

## *Resiliencia y autorregulación del aprendizaje en estudiantes del primer ciclo de psicología*

## *Resilience and self-regulation of learning in students of the first cycle of Psychology*

## *Resiliência e auto-regulação da aprendizagem em estudantes do primeiro ciclo de psicologia*

\*Edith Katherine Tello-Quispe

\*\*Raúl Pupo-Rodríguez

\*\*\*Doralis Leyva-Arévalo

\*Universidad Tecnológica del Perú. Licenciada y Colegiada en Psicología, con formación en Psicoterapia. Máster en Psicología Clínica y de la Salud. Máster en Docencia Universitaria y Gestión Educativa. Docente y Coordinadora Académica de la Carrera en Psicología. [etello@utp.edu.pe](mailto:etello@utp.edu.pe) ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6674-3702>

\*\*Universidad Tecnológica del Perú. Licenciado en Psicología. Máster en Orientación Educativa. Director del Centro de Investigación y Asesoría Psico Educativa. Especialista en Psicodiagnóstico de Rorschach, miembro independiente de la Sociedad Internacional de Rorschach. [raulyn@ciapse.edu.pe](mailto:raulyn@ciapse.edu.pe) ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0116-5478>

\*\*\*Universidad de Holguín. Cuba. Licenciada en Educación, en la especialidad de Defectología, especialización Oligofrenopedagogía. Máster en Ciencias de la Educación con mención en Educación Especial, Doctora en ciencias Pedagógicas. Profesora Titular y Jefa del Departamento de Educación Especial/Logopedia. [doralis@uho.edu.cu](mailto:doralis@uho.edu.cu) ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8255-352X>

### **Resumen**

El presente artículo aborda un estudio trascendental ya que permite conocer la correlación entre la resiliencia y el aprendizaje autorregulado y disponer de sustento para diseñar e implementar programas, considerando los dos constructos, y cambios en cursos formativos desde los primeros ciclos que puedan impactar en la formación del estudiante universitario de psicología, a nivel integral, promoviendo un rol activo en su aprendizaje. La muestra fue constituida por 177 estudiantes de ambos géneros en edades comprendidas entre de 16 a 32 años, utilizando un muestreo no probabilístico. Los instrumentos utilizados para la investigación fueron la escala de Resiliencia de Connor & Davidson (2003) y el inventario de Aprendizaje Autorregulado de Linder Harris y Gordon (1996, versión V 4.01). La metodología utilizada corresponde al enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo correlacional y diseño no experimental transversal. Los resultados revelaron que sí existe correlación alta entre la resiliencia y el aprendizaje.

### **Abstract**

This article approaches a transcendental study since it allows to know the correlation between resilience and self-regulated learning and to have the support to design and implement programs, considering the two constructs and changes in the course of training of the first cycles, and how they can impact on the training of the university student of Psychology, in an integral level, promoting an active role in their learning. The sample consisted of 177 students of both genders ages between 16 and 32 years, using a non-probabilistic sampling. The instruments used for the research were the Resiliency scale of Connor & Davidson (2003) and the Self-regulated Learning inventory of Linder Harris and Gordon (1996, version V 4.01) The methodology used corresponds to the quantitative approach, of correlational descriptive scope and cross-sectional non-experimental design. The results revealed that there is a high correlation between resilience and learning.

**Key words:** Resilience; Self-Regulated Learning;

**Palabras clave:** resiliencia; aprendizaje autorregulado; University Students universitarios

### **Resumo**

O presente artigo aborda um estudo transcendental já que permite conhecer a correlação entre a resiliência e a aprendizagem autorregulada e dispor de sustento para desenhar e implementar programas, considerando os dois construtos, e mudanças no curso formativo desde os primeiros ciclos e eles possam impactar na formação do estudante universitário de psicologia, a nível integral, promovendo um papel ativo em sua aprendizagem. A amostra foi constituída por 177 estudantes de ambos os sexos em idades compreendidas entre 16 e 32 anos, utilizando uma amostragem não probabilística. Os instrumentos utilizados para a investigação foram a escala de Resiliência de Connor & Davidson (2003) e o inventário de Aprendizagem Auto-regulado de Linder Harris e Gordon (1996, versão V 4.01) A metodologia utilizada corresponde à abordagem quantitativa, de alcance descritivo correlativo e de desenho não experimental transversal. Os resultados revelaram que se existe correlação alta entre a resiliência e o aprendizado.

