



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**PROGRAMA DE TUTORÍA
UNIVERSITARIA A UN ALUMNO
MATRICULADO EN CONDICIÓN DE
RIESGO ALTO DE UNA UNIVERSIDAD
PRIVADA DE LIMA METROPOLITANA**

TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL
PARA OPTAR EL TÍTULO DE LICENCIADA
EN PSICOLOGÍA

JESSICA MILAGROS CARHUAS GONZALES

LIMA – PERÚ

2022

MIEMBROS DEL JURADO

Mg. Mónica Elvira Velasco Taipe

Presidente

Mg. Elena Esther Yaya Castañeda

Vocal

Mg. Nadia María Margarita Toledo Choquehuanca

Secretaria

ASESOR DEL TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL

Mg. Julio Alberto Domínguez Vergara

DEDICATORIA

A mi madre, mi principal inspiración.

AGRADECIMIENTOS

A mi casa de estudios, por la formación académica.

Al área de permanencia, por la oportunidad de mejorar como profesional.

TABLA DE CONTENIDOS

RESUMEN

ABSTRACT

INTRODUCCIÓN.....	1
Capítulo I: Experiencia Profesional y Contexto	3
Descripción de la Institución.....	3
Misión	3
Visión.....	3
Valores	3
Objetivos Estratégicos del Área de Permanencia.....	3
FODA.....	5
Breve Reseña.....	6
Ubicación	6
Puesto Desempeñado.....	6
Nombre del Puesto.....	6
Principales Funciones	7
Jefa Inmediata	7
Organigrama.....	8
Plan de Trabajo.....	9

Delimitar Área de Trabajo	14
Línea de Investigación	14
Capítulo II: Marco Teórico	15
Concepto de Tutoría	15
Concepto de Tutoría Universitaria	15
Tutoría Universitaria Virtual en Pandemia por Covid 19	18
Dimensiones de la Tutoría Universitaria	19
Tipos de Tutoría Universitaria	19
Modelos de la Tutoría Universitaria.....	21
Concepto de Riesgo Académico	22
Bajo Rendimiento académico.....	23
Determinantes del Bajo rendimiento académico:.....	24
Concepto de Riesgo Alto	25
Concepto de Estrés	25
Concepto de Estrés Académico.....	27
Antecedentes	28
Antecedentes Internacionales	28
Antecedentes Nacionales	29
Capítulo III: Metodología	32

Contextualización del problema.....	32
Problema de Estudio	32
Estrategias de Evaluación y Medición de la Problemática	36
Procedimiento de Evaluación.....	38
Diagnóstico del Problema	38
Intervención	46
Problema Delimitado	46
Objetivos	46
Estrategias Utilizadas.....	47
Hábitos de estudio y organización.....	50
Herramientas Utilizadas brindadas por el Área.....	52
Selección y Sustento de las Estrategias Empleadas	54
Ejecución.....	55
Indicadores de Logro	61
Monitoreo y Evaluación de la Intervención	62
Aspectos éticos	63
Capítulo IV: Resultados.....	64
Presentación de Resultados Cualitativos	64
Objetivo General	64

Objetivos específicos	65
Análisis de los Resultados Encontrados	71
Reflexión de la Experiencia	76
Limitaciones Encontradas en el Proceso de Intervención.....	76
Impacto en la Institución con los Resultados Hallados	77
Aporte al Área Psicológica y al Contexto.....	78
Demandas Profesionales Requeridas	79
Autoevaluación y Autocrítica Personal e Institucional	80
Recomendaciones.....	82
Conclusiones	83
Referencias Bibliográficas	84

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Plan del Trabajo anual – Área de Permanencia.....	11
Tabla 2. Plan de Intervención del estudiante D.H.....	56
Tabla 3. Cronograma de sesiones de tutoría universitaria al estudiante D.H.....	58

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Figura 1. Análisis FODA de la Institución de educación superior..... 4

