

06

Fecha de presentación: diciembre, 2021

Fecha de aceptación: marzo, 2022

Fecha de publicación: mayo, 2022

APRENDIZAJE AUTORREGULADO EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN BÁSICA ALTERNATIVA.

SELF-REGULATED LEARNING IN ALTERNATIVE BASIC EDUCATION STUDENTS.

Elda Catalina Pinto Caycho¹

E-mail: epintoca@ucvvirtual.edu.pe

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3929-3475>

Jessica Paola Palacios Garay¹

E-mail: jpaolapg@ucvvirtual.edu.pe

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2315-1683>

¹Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú.

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Pinto Caycho, E. C. & Palacios Garay, J. P. (2022). Aprendizaje autorregulado en estudiantes de educación básica alternativa. *Revista Universidad y Sociedad*, 14(3), 60-69.

RESUMEN

La presente investigación tiene por finalidad demostrar el valor del aprendizaje autorregulado en estudiantes de Educación Básica Alternativa. Para ello, se inicia con una búsqueda bibliográfica que justifica la necesidad de investigar esta temática relevante en los estudiantes de la modalidad, con el propósito de investigar sobre diferentes aspectos importantes del aprendizaje autorregulado para la educación Básica Alternativa. El método y la técnica utilizada fue una revisión sistemática de 20 artículos de revistas indexadas a Scopus y Scielo, los cuales presentaron el concepto, la finalidad, las características, los componentes y la evaluación del aprendizaje autorregulado, así como las formas de motivar el logro de estos aprendizajes. Además, se presenta la educación de adultos y la Educación Básica Alternativa como población de estudio. Asimismo, la investigación muestra la importancia de este aprendizaje para que los estudiantes logren sus metas y las conclusiones a las que llegaron como aporte a la sociedad.

Palabras clave: Aprendizaje autorregulado, estudiantes, Educación Básica Alternativa. Estrategias de aprendizaje.

ABSTRACT

The present research aims to demonstrate the value of self-regulated learning in students of Alternative Basic Education, for which it begins with a bibliographic search that justifies the need to investigate this relevant issue in students of the modality with the purpose to investigate about different important aspects of self-regulated learning for Alternative Basic education. The method and technique used was: A systematic review of 20 journal articles indexed to Scopus and Scielo which presented the concept, purpose, characteristics, components and evaluation of self-regulated learning, as well as the ways to motivate the achievement of these learning. In addition, adult education and Alternative basic education are presented as the study population. Likewise, the research shows the importance of this learning for students to achieve their goals and the conclusions that have been reached as a contribution to society.

Keywords: Self-regulated learning, students, Alternative Basic education.

INTRODUCCIÓN

La inserción de modernas técnicas y estrategias en el campo educativo y su repercusión para lograr aprendizajes han originado distintas formas de indagación, como habilidades en el orden cognoscitivo-motivacional que los estudiantes emplean para el logro de sus aprendizajes (Berridi & Martínez, 2017). Asimismo, cultivar la capacidad de aprendizaje se refiere al proceso de regular nuestros aprendizajes, por lo que la autodirección personal es la capacidad de transformar o desarrollar la capacidad mental, la capacidad académica y la contextualización. Ello da paso al surgimiento de la investigación del aprendizaje autorregulado, que se considera como aprendizaje activo y procesamiento de la información desde la perspectiva de la teoría cognitiva (Reyes, 2017). De ahí que, en este tipo de aprendizaje, el mismo estudiante elige metas de aprendizaje y planifica, monitorea, regula y controla la cognición que se coordina con la motivación (Baez & Alonso, 2017). Por otro lado, cuando el estudiante decide aprender, desarrolla diversas maneras para ajustar ciertos aspectos cognitivos, de motivación y conducta, al igual que ciertas características ambientales (Yot & Marcelo, 2017).

En la presente revisión bibliográfica, se busca conocer cómo aprenden los estudiantes adultos. Los estudios plantean considerar propuestas educativas pertinentes para la educación de adultos, que les permitan obtener herramientas para su crecimiento intelectual y emocional, con el fin de sentirse realizados y mejorar su relación consigo mismos y con su entorno. Al respecto, es importante considerar que ser adulto o adulto mayor es una etapa de la vida en la que se continúa aprendiendo y se aprenden nuevas capacidades (González, 2018). Por otro lado, es necesario conocer que en nuestro sistema educativo existe la Educación Básica Alternativa (EBA), modalidad equivalente en calidad y logros de aprendizaje de la Educación Básica Regular (EBR). La EBA atiende a aquellos estudiantes que por diversos motivos no accedieron o no culminaron la EBR y tienen el deseo de culminar sus estudios. Esta población expresa, entre uno de sus perfiles del egreso, que el estudiante debe ser autónomo y desarrollar procesos para aprender de manera constante para mejorar sus aprendizajes y lograr metas (Perú. Ministerio de Educación, 2019).

Al respecto, los estudios citados tratan de explicar e indagar la ruta del aprendizaje de los estudiantes adultos, consideran las diferentes características personales de los participantes y analizan su variabilidad. En relación con lo mencionado, existe una importante variabilidad en los estilos de aprendizaje de adultos; además, en el aprendizaje de los estudiantes, es importante señalar

algunas características personales, como las condiciones sociolaborales y las trayectorias de riesgo personal que se relacionan con las diferencias observadas. También es posible mencionar que el papel de estas características personales y otras variables relacionadas con los adultos como aprendices es debatible y, al mismo tiempo, se enfatiza la importancia metodológica a tener en cuenta al planificar experiencias de educación para adultos (Acero, et al., 2018).

Asimismo, los estudios manifiestan que el aprendizaje autorregulado en entornos académicos, conocido como SRL, permite en los estudiantes tener la capacidad de formalizarse metas de aprendizaje particulares, sosteniendo su motivación y ajustando sus emociones. En este sentido, los estudiantes autorregulados logran dar seguimiento y evalúan sus avances hacia determinados objetivos de aprendizaje que desean obtener, lo cual es valioso para que los estudiantes logren sus aprendizajes e implementen habilidades de autorregulación para la mejor asimilación y comprensión de lo que quieren aprender (Khiat, 2019). Al respecto, el concepto de aprendizaje autorregulado nace en los espacios de estudio y se alude únicamente para el aprendizaje de los estudiantes.