**CHAVES Resiliência, Aprendizagem Auto-regulação, Universitários, Estudante Universitário.**

### **Introducción**

En el último año con la llegada de la pandemia mundial del COVID 19 el mundo se vio obligado a dar un giro en casi todas las áreas empresariales para llegar a soluciones efectivas y para poder adaptarse a una nueva normalidad. El campo de la educación no quedó fuera de esto siendo uno de los que mayor repercusión ha tenido por los nuevos métodos de enseñanza que han tenido que utilizar en la mayoría de los países.

Con el objetivo de mantener los centros educativos abiertos se tomaron medidas importantes las cuales en su totalidad conllevaron a la migración a clases virtuales, utilizando cada país, según sus posibilidades tecnológicas, estrategias y formas de implementarlas. Todo esto ha llevado a una gran crisis a nivel internacional en los diversos contextos educativos desde la educación inicial hasta la universitaria donde los docentes y estudiantes se han visto obligados a adaptarse en poco tiempo a un enfoque de enseñanza – aprendizaje al cual no estaban preparados.

Para el año del bicentenario de las naciones de Latinoamérica uno de las metas educativas propuestas según la Organización de Estados Iberoamericanos (2015) es elevar el nivel de los procesos educativos permitiendo que sean los estudiantes los que puedan tener el control de sus procesos de aprendizaje para de esta forma poder hacer frente a los problemas en el rendimiento escolar mediante la adquisición de destrezas que le permitan el desarrollo de las competencias básicas en diferentes contextos.

Para ello se ha propuesto proporcionar una educación que garantice su adaptabilidad a los nuevos tiempos que se viven, donde el principal eje va en torno al aprendizaje autónomo, las metodologías

activas que cada vez más proporcionan una mayor autorregulación, que es un proceso activo mediante el cual los alumnos determinan las bases y objetivos que guían su proceso de aprendizaje haciendo un intento por controlar, regular y dirigir de forma consciente sus procesos cognitivos, sus niveles de motivación y su conducta con el propósito de lograrlo.

Este propósito, ha creado ilusión e importantes expectativas entre aquellos países, gobiernos, grupos sociales y ciudadanos que creen en la capacidad transformadora de la educación. En las últimas décadas la educación a nivel superior ha experimentado cambios como el incremento de estudiantes universitarios en universidades privadas, la incorporación de tecnología y acontecimientos sociales como es la pandemia por COVID-19 que tiene un impacto a nivel mundial en áreas como la educación.

La educación universitaria requiere una formación de manera integral del estudiante, que le permita sobrellevar las adversidades que ese camino conlleva, a su vez prepararlo para la vida fuera de las aulas, en donde se convierte en un agente de cambio y en ciencias humanas como es la carrera de psicología, es necesario su desarrollo a nivel personal y académico.

Al cambio constante que experimenta la educación superior se incorpora del componente virtual y actividades autónomas que complementan la formación dentro de las aulas, y las universidades en estos últimos años están brindando con mayor ahínco, surge la importancia que el alumno autorregule su aprendizaje, resaltando la necesidad de partir del conocimiento profundo del estudiante, al cual hay que acomodar cualquier iniciativa de enseñanza, destacando la necesidad que sea protagonista y constructor de su propio aprendizaje.

Considerando al estudiante como una persona con áreas de vida, no solo tiene la influencia del entorno educativo a nivel superior, también se presenta factores sociales y personales que tiene que afrontar como es la pandemia COVID-19 que se ha presentado como una adversidad. Para que los estudiantes universitarios superen los acontecimientos estresores que puedan suscitarse a lo largo de sus años de formación, la resiliencia se ha convertido en una capacidad indispensable a ser promovida desde los primeros ciclos.

A pesar de los estudios que existe en relación al aprendizaje autorregulado, Hernández y Camargo (2017) de la autorregulación del aprendizaje en la educación superior en Iberoamérica, concluyen que

el aprendizaje autorregulado en la región se encuentra en una etapa inicial del desarrollo, lo que implica mayores estudios que reporten la información estadística del efecto incluyendo informes institucionales para evitar sesgos.

