

CAPÍTULO IV. LA PEDAGOGÍA CONTEMPLATIVA PARA LA MEJORA DEL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR.

Autora:

Nadia Aurora González Rodríguez, MSc.

Licenciada en Ciencias de la Educación, Máster en Ciencias de la Educación (Cuba).

Docente Tiempo Completo, Facultad de Marketing y Comunicación,

Coordinadora de Publicaciones, Universidad Tecnológica ECOTEC, Ecuador.

ngonzalez@ecotec.edu.ec

INTRODUCCIÓN

En los actuales momentos, la Educación Superior a nivel internacional y nacional transita por diferentes transformaciones para contribuir al desarrollo de la era del conocimiento y diversas son las preocupaciones que acontecen en este sentido. Uno de los factores relevantes lo constituyen los estudiantes universitarios quienes inician y finalizan procesos de asimilación de un cúmulo importante de conocimientos permeados por diversas vías. En este mundo globalizado, nuevos retos se originan debido a las circunstancias sociales, familiares, económicas y tecnológicas que en ocasiones perjudican el desarrollo profesional del joven universitario. (Chan, 2011) afirma que uno de los problemas que inciden negativamente en el rendimiento de los estudiantes es la “procrastinación académica”, lo cual está asociado con la postergación de actividades importantes, debido a distracciones más placenteras como el juego, la diversión, entre otras adicciones tecnológicas o personales.

Por esta razón, la astucia y sentido de responsabilidad de los docentes de este nivel educacional es de vital importancia para contrarrestar estos comportamientos de sus estudiantes, que muchas veces son comportamientos difíciles de controlar para el individuo a pesar de sus deseos racionales. De esta manera, las ciencias pedagógicas recurren a un concepto que evidencia a la “pedagogía contemplativa” como una forma de controlar este comportamiento para propiciar la atención plena o conciencia plena, pero bien conocido del término inglés “mindfulness”, que según la experiencia de un curso aplicado por (De Bruin,

La universidad nueva fundamentos desde los procesos sustantivos.

Meppelink, y Bögels, 2014) sobre esta práctica “con baja intensidad, conduce a una mayor actitud ante los pensamientos, sentimientos y emociones de los estudiantes durante el desarrollo del curso y su atención aumenta aún más después del período del curso”.

Lo cual contribuye a mitigar el estrés bajo presión y propicia la mejora del rendimiento académico, que repercute en la calidad de vida en el futuro. En este sentido, si el estudiante es capaz de aprovechar el aprendizaje de manera efectiva, entonces se elevaría el rendimiento académico, uno de los factores importantes a considerar por los entes reguladores de la educación superior a nivel mundial.

Al respecto, la educación superior a nivel internacional ha sufrido transformaciones y procesos de control de la calidad mediante la implementación de acreditaciones, afirma Medina (2011) y Mondragón (2006) citado por (Martínez, Tobón, y Romero, 2017, p. 80), señalan:

Las políticas educativas en materia de educación superior siguen las recomendaciones emitidas por organismos internacionales, tales como: la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE), el Banco Mundial (BM) y el Banco Interamericano de Desarrollo (BID), entre otros organismos que buscan que la educación se adapte a las exigencias planteadas por la sociedad.

Por otro lado, Gazzola y Didriksson (2008) es del criterio que el efecto de las nuevas tecnologías determinan los escenarios de aprendizajes; así como la evolución de las nuevos tópicos de conocimiento interdisciplinario sustitutas de las tradicionales en cuanto a los actuales ofrecimientos de carreras; además de los procedimientos de evaluación institucionales como la acreditación, entre otros son algunos de los indicadores que determinan plantearse desafíos a cumplir para contribuir con el desarrollo de este nivel educativo como los enfoques de la pedagogía contemplativa en función del rendimiento académico.

De esta manera surge la siguiente interrogante científica: ¿cómo la pedagogía contemplativa propicia la mejora el rendimiento académico de los estudiantes de la educación superior? En este sentido, la presente investigación tiene como objetivo general

La universidad nueva fundamentos desde los procesos sustantivos.

analizar la importancia de la pedagogía contemplativa en la mejora del rendimiento académico en los estudiantes universitarios.

Esta investigación es de tipo descriptiva con un enfoque cualitativo, recurriendo a los métodos teóricos como el análisis-síntesis e inducción-deducción, con el fin de evidenciar los conocimientos de especialistas sobre la pedagogía contemplativa en función de la mejora del rendimiento académico de los estudiantes de la educación superior. El resultado de la consulta bibliográfica resultó de gran utilidad para establecer juicios de valor sobre términos asociados con la problemática investigada como forma de comprobar los resultados de la observación empírica en la práctica educativa.

Asimismo, mediante la apreciación de las reflexiones asociadas con los fundamentos teóricos se comprueba el impacto desde el punto de vista social que tendría la inclusión planificada y consciente de la pedagogía contemplativa como forma para el desarrollo de la atención plena lo que propiciaría el incremento del rendimiento académico de los estudiantes de este nivel educativo.

Además, se abordan algunos factores asociados con la motivación ya que este es un aspecto determinante del éxito o fracaso estudiantil en cuanto a su rendimiento académico. La motivación para el aprendizaje, tiene un vínculo bilateral, ya que las situaciones de aprendizaje son propiciadas por el profesor sin que precisamente surjan con antelación a los intereses y las motivaciones de los estudiantes, pero dichos aprendizajes no pueden postergarse (Polanco, 2005).

La evaluación del profesor en relación con la realización de las actividades es otros de los factores a desarrollar por su estrecha relación con la motivación. “La evaluación es una de las tareas clave del profesorado, uno de los factores en la mejora de los aprendizajes y de la calidad docente, que influye y condiciona extraordinariamente los procesos de aprendizaje” (Kinght, 2005 citado por Río, Castaño, Martín, y Flores (2018)). Las estrategias de motivación y evaluación constituyen un desafío para los actuales profesionales de la educación, puesto que los estudiantes están más interesados en aprobar que en aprender; no obstante, el papel del docente consiste en hacer todo lo posible por preparar intelectualmente a sus alumnos sobre contenidos y prácticas profesionales sobre su materia.