Los estudiantes producen pensamientos, emociones y actuaciones que permiten el logro de las metas de estudio que ellos mismos se trazan. Sin embargo, la mayor parte de los estudiosos del tema asumen que el entusiasmo, la reflexión del estudiante sobre lo que aprende y cómo actúa son los soportes del aprendizaje autorregulado. Por el contrario, este aprendizaje autorregulado construye una noción del aprendizaje centrado en los elementos cognitivos, la motivación y la conducta que proveen al estudiante de la capacidad de adecuar sus actuaciones y logros para adquirir lo que espera referido a su aprendizaje, considerando cambios en el ambiente (Meijs, et al., 2021).

La razón de esta investigación esboza la importancia de investigar sobre diferentes aspectos importantes del aprendizaje autorregulado para la EBA, a fin de que logren aprendizajes significativos y que cumplan parte de su perfil al egresar de la escuela, como el aprendizaje autónomo de forma permanente y continua para lograr los resultados esperados (Perú. Ministerio de Educación, 2019).

Las investigaciones antes citadas han tratado de explicar la relación entre el aprendizaje autorregulado y los aprendizajes o metas de los estudiantes; sin embargo, los estudios no encuentran investigaciones que relacionen estos términos. En consecuencia, es necesario abordar la inclusión de este grupo humano en este proceso de

autorregulación de los aprendizajes, debido a que se encuentran inmersos en el sistema educativo, pero, lamentablemente, es poco considerado. De lo mencionado, en la era de la sociedad del conocimiento y de la información, la teoría del aprendizaje por edades ha experimentado un cambio fundamental. Los constantes y vertiginosos cambios por los que atraviesa el mundo actual siguen haciendo que los adultos, por muy maduros que sean, deban estar al día en conocimientos o, simplemente, aprender cosas nuevas. Ahora es evidente que hemos ido aprendiendo y aprendiendo de por vida (Prado, 2021).

DESARROLLO

Comenzaremos por entender que el aprendizaje autorregulado (SRL) permite desarrollar en los estudiantes un conjunto de estrategias y habilidades necesarias para lograr los aprendizajes. Este aprendizaje comprende en la persona aspectos cognitivos, metacognitivos, conductuales y motivacionales del aprendizaje. Por lo tanto, en este proceso participan aspectos como la autoeficacia, la volición y las estrategias cognitivas, todas ellas desarrolladas de manera holística (Panadero, 2017).

En este sentido, el aprendizaje autorregulado es clave para lograr la competencia de aprender a aprender. Asimismo, las investigaciones señalan que los maestros deben considerar las características de los estudiantes y motivarlos a la autorregulación para la mejora de sus aprendizajes. También se afirma que los estudiantes con escasa autorregulación sufren más en el desarrollo de la resolución de problemas (Alt & Naamati-Schneider, 2021).

Aprendizaje autorregulado

El SRL significa que los estudiantes planifican, monitorean y regulan su aprendizaje (Panadero, 2017). Bajo esta premisa se estudia un gran número de variables que inciden en el aprendizaje (por ejemplo, autoeficacia, voluntad y estrategias cognitivas) con un enfoque holístico. Por tanto, el SRL se ha convertido en uno de los más importantes campos de investigación de la psicología de la educación. El aprendizaje autorregulado es un campo amplio que proporciona un paraguas para comprender las variables que afectan el aprendizaje de los estudiantes. Asimismo, existen modelos de SRL para la intervención en diferentes situaciones y poblaciones. Estos modelos resuelven varios campos de investigación, como la regulación de las emociones y el aprendizaje colaborativo. Así, los investigadores y profesores pueden utilizar los más adecuados para que su intervención sea más eficaz (Panadero, 2017).

El SRL se define como una capacidad que adquieren los estudiantes para lograr entender y controlar sus propios

procesos de aprendizaje. En este sentido, los estudiantes desarrollan la metacognición y se convierten en entes activos de sus procesos de aprendizaje. La metacognición es un elemento clave en el aprendizaje autorregulado y se define como la regulación de diferentes habilidades que tiene el estudiante para planificar, monitorear y mejorar sus procesos cognitivos; se refiere a la toma de conciencia sobre lo que se aprende. Asimismo, los estudios expresan que los estudiantes autorregulados emplean conocimientos, estrategias y habilidades para incrementar la comprensión, la retención y la codificación de los aprendizajes deseados para lograr sus metas. En este sentido, controlar nuestros pensamientos, emociones y autoeficacia, así como darles valor a las tareas, constituyen nuestro control motivacional (Alt & Naamati-Schneider, 2021).

Al respecto, la capacidad de regular la propia motivación centrándose en uno mismo; el coraje para aprender lo que se quiere aprender, y la capacidad de lidiar con las emociones negativas cuando sean difíciles requieren de un proceso de autorregulación que puede ser orientada por los maestros. Sin embargo, la revisión de la literatura sobre autorregulación indica que no hay investigaciones que muestren datos relativos sobre educar para lograr un aprendizaje autorregulado y enseñar la autorregulación no es solo motivación, sino también la influencia integral de las emociones que afectan la voluntad en el aprendizaje (Baez & Alonso, 2017).

Vinculado al concepto, las investigaciones explican que los estudiantes autorregulados utilizan conocimientos cognitivos y estrategias destinadas a mejorar las habilidades de codificación y comprensión. Además, los impulsa a seguir estudiando para perseguir sus objetivos. Por otro lado, los profesores deben identificar y conocer las características y necesidades de aprendizaje de los estudiantes, y animarlos y apoyarlos para el logro de sus metas. Según las investigaciones, los estudiantes usan estrategias de autorregulación de manera efectiva; pero en algunos casos emplean habilidades de autorregulación deficientes, por lo que podrían tener dificultades en actividades de resolución de problemas. Asimismo, los estudios explican que el estudiante puede combinar herramientas de enseñanza con el uso de técnicas de autorregulación que fomenten el aprendizaje activo y puedan promover el desarrollo para obtener aprendizajes deseados (Alt & Naamati-Schneider, 2021).

