de memorización, por lo cual se establece una correlación entre memoria-rendimiento académico, cuando este proceso cognitivo supera la mera repetición y se torna en un proceso más activo, por último su investigación muestra que los estudiantes con alto rendimiento se caracterizan por estar movidos por factores como planificar más, seleccionar y organizar la información, controlar el ambiente de estudio, establecer horarios de estudio y reconocer la utilidad de las estrategias de aprendizaje.

De igual forma (Córdoba, 2017) realizó un Plan de Estrategias Psicopedagógicas dirigidas al personal docente desde el enfoque constructivista, aplicadas a estudiantes con bajo rendimiento, esta investigación logró constatar la importancia de la corriente del constructivismo dentro del ámbito educativo, ya que destaca al ser humano como el principal constructor de su conocimiento, el cual además por medio de la interacción llega a convertirse en aprendizaje significativo; la importancia de esta investigación radica además en que las estrategias psicopedagógicas deben ser reconocidas por los docentes como parte de su capacitación en beneficio de los alumnos.

González y Díaz (2006) a su vez se enfocaron a identificar la importancia de promover en el aula estrategias de aprendizaje para elevar el nivel académico en los estudiantes de Psicología, los resultados mostraron que se presentan dificultades de aprendizaje en los alumnos, provocadas por sus deficientes hábitos de estudio, además de que se noto la carencia de programas institucionales tendientes a establecer métodos de estudio efectivos y el entrenamiento en estrategias de aprendizaje, la mayoría de los alumnos no utilizan las estrategias adecuadas para lograr un aprendizaje significativo, de esta forma el alumno se desenvuelve en los niveles mas bajos del aprendizaje como lo son el reconocimiento y el recuerdo literal, reduciendo de esta forma su aprendizaje a prácticas de memorización y repetición sobre los conocimientos que le transmite el profesor y los textos que utiliza, aprende a apoyarse menos en su juicio y mas en la autoridad del profesor, aprende en muchas ocasiones a que otros decidan por él y a conformarse.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Justificación

Existen diversas investigaciones sobre la intervención psicopedagógica y más aún sobre las estrategias de aprendizaje y la importancia de su empleo por parte de los estudiantes universitarios, relacionados principalmente con la necesidad de aplicarlas en los distintos niveles educativos así como para poder elevar el nivel académico de los alumnos, como ejemplo de ello, Villamizar (2008) quien en su investigación evidencia la utilidad de las estrategias de aprendizaje en los alumnos para obtener un buen promedio académico. Ahora bien, son escasas las investigaciones relacionadas con las estrategias de aprendizaje y su comparación entre alumnos de nuevo ingreso y los alumnos que están próximos a egresar del nivel licenciatura, se ha revisado literatura, pero se confirma que hay poca investigación que se dedique específicamente a comparar cual es el uso de las estrategias de aprendizaje cuando los alumnos entran a cursar un nivel licenciatura y que pasa en el transcurso de su formación académica, será que los alumnos aumentan el uso de estrategias o estas pasan desapercibidas y los alumnos se dedican a captar de forma superficial los conocimientos que les son brindados en su paso por la universidad.

Considerando esto, se puede esperar que este estudio permita comprender la forma en que se están educando los futuros profesionistas de México, así mismo se puede llegar a beneficiar a las próximas generaciones de alumnos del SUAyED FES Iztacala, ya que será posible determinar si las actividades, organización, temas y contextos con los que interactúan los alumnos durante su formación académica les permite generar aprendizajes significativos.

Continuamos y encontramos que según Monge (2008) en la actualidad la nueva cultura del aprendizaje, lleva implícitos nuevos estilos de aprendizaje, los cuales tratan de incentivar a los alumnos a investigar, descubrir, resolver problemas, interactuar, colaborar con otros y compartir aquello que aprenden, esto es importante porque de eso depende que los alumnos adquieran de forma adecuada los conocimientos que les permitan en un futuro desarrollar su profesión, por lo cual

este estudio se avocara a identificar si los estudiantes que pertenecen al SUAyED FES Iztacala conocen y usan las estrategias de aprendizaje y si es así, será posible considerar que su uso está relacionado con el grado escolar en el que se encuentran los alumnos.

Teniendo en cuenta esto podemos mencionar lo señalado por Martín, García, Tobay y Rodríguez (2008), la tendencia de este siglo es la generación de una estructura en la que el peso del proceso de enseñanza-aprendizaje recae sobre la actividad del estudiante, se reconoce su trabajo individual o en grupo, la importancia de su asesoramiento en tutorías, la disminución de las clases presenciales y el aumento de la importancia de la autonomía y la capacidad de autorregulación del alumnado para afrontar sus estudios. Por lo cual sabiendo del nuevo rumbo que toma el proceso educativo, se consolida la importancia de llevar a cabo este estudio para conocer el uso de las estrategias de aprendizaje por parte de los alumnos SUAyED FES Iztacala en el entendido que estas benefician su proceso de comprensión y adquisición de conocimientos.

PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN:

¿Conocen y usan las Estrategias de Aprendizaje los alumnos del SUAyED FES Iztacala?

HIPÓTESIS

H0. El uso de Estrategias de Aprendizaje por parte de los alumnos del SUAyED FES Iztacala no es más alto en los alumnos de 8° y 9° semestre en comparación con los alumnos de 1° y 2° semestre.

H1. El uso de Estrategias de Aprendizaje por parte de los alumnos del SUAyED FES Iztacala es más alto en los alumnos de 8° y 9° semestre en comparación con los alumnos de 1° y 2° semestre.