Por tanto, el presente trabajo se centra en conocer los niveles de aprendizaje autorregulado y resiliencia, así como la relación entre las mismas, para que sirva como base a la propuesta de intervención a nivel de cursos formativos iniciales con gran impacto a corto y largo plazo en la formación del estudiante universitario, por lo que se propone como objetivo general; determinar la relación entre La Resiliencia y El Aprendizaje Autorregulado en estudiantes de primer ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Lima Norte durante el periodo 2020-II. (Segundo período del 2020)

### **Materiales y métodos**

Los instrumentos utilizados para la investigación fueron la escala de Resiliencia de Connor & Davidson (2003) y el inventario de Aprendizaje Autorregulado de Linder Harris y Gordon (1996, versión V 4.01) ambas encuestas cuentan con validez y confiabilidad previas en población peruana. La metodología utilizada corresponde al enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo correlacional y diseño no experimental transversal. El presente trabajo posee como finalidad establecer determinar la relación entre la Resiliencia y el Aprendizaje Autorregulado de los estudiantes de primer ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Lima Norte durante el periodo 2020-II. La muestra fue constituida por 177 estudiantes de ambos géneros cuyas edades estaban comprendidas entre de 16 a 32 años, utilizando un muestreo no probabilístico.

La técnica elegida para la investigación con enfoque cuantitativo es la encuesta dado que recopila información precisa de cada estudiante, con enunciados descriptivos y que guardan relación con la variable de estudio; luego de ellos se realiza una recolección sistemática de los datos según un diseño establecido con anterioridad que afirme la información conseguida.

### **Resultados y discusión**

La enseñanza y aprendizaje en la educación superior contiene procesos cognitivos, emocionales, sociales y motivacionales, siendo estos procesos los que facilitan o detienen el progreso formativo del alumno; como menciona Saenz y otros, (2018), en su revisión sistemática de las competencias de autorregulación del aprendizaje existe la necesidad de desarrollar programas a nivel de curricular para

promover la competencias de autorregulación del aprendizaje en los estudiantes de nivel superior, para la cual es necesario conocer el nivel de competencias con el cual ingresan los estudiantes y diseñar o implementar cursos transversales que permitan facilitar el proceso de transición de la educación secundaria a la universitaria, conllevando el aumento de retención de los alumnos, como impacto prospectivo el investigar desde los primeros ciclos la autorregulación del aprendizaje permite una la formación integral de los profesionales en ciencias humanas como es la carrera de Psicología.

A pesar de los estudios que existen en relación al aprendizaje autorregulado, Hernández y Camargo (2017) de la autorregulación del aprendizaje en la educación superior en Iberoamérica, concluyen que el aprendizaje autorregulado en la región se encuentra en una etapa inicial del desarrollo, lo que implica mayores estudios que reporten la información estadística del efecto incluyendo informes institucionales para evitar sesgos.

Se une a lo mencionado la incorporación y predominio de la modalidad de enseñanza universitaria virtual, por un lado, los recursos virtuales que complementan la modalidad presencial y por la coyuntura en el presente año con el COVID-19, la modalidad ha sido remota, que conlleva a una autorregulación necesaria de los estudiantes para las clases y actividades virtuales individuales y grupales como parte de su formación.

El panorama generado por el COVID-19 no solo ha generado la adaptación a nivel educativo sino a nivel personal en los estudiantes, que el solo ingreso a un nivel de educación superior por los cambios impacto no solo afecta a nivel de educativo sino a nivel personal por los acontecimientos familiares, sociales y económicos, que se concibe como una adversidad en el constructo de la resiliencia que va posibilitar el afrontamiento de las situaciones adversas saliendo fortalecido de ellas, lo cual complementa su formación integral del futuro profesional.

Se ha estudiado el nivel de resiliencia en los universitarios, pero aún no se tiene información sobre su relación con el proceso educativo, el cual ha presentado cambios considerables, se ha observado que la competencia del estudiante en el sistema educativo a lo largo de varios años se ha convertido en un reto en cuanto a la falta de interés y motivación, sobreestimulación de factores externo y la incorporación de plataformas digitales en el proceso de enseñanza y aprendizaje. A ello se suma, adversidades que

pueden presentarse a lo largo de su vida universitaria que puede impactar no solo en su formación sino también en el egreso y la inserción laboral.

El presente estudio es trascendental ya que permite al conocer el nivel de resiliencia y aprendizaje autorregulado frente singular periodo académico, social y mundial, a su vez se plantea el conocer si existe correlación entre la resiliencia y el aprendizaje autorregulado y disponer de sustento para diseñar e implementar programas y cambios en curso formativos desde los primeros ciclos y ellos pueda impactar en la formación del estudiante de psicología a nivel integral, promoviendo un rol activo en su aprendizaje.

La muestra de la investigación fue seleccionada por un muestreo tipo no probabilística, considerando los siguientes criterios de inclusión y exclusión. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

La muestra seleccionada considero los siguientes criterios de inclusión:

Estudiantes universitarios de la carrera profesional de Psicología cursos el primer ciclo.