Figura 2. Organigrama de la Institución de educación superior..... 9

RESUMEN

El presente trabajo de suficiencia profesional trata sobre el programa de tutoría universitaria a un alumno matriculado bajo la condición de riesgo alto (matrícula por tercera vez en un curso que se ha desaprobado dos veces anteriormente y matrícula en el plan de cuarta matrícula según el artículo 102 de la Ley universitaria 30220), dónde se aborda las dificultades que han influenciado para obtener notas desaproboratorias. Se trazó como objetivo principal que el estudiante evite perder su condición de alumno en la universidad. El desarrollo de la perspectiva teórica se basará en la revisión de documentación académica. Para la recopilación de información se planteó una metodología cualitativa mediante el uso de la entrevista semiestructurada y la observación. En las sesiones del programa de tutoría universitaria se le proporcionó al estudiante pautas para implementar hábitos de estudio, organización y estrategias personalizadas para tolerar la frustración, afrontar los bloqueos en las evaluaciones, evitar la procrastinación y cuestionar pensamientos disfuncionales. De acuerdo al análisis de resultados se concluye que, gracias a las sesiones del programa de tutoría universitaria, el estudiante D.H. aprobó sus cursos en riesgo alto logrando un cambio favorable en el ámbito académico y personal.

Palabras clave: riesgo académico, riesgo alto, tutoría universitaria, hábitos de estudio, organización.

ABSTRACT

The present work of professional sufficiency deals with the university tutoring program for a student enrolled under the condition of high risk (enrollment for the third time in a course that has failed twice before and enrollment in the fourth enrollment plan according to article 102 of the University Law 30220), where the difficulties that have influenced to obtain failing grades are addressed. The main objective was that the student avoids losing his student status at the university. The development of the theoretical perspective will be based on the review of academic documentation. For the collection of information, a qualitative methodology was proposed through the use of semi-structured interviews and observation. In the sessions of the university tutoring program, the student was provided with guidelines to implement study habits, organization and personalized strategies to tolerate frustration, face blocks in evaluations, avoid procrastination and question dysfunctional thoughts. According to the analysis of results it is concluded that, thanks to the sessions of the university tutoring program, the student D.H. passed his courses at high risk achieving a favorable change in the academic and personal environment.

Keywords: academic risk, high risk, college tutoring, study habits, organization.

INTRODUCCIÓN

A lo largo de la formación universitaria se puede encontrar un curso (o varios) que no es el favorito en el que se obtiene una nota desaprobatória, se vuelve a intentar y se obtiene el mismo resultado y es en la tercera vez cuando se hace más notable el estrés y el temor de no poder aprobar el curso y, con eso, la presión de posiblemente perder la vacante en la universidad, es decir no culminar la carrera profesional. A todo lo anterior, a partir del año 2020, se le agrega la declaración del estado de emergencia nacional como consecuencia de la pandemia por covid 19, donde se suspende la modalidad presencial y se instaura la modalidad virtual en todas las instituciones educativas; lo que hace necesario actualizar los recursos pues es otra la modalidad en la que se brindan las clases, se entregan los trabajos y se resuelven las evaluaciones. Es por todo lo expuesto que la tutoría universitaria desempeña un papel sumamente importante al brindar apoyo, orientación y seguimiento a los estudiantes que se encuentran en situación de riesgo pues su intención es brindar las pautas y estrategias necesarias, en un espacio empático y sin juicio, y así logre su éxito profesional.

El objetivo general del presente Trabajo de Suficiencia Profesional es que el estudiante, denominado D.H., evite perder su condición de alumno través de sesiones del programa de tutoría universitaria a lo largo del periodo académico en el que se encontraba matriculado en condición de riesgo alto; para esto se trazó como objetivos específicos: mejorar los hábitos de estudios, habilidades de organización, y promover un adecuado manejo de pensamientos, emociones y conductas para afrontar los requerimientos de cada asignatura en riesgo alto.

El presente trabajo tiene cuatro capítulos en donde se aborda: la experiencia profesional y el contexto (capítulo I), la revisión teórica respectiva (capítulo II), la metodología (capítulo III) en donde se describe la contextualización del problema, las herramientas utilizadas y la intervención tutorial y, finalmente, los resultados (capítulo IV) con el análisis correspondiente y la reflexión de la experiencia.

Capítulo I: Experiencia Profesional y Contexto

Descripción de la Institución

Misión

Brindar una enseñanza humanista y científica en el nivel superior que promueva el desarrollo integral del estudiante, el bienestar nacional y a la instrucción de profesionales líderes y responsables que presenten la capacidad de cumplir con las demandas de un contexto globalizado, participando firmemente en la creación de una sociedad equitativa, justa, y libre.

Visión

Ser una institución educativa líder en el mundo que se destaca por su carácter innovador en investigación científica pues posee a los más notables estudiantes, docentes e investigadores quienes, a través de su diligencia, guían acciones para el cambio que nuestra sociedad necesita para existir con bienestar y equidad.