H0. El uso de Estrategias de Aprendizaje de los alumnos del SUAyED FES Iztacala no tiene relación con el grado escolar que cursan actualmente

H2. El uso de Estrategias de Aprendizaje de los alumnos del SUAyED FES Iztacala tiene relación con el grado escolar que cursan actualmente.

Objetivo general

Conocer si los alumnos del SUAyED FES Iztacala usan Estrategias de Aprendizaje en su formación académica del nivel licenciatura.

Objetivos específicos

1.- Identificar el uso de Estrategias de Aprendizaje de los alumnos de 1° y 2° semestre del SUAyED FES Iztacala.

2.- Identificar el uso de Estrategias de Aprendizaje de los alumnos de 8° y 9° semestre del SUAyED FES Iztacala.

3.- Comparar el uso de Estrategias de Aprendizaje entre los alumnos de 1° y 2° semestre y los de 8° y 9° del SUAyED FES Iztacala.

4.-Determinar la relación que existe entre el uso de las Estrategias de Aprendizaje y el grado escolar que cursan actualmente los alumnos del SUAyED FES Iztacala.

5.-Emitir las conclusiones y propuestas que se deriven de la investigación.

MÉTODO

Población:

La población universal estuvo integrada por estudiantes de 1° y 2°; 8° y 9° semestre de la licenciatura de Psicología del SUAyED Iztacala. El nivel socioeconómico, edad, sexo y el estado civil fueron indistintos.

Procedimiento de selección de la muestra:

Para realizar esta investigación se empleó el muestreo no probabilístico ya que los participantes fueron aquellos que cumplían con las características establecidas; entre ellas que los participantes fueran estudiantes del Sistema Abierto y Educación a Distancia; que fueran de 1° ,2°,8° y 9° semestre.

Utilizando la herramienta Google Forms se dio a conocer a los alumnos el instrumento denominado Escala de Estrategias de Aprendizaje y se les invito a participar, obteniendo y cumpliendo de forma adecuada el número de participaciones necesarias para esta investigación.

Participantes:

Los participantes se dividieron en dos grupos; en el GRUPO 1: 40 alumnos de 1° y 2° semestre y en el GRUPO 2: 40 alumnos de 8° y 9° semestre.

Criterios de inclusión: alumnos de 1°,2°, 8° y 9° semestre del SUAyED FES Iztacala que contestaron el instrumento completo.

Criterios de exclusión: alumnos que no pertenecían a los semestres indicados y alumnos que no contestaron de forma completa el instrumento de evaluación.

Escenario:

La aplicación del instrumento fue por medio de la herramienta digital de internet Google Forms, para su comodidad y fácil acceso.

<https://drive.google.com/open?id=1il6oXf597VUApl3Dh-zdGe46VldV3ecn1oovTFfsho>

Tipo de investigación:

Considerado lo señalado por Hernández, Fernández & Baptista, (2006), el tipo de investigación fue exploratorio ya que el objetivo era examinar un tema de actualidad, donde se pretendía dar a conocer el uso de las estrategias de aprendizaje por parte de los alumnos de SUAyED FES Iztacala.

Diseño de investigación:

El diseño de investigación que se empleo fue no experimental, ya que solo se observaron las variables, sin llegar a intervenir o manipular en ningún momento; fue además de tipo transversal ya que solo se recolecto información en un solo momento, con relación al tiempo. (Hernández, Fernández & Baptista,2006)

Variables:

Variable independiente:

Grado escolar

Definición conceptual: son las etapas en las que se divide un nivel educativo. A cada grado corresponde un conjunto de conocimientos. (Glosario SEP,2008)

Variable dependiente:

Estrategias de aprendizaje de los alumnos:

Definición conceptual: las estrategias de aprendizaje son un proceso de toma de decisiones (conscientes e intencionales) por medio de las cuales el alumno elige y

recupera, de manera coordinada, los conocimientos que necesita para cumplir una determinada demanda u objetivo. (Monereo, 1994)

Definición operacional: Para conocer las Estrategias de Aprendizaje se utilizó la Versión abreviada de la Escala ACRA para alumnos Universitarios (De la Fuente & Justicia, 2003).

Instrumento:

Para medir las estrategias de aprendizaje con la que cuentan los alumnos universitarios, se utilizó la Escala de Estrategias de Aprendizaje, ACRA, originalmente la escala ACRA fue diseñada por Román y Gallego, (1994), para estudiantes de educación básica; sin embargo posteriormente de la Fuente y Justicia (2003) hicieron una adecuación a la misma para ser aplicada a estudiantes universitarios, llamándola ACRA Abreviada; el cual es un instrumento de autoinforme fundamentado en la teoría cognitiva está inspirado en los principios cognitivos de procesamiento de la información, permite evaluar de forma cuantitativa diversas estrategias de aprendizaje que utilizan los estudiantes y que tienen lugar durante la actividad del estudio, en sus distintas fases; tales como la adquisición, codificación, recuperación y apoyo de la información.

Dicho instrumento consta de 44 ítems de tipo Likert con 4 opciones que van desde Nunca o casi nunca hasta Siempre o casi siempre, en ellos están consideradas estrategias que comprenden tres Dimensiones: *I Estrategias cognitivas y control del aprendizaje, II Estrategias de apoyo al aprendizaje y III Hábitos de estudio.*

Procedimiento:

Para recabar la información se enviaron correos electrónicos a 40 alumnos de 1° y 2° semestre y a 40 alumnos de 8° y 9° semestre, solicitando contestaran el instrumento contenido en la herramienta Google Forms, el cual puede responderse en aproximadamente 15 minutos.