Además, los investigadores identifican y estudian procesos para adquirir aprendizajes autorregulados en los estudiantes como pieza clave para lograr sus metas. Para esto, algunos estudios expresan que la relación maestro-estudiante es importante para lograr estos procesos.

Los maestros equipan sus estrategias con las herramientas necesarias para resolver la nueva situación dentro y fuera del campo educativo. Por lo tanto, es importante reconocer cómo está organizada la escuela, ya que es el entorno en el cual se realizan los procesos cognitivos. (Zimmerman, 1990). En tanto, los estudios demuestran que los aprendices autorregulados muestran seguridad, son diligentes e ingeniosos en el manejo de las tareas educativas y, quizás lo más importante, es que los estudiantes autorregulados conocen los hechos o poseen mayor capacidad para la resolución de problemas en su contexto real. A diferencia de los estudiantes pasivos, los estudiantes autorregulados indagan otras herramientas para el logro de sus metas. Por ejemplo, los estudiantes autorregulados buscan activamente información cuando es necesario y siguen los pasos que se requieren para dominarla (Zimmerman, 1990).

Características del aprendizaje autorregulado

Al definir el aprendizaje autorregulado, es importante distinguir entre sus características de autorregulación y las percepciones de autoeficacia y las estrategias dirigidas a optimizar estos procesos, como la fijación de objetivos intermedios. Asimismo, los estudios consideran a las estrategias de aprendizaje autorregulado como acciones y procesos dirigidos a adquirir información o habilidades, a movilizar las perspectivas de los estudiantes sobre la iniciativa, el propósito y las herramientas necesarias para desarrollar aprendizajes autorregulados en el desarrollo de sus procesos de aprendizaje. (Zimmerman, 1990). La segunda característica del aprendizaje autorregulado es el desarrollo de un proceso cíclico en el que los estudiantes monitorean la efectividad de sus métodos o estrategias de aprendizaje y reaccionan a ellos mediante una retroalimentación en una variedad de formas, desde cambios implícitos en la autopercepción hasta cambios explícitos en el comportamiento, como cambiar el uso de estrategias de aprendizaje (Zimmerman, 1990). La tercera característica es cómo y por qué los estudiantes eligen usar estrategias o reacciones específicas, ya que el aprendizaje autorregulado implica estrategias o estrategias de tiempo limitado. En respuesta, los estudiantes toman la iniciativa para iniciar y regular sus esfuerzos: tiempo de preparación, vigilancia y esfuerzo. A menos que el resultado de estos esfuerzos no sea lo suficientemente atractivo como para que los estudiantes no se sientan motivados para autorregularse (Zimmerman, 1990).

De igual manera, los estudios expresan que el estudiante, el aprendizaje y la motivación se atienden como elementos interdependientes, porque se relacionan entre sí. En resumen, las características del aprendizaje autorregulado

se podrían definir de la siguiente manera: las diferentes estrategias que se emplean para lograr el aprendizaje autorregulado, la actitud de los estudiantes frente a la retroalimentación para el logro total de los aprendizajes y el desarrollo motivacional que tienen los estudiantes frente al logro de sus aprendizajes. Sin embargo, es necesario mencionar otras características que se observan y se consideran necesarias para lograr un aprendizaje autorregulado. Los estudios demuestran que los estudiantes autorregulados recurren al apoyo de diversas estrategias y habilidades para lograr sus aprendizajes, como por ejemplo la retroalimentación, su motivación, el tiempo y demás factores necesarios para que sus resultados sean los esperados (Zimmerman, 1990). Sobre las bases de las ideas expuestas, existen otros factores que influyen en el aprendizaje autorregulado. Estudios revisados muestran en sus resultados que, estudiantes en condiciones sociolaborales desfavorables, y con una trayectoria vital de riesgo psicosocial, tienden a beneficiarse de los aprendizajes adquiridos y los aplican en su contexto para la solución de problemas. Además, estos aprendizajes se basan en su realidad vivida y en las experiencias que escuchan de sus compañeros (Acero, et al., 2018).

Por otro lado, algunos estudios demuestran que el uso de un sistema de gestión del tiempo puede influir en el comportamiento de la gestión del tiempo y aumentar significativamente las tasas de finalización de cursos. Esto ha contribuido a la literatura sobre la incorporación de andamios de gestión del tiempo en cursos en línea, un área que rara vez se ha estudiado. Es importante destacar que, si la gestión del tiempo u otros componentes del aprendizaje autorregulado se incluyen en el plan de estudios, los resultados de la investigación significan los beneficios del aprendizaje (Khiat, 2019). Si bien la administración del tiempo se considera un importante facilitador del aprendizaje autorregulado, generalmente se espera que los estudiantes la practiquen a su manera. Como tal, la mayoría de los estudios sobre gestión del tiempo se contextualizan en estudiantes que practican la gestión del tiempo por su cuenta y utilizan sus propios métodos o habilidades de gestión del tiempo que se les imparten. Hasta la fecha no se han realizado estudios que han examinado la eficacia de los andamios de gestión del tiempo, integrados en el curso en el contexto de un sistema de gestión del aprendizaje (Khiat, 2019).