DESARROLLO

4.1 La pedagogía contemplativa para el desarrollo de la inteligencia emocional.

La pedagogía es una ciencia que estudia de manera ordenada y lógica los saberes asociados con los procedimientos de la práctica docente, en este sentido (Hoyos, 2008) indica que para concebir la pedagogía hay que relacionarla con el saber, por encima de las apreciaciones que la ubican como ciencia o como disciplina pues existe un estrecho vínculo con las prácticas de saber y la producción de objetos de saber. En este sentido se puede inferir que la docencia tradicional no ha sido abordada de la manera más adecuada y es la razón de que actualmente se siga produciendo una renovación considerable desde diferentes ámbitos de la sociedad (Area, 2002).

Lo antes mencionado está en estrecha relación con la antropología integral como perspectiva pedagógica que se traduce en antropología pedagógica, abarcando un estudio más amplio de lo que se conoce, desde hace muchos años atrás, como psicología pedagógica (Friedrich, 1965). Sin embargo, a pesar de que asimilamos conocimientos en relación con nosotros mismos mediante interacciones con otros, rara vez se nos estimula a aprender sobre nosotros directamente (Lewin, 2018).

Asimismo, según (Hoevel, 1995) la visión actual en la que parece basarse la educación se refiere a un estudiante con una posición activa de interacción con el docente, con el fin de ir adquiriendo juntos el conocimiento. Postura que desde entonces se está abordando hasta los momentos actuales porque resulta una mirada revolucionaria de la educación. En la actualidad se ha incorporado la práctica de la orientación contemplativa en la práctica educativa del siglo XXI con el fin de propiciar la evolución integral del estudiante universitario, ya que con el progreso de los periodos asociados con las configuraciones postmodernas en educación, se evidenció que no basta con el esclarecimiento de la práctica educativa y el conocimiento tácito sobre los aspectos universales e invariables del estudiante, puesto que lo más importante es el comportamiento responsable particular del alumno en el proceso de su aprendizaje y formación (Leria, 2017). Por este motivo, se comenzó a percibir modelos educativos que apoyaran los nuevos escenarios económicos-sociales y las demandas de los individuos en su contexto inmediato.

La universidad nueva fundamentos desde los procesos sustantivos.

En otro sentido, Ortiz (2009); Puebla y Talma (2011 citado por Leria, 2017, p. 70) afirma lo siguiente:

(...) la neurociencia educativa y la facilitación de los procesos de aprendizaje e influencia de los procesos emocionales, siendo en muchos sentidos sus aportes prácticos orientados al saber disciplinario del profesional-educador; al punto de considerar difícil de concebir un enfoque pedagógico sin incluir sus aportes.

Lo antes mencionado tiene especial relación con la pedagogía contemplativa, ya que esta se basa en el desarrollo psicofísico y socioemocional del estudiante mediante experiencias educativas individuales asociadas con la práctica particular del silencio como forma de reconocimiento de las actividades pedagógicas.

Asimismo, para explicar de mejor manera, la presencia de la pedagogía contemplativa en diferentes ámbitos educativos se presentan a continuación diferentes contextos escolares de aplicación abordados por (Leria, 2017, p. 74).

- **La orientación contemplativa y la evidencia científica que la avala:** Impacto prácticas contemplativa en funcionamiento psicosocial y psicofísico del estudiante, ej.: rendimiento cognitivo; función atencional y ejecutivas; neuroplasticidad; resiliencia estrés; disminución automatismos mentales; satisfacción vital; comportamiento prosocial, entre otras.
- **La orientación contemplativa y las habilidades socioafectivas:** Impacto de las prácticas contemplativas por su relación sinérgica con el desarrollo de las habilidades socioafectivas en el estudiante.
- **La orientación contemplativa y la actualización del currículo:** Contribución a la construcción de un currículo más allá de los procesos de adquisición conceptual; promoción de un currículo abarcador a una mayor cantidad de variables propias del ser humano.
- **La orientación contemplativa y la inclusión educativa:** Inclusión de la experiencia educativa a los aspectos trascendentes de la vida humana, así como las subjetividades propias de cada estudiante.

La universidad nueva fundamentos desde los procesos sustantivos.

- **La orientación contemplativa y la tradición ancestral:** Reactualización de los ancestrales probados saberes acerca del desarrollo personal, con la validación que la ciencia moderna ofrece.

Estos contextos antes mencionados son más efectivos si se toma en consideración además la Inteligencia Emocional (IE), puesto que después de 25 años de su estudio se puede inferir que este término ha cobrado especial atención entre la comunidad científica en cuanto a evidentes beneficios en diferentes áreas del conocimiento, como la salud y el bienestar relacionados con el medio educativo u organizacional (Cejudo, López, y Rubio, 2016). En tal sentido, los centros educativos deben propiciar la mejora de la autoestima y autoconfianza de sus educandos para rebasar las dificultades que se pueden presentar en el cumplimiento de las metas de aprendizaje.

Lo cual reafirma la creencia reciente en relación con el hecho de que no solo las variables cognitivas se vinculan con los resultados académicos sino además las de la personalidad, como es el caso de la procrastinación académica (Steel, 2007) y la inteligencia emocional (Ferrando et al., 2011 citados por Clariansa y Cladellas, 2011) dos aspectos que hasta el momento se han estudiado generalmente por separado para conocer su efecto sobre el proceso de construcción del conocimiento. No obstante, es fundamental regular e identificar las emociones en diferentes situaciones para que las dificultades no controlen el comportamiento del individuo de manera negativa donde este pueda revertir esta desfavorable circunstancia como si fuera de su agrado, lo cual conforma una personalidad fuerte que cumplirá un rol importante en el estable desarrollo de la persona en comparación con el resto.