Edades entre 16 a 25 años.

La muestra seleccionada considero los siguientes criterios de exclusión:

Estudiantes universitarios de otras carreras profesionales.

Estudiantes no matriculados en el ciclo 2020.

Estudiantes que no terminan y/o omiten alguna pregunta.

El tamaño de la muestra definitiva fue de 177 estudiantes de ambos sexos, la cantidad de mujeres evaluadas alcanza el 78.5% del total de la muestra frente a un 21.5% de evaluados varones.

Los instrumentos de recolección de datos que se consideraron apropiados para ser aplicados fueron la Escala de Resiliencia de Connor & Davidson y el Inventario del Aprendizaje Autorregulado de Linder, Harris y Gordon.

Se eligió la escala de Resiliencia de Connor & Davidson la cual es uno de ellos instrumentos más usados en la actualidad en el ámbito universitario con gran cantidad de estudios psicométricos a nivel mundial y en población universitaria del país que avalan su aplicación. Por otro lado, el Inventario del Aprendizaje Autorregulado de Linder, Harris y Gordon, nos permite conocer las dimensiones del aprendizaje autorregulado como son el procesamiento ejecutivo, procesamiento cognitivo, motivación y control del ambiente, las cuales han sido estudiadas y cuentan con buen soporte teórico y tres versiones previas por sus autores que ha ido subsanando deficiencias y fortaleciendo la sensibilidad de

medición. El inventario ha sido utilizado en población peruana y universitaria con buenos índices de validez y confiabilidad.

### Análisis a nivel descriptivo

#### *Nivel de resiliencia*

Los resultados obtenidos del análisis estadístico descriptivo muestran que los estudiantes del primer ciclo de la carrera de psicología obtienen un nivel alto en resiliencia, según Connor, M., & Davidson, J. (2003), presentarían una capacidad para salir adelante ante las adversidades, lo que permite incorporar un conjunto de cualidades, recursos o fortalezas que favorece a que progresen y afronten la adversidad con éxito. En la coyuntura en la que nos encontramos, la pandemia y una población considerable ha sido afectada a nivel económico el acceso a la educación y mantenerse en el proceso de aprendizaje se ve interrumpido por cuestiones, de salud, familiares, económicos. Es así, que los alumnos que inicien esta nueva tema puedan percibir como un éxito frente a la adversidad y riesgo presente; e iniciar una nueva etapa con expectativas de inserción laboral e incremento de ingresos a futuro.

Además, estos resultados coinciden con Caldera, Aceves y Reynoso (2016) quienes encontraron un nivel alto de resiliencia en universitario de México, Por otro lado, Tarazona, Garcia y Rodriguez (2019) en Ecuador concluyeron que los estudiantes de psicología de primeros años presentan un alto nivel de resiliencia. A nivel nacional Velázquez (2017) refiere un nivel promedio de resiliencia en universitarios de Lima. El nivel encontrado en anteriores investigaciones ha sido de promedio a alta que coincide y puede ser un factor presente a nivel de Latinoamérica. Sin embargo, los resultados difieren de Chávez (2018) obtuvo como resultado una tendencia baja en el nivel de resiliencia de universitarios de Cajamarca, por lo que sería necesario mayor análisis con investigaciones que respalden el puntaje menor para una adecuada inferencia de la causa.

Los datos de sexo, edad, colegio de procedencia no tuvieron diferencias significativas como también lo encontró Mellan, C. (2019) en estudiantes hombres y mujeres de Lima. El nivel de resiliencia no se ve influencia por características sociodemográficas mencionadas anteriormente, a pesar de ello sería recomendable un muestreo equitativo entre varones y mujeres, debido a que en la carrera de Psicología, predominan las mujeres.

Se puede concluir que el nivel de resiliencia es alto en los estudiantes de psicología de primer ciclo, inclusive con la pandemia y los desafíos que puede presentarse. A nivel de dimensiones de la Resiliencia, se realizará un análisis de los resultados encontrados.

Competencia personal, metas altas y tenacidad, el nivel alcanzado fue el alto; los alumnos perciben una certeza de la propia preparación, para afrontar estresores, se puede considerar la postulación a la universidad una situación desafiante, la cual lograron superar. Previa a esta experiencia de éxito reciente se lograría fortalecer la confianza en sí mismo en relación a sus metas las cual son mayores y a su vez influye en la tenacidad para alcanzarlas.