Asimismo, las investigaciones mencionan que el aprendizaje autorregulado no nace ni tiene su origen en lo social. Según los estudios, cada desarrollo o creencia de autorregulación, así como los objetivos, el entorno, el empleo de estrategias y la autoevaluación pueden ser aprendidos de la enseñanza y el ejemplo de otras personas, como

padres, maestros, personas de su contexto cercano y compañeros. Los estudiantes que usan el aprendizaje autorregulado solicitan el apoyo de otras personas para lograr o mejorar sus aprendizajes. No obstante, debemos entender que buscar apoyo no es una dependencia para el logro de los aprendizajes, sino que debe considerarse como una iniciativa personal de querer aprender de las experiencias y los aprendizajes de los demás, y perseverar hasta lograr su meta trazada. En ese sentido, cabe considerar la forma como los estudiantes se activan para lograr sus aprendizajes, así como las prácticas específicas que desarrollan para el logro de sus metas. Por otro lado, se observa en la actualidad que las diversas formas o los recursos que emplean los estudiantes para lograr sus aprendizajes no son considerados ni vistos a profundidad a pesar de su importancia para lograr aprendizajes y metas. Por esa razón, los teóricos que se han preocupado por estudiar este tema tan importante para la educación afirman que los maestros debemos enseñar estos procesos autorregulados relevantes para el logro de aprendizajes en nuestros estudiantes (Zimmerman, 2002).

Componentes del aprendizaje autorregulado:

En este marco, la literatura nos presenta dos componentes del aprendizaje autorregulado. En primer lugar, la motivación. Este es un elemento necesario para comprender los procesos de autorregulación y que se encuentran directamente unidos con la forma de pensar y actuar de los estudiantes. Su dirección dependerá del grado de compromiso que la persona se proponga para alcanzar sus metas. Ella abarca los objetivos y las metas del aprendizaje, los problemas observados, las certezas de lograr las capacidades de eficacia y aprendizaje y el temor frente a las evaluaciones. En segundo lugar, figuran las estrategias de aprendizaje que se realizarán para lograr las metas. Estas se desarrollan en dos aspectos: uno relacionado con la organización del área de estudio y el otro destinado a la búsqueda de soluciones para reparar problemas que aparezcan durante el proceso de aprendizaje (Herczeg & Lapegna, 2010).

Sobre este asunto, los estudios refuerzan lo mencionado anteriormente: que no basta la motivación como componente del aprendizaje autorregulado, sino que la manera de autorregular nuestras actividades y afrontar las tareas también es importante para el logro de los aprendizajes (estrategias). Por lo tanto, el proceso de autorregular los aprendizajes depende de conocer estrategias específicas de autorregulación y la motivación para aprender y dejar de lado emociones negativas o dificultades que impidan el logro de la meta trazada (Baez & Alonso, 2017).

Esto confirma la explicación de los autores cuando mencionan que los procesos de autorregulación son cíclicos y, en consecuencia, cada fase tiende a facilitar o dificultar las que continúan del ciclo (Zimmerman, 2002).

Por su parte, Zimmerman (1990) presenta cuatro componentes básicos del aprendizaje autorregulado: 1. Autoeficacia: manifiesta que consiste en lo que observa el individuo como persona capaz de organizarse y desarrollar acciones eficaces para el logro de una tarea. 2. Uso de estrategias: combinación de capacidades que usa el estudiante para mostrar un determinado comportamiento en un contexto o realizar una tarea. 3. Compromiso con las metas: responsabilidad con las tareas trazadas y búsqueda de nuevas oportunidades de aprendizaje. 4. Capacidad para responder adecuadamente a los procesos de *feedback*: se refiere al manejo de métodos y estrategias seleccionadas para el logro de un objetivo. En este sentido, estos componentes pueden cambiar con respecto al progreso de la tarea y los insumos que utilicen. Sobre el asunto, los estudios recomiendan la necesidad del autocontrol y la toma de decisiones como factores necesarios para que la retroalimentación de los aprendizajes se maneje de manera eficaz (Zimmerman, 1990). A modo de conclusión, los diferentes estudios afirman que la base del aprendizaje autorregulado se encuentra en la motivación, la metacognición y la acción del sujeto (Berridi & Martínez, 2017).

Habilidades del aprendizaje autorregulado

Otra tarea prioritaria, según los estudios, es comprender que el aprendizaje autorregulado implica conocer habilidades, autoconciencia, automotivación y habilidad conductual para aprender. Asimismo, las investigaciones explican que la autorregulación del aprendizaje no es un tema personal, rasgo que los estudiantes tienen o carecen, o un tema innato. Sin duda, interviene el uso selectivo de procesos que los estudiantes deben adaptar de manera individual a cada reto o tarea asignada o fijada. En este sentido, las habilidades que componen el aprendizaje autorregulado son ocho: a) fijar metas próximas específicas de manera personal, b) adoptar estrategias pertinentes para lograr el objetivo, c) vigilar el desempeño de uno observando el progreso, d) adecuar el ambiente y el propio estado físico al logro de la meta, e) organizar adecuadamente el uso del tiempo, f) realizar una autoevaluación de las acciones realizadas, g) atribuir causalidad a los resultados y h) acomodar los futuros métodos (Zimmerman, 2002).

Sobre este asunto, las investigaciones revelan que la motivación de los estudiantes para autorregular sus

aprendizajes depende de varias creencias subyacentes, que incluyen eficiencia percibida e interés intrínseco. En este sentido, los maestros se han dedicado a estimular a los estudiantes de manera extrínseca, por ejemplo, con campanas, timbres o silbidos. Lamentablemente, estas prácticas se tomaban como intrínsecamente rechazadas por algunos estudiantes, otros las recibían con temor y no cumplían el objetivo de formación, sino que, al contrario, causaban en ellos rebeldía, enojo y otros sentimientos negativos. Por otro lado, las investigaciones mencionan que existen otros métodos que los investigadores proponen para motivar a los estudiantes y lograr aprendizajes autorregulados, como el ajedrez, las artes, la música, etc. No obstante, esto depende del interés y la habilidad que el aprendiz tenga frente a lo que le ofrece el maestro. En este sentido, los estudios exponen que son pocos los estudiantes que se motivan por una nueva disciplina y logran el éxito, por el contrario, podrían perder el interés con mayor facilidad, si es que no son motivados de manera adecuada con información pertinente y atractiva para el estudiante (Zimmerman, 2002).