De igual manera, cuando se toma en consideración la IE, existen diferentes aspectos que se mencionan en la siguiente figura:

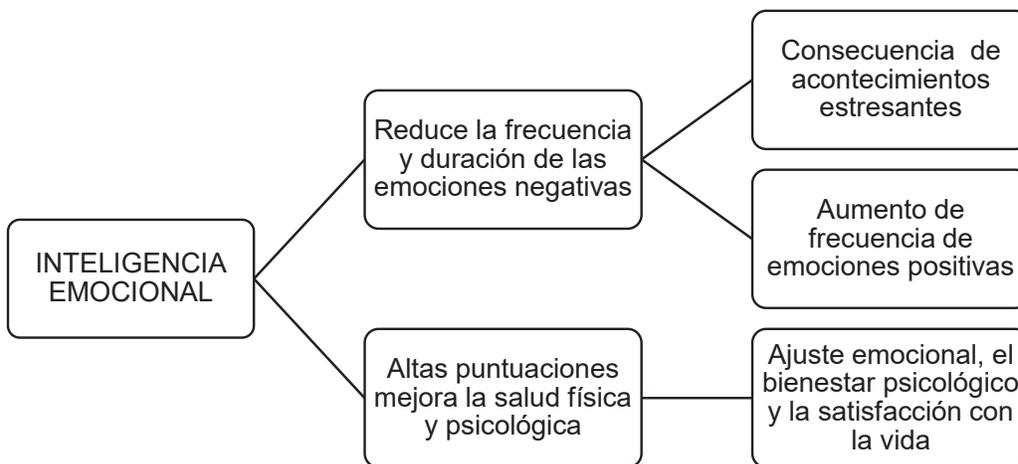


Figura 2. Dimensiones de la IE mediante dos procesos complementarios.

Fuente: Elaboración propia a partir de Cejudo, López, y Rubio (2016).

De esta forma, el desarrollo de la IE en el contexto educativo favorece el desarrollo de la atención plena del estudiante; lo cual ha sido un tema de interés y discusión en el marco de la historia del pensamiento educativo con el fin de establecer la necesidad de su práctica desde las edades tempranas y su consolidación en la educación superior. “El bienestar emocional de los estudiantes de educación superior es un objetivo fundamental en el nivel educativo” (Fragoso, 2015, p. 113). Puesto que las empresas en la actualidad buscan profesionales capacitados, pero prestan especial atención en su inteligencia emocional; ya que resulta más fácil capacitarlos en cuanto al conocimiento que educarlos en sus emociones.

Por otro lado, la correlación entre inteligencia emocional y capacidad intelectual, en parte se relaciona solo con algunas ramas y, dentro de ellas, solo con tareas explícitas (Valadez, Borges, Ruvalcaba, Villegas, y Lorenzo, 2013). Por esta razón, existen ciertas carreras donde los estudiantes que en ellas se forman necesitan de ayuda para proteger su inteligencia emocional, al punto de establecer puntos de encuentros con personal capacitado para esta gestión.

La universidad nueva fundamentos desde los procesos sustantivos.

En el actual mundo cambiante, donde se está sufriendo de varias transformaciones sociales, resulta evidente establecer estrategias de mejora para la calidad de vida de los futuros profesionales en formación como antesala de su desempeño profesional. Para Goleman (1995 citado por Rosa, Riberas, Navarro, y Vilar, 2015, p. 80) “la inteligencia emocional es más importante que el coeficiente intelectual y las habilidades técnicas para poderse desenvolver de manera efectiva en cualquier trabajo”. De esta manera, se establece una gestión de las emociones al mismo tiempo que se evidencia un desarrollo óptimo de las competencias sociales. Todo ello repercute de manera positiva en la autogestión de las situaciones de conflicto en un espacio hostil, donde el individuo es capaz de afrontar las circunstancias desfavorables con la mente abierta a las soluciones evitando las tendencias negativas.

Para los estudiantes universitarios, las exigencias a las que se encuentran expuestos son mayores que en décadas anteriores, no solo se les exige ser competentes en cuanto a sus conocimientos sino también en relación con los idiomas, la tecnología, el manejo de emociones en la práctica ante situaciones de crisis y todo ello, genera estrés desde antes de que se ejecute la actividad laboral. Es entonces, cuando la pedagogía contemplativa ocupa un papel importante en la actividad académica como un recurso para desarrollar competencia asociadas con la inteligencia emocional, para que el futuro profesional pueda contrarrestar los problemas estresantes que a diario pueden encontrar en su vida como alumno y en su contexto laboral. Esta forma de concebir la enseñanza superior forma individuos fuertes preparados para establecer relaciones interpersonales saludables, en función del correcto desarrollo de la evaluación continua de sus necesidades personales y profesionales.

4.2 El rendimiento académico y su relación con la atención plena.

En relación con la calidad de la educación superior, existen diferentes preguntas que son dirigidas al sector público sobre costo-beneficio social, lo cual ha atraído la atención para su estudio y análisis de los resultados académicos de los estudiantes como indicador que guían las decisiones en la educación superior (Garbanzo, 2007). Es al respecto que los docentes deben brindarle la importancia que requiere a la implementación de estrategias facilitadoras de la mejora del rendimiento académico en los estudiantes universitarios. Su

La universidad nueva fundamentos desde los procesos sustantivos.

preparación para el futuro contribuye a la formación de profesionales capacitados que no solo aprendan para aprobar una materia, sino que aprendan para la vida en función de resolver problemas y ser proactivos con ese conocimiento.

Asimismo, en la actualidad existe una preferencia a estudiar las variables de la acción instruccional para derivar su repercusión en el rendimiento, tomando en consideración que diversos referentes instruccionales repercuten en diversos procesos instruccionales, lo cual origina un rendimiento distinto (De la Fuente, Martínez, Peralta, y García, 2010). De lo antes expuesto, depende de la personalidad de los estudiantes y cómo conciben sus aprendizajes, de ahí que los docentes tengan el desafío constante de pensar en nuevas maneras de transmitir sus aprendizajes. En este sentido, provocar el interés de sus estudiantes resulta de vital importancia para la asimilación del conocimiento, más aún en esta era digital donde los jóvenes distraen su atención en modos de aprendizajes interactivos y donde un tutorial de YouTube puede resolver sus necesidades de instrucción.