<https://drive.google.com/open?id=1il6oXf597VUApjI3Dh-zdGe46VldV3ecn1oovTFfsho>

Análisis de datos:

La información que se obtuvo, se capturo en una hoja de cálculo del Programa Microsoft Excel 2010, con lo cual se logró los cálculos de % del uso que dan los estudiantes a cada una de las dimensiones de aprendizaje de la escala ACRA.

RESULTADOS

Características en general

Del total de participantes, el Grupo 1 se conformó por 40 alumnos igual que el Grupo 2

La Escala de Estrategias de Aprendizaje ACRA Abreviada se encuentra dividida en tres dimensiones: Dimensión 1. Estrategias cognitivas y de control del aprendizaje, Dimensión 2: Estrategias de apoyo al aprendizaje y Dimensión 3: Hábitos de Estudio.

Dimensión 1. Estrategias cognitivas y de control del aprendizaje

La dimensión 1. Estrategias cognitivas y de control del aprendizaje está constituida por 25 ítems que dan información sobre estrategias que se utilizan para aprender, codificar, y recordar información de interés permitiendo integrar el nuevo material de conocimiento con el conocimiento previo, ya almacenado en la memoria de corto plazo. Así mismo también son consideradas estrategias que permiten a los estudiantes la planificación, control y evaluación de sus procesos cognitivos, pudiendo ser utilizadas en determinadas metas de aprendizaje. Refieren a la selección y organización de la información, del subrayado, de tener conciencia de la funcionalidad de las estrategias que ayudan a la elaboración, planificación y control de la respuesta, repetición y relectura. (Parada, Rimoldi & Medina,2017)

En la figura 1 se puede observar los puntajes obtenidos por los alumnos pertenecientes al grupo 1, con respecto a la Dimensión 1 denominada Estrategias cognitivas y de control de aprendizaje, los porcentajes nos muestran lo siguiente;

los alumnos presentan un alto manejo de este tipo de estrategias ya que entre la opción Bastantes veces y Siempre o casi siempre se obtuvo un 70%, a continuación, Algunas veces muestra un porcentaje de 24% y el Nunca o casi nunca un 6%. Esto nos permite comprender que los alumnos de 1° y 2° semestre conocen y manejan de forma adecuada esta dimensión. Ahora bien, con respecto al Grupo 2, nos muestra que los alumnos que en la actualidad cursan el 8° y 9° semestre, con respecto a esta primera dimensión, obtuvieron los siguientes porcentajes en la opción, Nunca o casi nunca 14%, en Algunas veces 32%, Bastantes veces 31% y Siempre o casi siempre 23%. Lo que implica que a diferencia del grupo 1 este grupo suma entre la opción Bastantes veces y Siempre o casi siempre un 54%, es decir por debajo de la puntuación del primer Grupo, es entonces que podemos apreciar que estos alumnos deben de trabajar y conocer un poco más de estas estrategias cognitivas y de control de aprendizaje.

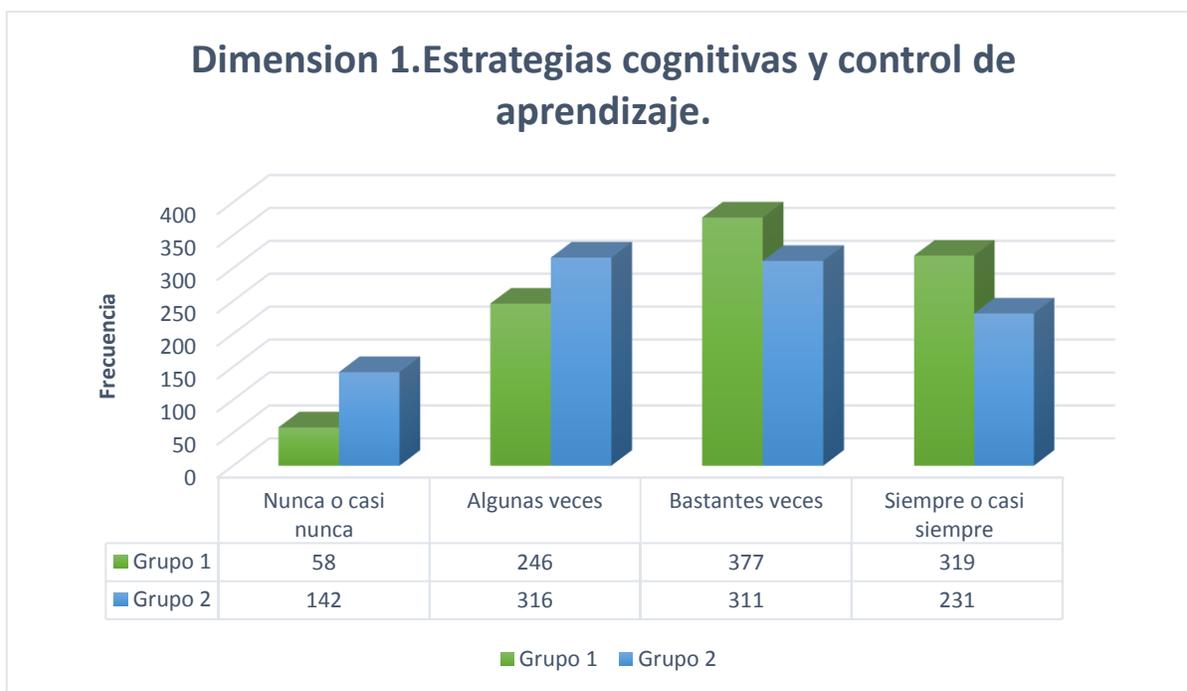


Figura 1. Elaboración propia.