Finalidad del aprendizaje autorregulado

La finalidad del aprendizaje autorregulado, denominado por los autores como aprendizaje autónomo, es determinar los factores que contribuyen al desarrollo activo del estudiante en el aprendizaje para fijarse metas y regular el control de sus procesos cognitivos, su motivación y comportamiento. De esta manera, logran asumir las dificultades y oportunidades del medio ambiente de manera sistemática y reflexiva y, por consiguiente, logran planificar, formular, monitorear y controlar estrategias y acciones para alcanzar sus metas (Reyes, 2017).

Al respecto, uno de los desafíos educativos que enfrentamos hoy es promover el aprendizaje autorregulado caracterizado por la observación y el pensamiento, la formulación e implementación de estrategias, la motivación continua y el proceso de aprendizaje propio. En este sentido, y partiendo de los supuestos anteriores, el aprendizaje autorregulado permite desarrollar la responsabilidad y la autonomía de los estudiantes y su autorregulación, entendida como un proceso consciente de observación y control de los propios pensamientos que, hasta cierto punto, determina una tarea y permite reflexionar sobre los estudiantes y comprender si su aprendizaje es exitoso o no (Reyes, 2017).

Evaluación de la autorregulación en los estudiantes

De igual manera, es importante considerar en este estudio a la evaluación de la autorregulación en grupos de estudiantes (especialmente si la recolección de información

debe realizarse en aulas convencionales). El procedimiento más adecuado, aunque no perfecto, es el cuestionario de autoinforme en el que los estudiantes informan sobre sus procesos. Analizando las investigaciones, los autoinformes, como entrevistas y cuestionarios, siguen siendo la herramienta para medir los conocimientos, los afectos, las conductas y los procesos fisiológicos en cuanto se refiere al aprendizaje autorregulado (Pekruna, 2020).

El autoinforme es un instrumento que emplea respuestas verbales de los estudiantes con el fin de evaluar sus conocimientos, emociones, motivación, comportamiento o estado físico, elementos significativos de la autorregulación. Usualmente, los autoinformes son vistos como cuestionarios estructurados que son útiles para medir rasgos de la personalidad. No obstante, a pesar de que los cuestionarios estructurados son los más empleados, también existen las entrevistas que tienen un formato distinto a los cuestionarios. El autoinforme es necesario para las evaluaciones específicas de los procesos mentales, que incluye la motivación, las emociones, las estrategias cognitivas y la metacognición de los estudiantes durante el aprendizaje. Sin embargo, el autoinforme solo evalúa procesos conscientes, se encuentra sujeto a sesgos y no proporciona el tiempo necesario para examinar algunos de estos procesos. No obstante, las investigaciones expresan claramente que el autoinforme continúa siendo una forma acertada para evaluar los procesos de aprendizaje (Pekruna, 2020).

Asimismo, trabajar con el autoinforme permite evaluar tanto propiedades fisiológicas como contenidos y procesos cognitivos complejos. En este sentido, el autoinforme es útil para evaluar el pensamiento y el afecto a través de imágenes cerebrales. También puede medir sus consecuencias usando pruebas de desempeño como la observación del comportamiento, y evaluar los contenidos y los procesos cognitivos como el pensamiento, la emoción y la motivación. Como complemento, el autoinforme se consideró la evaluación principal en psicología y educación desde el principio y hasta el momento es el método principal en estas dos ramas. No obstante, tiene sus limitaciones, como por ejemplo la evaluación de procesos accesibles a la conciencia, ya que se limita a evaluar competencias descritas de forma verbal. Además, se encuentra sujeta a varios sesgos y, usualmente, rezagada a los procesos que evalúa. Esto manifiesta que carece del tiempo real para atrapar la dinámica del aprendizaje (Pekruna, 2020).

En este sentido, el autoinforme tiene ventajas obvias. Primero, a diferencia de otros tipos de evaluaciones, los autoinformes permiten evaluar varios procesos psicológicos. La observación puede evaluar el comportamiento

visible, y las pruebas de rendimiento pueden medir el rendimiento cognitivo, la neuroimagen de la activación del área cerebral y la medición fisiológica de la activación del sistema periférico, pero el autoinforme se puede utilizar para evaluar todos los aspectos emocionales. Los procesos cognitivos, fisiológicos y conductuales son un aprendizaje regulado: todos estos procesos se pueden manifestar en el cerebro humano y, en consecuencia, se pueden informar. En segundo lugar, la autoevaluación puede proporcionar una evaluación más diferenciada del pensamiento humano que cualquier otro método (Pekruna, 2020).

Importancia del aprendizaje autorregulado

La función de la educación es desarrollar habilidades de aprendizaje a lo largo de la vida. Por esta razón, y sobre la base de la idea expuesta, el aprendizaje autorregulado es importante porque apoya, de manera significativa, a la educación, ya que desarrolla habilidades de aprendizaje de manera informal o con la ayuda de otros para lograr una competencia. Esto también dependerá del esfuerzo que realice el estudiante al ejecutar determinadas habilidades para alcanzar las metas o los objetivos trazados en la vida. Por ejemplo, buenos trabajos, trabajos de emprendimiento u otros, según sus capacidades logradas (Zimmerman, 2002).

El aprendizaje autorregulado se estimula cuando nos enfrentamos a retos en los cuales es necesario crear estrategias para lograr una meta, por ejemplo, obras de arte, invenciones o creación de textos, etc. En entornos educativos, actualmente, se trabajan con retos y desafíos donde los estudiantes muestran diversas habilidades para cumplir con la tarea. Esta estrategia permite a los estudiantes desarrollar habilidades de autorregulación. Los estudios expresan que, aunque la autosuficiencia y el éxito en la vida siempre han sido aplaudidos, la mayoría de estudiantes se esfuerzan por lograr una autodisciplina en sus métodos de estudio (Zimmerman, 2002).

¿Cómo motivamos el aprendizaje autorregulado?