Por otro lado, el término de rendimiento escolar se asocia con "(...) el nivel de conocimientos demostrado en un área o materia comparado con la norma (edad y nivel académico). Así, tal rendimiento no es sinónimo de capacidad intelectual, de aptitudes o de competencias" (Torres y Rodríguez, 2006, p. 256). Por lo tanto, las capacidades intelectuales de los educandos no son un factor determinante en su desarrollo como estudiantes en relación con su rendimiento ya que muchas veces depende el interés, el nivel de concientización de las actividades, su responsabilidad y compromiso hacia el cumplimiento de las tareas que le son asignadas.

"El nivel de rendimiento del alumnado ha sido analizado, como una variable independiente que afecta la satisfacción con el proceso de E-A o el contexto instruccional" (De la Fuente, Martínez, Peralta, y García, 2010, p. 2). Lo cual coincide con las necesidades personales de los estudiantes, la importancia que le concede a su proceso de enseñanza-aprendizaje y las competencias desarrolladas durante los niveles anteriores, puesto que este último factor puede beneficiar o perjudicar su proyección como estudiante universitario. Por cuanto, facilitar la autonomía en la educación superior contribuye a formar profesionales competentes, capaces de resolver problemas que se les presente en su diario actuar en su contexto laboral.

La universidad nueva fundamentos desde los procesos sustantivos.

Por lo antes expuesto, desde hace algunos años atrás, los directivos de las universidades a nivel internacional han considerado los logros académicos de sus estudiantes como un factor determinante en la toma de decisiones, el análisis y comprensión de este proceso constituye un instrumento concreto para concebir indicadores que alineen la toma de decisiones en educación superior (Garbanzo, 2007). Asimismo, la academia debe plantearse estrategias metodológicas que fortalezcan y eleven los niveles de rendimiento de sus estudiantes con el fin de contribuir a un aprendizaje significativo.

Puesto que cuando se afecta el rendimiento académico de los estudiantes se produce el fracaso escolar, lo cual atenta contra el buen desempeño de la calidad educativa en las universidades. En este sentido, existen varios factores que determinan el fracaso escolar que se mencionan en el cuadro presentado a continuación:

Cuadro 1. Factores asociados con el rendimiento escolar.

FACTORES	DESCRIPCIÓN
Sociales y culturales	La relación de las clases sociales con el ingreso de la familia (nivel de la madre y padre) está vinculada con el fracaso o éxito del estudiante; pues se considera inútil los estudios universitarios brindándole mayor importancia a la contribución al sustento familiar.
Escolares	Asociación del ambiente escolar con las políticas y estrategias de administración; así como la preparación, responsabilidad y carga de trabajo del profesor.
Familiares	Valoración positiva o negativa de la familia hacia el educando, su apoyo, expectativas futuras, comunicación y preocupación por sus actividades escolares relacionadas con el proceso educativo; además de los aspectos económicos, sociales y culturales que perjudican o benefician su desarrollo personal y educativo.
	Descripción del éxito y el fracaso escolar sobre las diferencias individuales en inteligencia o en aptitudes intelectuales, estas

La universidad nueva fundamentos desde los procesos sustantivos.

Personales	últimas pueden estar mediadas con factores familiares y escolares: factor verbal, autoconcepto, autoestima y competencia social.
------------	--

Fuente: Elaboración propia a partir de Torres y Rodríguez (2006).

En este sentido, la atención del individuo hacia determinadas actividades es un factor determinante para potencializar el aprendizaje y estas están asociadas a tres categorías fundamentales que se evidencian en el siguiente cuadro:

Cuadro 2. Componentes relacionados con la atención.

MODALIDADES	DESCRIPCIÓN de la CAPACIDAD
Atención sostenida	Dar respuesta a una tarea de manera consistente durante períodos de tiempo prolongado (...) por el contrario la combinación de tiempos de pausa y actividad regular el nivel de eficiencia.
Atención selectiva	Enfocarse únicamente en un estímulo para responder de forma efectiva a una determinada situación (...) implica una tarea de selección de la información relevante ignorando lo poco relevante.
Atención dividida	Atender a dos estímulos al mismo tiempo (...) en situaciones complejas que presentan diversos canales de información (...) de variadas operaciones intelectuales.
Atención alterna	Descentrar la atención de un estímulo y dirigirla a otro, con un grado alto de efectividad de acuerdo a los objetivos de la tarea (...) requiere la acción de la red ejecutiva para controlar y regular el proceso atencional.

Fuente: Elaboración propia a partir de Boujon y Quaireau (1999) citado por Ojeda (2014, p.16)

El cerebro humano tiene la capacidad de adaptación a los estímulos, por esta razón, si este se ejercita en función de las diversas capacidades sobre atención (de manera regulada por los procesos educativos) entonces existe grandes posibilidades de que se mejoren los resultados de aprendizajes en los estudiantes en cualquier nivel educativo, más aún en la

La universidad nueva fundamentos desde los procesos sustantivos.

educación superior. El cerebro tiene una rápida capacidad de adaptación a los estímulos de su entorno, que recibe el nombre de neuroplasticidad, lo cual ha sido recogido en investigaciones vanguardista y de la ciencia del siglo XXI (Mercenich, 2013 citado por López, Kareaga, y Bisquerra, 2014 (p. 505); sin embargo, el abuso de la tecnología es un factor detonante en este punto, aunque utilizarla a favor del aprendizaje resulta interesante para favorecer la motivación y el desarrollo psicomotor.

Cuando se realiza la práctica de la atención plena, la mente está tranquila y alerta a la misma vez; mediante la práctica sistemática, los estudiantes asimilan la manera de concentrarse en las actividades del momento, sin ceder a la distracción de su mente (López, Amutio, y Oriol, 2016). Este ejercicio favorece la asimilación de saberes, más aún cuando el conocimiento es más complejo como es el caso de la educación superior, donde los estudiantes necesitan sentirse con la mente relajada para conseguir un aprendizaje más favorecido.