Con respecto a la dimensión 2 denominada Estrategias de apoyo al aprendizaje, esta consta de 14 ítems los cuales nos permiten indagar sobre las

estrategias de apoyo al aprendizaje como son la motivación intrínseca, control de ansiedad, condiciones de no distracción, necesidad de apoyo social, el horario y plan de trabajo. (Parada, Rimoldi & Medina,2017)

Es en la figura 2 que podemos identificar los porcentajes obtenidos por los alumnos en esta dimensión, el Grupo 1, muestra lo siguiente Nunca o casi nunca 8%, Algunas veces 30%, Bastantes veces 26% y Siempre o casi siempre 36%. Ahora bien con respecto al Grupo 2, los resultados indican Nunca o casi nunca 10%, Algunas veces 35%, Bastantes veces 29% y Siempre o casi siempre 26%; lo que implica es que nuevamente es el grupo 1 donde se obtiene un mas alto puntaje con respecto al uso y aplicación de las Estrategias de apoyo al aprendizaje con un 62% comparado con un 55% del Grupo 2, sin embargo estos puntajes también muestran que se debe seguir trabajando en estas Estrategias para mejorar y beneficiar en el aprendizaje de los alumnos de ambos grupos.

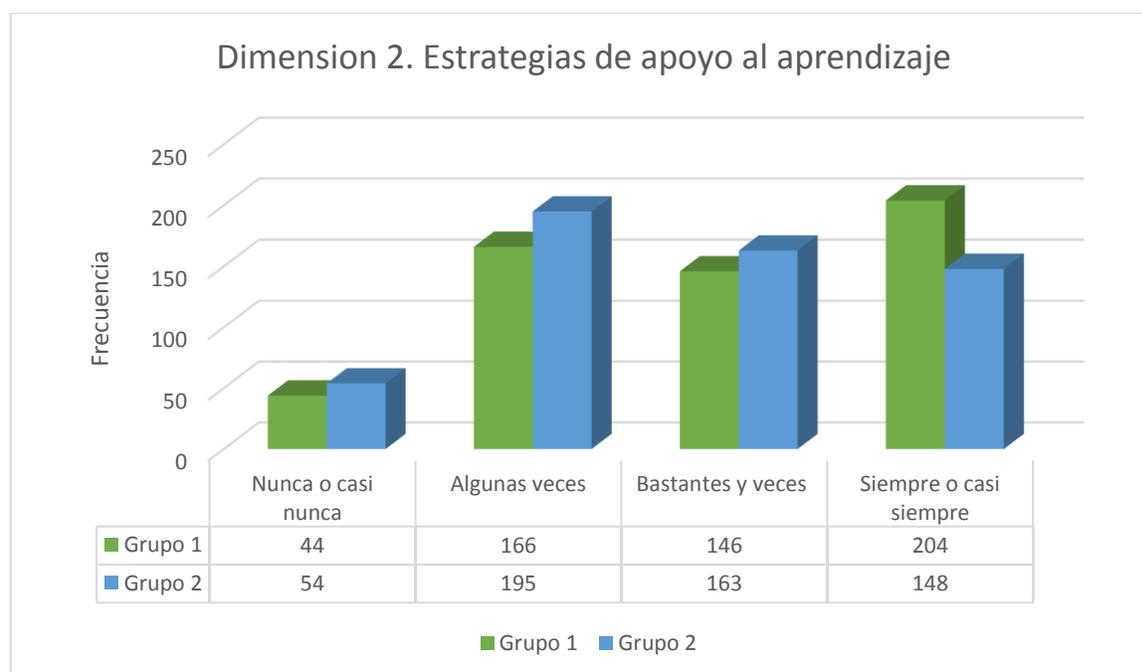


Figura 2. Elaboración propia

Por último, con respecto a la dimensión 3, Hábitos de estudio, esta consta de 5 ítems, que nos da información sobre los hábitos de estudio y la comprensión. Se señala que son conductas que los estudiantes tienen frente a la información que llega a través de sus sentidos, para incorporarla luego como nuevo conocimiento en su estructura cognitiva. (Parada, Rimoldi & Medina,2017)

En la figura 3. El grupo 1 manifiesta que Nunca o casi nunca 4%, Algunas veces 24%, Bastantes veces 41%, Siempre o casi siempre 31%, lo que nos hace comprender que un porcentaje muy alto en este caso 72% conoce y utiliza los hábitos de estudios que se mencionan en esta dimensión. Con respecto al Grupo 2 los números son completamente similares, mostrando también que entre las opciones Bastantes veces y Siempre o casi siempre se llega a un 73%, comprendiendo este como un alto porcentaje podemos decir que ambos grupos poseen los hábitos de estudio adecuados para esta dimensión, aunque al igual que en las otras dimensiones se debe seguir trabajando sobre el uso de Estrategias de aprendizaje.