Todas las teorías de la autorregulación asumen que los estudiantes interpretan los resultados del aprendizaje como algo tangible o intangible. Cuando un estudiante es consciente de sí mismo, posee un sentido de autoeficacia, tiene metas internalizadas y busca el logro de aprendizajes, es decir, se producen experiencias de aprendizaje. En este sentido, el aprendizaje autorregulado requiere más que habilidades cognitivas; requiere voluntad o motivación como elementos base para lograr un aprendizaje autorregulado. Cuando los estudiantes comprenden que son agentes creativos, responsables y capaces del

autodesarrollo y la autodeterminación de sus metas, su yo como agente proporcionará la motivación necesaria para la autorregulación. (Zimmerman, 1990).

En este contexto, existen diferencias entre las muchas teorías de aprendizaje autorregulado, por su énfasis en cómo los estudiantes seleccionan, organizan o crean entornos de aprendizaje ventajosos para ellos mismos, y cómo planifican y controlan la forma de autorregular sus aprendizajes. Asimismo, se distinguen por su uso sistemático de procesos metacognitivos, motivacionales y estrategias de comportamiento, por su capacidad de respuesta a la retroalimentación con respecto a la efectividad de su aprendizaje y por sus autopercepciones de académicos y logros existentes. Los estudios también explican que es poco probable que la instrucción que se centre en uno o dos procesos promueva efectos a largo plazo. En cambio, la atención debe dirigirse al desarrollo de tres dimensiones del aprendizaje autorregulado en los estudiantes: metacognitiva, motivacional y conductual. En este sentido, en un momento en que los estudiantes a menudo parecen carecer de la voluntad y de la habilidad para conseguir sus logros académicos, los educadores necesitan instrucción y enfoques para ofrecer dirección y conocimiento sobre los procesos de aprendizaje autorregulado (Zimmerman, 1990).

Según el estudio, existen factores claves para lograr el aprendizaje autorregulado en los estudiantes a través del desarrollo y la aplicación de estrategias apropiadas de autorregulación. Esto, a su vez, ha sido afectado directamente por los mecanismos relacionados con la motivación, un análisis crítico de las características de la autorregulación y el aprendizaje autónomo, los cuales nos permitirán discutir y evaluar cómo incorporarlos a nuestra práctica educativa. El aprendizaje autorregulado que va más allá de los rasgos personales que puedan poseer los estudiantes es la elaboración de procesos específicos, que involucra el establecimiento de metas, la posterior búsqueda y selección estratégica, el seguimiento de su propio proceso, el ajuste de factores físicos y las medidas sociales para asegurar la realización de metas. El aprendizaje autorregulado significa un control efectivo del tiempo, la autoevaluación de los métodos utilizados y la reflexión sobre los efectos obtenidos (Reyes, 2017).

De igual manera, los resultados de algunas investigaciones concluyeron que cuando a los estudiantes se les motiva a evaluar su trabajo, ellos logran reflexionar sobre lo que están aprendiendo. Además, logran moldear su pensamiento para aprender mejor (Foong, et al., 2021). Asimismo, el estudio explica que los estudiantes no realizan tareas porque no tienen motivación necesaria, y porque no han experimentado avances. Los estudiantes

intentan aprender, pero no saben cómo administrar su proceso de aprendizaje. Este hecho significa que la falta de una autorregulación adecuada tendrá un impacto negativo en su autoeficacia y en su creencia de que pueden afrontar las tareas con eficacia y éxito. Su esfuerzo de aprendizaje dependerá no solo de la motivación y el esfuerzo de aprendizaje, sino de cómo los estudiantes pueden autorregular el proceso de aprendizaje cuando se enfrentan a problemas y deberes, no solo factores motivacionales. Por ello, es importante estudiar los factores que inciden en la autorregulación, como lo han demostrado muchos estudios sobre este tema (Baez & Alonso, 2017).

De igual forma, debemos entender que los estudiantes se desarrollan a partir de su propio proceso de aprendizaje educativo. Las cosas que usan están más relacionadas con actividades simples, como buscar, almacenar o compartir información. Si estas actividades necesarias para el proceso de aprendizaje no se complementan con otras que apoyen la comprensión, el seguimiento o la autoevaluación de los estudiantes reales, estarán restringidos durante todo el proceso de aprendizaje. Finalmente, los profesores deben promover la autorregulación del aprendizaje y proporcionar la oportunidad de animarlos a integrarse en el propio proceso de aprendizaje (Yot & Marcelo, 2017).

La educación de adultos

Los adultos tienen el potencial de aprender diversas materias y contenidos muy similares a los niños y adolescentes, y son totalmente capaces de pasar del nivel básico a la educación superior. Sin embargo, para asegurar el éxito de la formación de adultos, es importante ajustar la enseñanza de acuerdo con sus características especiales y diferentes. Se considera que la edad adulta es la etapa donde ocurren las transformaciones psicológicas relacionadas. Es un periodo de la vida (como en otras etapas) de ganancias y pérdidas, y debido a la gran plasticidad de la edad, las pérdidas pueden compensarse con nuevos ingresos. En resumen, en esta etapa, aunque no hay crecimiento, hay desarrollo, el aprendizaje es significativo y se puede optimizar a través de la educación. En general, es importante prestar atención al papel de la reflexión en el proceso de aprendizaje de adultos bajo la teoría del aprendizaje traslacional. La teoría cree que debe haber un proceso de reflexión que permita a las personas cambiar de opinión y hacerlas más adecuadas para otros, a la comprensión de la realidad. De lo contrario, la idea de aprendizaje transformacional carece de sentido; las personas se encontrarán repitiendo mecánicamente ciertos procedimientos sin evaluar su utilidad real como

explicación de la realidad y sin predecir la posibilidad de nuevos eventos (Prado, 2021).