Tolerancia frente a los efectos negativos y hacer frente de estrés, logro un nivel alto; en esta dimensión presentan expectativas positivas al iniciar esta etapa universitaria, y lo que sería a futuro sus conductas en del proceso de formación. A su vez, la conformidad para sobrellevar la adversidad aún con la presencia de estresores, esta dimensión incluye el trabajo bajo presión, la cual ha sido una constante por la incertidumbre de la realidad nacional.

Efectos positivos del cambio y la seguridad en las relaciones; se ubicó en un nivel alto donde los alumnos presentan flexibilidad para adecuarse a distintas situaciones, la educación superior en este ciclo se ha tenido que adaptar a una modalidad completamente remota, ante ello los alumnos han sido flexibles y estableciendo relaciones con sus pares en este nuevo entorno.

Control se ubicó en un nivel alto, que se refiere a las acciones y cogniciones que tiene los alumnos están orientados a su bienestar; esta orientación se ha visto reforzada por las constantes alertas e información de cuidado y desarrollo en esta etapa de vida y educación.

Influencia espiritual en un nivel alto, los estudiantes otorgan un valor a las creencias religiosos y experiencias personales, siendo en ocasiones un referente para solicitar guía o ayuda frente a dificultades generando confianza y otorgando un sentido a su acontecer.

#### *Aprendizaje autorregulado*

El aprendizaje autorregulado de los estudiantes de primer ciclo de la carrera de psicología se ubicó en un nivel promedio, que implica que los alumnos ejercer un rol activo promedio en su propio proceso de aprendizaje a un nivel metacognitivo, motivacional y conductual. Zimmerman, B. (2000). Los resultados obtenidos coinciden con los resultados a nivel internacional, los universitarios alcanzaron

niveles altos de autoeficacia, planeación efectiva, control y regulación de su comportamiento, motivación u cogniciones. Navea-Martin (2018) también halló puntajes altos en metas, variables de motivación y la estrategia cognitiva de organización. Por su parte Vergara (2018) con estudiantes universitarios de Lima encontró que más de la mitad se ubicaban en un nivel adecuado, resaltando la motivación y el control del ambiente presentaron mayor repercusión. Lo que se evidencia que el nivel es alto en el aprendizaje autorregulado promedio de los alumnos, sin embargo, es necesario el análisis por dimensiones. Cabe mencionar que Bárcena (2016) en México encuentra un déficit de aprendizaje autorregulado en una investigación cualitativa.

A nivel de dimensiones, el procesamiento ejecutivo, motivación y control de ambiente presentaron puntajes promedios a altos, a diferencia del procesamiento cognitivo que presentó un nivel promedio a bajo.

El procesamiento ejecutivo logra un nivel promedio, que incluye el proceso de ejecución, proceso metacognitivo, análisis de la tarea, estrategias de construcción, monitoreo y estrategias de evaluación son altas, dentro de las tareas en primer ciclo se realiza un monitoreo de las tareas y la información del sistema de evaluación como parte de un curso introductorio.

Motivación, conceptualizada como la orientación hacia la meta, implica recompensa y sentimientos de capacidad, se encuentra también en un nivel promedio al inicio de la carrera y uno de los cursos trabaja la motivación hacia la carrera que les permite fortalecer su orientación hacia la meta.

Control de ambiente, que abarca el empleo del medio ambiente, búsqueda de ayuda, administración del tiempo alcanzan un nivel promedio, los estudiantes en esta modalidad predominante virtual están familiarizados con el entorno virtual, lo cual permite un acercamiento y posterior uso del mismo, es importante resaltar la administración del tiempo, puede ser un factor favorable para los alumnos que en la plataforma presenta recursos de agenda y notificaciones de actividades y evaluaciones.

El procesamiento cognitivo presentó un nivel promedio a bajo. Esta dimensión es de importancia para cursos formativos de especialidad de ciclos superiores debido a que implica la atención, almacenamiento de datos, recuperación de datos, ejecución de tareas. Convirtiéndose la dimensión de procesamiento cognitivo en un aspecto decisivo para el resultado de su éxito académico presente y a

futuro. Para Vergara (2018), quien analizó datos procedentes de dos universidades diferentes, la dimensión cognitiva se ubica en niveles inferiores en contraste con la motivación y el control de ambiente.