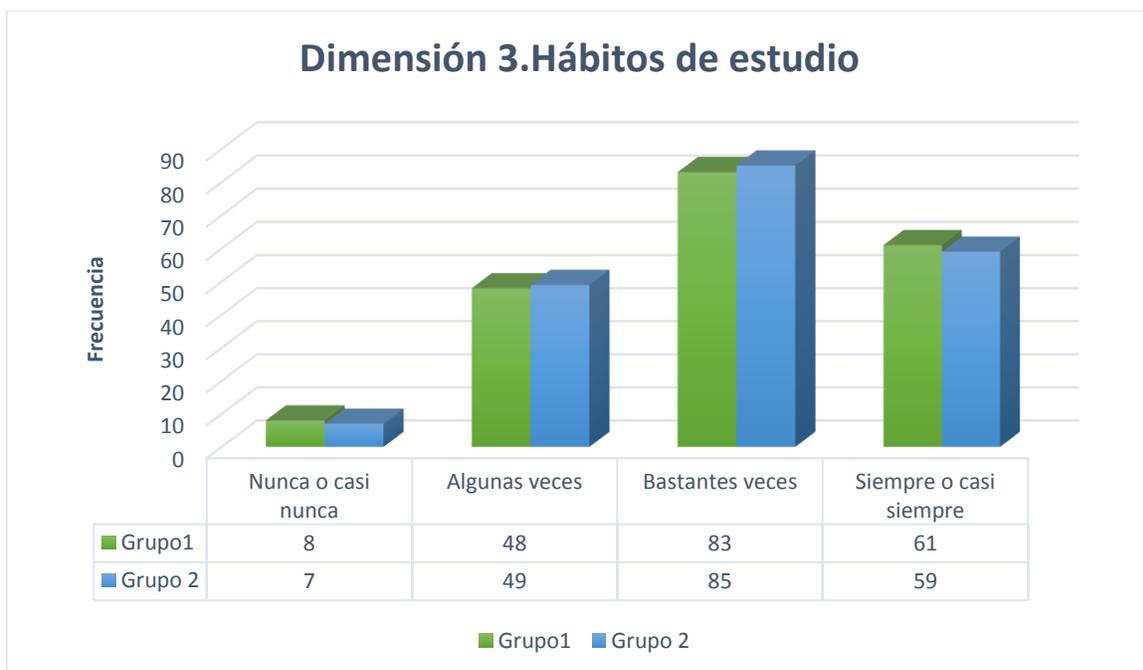


Figura 3. Elaboración propia

DISCUSIÓN

Con base en los resultados que se muestran en el apartado anterior, podemos observar que las estrategias de aprendizaje de ambos grupos muestran puntuaciones altas en las opciones de Bastantes veces y Siempre o casi siempre no evidenciándose diferencia significativa en los porcentajes con respecto a las Dimensiones, 1.- Estrategias cognitivas y de control de aprendizaje, 2.- Estrategias de apoyo al aprendizaje, 3.- Habitos de estudio. Por lo tanto, es posible decir que el Uso de las estrategias de aprendizaje de los estudiantes de 1°, 2°, 8° y 9° semestre del SUAyED Psicología, FES Iztacala no es mayor al termino de la carrera y no tiene relación directa con el grado escolar. Estos resultados van en consonancia con la investigación de Villamizar (2008) quien encontró que en la medida que los alumnos son mas activos y usen las Estrategias de aprendizaje, pasan más allá de la mera repetición a un proceso de búsqueda para comprender y ya no solo memorizar, aumentando así la posibilidad de lograr buenas notas. Esta situación es similar a la encontrada en la licenciatura de psicología del SUAyED ya que los porcentajes obtenidos por los alumnos muestran el uso constante de las estrategias de aprendizaje.

Según Muñoz (2005) los métodos de enseñanza y los procesos que los estudiantes ponen en marcha para realizar sus aprendizajes pertenecen las mas de las veces a la esfera de las intuiciones, de los aprendizajes prácticos y la experiencia. La interaccion de 3 componentes denominados; intervención didáctica de los profesores, factores de éxito en el aprendizaje y resultados académicos tienen una importante repercusión en la permanencia, cambio o abandono en los estudios. Ahora bien, los estudiantes normalmente trabajan entre 2 enfoques; el superficial: que se basa en una motivación extrínseca, con un esfuerzo mínimo para evitar fracasar, pero sin esforzarse demasiado, acorde a esta motivación el estudiante superficial despliega las estrategias oportunas para estudiar solo lo esencial y reproducir de memoria. El siguiente enfoque es el profundo que parte de un interés intrínseco por las materias; las estrategias sirven a este interés y el

estudiante entonces tratara de comprender al máximo los contenidos conectando las ideas nuevas con los conocimientos previos. En este sentido, en el estudio se encontró que los alumnos trabajan mas con el enfoque profundo “utilizando las estrategias de aprendizaje para comprender y no memorizar” (Dimensión 1.- Estrategias de cognitivas y de control de aprendizaje; Grupo 1=70% y Grupo 2=54%) algunos otros alumnos se encuentran entre los dos enfoques por el hecho de que solo Algunas veces utilizan las Estrategias (Grupo 1= 24 % y Grupo 2= 32%) encontrando por ultimo a los alumnos que trabajan de una forma superficial “solo memorizando” (Grupo 1=6% y Grupo 2=14%) con los cuales se debe tratar de informar sobre el uso de estrategias para mejorar su desempeño. Teniendo en cuenta que el conocer y usar las estrategias de aprendizaje mejora la adquisición y comprensión de conocimientos, podemos determinar que es necesario que los alumnos de Psicología del SUAyED FES Iztacala conozcan, aprendan y trabajen con las estrategias.

Asimismo, independientemente de que en la dimensión 1 ambos grupos tuvieron una puntuación adecuada (Grupo 1=70% y Grupo 2= 54%) en la Dimensión 2 que es Estrategias de apoyo al aprendizaje el porcentaje de las opciones Bastantes veces y Siempre o casi siempre es de (Grupo 1= 62% y Grupo 2= 55%). Esto es indicio claro de que los alumnos de la Licenciatura de Psicología del SUAyED FES Iztacala poseen de igual forma un conocimiento adecuado y hacen uso de Estrategias que les permiten el control de ansiedad, condiciones de no distracción, necesidad de apoyo social, horario y plan de trabajo, lo cual nos lleva a considerar que se debe empezar a fomentar en los estudiantes desde su ingreso a la licenciatura el uso de estas Estrategias.