Tales ámbitos de la salud se caracterizan por afirmar que los factores mentales y emocionales, la manera de pensar y comportarnos, pueden tener efectos importantes sobre nuestra salud física y mental cuando estamos sanos, y sobre nuestra capacidad de recuperarnos o mejorar nuestra calidad de vida, cuando estamos enfermos física o mentalmente (Brito, 2011).

Lo antes planteado por este autor corrobora la importancia que tiene la actitud mental para encaminar los comportamientos, lo cual también influye considerablemente en la concentración frente a la asimilación de los aprendizajes. Si el estudiante no tiene una actitud positiva en relación con el estudio, tampoco el estado anímico lo acompañará para disponerse a avanzar en su desempeño académico.

Asimismo, Bishop et al. (2004) citado en Mañas, Franco, Dolores, y Gil, (2014, pp. 4-5) afirma que la atención plena “mindfulness” ha sido adoptada por la psicología contemporánea como una técnica para elevar la consciencia en respuesta de manera más ágil a procesos mentales que favorecen la evolución de dificultades psicopatológicas y otros tipos de problemas del comportamiento. En el caso de la educación, si el estudiante aprende conocimientos en un ambiente de interés mutuo existen altas probabilidades de que su atención sea plena y que su recuerdo sobre el aprendizaje perdure en el tiempo.

A decir de (Moñivas, García, y García, 2012) la atención o conciencia plena permite instruirse en la relación de manera inmediata con el presente de aquello que ocurre en la vida de las personas, lo que denota conciencia, atención y recuerdo. Todo ello va formando el carácter de un individuo, fomenta la gestión de un pensamiento centrado en priorizar las cuestiones importantes de su vida y al respecto, los aspectos asociados con el aprendizaje autónomo.

4.3 Enfoques asociados con la procrastinación en la educación superior.

La procrastinación o dilatación es uno de los motivos que afecta el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Existen estudios como los que refiere Chan (2011) de diferentes especialistas como Knaus (1997); Flett, Blankstein, Hewitt y Koledin (1992) citado por Busko (1998); Steel (2007) que describen este comportamiento con un patrón de conducta sobre aplazar voluntariamente las actividades que deben entregarse en un plazo establecido (Ferrai y Tice (2007); Ferrari y Tice (2000); Riva (2006); Steel (2007) citado por (Quant y Sánchez, 2012, p. 46), lo cual se relaciona con diferentes causas: “baja autoestima, déficit en autoconfianza, déficit de auto-control, depresión, comportamientos de desorganización y en algunos casos perfeccionismo, impulsividad disfuncional y ansiedad”.

Esta actitud a largo plazo trae consigo conflictos para el individuo en relación con lo que debería hacer en contraposición con lo que desea realizar y en el marco de la educación superior donde los estudiantes son responsables de su aprendizaje, se dificulta aún más el autocontrol de dicha dilatación de las actividades.

Sin embargo, ante un problema es necesario buscar sus causas, por lo que una de estas es la orientación del cumplimiento de varias actividades en periodos de tiempos cortos, según Milgram (1992) citado por Steel (2007) en Quant y Sánchez (2012) esto provoca la aparición de la procrastinación como forma de limitar psicológicamente al individuo para la eficiencia de su gestión de aprendizaje. (Sánchez, 2010) plantea que “los estudiantes de educación superior son los que más lo padecen, pues alrededor de un 40% de la población universitaria norteamericana se determina procrastinadora crónica”, lo cual constituye una cifra importante para tomarse en consideración por las universidades en su gestión educativa.

La universidad nueva fundamentos desde los procesos sustantivos.

Por otro lado, el Espacio Europeo de Educación (EEE) apuesta por propiciar el aprendizaje para la vida de los estudiantes mediante la enseñanza relacionada con el concepto de “aprender a aprender” (Maquilón y Hernández, 2011). Todo ello está asociado con el aprovechamiento del conocimiento, necesidad de autorregulación del aprendizaje que el alumno por voluntad propia controla porque la motivación es el factor determinante de este comportamiento. Por esta razón, las universidades han decidido prestar la debida atención a la calidad educativa como indicador importante para promover diferentes estudios relacionados con el rendimiento académico del estudiante, aspectos de tipo psicológico y social (Valencia, 2014).

A continuación, se presentan diversos estilos de aprendizajes que ayudan a comprender un poco más los procedimientos complejos del pensamiento asociado con la motivación y el rendimiento académico:

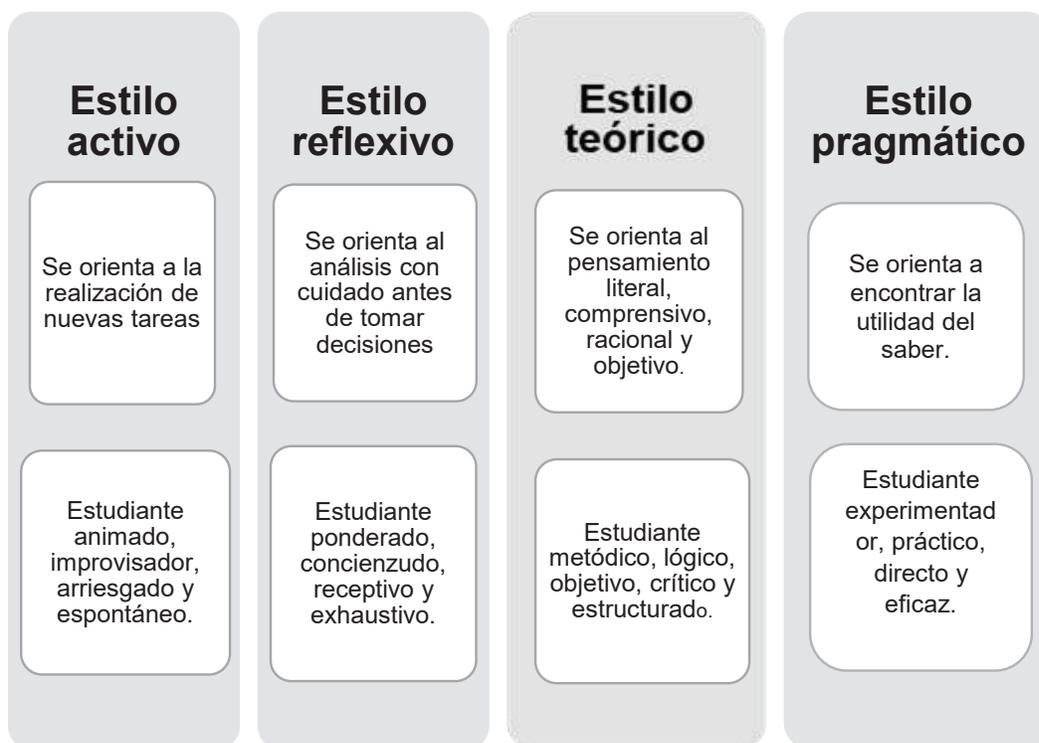


Figura 1. Estilos de aprendizajes.

Fuente: Elaboración propia a partir de Honey y Mumford (1982, 1986, 1992) citado por Valencia (2014).

Según comenta los estilos presentados anteriormente, cada individuo conforma su propia apreciación de la adquisición de conocimientos; por tanto, el docente del nivel superior debe

La universidad nueva fundamentos desde los procesos sustantivos.

ser consciente de las diferentes vías para asumir su práctica pedagógica con eficiencia de acuerdo a dichos estilos de aprendizaje.

Al respecto, los teóricos conductistas y del aprendizaje explican que si estos comportamientos de procrastinación son respaldados se producirá la llamada ley del efecto, donde se establece que las personas premiadas por dilatar las entregas en el tiempo correspondiente, continuarán haciéndolo en contraposición de aquellas que no son recompensadas por esta actitud (Natividad, 2014); por este motivo es de vital importancia la penalización de este comportamiento, mediante diferentes formas de controlar la realización de las actividades por parte del profesor.

En tal sentido, los docentes de la enseñanza superior deben evitar estas situaciones frustrantes para sus estudiantes, a partir del conocimiento de los motivos por los cuales se presentan dichos comportamientos. (Alegre, 2013) establece que el constructo de *procrastinación* no es solo una dificultad en relación con la gestión del tiempo, sino también tiene relación con elementos cognitivos, afectivo-motivacionales y conductuales. También, dicha autora considera este problema no solo se enmarca en el ámbito académico sino, además, en el laboral: “cuidado de la salud, en la atención de familiares o pareja, en el desarrollo y capacitación profesional e incluso en el uso del tiempo libre” (Alegre, 2013, p.86).

En la siguiente figura se presenta el ciclo cuasi-invariable por el que transita el procrastinador:

La universidad nueva fundamentos desde los procesos sustantivos.

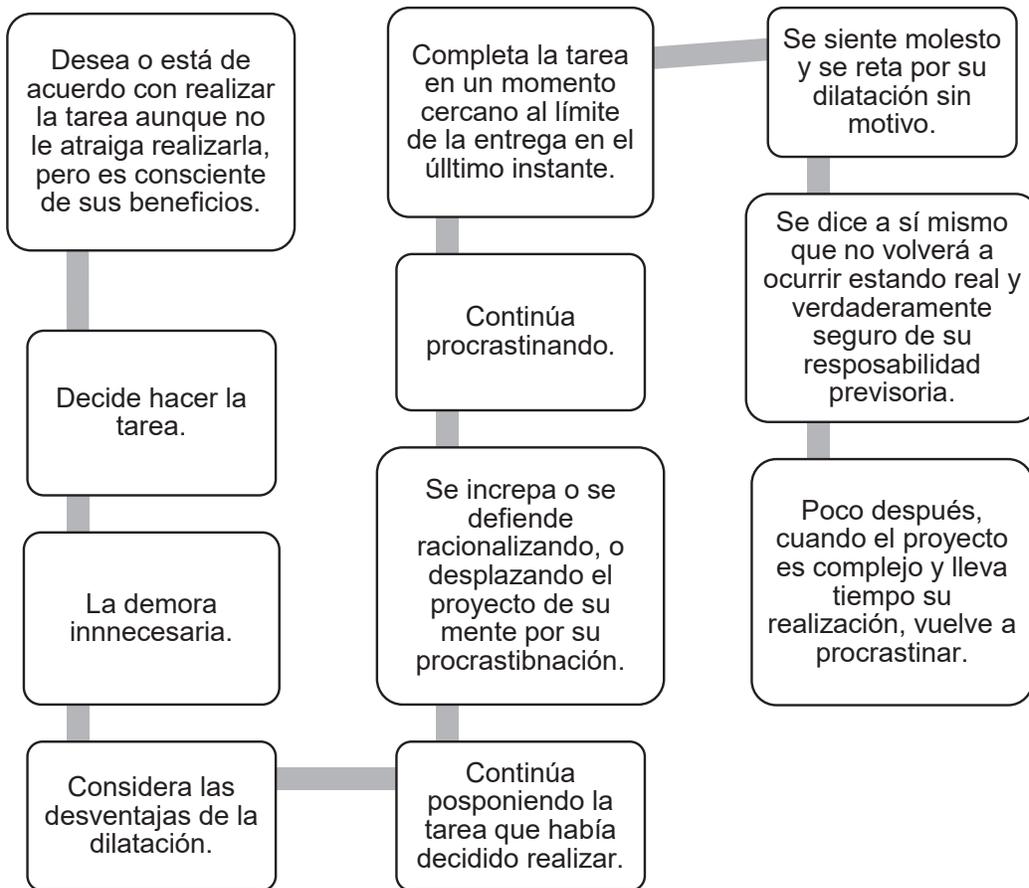


Figura 1. Ciclo del *procrastinador* en once pasos elementales.