Lo resultados demuestran que la resiliencia y el aprendizaje autorregulado presenta una correlación alta, lo que nos permite comprobar la hipótesis propuesta en base a la literatura revisada. Además, se encontró correlación entre resiliencia y las dimensiones del aprendizaje autorregulado lo que nos permite tener mayor información para conocer a nivel descriptivo el procesamiento ejecutivo, procesamiento cognitivo, motivación y el control de ambiente de los estudiantes.

Una vez realizado el estudio se propone diseñar e implementar un programa que complemente la formación de los estudiantes de Psicología desde su ingreso a la carrera, alcanzando un nivel de resiliencia adecuado que le permita afrontar y salir fortalecido de las adversidades que pudieran presentarse, así mismo desarrollar su aprendizaje autorregulado que le permita asumir un rol activo en su aprendizaje a lo largo de su vida universitaria.

El programa de promoción de resiliencia y desarrollo del aprendizaje autorregulado, permitirá cumplir con el estándar 19 en el proceso de acreditación en el cual se encuentra la carrera de Psicología, el estándar Nivelación de Ingresantes (SINEACE, 2018) menciona que se debe diseñar, ejecutar y mantener mecanismos que ayuden a nivelar a los alumnos en las competencias necesarios de los estudios en la carrera. De tal manera que el programa facilitara el proceso de adaptación a la vida universitaria, desarrollando la resiliencia que es necesario para afrontar los desafíos a lo largo de su etapa de estudios de manera integral. Por otro lado, el aprendizaje autorregulado, es fundamental en las actividades de nivelación que tiene el alcance no solo en conocimiento de cursos generales y transversales, como matemática y redacción, sino también directamente a los cursos de carrera.

Según el estándar 19 se debe identificar las carencias que tienen los ingresantes, siendo uno necesario y el cual aún no está desarrollado es el pensamiento crítico y la metacognición que interfiere en la eficiencia y permanencia en la carrera, así como en el egreso oportuno y a futuro su inserción laboral. El estándar 19, menciona que debe evaluarse los resultados de las actividades de nivelación, el programa se llevara dos evaluaciones al ingreso y al final del mismo. Dicha actividad permitirá, mejoras y una implementación sostenida.

Por otro lado, la misión de la Universidad es brindar el acceso a una educación superior de calidad que les permita alcanzar una vida mejor, el programa permite acceder a la educación, que pueda potenciar la adquisición de conocimiento y desarrollo de competencias a lo largo de su vida universitaria y permita generar oportunidades laborales mejores. El diseño y la implementación del programa también impactan en los objetivos estratégicos de la institución, a nivel de verificación del aprendizaje y desarrollo de investigación.

El diseño del programa de promoción de resiliencia y desarrollo del aprendizaje autorregulado dirigido a estudiantes de primer ciclo de la carrera de psicología, incorpora una elección y creación de los objetivos, procedimientos, acciones e instrumentos de evaluación que permitan verificar el resultado y el impacto del programa en la formación de los alumnos. Se realizará las siguientes actividades.

- Revisión de sílabos de los cursos de primer ciclo
- Revisión de actividades extracurriculares, servicios y recursos ofrecidos por la institución.
- Creación de los manuales y formatos del programa.
- Aplicación de Piloto y focus groups

El programa propuesto se estructura en cinco fases:

Fase de exploración, se analiza el silabo vigente de los cursos de Autoconocimiento e Introducción a la Psicología, pertenecientes al primer ciclo de la carrera y que guardan relación con el objetivo del programa, para mantener o cambiar las actividades y estrategias propuestas dentro del programa. Como producto final de esta fase, es definir los materiales y estrategias a utilizar. Las actividades principales en esta fase son:

- Diseño de la versión final de los manuales y formatos del programa
- Capacitación a los docentes, alumnos de últimos ciclos
- Charlas de socialización y sensibilización a población general de la carrera.

Fase de diagnóstico, se realiza la evaluación de entrada para establecer la línea base de los alumnos ingresantes, en relación a sus niveles de resiliencia y aprendizaje. Las actividades a realizar son:

- Evaluación de los alumnos de primer ciclo, se evalúa resiliencia y aprendizaje autorregulado.
- Sistematización de resultados.

Fase de implementación, se realiza las coordinaciones y permisos necesarios para la ejecución del programa que facilite el desarrollo de las competencias de los alumnos. Las actividades a realizar se contemplan dentro de las 17 de semanas de clases que tiene la universidad.

- Se realizarán tres Talleres de promoción de resiliencia por medio de la plataforma ZOOM
- Se realizarán tres Talleres de promoción Aprendizaje Autorregulado por medio de la plataforma ZOOM
- Se realizará un Taller final de feedback con docentes
- Se realizará un Taller final de feedback con alumnos.