Valores

La empresa no presenta valores determinados.

Objetivos Estratégicos del Área de Permanencia

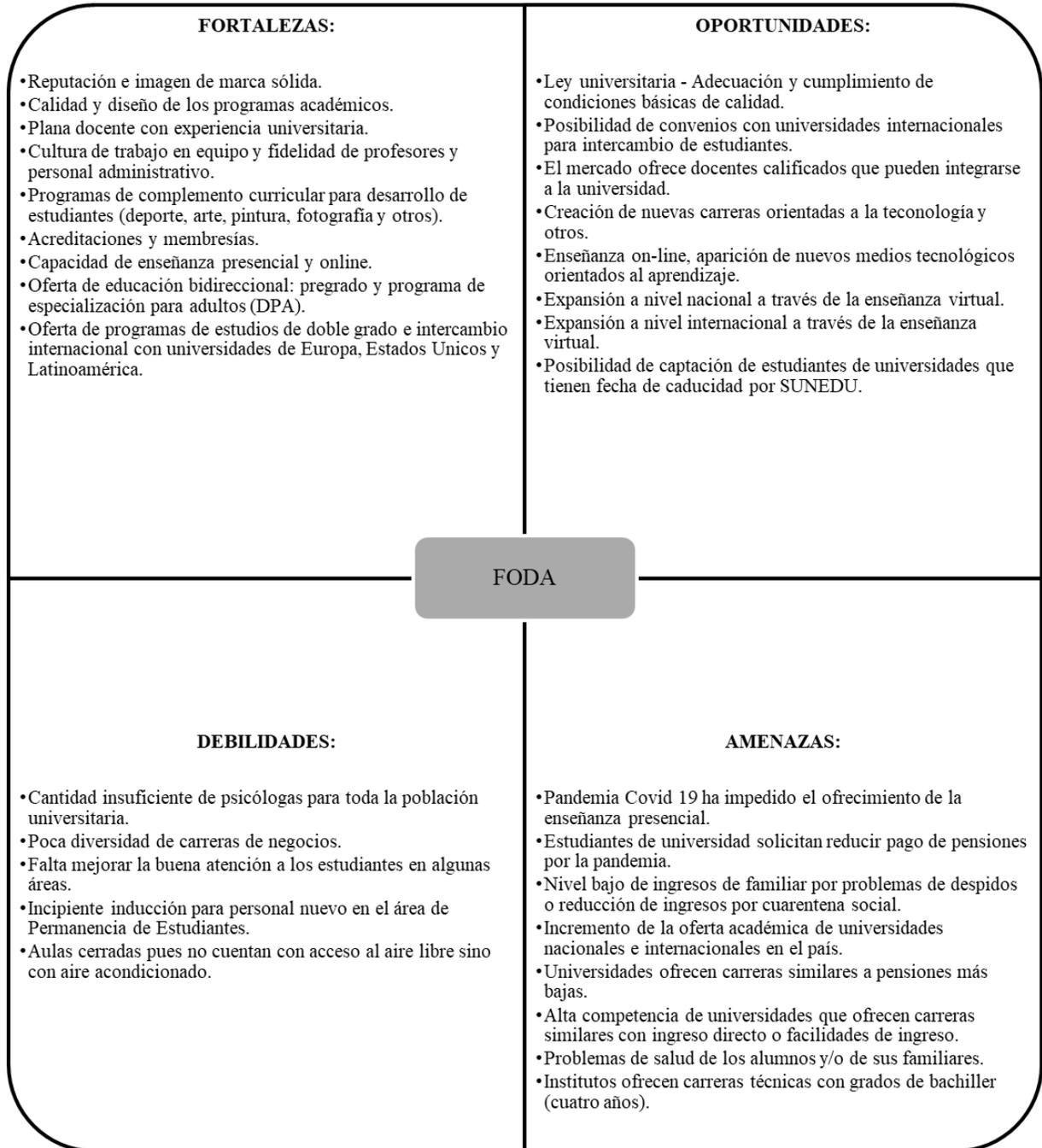
- Desarrollar e implementar estrategias para facilitar el proceso de adaptación a la vida universitaria y fomentar un óptimo desempeño académico en los alumnos de primer año de estudios a través de adecuada orientación.
- Desarrollar e implementar estrategias para brindar orientación, apoyo y seguimiento al estudiante en riesgo alto y establecer el mecanismo de soporte idóneo para contribuir con la mejora académica del alumno.