Fuente: Elaboración propia a partir de Natividad (2014, p. 30).

Por otro lado, la procrastinación se relaciona con la motivación como un factor determinante para la obtención del éxito en contraposición a la aparición de la procrastinación. Los orígenes de motivación, pueden afectar las decisiones y elecciones de la persona ante las diferentes oportunidades frente a los estímulos o acontecimiento y su relación entre las diversas fuentes de motivación, y la respuesta ante dichos eventos, durante su desarrollo en el proceso de aprendizaje (Angarita, 2014).

4.4 La motivación como constructo para la regulación del rendimiento académico.

La motivación constituye uno de los eslabones principales relacionados con la autorregulación personal, lo cual se observa en la selección individual del alumno de

La universidad nueva fundamentos desde los procesos sustantivos.

involucrarse en la labor y en la intensidad de su voluntad y tenacidad en el ejercicio de su aprendizaje (Valle, y otros, 2010).

Cuadro 1. Comparación de metas académicas relacionadas con la motivación.

CRITERIOS	COMPARACIÓN
Metas de Aprendizaje vs. Metas de Rendimiento	Los estudiantes desarrollan metas de aprendizaje para incrementar su capacidad y metas de rendimiento para demostrar su capacidad (Elliot, 1999).
Metas de Aproximación vs. Metas de Evitación	Los estudiantes con metas de evitación del aprendizaje estarían preocupados por no ser perfectos, no comprender completamente el material o fracasar respecto de sus estándares intrapersonales de dominio (Linnenbrink & Pintrich, 2002).
Múltiples metas	Los resultados obtenidos por Rodríguez et al. (2001) demuestran no sólo que la adopción de múltiples metas conduce a un mejor rendimiento académico, sino también que la coordinación de distintos tipos de metas favorece el desarrollo de habilidades de autorregulación que permiten adaptarse más eficazmente a las demandas del contexto de aprendizaje.

Fuente: Elaboración propia a partir de Valle, y otros (2010, p. 6).

CONCLUSIONES

La revisión de los fundamentos teóricos relacionados con la temática investigada, constituye un elemento fundamental en relación con la comprensión del problema, lo cual propicia el conocimiento de la información pertinente en función de concebir estrategias didácticas que contribuyan a solucionar las deficiencias sobre la escritura académica.

Los estudiantes de la educación superior ecuatoriana necesitan de orientación durante el desarrollo de los procesos de escritura académica, por tanto, es responsabilidad de los docentes buscar estrategias que faciliten la orientación de la actividad con eficiencia con el

fin de propiciar la motivación y concebir una mejor manera de apoyar la calidad de la enseñanza.

La utilización de la propuesta del diario de reflexión contribuye al análisis de los aspectos fundamentales del proceso de aprendizaje de los estudiantes universitarios, en relación con el desarrollo de su escritura académica, con el fin de favorecer la formación profesional y el futuro desempeño como ciudadanos de su nación.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alegre, A. A. (2013). Autoeficiencia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Propósitos y Representaciones*, 1(2) , 57-82. doi: doi: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2013.v1n2.29>
- Angarita, L. D. (2014). Algunas relaciones entre la procrastinación y los procesos básicos de motivación y memoria. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 7(1), 91-101. Obtenido de <https://reviberopsicologia.iberu.edu.co/article/view/487/452>
- Area, M. (2002). ¿Qué porta internet al cambio pedagógico en la educación superior? *Tecnología educativa*, 1-8. Obtenido de <http://webpages.ull.es/users/manarea/Documentos/documento7.htm>
- Brito, G. (2011). Programa de reducción del estrés basado en la atención plena (mindfulness): sistematización de una experiencia de su aplicación en un hospital público semi-rural del sur de Chile. *Revista psicoperspectivas individuo y sociedad*, Vol. 10, no.1, 221-242. doi:DOI:10.5027/PSICOPERSPECTIVAS-VOL10-ISSUE1-FULLTEXT-121
- Cejudo, J., López, M. L., y Rubio, M. J. (2016). Inteligencia emocional y resiliencia: su influencia en la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios. *Anuario de Psicología*. 46, 51-57. doi:<http://dx.doi.org/10.1016/j.anpsic.2016.07.001>
- Chan, L. A. (2011). Procrastinación académica como predictor en el rendimiento académico en jóvenes de la Educación Superior. *Temát. psicol.* 7(1) UNIFE, 53-62.

- Clariansa, M., y Cladellas, R. Y. (2011). La influencia del género en variables de la personalidad que condicionan el aprendizaje: inteligencia emocional y procrastinación académica. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 14 (3), 87–96. Recuperado el 15 de marzo de 2018, de Recuperado de: <http://www.aufop.com>
- De Bruin, E. I., Meppelink, R., Y Bögels, S. M. (2014). Mindfulness in Higher Education: awareness and attention in University Students increase during and after participation in a mindfulness curriculum course. *Vol. 6, Issue 5*, 1137-1142. Obtenido de <https://link.springer.com/article/10.1007/s12671-014-0364-5>
- De la Fuente, J., Martínez, J. M., Peralta, F. J., y García, A. B. (2010). Proceso de enseñanza.aprendizaje y rendimiento académico en diferentes contextos instruccionales de la Educación Superior. *Psicothema*, Vol. 22, nº 4, 806-812. Obtenido de Recuperado de www.psicothema.com
- Fragoso, R. (2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿ un mismo concepto? *Revista Iberoamericana de Educación Superior (RIES)*, Núm. 16 Vol. VI, 110-125. Obtenido de <http://ries.universia.net>
- Friedrich, O. (1965). Principios metódicos de la antropología pedagógica. *Revista Educación y pedagogía*. Vol. XVII, No. 42, 171-175.
- Garbanzo, G. M. (2007). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios, una reflexión desde la calidad de la educación superior pública. *Revista Educación* 31(1), 43-63.
- Gazzola, A. L., y Didriksson, A. (2008). *Tendencias de la Educación Superior en América Latina*. Bogotá, Colombia: Panamericana Formas e Impresos, S.A. Obtenido de Recuperado de <http://www.iesalc.unesco.org.ve>
- Hoevel, C. (1995). Educación y contemplación. *Communio*, No. 4, 1-9. Obtenido de <http://www.researchgate.net/publication/236273622>
- Hoyos, G. (2008). *Enciclopedia iberoamericana de filosofía*. Madrid: Editorial Trotta. Consejo Superior de Investigaciones Científicas.