Por otro lado, los estudiantes adultos a menudo cumplen otras responsabilidades, como el trabajo, el cuidado familiar, el cuidado de otras personas, o pueden realizar un servicio comunitario para suplir sus necesidades. Estos estudiantes requieren distribuir su tiempo para estudiar y trabajar a la vez. En este sentido, la autorregulación cumple un papel muy importante. (Meijs, et al., 2021). Para que los estudiantes logren sus aprendizajes, es necesario que se encuentren motivados. Según las investigaciones, cuando el estudiante se encuentra más motivado, mayor será su rendimiento y logrará su meta. Por otro lado, se observa que cuando los estudiantes logran aprender una materia, sienten agrado por ella. Sucede lo contrario cuando los estudiantes carecen de motivación, concentración o habilidades para autorregular los logros o conductas académicas (Herndon & Bembenuddy, 2017).

Además, se considera que la calidad de vida es un factor clave para que los estudiantes adultos logren sus aprendizajes con placer. Se deben tomar en cuenta diferentes dimensiones de bienestar, como por ejemplo la salud percibida, la emoción, la cognición y las funciones social, económica y física. En este sentido, para que los estudiantes tengan una educación de calidad, existen muchos factores. Los estudiantes deben sentirse productivos y sentirse reconocidos de alguna manera. Por lo tanto, es importante que la acción educativa motive e impulse la autorregulación y la eficacia de los estudiantes mediante una educación de calidad. Asimismo, considerar el clima que imparte el maestro, sobre todo si son adultos mayores o personas con diferentes habilidades, es sumamente importante para el logro de los aprendizajes. Según el autor, cuando el clima no es favorable, el estudiante muestra rechazo, indisciplina y otros factores, como reacción y reclamo. Pero cuando el clima es agradable, los estudiantes participan y se desenvuelven con confianza, y logran aprendizajes significativos. En ese camino, los familiares cercanos deben comprender la importancia de los procesos de aprendizaje para el estudiante, apoyarlos en sus tareas y en el cumplimiento de sus metas. Por lo tanto, es importante la educación emocional en el equipo docente responsable de atender a este grupo de personas, ya que esta población tiene otras características propias de su edad. En este sentido, los maestros deben trabajar en una misma dirección para lograr juntos la autorregulación, además de evitar diferentes situaciones que obstaculicen su educación y desarrollo personal (Cerdeira, et al., 2019).

La Educación Básica Alternativa

La Constitución Política del Perú estipula que la educación es un derecho fundamental del individuo y la sociedad. El Estado garantiza el derecho de todas las personas a disfrutar de una educación integral y de calidad y de una educación básica universal. La Ley General de Educación, Ley 28044, busca transformar estructuralmente el sistema educativo nacional e institucionalizar la EBA como un modelo equivalente a la educación básica general en términos de calidad y resultados de aprendizaje, en el que se enfatiza la preparación laboral de los estudiantes y el desarrollo de habilidades empresariales (Perú. Ministerio de Educación, 2019). Así, la EBA presenta sus propias características, que se establecen en el Reglamento de la Ley General de Educación, artículo 68:

a) Tiene relevancia y pertinencia, por ser abierto al entorno, con selección preferencial a la población desfavorecida en zonas rurales y suburbanas, y teniendo en cuenta factores como idioma, intereses y necesidades, además, de edad y género. b) Es participativa, porque los estudiantes intervienen de manera organizada y democrática a través de sus organizaciones, toman decisiones sobre los estándares y procesos de las acciones educativas e involucran a otros agentes comunitarios.

Es flexibles, porque la organización de los servicios educativos, los tipos de educación (cursos diferenciados y sugerencias didácticas), horarios, formas de atención, turnos y jornadas son diversos y responden a la heterogeneidad de los estudiantes y a su realidad (Perú. Ministerio de Educación, 2019). Los adultos tienen el potencial de aprender diversas materias y contenidos muy similares a los niños y adolescentes, y son totalmente capaces de pasar del nivel básico a la educación superior. Sin embargo, para asegurar el éxito de la formación de adultos, es importante ajustar la enseñanza de acuerdo con sus características especiales y diferentes. Se considera que la edad adulta es la etapa donde ocurren las transformaciones psicológicas relacionadas; es el periodo de ganancia y pérdida en la vida (como otras etapas). Debido a la gran plasticidad de la edad, los nuevos ingresos pueden compensar la pérdida. En resumen, en esta etapa, aunque no hay aumento, pero hay desarrollo, el aprendizaje es significativo, y también se puede optimizar a través de la educación. En términos generales, es importante prestar atención al papel de la reflexión en el proceso de aprendizaje de adultos bajo la teoría del aprendizaje. En este sentido, debe haber un proceso de introspección que permita a las personas cambiar de opinión y que se adapten mejor a la comprensión de su realidad (Prado, 2021).

Las investigaciones proponen la importancia de la autorregulación en la formación de los estudiantes adultos. Estos estudios manifiestan que los estudiantes de un centro de EBA se encuentran con muchas dificultades en su vida cotidiana que dificultan desarrollar a plenitud sus procesos cognitivos, sus emociones, su autoconocimiento, su autoestima y su autocontrol. Además, expresan que es necesario sensibilizar a la familia de los estudiantes para que apoyen al proceso de aprendizaje. De esa manera, la formación del estudiante tendrá un mejor desarrollo y será equilibrado. Por otro lado, se manifiesta la participación de los maestros que trabajan en esta modalidad, quienes deben estar preparados para atender a este tipo de población educativa, ya que presentan características propias de la modalidad. En este sentido, el maestro cumple un rol necesario para lograr un equilibrio emocional y aprender procesos de autonomía y autorregulación para sus mejores aprendizajes. Finalmente, el autor expresa la importancia de desarrollar un seguimiento cualitativo y valorativo de los estudiantes. De esa manera, se podrá asegurar la formación que se desea que tengan los estudiantes de la modalidad (Durán, 2021).