- Generar mayores estrategias en la intervención de los alumnos que soliciten retirarse definitivamente de la Universidad, evitar la deserción y fortalecer la permanencia del estudiante hasta su oportuna graduación.

FODA

Figura 1.

Análisis FODA de la Institución de educación superior.



Breve Reseña

Se caracteriza por ser una institución de nacionalidad peruana, privada, con duración indefinida y sin fines de lucro. Goza de autonomía académica, económica, normativa y de gobierno, y garantiza la libertad de pensamiento, de enseñanza, de crítica y de expresión, sin distinción de raza, género, credo religioso o filiación política.

Se rige por su Estatuto, sus reglamentos internos y demás normas del Estado que le sean aplicables dentro de su propia autonomía. Su gobierno corresponde a sus órganos y autoridades que son: la Asamblea General, el Consejo Universitario, el rector y el vicerrector académico, los consejos de Facultad y los decanos.

Se le reconoce como cantera de los líderes empresariales tanto a nivel nacional como internacional pues se forja como la institución que más ha contribuido, y lo sigue haciendo, con el desarrollo empresarial del país teniendo como base su visión de aportar al desarrollo de la gerencia no solo de Perú sino también de Latinoamérica.

Ubicación

El recinto universitario ofrece a sus estudiantes más de 60 000 metros cuadrados equipados con la más moderna tecnología y, también, de amplias áreas verdes que se destinan a actividades curriculares y extra curriculares. Se encuentra ubicado en Lima – Perú.

Puesto Desempeñado

Nombre del Puesto

Monitora académica en el área de permanencia.

Principales Funciones

- Brindar sesiones individuales a estudiantes que se encuentran matriculados en condición de riesgo alto con el objetivo de otorgarles el apoyo, seguimiento y orientación idónea por medio de la detección de dificultades para dotarles de estrategias que traerán consigo la mejora en su desempeño académico.
- Proporcionar atención personalizada a estudiantes ingresantes en donde se les ofrece orientación académica con el fin de promover una adecuada y sustentable adaptación en su primer ciclo de vida universitaria.
- Elaborar, organizar y ejecutar charlas y/o talleres dirigidos a estudiantes ingresantes en su primer ciclo regular y a inicios de su segundo ciclo en donde se promueve hábitos de estudio y el procedimiento de matrícula.
- Realizar la entrevista al estudiante, que se contempla en el procedimiento de solicitud de retiro definitivo, para analizar las posibles causas y proponerle alternativas de solución con la finalidad de que pueda tomar una decisión informada.