Fase de evaluación, se procederá en la evaluación final y sistematización de los reportes de seguimiento de los alumnos. La actividad en esta fase es:

- Evaluación de salida de los alumnos, se evalúa la Resiliencia y aprendizaje autorregulado, a todos los alumnos, incluyendo a los que continuaron y no el programa.

Fase de elaboración de informe, se elaborará el informe del programa, considerando los logros y recomendación para que se constituya en un referente para la consulta en la incorporación de cursos formativos de primeros ciclos y a nivel de la promoción de factores protectores en su desarrollo personal. En esta fase final las actividades que se realizan están enfocadas en torno a los productos:

- Se elaborará el informe final del programa
- Se elabora un artículo de investigación.
- Se participará en un evento académico.
- Se publicará el programa.

El Equipo de Investigación, responsable de la elaboración de los instrumentos a utilizar en el programa y la ejecución del mismo para finalizar con el procesamiento y elaboración del informe final.

- 3 psicólogos.
- Docentes de la carrea de Psicología de primeros ciclos.
- Alumnos de Psicología de ciclos superiores.

Los instrumentos y materiales serán físicos o virtuales dependiendo de la modalidad en que se encuentren los alumnos.

- Inventarios de evaluación de entrada y salida (Resiliencia y Aprendizaje Autorregulado).

- Protocolos de seguimientos y reportes de docentes y alumnos.
- Guía de promoción de Aprendizaje autorregulado
- Guía e promoción de Resiliencia.

El programa de resiliencia y desarrollo de aprendizaje autorregulado se implementará dentro de los cursos del primer ciclo de la carrera de psicología.

Se iniciará con una reunión y capacitación a los docentes a cargo de los primeros cursos, presentando el programa y el beneficio e impacto en la formación personal y profesional de los estudiantes.

Se implementará el programa en dos fases ejecutadas de manera paralela, la primera consta de actividades incorporadas del de curso, como pautas y lineamientos en clases, evaluaciones y actividades de estudio personal del estudiante; la segunda fase corresponde a talleres grupales que fomentan las dimensiones de la resiliencia y el aprendizaje autorregulado.

Se obtendrá reporte de los docentes, por medio de entrevistas y listas de chequeo y escalas valorativas. También se solicitará las calificaciones de sus cursos. Se incluirá encuestas de satisfacción y evaluación al finalizar cada actividad ejecutada.

- Se conformarán los grupos de trabajo, que incluye actividades de monitorio y comunicación dos veces a las semanas, acorde a la lista de chequeos y formatos consignados dentro del programa.

En esta actividad se realizará una evaluación de su nivel de resiliencia y aprendizaje autorregulado a los estudiantes al inicio y al final del programa, para lo cual se utilizará la escala de Resiliencia de Conroy & Davidson (2003) y el inventario de Aprendizaje Autorregulado de Linder, R.W. & Harris, B.R. (Mayo, 1992). Se plantea la proyección de continuar con el seguimiento del desempeño de los participantes cada ciclo académico, para tener visión prospectiva a largo plazo hasta la inserción laboral.

Se realizará los productos finales del programa, la publicación del Manual de para alumnos ingresantes en la carrera de Psicología, considerando la resiliencia y el aprendizaje autorregulado como promotores de su formación personal y académico. Así mismo, se elaborará artículos para la publicación en revistas indizadas y eventos académicos como congresos nacionales e internacionales.

El beneficio que se obtendrá con el programa impactará positivamente en la plana docente, el alumnado y el área de investigación.

- Capacitación a docente en el proceso de adaptación y promoción de la resiliencia y aprendizaje autorregulado;
- Capacitación a los alumnos de últimos ciclos en el programa.
- Oportunidad de aplicar las competencias adquiridas a lo largo de su carrera, logrando un impacto a toda la carrera y que el programa sea sostenido en el tiempo.
- A nivel de investigación, generar artículos y producción científica, como los manuales y guías. Así también, la publicación de artículos en revistas indizadas, relacionadas a la educación superior en los primeros años de la vida universitaria que son cruciales para la adquisición de competencias.

Los mencionado anteriormente incrementando la calidad de educación en dentro de las aulas y fuera de ellas promoviendo el incremento de investigaciones aplicativas en beneficios de toda la comunidad universitaria. La socialización del programa en eventos académicos brindara la posibilidad de réplica en otras instituciones.