CONCLUSIONES

Después de haber leído diferentes estudios, afirmo que la autorregulación del aprendizaje cumple un rol sumamente importante para que los estudiantes logren sus metas. Por consiguiente, es necesario conocer estos procesos de autorregulación, ya que son piezas necesarias para el logro de los aprendizajes. Asimismo, los autores mencionan que tanto jóvenes como adultos deben renovar constantemente sus habilidades para sobrevivir en este mundo globalizado y con desafíos (Zimmerman, 2002). En la presente investigación se ha tratado de demostrar el valor de este aprendizaje, a fin de reconocer su importancia y preparar, como maestros, estrategias que ayuden a los estudiantes a ejercer el aprendizaje autorregulado, es decir, incorporar nuevas formas de enseñar, donde los estudiantes sean capaces de conocer su proceso de aprendizaje y cómo pueden mejorarlo a través de una autorregulación.

Los estudiantes de la EBA llegan a las aulas con muchos saberes adquiridos por la experiencia vivida. Nuestra función como maestros es rescatar estos aprendizajes de la vida para transformarlos en nuevos aprendizajes útiles para los estudiantes. De esa manera, los aprendizajes serán significativos y pertinentes para los estudiantes. Es importante considerar que nuestra mente aprende toda la vida y debemos recordar que en ella ocurren procesos para lograr aprendizajes y recordar lo aprendido. Una peculiaridad que tenemos como seres humanos, a diferencia

de las máquinas, es que relacionamos saberes, es decir, conocimientos adquiridos con nuevos aprendizajes, lo que nos hace agentes activos de nuestros aprendizajes. Para lograr que sean significativos, debemos estar en continua actividad y ser capaces de entender cómo aprendemos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acero Pereira, C., Hidalgo, M. V., & Jiménez, L. (2018). Adult learning processes in non-formal education contexts. *Universitas Psychologica*, 17(2), 1–10. doi.org/10.11144/Javeriana.upsy.17-2.paac
- Alt, D., & Naamati-Schneider, L. (2021). Health management students' self-regulation and digital concept mapping in online learning environments. *BMC Med Educ*, 21, 110. doi.org/10.1186/s12909-021-02542-w
- Baez Estradas, M., & Alonso Tapia, J. (2017). Training strategies for self-regulating motivation and volition: effect on Learning. *Anales de Psicología*, 33(2), 292-300. doi.org/10.6018/analesps.33.2.229771
- Berridi, R., & Martínez, J.I. (2017). Estrategias de autorregulación en contextos virtuales de aprendizaje. *Perfiles educativos*, 39(156), 89-102.
- Cerda, G., Pérez, C., Elipe, P., Casas, J.A., & Del Rey, R. (2019). School Coexistence and Its Relationship With Academic Performance Among Primary Education Students. *Revista de Psicodidáctica*, 24, 46-52. doi.org/10.1016/j.psicod.2018.05.001
- Durán, L. (2021). Educación de Jóvenes-Adultos en CEBA Morelia: Una propuesta de formación. *Riaices*, 3(1), 39-46. doi.org/10.17811/ria.2.1.2013.39-46
- Foong, C., Bashir, N. L., Lye, A. J., Anhar, N. A. K., Pallath, V., Han Hong, W., Hiong, J., & Vadivelu, J. (2021). A qualitative study on self-regulated learning among high performing medical students. *BMC Med Educ* 21, 320 doi.org/10.1186/s12909-021-02712-w
- González, V. R. (2018). Educación del adulto mayor para enfrentar limitaciones derivadas del envejecimiento. *Transformación*, 14(1), 70-80.
- Herndon, J. S., & Bembenutty, H. (2017). Self-regulation of learning and performance among students enrolled in a disciplinary alternative school. *Personality and Individual Differences*, 104, 266–271. doi.org/10.1016/j.paid.2016.08.027
- Herczeg, C., & Lapegna, M. (2010). Autorregulación, estrategias y motivación en el aprendizaje. *Lenguas Modernas*, (35), 9-19.
- Khiat, H. (2019). Using automated time management enablers to improve self-regulated learning. *Active Learning in Higher Education*. July 2019. doi.org/10.1177/1469787419866304
- Meijs, C., Gijsselaers, H. J. M., Xu, K. M., Kirschner, P. A., & De Groot, R. H. M. (2021). The Relation Between Cognitively Measured Executive Functions and Reported Self-Regulated Learning Strategy Use in Adult Online Distance Education. *Frontiers in Psychology*, 12:641972. doi.org/10.3389/fpsyg.2021.641972
- Panadero, E. (2017). A Review of Self-regulated Learning: Six Models and Four Directions for Research. *Frontiers in Psychology*, 8:422. doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00422
- Pekrun, R. (2020). Self-report is indispensable to assess students' learning. *Frontline Learning Research*, 8(3), 185-193. doi.org/10.14786/flr.v8i3.637
- Perú. Ministerio de Educación del Perú. (2019). Programa Curricular de Educación Básica Alternativa. 130 <http://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/20.500.12799/6673/Programa%20Curricular%20de%20Educaci%3b3n%20B%3ba1sica%20Alternativa.%20Ciclos%20Inicial-Intermedio%202019.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Prado, J. F. (2021). La educación de adultos: un acercamiento desde el aprendizaje transformacional. *Conrado*, 17(78), 140-144.
- Reyes Roa, M. L. (2017). Desarrollo de la competencia de aprendizaje autónomo en estudiantes de Pedagogía en un modelo educativo basado en competencias. REXE. *Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 16(32), 67-82. [doi:10.21703/rexe.20173267824](https://doi.org/10.21703/rexe.20173267824)
- Yot Domínguez, C., & Marcelo, C. (2017). University students' self-regulated learning using digital technologies. *International Journal of Educational Technology in Higher Education*, 14(1), 1- 18. doi.org/10.1186/s41239-017-0076-8
- Zimmerman, B. J. (1990). Self-regulated learning and academic achievement: An overview. *Educational Psychologist*, 25, 3-17. doi.org/10.1207/s15326985ep2501_2
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a Self-Regulated Learner: An overview. *Theory into Practice*, 41(2), 64-70. doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2