Según Hernández, Rodríguez y Vargas (2012) los hábitos de estudio se conceptualizan como métodos y estrategias que suelen usar los estudiantes para hacer frente a una cantidad de contenidos de aprendizaje. Dado que se trata de pautas consistentes a menudo inconscientes, de modo constante y cotidiano expresan el carácter y generan efectividad o ineffectividad. En este sentido el estudio nos muestra que los alumnos de psicología del SUAyED FES Iztacala tienen

conocimiento y aplican la Dimensión 3. Hábitos de estudio, de forma adecuada (Grupo 1=72% y Grupo 2=73%) identificando entonces que son pocos los alumnos que no tienen hábitos de estudio (Grupo 1=4% y Grupo 2 = 3%).

Es importante señalar que si los alumnos usan las Estrategias de Aprendizaje ellos estarán entonces trabajando con recursos cognitivos para adquirir los conocimientos, estarán además incorporando elementos directamente vinculados tanto con la disposición y motivación, así como con las actividades de planificación, dirección y control que requieren para adquirir los aprendizajes. Por tanto, el hablar de estrategias suele ser sinónimo de como aprender, pero también engloba razones, intenciones y motivos que guían el aprendizaje constituyendo así un funcionamiento estratégico de calidad y que puede garantizar la realización de aprendizajes altamente significativos (Herrera, 2009).

Como se menciona anteriormente los resultados obtenidos en esta investigación permiten establecer que no existe una relación entre el semestre y el uso de las Estrategias de aprendizaje, es decir, ni los alumnos de 1° y 2° semestre usan poco las Estrategias, ni los alumnos de 8° y 9° semestre cuentan con mas conocimiento y uso de estas estrategias. Lo que si muestran los resultados es que un grupo sobresale por sus porcentajes en las 3 dimensiones; (Grupo 1: D1= 70%, D2=62%, D3=72%) contra (Grupo 2: D1=54%, D2=55%, D3= 73%). Lo anterior podría deberse a la constante invitación e información acerca de las diversas estrategias de aprendizaje y sus beneficios para los estudiantes autodidactas, aunque también se puede deber a otros factores. De acuerdo con esto, se encontró que son mas los alumnos del Grupo 1 que del grupo 2, los que subrayan, hacen resúmenes, mapas mentales, anotaciones, buscan, consultan, preguntan y esquematizan para adquirir de forma mas eficiente los conocimientos. Estos factores podrían haber influido de manera positiva en los resultados obtenidos, aunque no es seguro, por lo cual estos hallazgos pueden ser la apertura para una línea de investigación futura.

Tras la realización de este estudio se propone desarrollar una investigación longitudinal preexperimental, pretest-postest (Diseño ABA) en el cual se ponga en

marcha un programa de desarrollo de estrategias de Aprendizaje, con la intención de que los estudiantes de la Licenciatura de Psicología del SUAyED FES Iztacala, conozcan y aprendan a aplicar Estrategias de búsqueda, recogida y selección de la información, Estrategias de procesamiento y uso de la información adquirida y Estrategias de control de contexto, esto con el objetivo de beneficiar y ayudar a quienes deciden formar parte de los sistemas abierto y en línea, pues requieren de mayor apoyo para ser autodidactas. Claramente esto implicaría el uso de recursos y de personal a largo plazo, pero valdría la pena llevarlo a cabo para incrementar las estrategias de aprendizaje de los estudiantes.

CONCLUSIONES

Concluyo que es importante conocer y trabajar con las Estrategias de aprendizaje ya que permiten a los alumnos adquirir los conocimientos de forma mas eficiente; es decir, en la actualidad son muchos los temas y conocimientos que deben adquirir para lograr un adecuado desarrollo humano y ser buenos profesionistas, para lo cual desde nuestra formación académica debemos aprender y comprender, principalmente debemos desarrollar hábitos de estudio, esto permitirá a los alumnos de Psicología del SUAyED aprender a organizar su tiempo, programar cada una de las actividades, para hacerlas a tiempo y no de forma superficial solo para cumplir, realizar las actividades y tareas en un espacio adecuado que cuente con la iluminación y ventilación necesaria, así como permitir la concentración; a continuación los alumnos deben usar las distintas estrategias de aprendizaje para buscar, recoger y seleccionar la información adecuada y a continuación procesar, almacenar y usar los conocimientos para generar aprendizajes significativos.

Es entonces el uso de las estrategias de aprendizaje las que permitirán que los alumnos realmente comprendan los temas tanto teóricos como prácticos de la licenciatura en Psicología, ya que son muchas las lecturas y temas que debemos de dominar para ser profesionistas exitosos, debemos como alumnos leer, subrayar, resumir, esquematizar, mentalizar y dominar conceptos, datos e información.

Esta investigación permite identificar que los alumnos conocen las estrategias, pero al ser una muestra representativa, se entiende que si existe un buen número de estudiantes que aprenden de forma superficial, por lo cual se debe exhortar a las autoridades académicas y profesores a informar e incentivar a los alumnos para hacer uso de las estrategias ya que finalmente todos tienen la capacidad para aprender a aprender.

Finalmente es importante señalar que una limitación que se presentó para llevar a cabo este estudio es que no se encuentran modelos de intervención de estrategias psicopedagógicas y estrategias de aprendizaje para alumnos universitarios en sistemas de educación abierta o en línea dejando entender que se debería llegar a realizar un futuro proyecto de enseñanza-aprendizaje.