## **Conclusiones**

La resiliencia es la capacidad de afrontar situaciones adversas y salir fortalecidos de ellas, la promoción de la misma puede impactar también el aprendizaje Autorregulado en estudiantes de psicología logrando promover una formación integral frente al entorno educativo social en el que se desenvuelven. El estudio realizado refleja que existe relación entre la Resiliencia y el aprendizaje Autorregulado, con el Procesamiento Ejecutivo del Aprendizaje Autorregulado, el Procesamiento Cognitivo del Aprendizaje Autorregulado, la Motivación Procesamiento Ejecutivo del Aprendizaje Autorregulado y el Control del Ambiente del Aprendizaje Autorregulado, en estudiantes de primer ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Lima Norte durante el periodo 2020-II.

## **Referencias**

- Bárceñas, L. (2016). *Autorregulación del aprendizaje de estudiantes universitarios. Estudio dentro del contexto educativo actual*. [Tesis de Doctor en Educación, Universidad Iberoamericana Puebla].
- Caldera, J., Aceves, B., Reynoso, O. (2016). Resiliencia en estudiantes universitarios, Un estudio comparado entre carreras. *Psicogente*, 19(36), 227-239.  
<http://www.scielo.org.co/pdf/psico/v19n36/0124-0137-psico-19-36-00227.pdf>

- Chávez, E. (2018). *La relación entre la resiliencia y la calidad de vida de los estudiantes de una Universidad Pública de Cajamarca*, 2019 [Tesis de Licenciatura en Psicología, Universidad Privada del Norte. Facultad de Ciencias de la Salud].
- Consejo Nacional de Educación (2020). *Proyecto Educativo Nacional PEN 2036*.
- Connor, M., & Davidson, J. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76-82.  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12964174/>
- Hernández, A., & Camargo, A., (2017). Autorregulación del aprendizaje en la educación superior en Iberoamérica: una revisión sistemática. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 49(2), 146-160.  
<https://www.elsevier.es/es-revista-revista-latinoamericana-psicologia-205-articulo-autorregulacion-del-aprendizaje-educacion-superior-S012005341730016X>
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación*. 6ta ed. Mc Graw Hill Education.
- Mellán, C. (2019). *Resiliencia y Felicidad en estudiantes del Programa Beca 18 IES de Lima Metropolitana*, 2019 [Tesis de Maestría en Psicología de Niños y Adolescentes con Problema de Aprendizaje, Universidad Privada del Norte. Facultad de Ciencias de la Salud].
- Linder, R.W. & Harris, B.R. (Mayo, 1992). *Implications of assessment of self-regulated learning for instruction*. [Trabajo presentando en el Annual Illinois Association for Educational Research and Evaluation convention].
- Navea-Martin, A. (2018). El aprendizaje autorregulado en estudiantes de ciencias de la salud: recomendaciones de mejora de la práctica educativa. *Educación Médica*, 19(4), 193-200.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S157518131730013X>
- Saenz, F., Diaz, A., Panadero, E., Bruna, D., (2018). Revisión sistemática sobre competencias de autorregulación del aprendizaje en estudiantes universitarios y programas intracurriculares para su promoción. *Formación Universitaria*, 11(6), 83-98.  
<https://scielo.conicyt.cl/pdf/formuniv/v11n6/0718-5006-formuniv-11-06-83.pdf>
- Tarazona, A., García, V., Rodríguez, L., (2016). Factores resilientes en el psicólogo en formación: caso Universidad Técnica de Manabí-Ecuador. *Revista Digital Científica*, 2(15), 171-6.  
<https://www.itsup.edu.ec/sinapsis/index.php/sinapsis/article/view/218>
- Velázquez, P. (2017). *Medida de la Resiliencia en estudiantes universitarios de primer ciclo de la Escuela Profesional de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas*. [Tesis de Maestría en Educación con Mención en Teorías y Gestión Educativa, Universidad de Piura].

*Resiliencia y autorregulación del aprendizaje en estudiantes del primer ciclo de psicología/ Resilience and self-regulation of learning in students of the first cycle of Psychology/Resiliência e auto-regulação da aprendizagem em estudantes do primeiro ciclo de psicologia*

Vergara, R. (2018). *Autorregulación del aprendizaje de los estudiantes del II ciclo de contabilidad de dos universidades privadas*. [Tesis de Maestría en Docencia Universitaria, Universidad César Vallejo].

Zimmerman, B. (2000). *Attaining self-regulation: a social cognitive perspective*. Lawrence Erlbaum Associates.