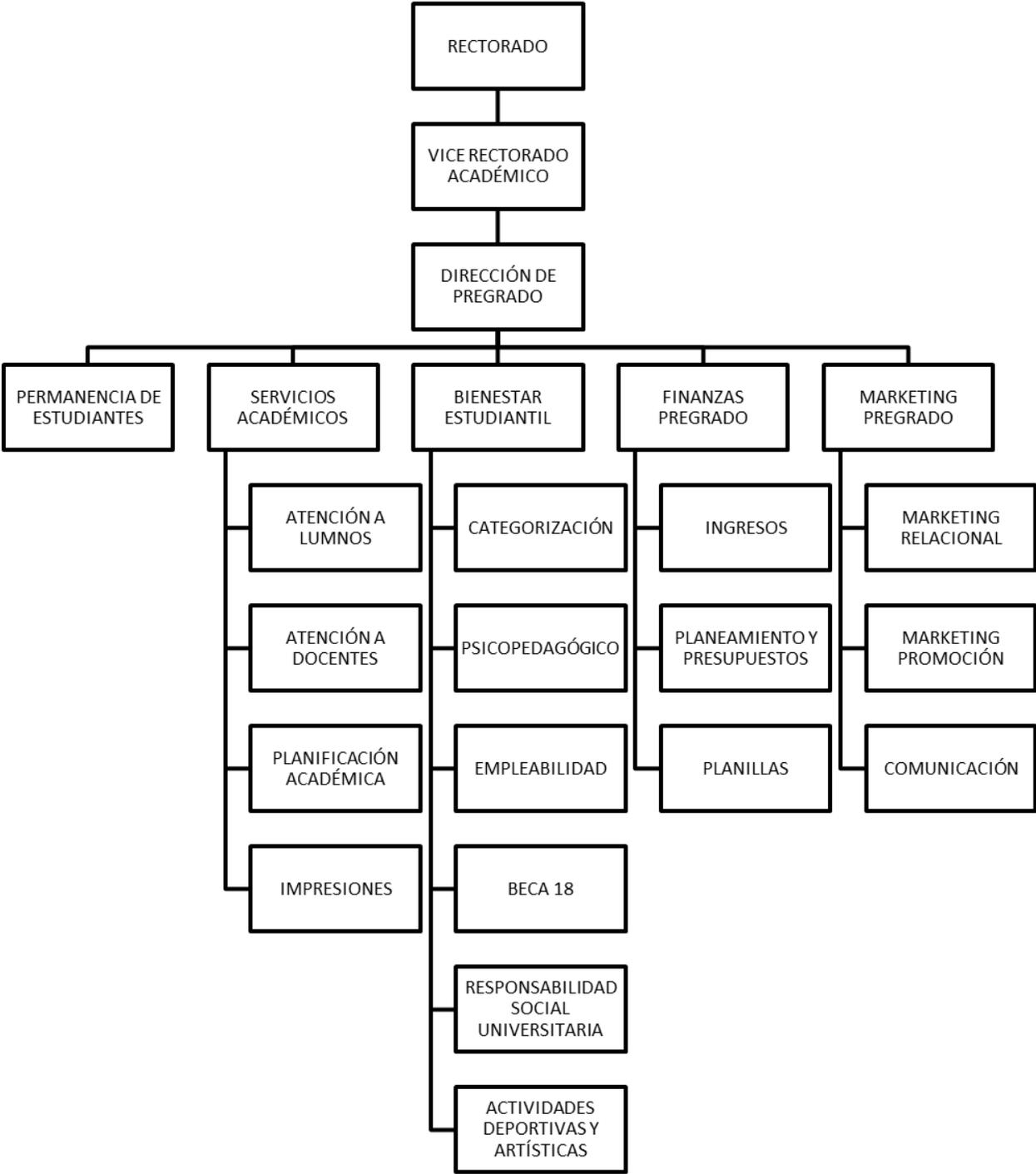
Jefa Inmediata

Jefa del área de Bienestar Estudiantil.

Organigrama

Figura 2.

Organigrama de la Institución de educación superior



Plan de Trabajo

Diagnóstico Situacional: Se ha detectado que los motivos más comunes por los que un estudiante llega a matricularse en uno o más cursos en riesgo alto pueden ser los siguientes:

- Poca o nula organización
- Procrastinación
- Estrés ante el curso en riesgo alto (bloqueos en evaluaciones, frustración, etc.)
- Inadecuado grado de importancia al curso en riesgo alto (abandono o sobre confianza)

Es por lo expuesto anteriormente que, para la institución de educación superior, es importante contar con herramientas que se dirijan a mejorar los índices de retención estudiantil por tal motivo el área de permanencia trabaja con el fin de disminuir los niveles de deserción y de baja académica, asimismo busca incrementar la permanencia estudiantil a través de la aplicación de hábitos de estudio y organización que ayudarán al estudiante a culminar de manera satisfactoria los estudios de pregrado, logrando una formación integral que se manifieste en su éxito personal y profesional.

Antes del año 2016 (año en el que se funda el área de permanencia), en los años 2014 y 2015 la tasa de baja académica por tercera vez era de 13% y 14% respectivamente. A partir del año 2016, con el área ya funcionando, este porcentaje disminuye significativamente llegando al 7% en el año 2020 pese al estado de emergencia que obligó a los estudiantes llevar los cursos de manera virtual trayendo consigo nuevos retos en el ámbito académico.

Base Legal del Programa

De acuerdo al Plan de Gestión de la Calidad Institucional 2015-2019, el cual dentro de sus objetivos señala el seguimiento minucioso del avance académico del estudiante, así mismo y conforme al artículo N°100.10 de la Ley Universitaria N°30220 (2014) en donde se indica como derecho del estudiante recibir apoyo y asistencia necesaria y al artículo N°102 de la Ley Universitaria respecto a la matrícula condicionada por rendimiento académico y según al artículo N°60 del Reglamento de Estudios de Pregrado de la universidad en donde señala realizar seguimiento a aquellos alumnos con dificultades académicas se promueve el presente programa.