- León, B. (2008). Atención plena y rendimiento académico en estudiantes de enseñanza secundaria . *European journal of education and psychology*, Vol. 1, No. 3, 17-26.
- Leria, F. J. (2017). Incorporación de la Orientación Contemplativa en la Práctica Educativa del Siglo XXI. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficiencia y Cambio en Educación*. 15 (4), 67-85. doi:<https://doi.org/10.15366/reice2017.15.4.004>
- Lewin, D. (2018). Review of reconstructing 'Education' Through Mindful Attention: Positioning the Mind at the Center of Curriculum and Pedagogy, Oren Ergas. *Stud Philos Educ* 37, 315-321. doi:<https://doi.org/10.1007/s11217-018-9603-x>
- López, L., Amutio, A., y Oriol, X. (2016). Habits Related to Relaxation and Mindfulness of High School Students: Influence on Classroom Climate and Academic Performance. *Revista de Psicodidáctica*, 21(1), 121-138. doi:DOI: 10.1387/RevPsicodidact.13866
- López, L., Kareaga, A. A., y Bisquerra, R. (2014). Hábitos relacionados con la relajación y la atención plena (mindfulness) en estudiantes de secundaria. *Comunicacions a congressos / Jornades (Mètodes d'Investigació i Diagnòstic en Educació)* (págs. 504-521). Barcelona: Universidad de Barcelona. Obtenido de <http://hdl.handle.net/2445/58749>
- Mañas, I., Franco, C., Dolores, G. M., y Gil, C. (2014). Educación consciente: mindfulness (atención plena) en el ámbito educativo. Educadores conscientes formando a seres humanos conscientes. En Anónimo, *Alianzas de civilizaciones, políticas migratorias y educación*. (págs. 1-24). Sevilla: Aconcagua Libros.
- Maquilón, J. J., y Hernández, F. (2011). Influencia de la motivación en el rendimiento académico de los estudiantes de formación profesional. *REIFOP*, 14 (1), 81-100. Obtenido de Recuperado de <http://www.aufop.com>
- Martínez, J. E., Tobón, S., y Romero, A. (2017). Problemática relacionadas con la acreditación de la calidad de la educación superior en América Latina. *Innovación educativa*, Vol. 17, No. 73, pp. 79-96 .

La universidad nueva fundamentos desde los procesos sustantivos.

- Moñivas, A., García, G., y García, R. (2012). Mindfulness (atención plena): concepto y teoría. *Portularia*, Vol. XII, 83-89. Obtenido de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=161024437009>
- Natividad, L. A. (2014). Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios. (Tesis Doctoral inédita). *Programa de Doctorado Nuevas perspectivas en Psicología del Desarrollo y de la Educación.*, 341. Valencia, España: Universidad de Valencia.
- Ojeda, D. M. (enero de 2014). Influencia de la atención y las estrategias de aprendizaje en el rendimiento académico. *Trabajo fin de Máster en neuropsicología y educación*. Bogotá, Colombia: Universidad Internacional de la Rioja (UNIR).
- Polanco, A. (2005). La motivación en los estudiantes universitarios. *Revista Electrónica "Actualidades investigativas en educación"*, vol. 5, núm. 2, pp. 1-13. Obtenido de Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44750219>
- Quant, D. M., y Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista Vanguardia Clínica Teórica y Práctica*, Vol. 3, Núm. 1, 45-59. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815146>
- Río, C. J., Castaño, R., Martín, M. E., & Flores, N. (2018). Rendimiento académico en educación superior y su asociación con la participación activa en la plataforma Moodle. *Estudi sobre educació*, Vol. 34, 177-198. doi:DOI: 10.15581/004.34.177-198
- Rosa, G., Riberas, G., Navarro, L., y Vilar, J. (2015). El coaching como herramienta de trabajo de la competencia emocional en la formación de estudiantes de Educación Social y Trabajo Social de la Universidad Ramón Llull, España. *Formación Universitaria – Vol 8 Nº 5*, 77-90. doi:doi: 10.4067/S0718-50062015000500009
- Sánchez, A. M. (2010). Procrastinación académica: un problema en la vida universitaria. *Studiositas*, vol. 5, núm. 2, 87-94. Obtenido de https://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/604/1/Stud_5-2_A08_Sanchez_Hernandez.pdf
- Steel, P. (2007) La naturaleza de la dilación. Una revisión meta-analítica y teórica de la insuficiencia de autorregulación por excelencia. *Psychological Bulletin*, 3(3), 65-85.

- Torres, L. E., y Rodríguez, N. Y. (2006). Rendimiento académico y contexto familiar en estudiantes universitarios. *Enseñanza e investigación en psicología*. Vol. 11, Num. 2, 255-270. Obtenido de Disponible en:
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29211204>
- Valadez, M. D., Borges, M. Á., Ruvalcaba, N., Villegas, K., y Lorenzo, M. (2013). La inteligencia emocional y su relación con el género, el rendimiento académico y la capacidad intelectual del alumnado universitarios. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 11(2), No. 30, 395-412. Obtenido de
<http://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/1573>
- Valencia, L. (2014). Estilos de Aprendizaje: una apuesta por el desempeño académico de los estudiantes en la Educación Superior. *Encuentros*, Vol. 12, Núm. 2, 12(2), pp. 25-34. Obtenido de Recuperado de
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=476655660002>
- Valle, A., Rodríguez, S., Núñez, J. C., Cabanach, R. G., González, J. A., y Rosario, P. (2010). Motivación y Aprendizaje Autorregulado. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, Vol. 44, Num. 1, pp. 86-97. Obtenido de Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28420640010>