BIBLIOGRAFÍA

- Córdoba, V. (2017). Plan de estrategias psicopedagógicas dirigidas a docentes desde el enfoque constructivista aplicadas a estudiantes con bajo rendimiento. Universidad Técnica de Machala.
- De la Fuente, J. & Justicia, F. (2003). Escala de Estrategias de Aprendizaje, ACRA, para alumnos universitarios. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, vol. 1, número 2, octubre 2003. Universidad de Almería, España. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/2931/293152877008.pdf>
- González, D. & Díaz, Yoel. (2006). La importancia de promover las estrategias de aprendizaje para elevar el nivel académico de los alumnos de psicología. *Revista Iberoamericana De Educación*, 40(1), 1-17. <https://doi.org/https://doi.org/10.35362/rie4012532>
- Glosario, SEP. (2008). Términos utilizados en la Dirección General de Planeación y Programación. Disponible en: <http://cumplimientopof.sep.gob.mx/content/pdf/Glosario%202008%2024-jun-08.pdf>

- Henao, G., Ramírez, L., Ramírez, C. (2006). Que es la intervención psicopedagógica: definición, principios y componentes. Grupo de Investigación: Estudios Clínicos y Sociales en Psicología. Medellín-Colombia. V.6 No. 2 PP.147-315.
- Hernández, C., Rodríguez, N. & Vargas, A. (2012). Los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje de los alumnos en tres carreras de ingeniería. Revista de Educación Superior, Vol. XLI (3), núm. 163
- Herrera, A. (2009). Las estrategias de aprendizaje. Revista digital Innovación y Experiencias Educativas. N°. 16
- Martin, E., García, L., Torbay, A.& Rodríguez, E. (2008). Estrategias de aprendizaje y rendimiento académico en estudiantes universitarios. En Pegalajar, M. (2015). Desarrollo de las estrategias de aprendizaje en el proceso de formación docente. Revista Iberoamericana de Educación. Vol. 68, num.2.
- Monereo, C., Castello, M., Palma, M. & Perez, M. (1994). Estrategias de enseñanza y aprendizaje. Editorial Grao. Barcelona.
- Montañero, M., & León, J. (2005). El concepto de estrategia: dificultades de definición e implicaciones psicopedagógicas.
- Monge, C. (2008). Nuevas tecnologías en educación social. Madrid: McGraw-Hill-Interamericana. En Pegalajar, M. (2015). Desarrollo de las estrategias de aprendizaje en el proceso de formación docente. Revista Iberoamericana de Educación. Vol. 68, num.2
- Muñoz, E.& Gómez, J. (2005). Enfoques de aprendizaje y rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Revista de Investigación Educativa, 2005, Vol. 23, n.º2.
- Nisbet, J. & Suhucksmith, J. (1986). Estrategias de Aprendizaje. Madrid: Santillana
- Parada, G., Rimoldi, M. & Medina, M. (2017). Dimensiones de aprendizaje y sus

estrategias ACRA, utilizadas por estudiantes de la Lic. en Biología de la Universidad de Guadalajara. Revista de Pedagogía Crítica. 2017. 1-2, 1-8. Disponible en: https://www.ecorfan.org/republicofperu/research_journals/Revista_de_Pedagogia_Critica/vol1num2/Revista_de_Pedagog%C3%ADa_Cr%C3%ADtica_V1_N2_1.pdf

Pabón, L. (2009). Estrategias pedagógicas como herramienta educativa: la tutoría y el proceso formativo de los estudiantes. Universidad Nacional de Colombia.

Pozo, I., Monereo, C. & Castello, M. (2004). El uso estratégico del conocimiento. En Sánchez, G. Aprender a aprender: Implicaciones psicopedagógicas del uso del conocimiento estratégico en los procesos de aprendizaje. Revista de Ensayos Pedagógicos Vol. X, N° 2.

Rojas, M., Garzón, R. & Del Riesgo, L. (2006). Continuamos informando o asumimos el cambio. Revista Ciencias de la Salud Bogotá, Colombia.

Román, J. & Gallego, S. (1994). ACRA Escalas de Estrategias de Aprendizaje.

Sánchez, G. (2015). Aprender a aprender: Implicaciones psicopedagógicas del uso del conocimiento estratégico en los procesos de aprendizaje. Revista de Ensayos Pedagógicos Vol. X, N° 2.

Sánchez, M. (2016). Estrategias psicopedagógicas para el desarrollo de la escritura creativa en los estudiantes del sexto año". Repositorio digital UNACH.

Velaz, C. (1998). Orientación e Intervención Psicopedagógica. Conceptos, Modelos, Programas y Evaluación. Málaga: Aljibe

Villamizar, G. (2008). Relación entre estrategias de aprendizaje y rendimiento académico en estudiantes de Psicología. Docencia Universitaria, Volumen 9, págs. 71-94, diciembre de 2008.

Anexos:

ITEMS DE LA ESCALA ACRA-ABREVIADA PARA ALUMNOS UNIVERSITARIOS

n°	Item	DIMENSIÓN I. ESTRATEGIAS COGNITIVAS Y DE CONTROL DEL APRENDIZAJE
1	Elaboro los resúmenes ayudándome de las palabras o frases anteriormente subrayadas (co32).	
2	Hago resúmenes de lo estudiado al final de cada tema (co31).	
3	Resumo lo más importante de cada uno de los apartados de un tema, lección o apuntes. (co30).	
4	Construyo los esquemas ayudándome de las palabras y las frases subrayadas o de los resúmenes hechos (co34).	
5	Dedico un tiempo de estudio a memorizar, sobre todo, los resúmenes, los esquemas, mapas conceptuales, diagramas cartesianos o en V, etc., es decir, lo esencial de cada tema o lección (co42).	
6	Antes de responder a un examen evoco aquellos agrupamientos de conceptos (resúmenes, esquemas, secuencias, diagramas, mapas conceptuales, matrices...) hechos a la hora de estudiar (re4).	
7	En los libros, apuntes u otro material a aprender, subrayo en cada párrafo las palabras, datos o frases que me parecen más importantes (ad5).	
8	Empleo los subrayados para facilitar la memorización (ad8).	
9	Hago uso de bolígrafos o lápices de distintos colores para favorecer el aprendizaje (ad7).	
10	Utilizo signos (admiraciones, asteriscos, dibujos...), algunos de ellos sólo inteligibles por mí, para resaltar aquellas informaciones de los textos que considero especialmente importantes (ad6).	
11	Soy consciente de la importancia que tienen las estrategias de elaboración, las cuales me exigen establecer distintos tipos de relaciones entre los contenidos del material de estudio (dibujos o gráficos, imágenes mentales, metáforas, autopreguntas, paráfrasis...) (ap3)	
12	He caído en la cuenta del papel que juegan las estrategias de aprendizaje que me ayudan a memorizar lo que me interesa, mediante repetición y nemotecnias (ap2).	
13	He pensado sobre lo importante que es organizar la información haciendo esquemas, secuencias, diagramas, mapas conceptuales, matrices (ap4).	
14	He caído en la cuenta que es beneficioso (cuando necesito recordar informaciones para un examen, trabajo, etc.) buscar en mi memoria las nemotecnias, dibujos, mapas conceptuales, etc. que elaboré al estudiar (ap5).	
15	Me he parado a reflexionar sobre cómo preparo la información que voy a poner en un examen oral o escrito (asociación libre, ordenación en un guión, completar el guión, redacción, presentación...) (ap7).	
16	Para cuestiones importantes que es difícil recordar, busco datos secundarios, accidentales o del contexto, con el fin de poder llegar a acordarme de lo importante (re5).	
17	Me ayuda a recordar lo aprendido el evocar sucesos, episodios o anécdotas (es decir "claves"), ocurridos durante la clase o en otros momentos del aprendizaje (re6).	
18	Cuando tengo que exponer algo, oralmente o por escrito, recuerdo dibujos, imágenes, metáforas... mediante los cuales elaboré la información durante el aprendizaje (re3).	
19	Frente a un problema o dificultad considero, en primer lugar, los datos que conozco antes de aventurarme a dar una solución intuitiva (re17).	
20	Antes de realizar un trabajo escrito confecciono un esquema, guión o programa de los puntos a tratar (re16).	
21	Cuando tengo que contestar a un tema del que no tengo datos, genero una respuesta "aproximada", haciendo inferencias a partir del conocimiento que poseo o transfiriendo ideas relacionadas de otros temas (re18).	
22	Antes de empezar a hablar o a escribir, pienso y preparo mentalmente lo que voy a decir o escribir (re11).	
23	Para recordar una información primero la busco en mi memoria y después decido si se ajusta a lo que me han preguntado o quiero responder (re10).	
24	Durante el estudio escribo o repito varias veces los datos importantes o más difíciles de recordar (ad11).	
25	Cuando el contenido de un tema es denso y difícil vuelvo a releerlo despacio (ad12).	

DIMENSIÓN II. ESTRATEGIAS DE APOYO AL APRENDIZAJE

-
- 26 Estudio para ampliar mis conocimientos, para saber más, para ser más experto (ap31).
- 27 Me esfuerzo en el estudio para sentirme orgulloso de mi mismo (ap32).
- 28 Me dirijo a mi mismo palabras de ánimo para estimularme y mantenerme en las tareas de estudio (ap30).
- 29 Me digo a mi mismo que puedo superar mi nivel de rendimiento actual (expectativas) en las distintas asignaturas (ap21).
-
- 30 Pongo en juego recursos personales para controlar mis estados de ansiedad cuando me impiden concentrarme en el estudio (ap18).
-
- 31 Procuro que en el lugar de estudio no haya nada que pueda distraerme, como personas, ruidos, desorden, falta de luz, ventilación, etc. (ap22).
- 32 Cuando tengo conflictos familiares procuro resolverlos antes, si puedo, para concentrarme mejor en el estudio (ap23)
-
- 33 En el trabajo, me estimula intercambiar opiniones con mis compañeros, amigos o familiares sobre los temas que estoy estudiando (ap25).
- 34 Evito o resuelvo, mediante el diálogo, los conflictos que surgen en la relación personal con mis compañeros, profesores o familiares (ap27).
- 35 Acudo a los amigos, profesores o familiares cuando tengo dudas o puntos oscuros en los temas de estudio o para intercambiar información (co9).
- 36 Me satisface que mis compañeros, profesores y familiares valoren positivamente mi trabajo (ap26).
- 37 Animo y ayudo a mis compañeros para que obtengan el mayor éxito posible en las tareas escolares (ap29).
-
- 38 Antes de iniciar el estudio, distribuyo el tiempo de que dispongo entre todos los temas que tengo que aprender (ap10).
- 39 Cuando se acercan los exámenes establezco un plan de trabajo distribuyendo el tiempo dedicado a cada tema (ap12).
-

DIMENSIÓN III. HÁBITOS DE ESTUDIO

-
- 40 Intento expresar lo aprendido con mis propias palabras, en vez de repetir literalmente o al pie de la letra lo que dice el libro o profesor (rel 2).
- 41 Procuro aprender los temas con mis propias palabras en vez de memorizarlos al pie de la letra (co25).
- 42 Cuando estudio trato de resumir mentalmente lo más importante (ad15).
-
- 43 Al comenzar a estudiar una lección, primero la leo toda por encima (ad3)
- 44 Cuando estoy estudiando una lección, para facilitar la comprensión, descanso y después la repaso para aprenderla mejor (ad20).