Actividades del Programa

Está dirigido exclusivamente a estudiantes matriculados bajo la condición de riesgo alto con el objetivo de evitar que pierda su condición de alumno en la universidad.

Se entiende por riesgo alto, según el reglamento de estudios de pregrado de la universidad, al estudiante que ha desaprobado el curso dos veces y lo está cursando por tercera vez y también a aquel que se encuentra matriculado bajo el plan de cuarta matrícula.

- El área de permanencia solicita al área correspondiente el reporte de alumnos matriculados entre la primera y segunda semana de clases.
- El área de permanencia realiza la clasificación de alumnos según el riesgo alto (tercera vez y plan de cuarta matrícula), su carrera y por

orden de prioridad (estudiantes matriculados en 2 o más cursos en riesgo alto).

- La monitora académica del área de permanencia contacta, a través del correo institucional, a los alumnos que se encuentran matriculados en alto riesgo para agendar una sesión.
- Durante el desarrollo de la primera sesión la monitora académica, a través de la entrevista semiestructurada, identifica conjuntamente con el estudiante las dificultades previas y actuales que afectan el rendimiento académico. Además, se evalúa cómo percibe el curso matriculado por tercera o cuarta vez.
- La monitora académica brinda pautas para implementar hábitos de estudio, organización y estrategias personalizadas para afrontar el curso en riesgo alto. El alumno se compromete a realizarlas y en las posteriores sesiones se evalúan los resultados obtenidos.
- La monitora académica acuerda con el alumno una nueva sesión para brindar seguimiento a su progreso académico. Se pueden desarrollar entre 3 a 4 sesiones durante el periodo universitario, dependiendo de la gravedad de su situación.
- El alumno asiste a su próxima sesión con las notas de las evaluaciones del curso en riesgo alto y la monitora académica realiza el análisis al rendimiento académico (monitoreo de notas). Además, analizan el

cumplimiento de las pautas y estrategias recomendadas en la sesión anterior.

- En la última sesión, la monitora académica realiza una entrevista final donde hace un análisis de las competencias adquiridas y desarrolladas por el alumno durante el ciclo académico y le brinda una retroalimentación final.
- Si el alumno llevó el curso por tercera vez y lo desaprobó, se le informa al alumno sobre el plan de cuarta matrícula, bajo condiciones especiales de acuerdo al reglamento de estudios de pregrado y a la Ley Universitaria.

Recursos:

Recursos Humanos: 3 monitoras académicas conforman el área, las cuales tienen una o cuatro carreras profesionales a cargo. Tengo bajo mi responsabilidad cuatro carreras profesionales.

Recursos Materiales: Desde que se implementó la modalidad virtual, se hace uso de una laptop. A través de ZOOM se realizan todas las sesiones de tutoría a los estudiantes.

Un cuaderno en donde se apunta todo lo que el alumno en sesión comenta como ideas claves para luego trasladarlo a la ficha de atención en un documento Word.

Cronograma

Tabla 1.

Plan del Trabajo anual – Área de Permanencia

ACTIVIDAD	PLAN DE TRABAJO ANUAL											
	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SET	OCT	NOV	DIC
Solicitud de base de datos de alumnos matriculados.	X	X	X	X				X	X			
Revisión de histórico de notas de alumnos matriculados y detección de aquellos en riesgo alto.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Envío de correo de invitación a los alumnos en riesgo alto.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Coordinación de fecha y hora para realizar la sesión.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Entrevistas individuales en donde se detecta las principales dificultades.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Diagnóstico de fortalezas y aspectos de mejora.		X	X				X	X			X	X
Revisión de las notas de los exámenes parciales.		X	X		X	X				X	X	
Entrevistas individuales vía telefónica a aquellos alumnos que presentan mayor riesgo.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Realización de informes por programa.			X	X			X	X			X	X

Descripción del Área de Trabajo

El área se encuentra en el sexto piso. Es un espacio amplio de paredes blancas con grandes ventanas cubiertas por persianas en donde cada monitora académica tiene, en su escritorio, una computadora y un anexo para facilitar la comunicación no solo entre áreas sino también con las y los estudiantes. Cuenta con varios archivadores en donde se almacenan todos los expedientes de los estudiantes según su código asignado en el orden de menor a mayor.

El clima laboral es bastante agradable debido a que cada monitora académica puede consultar sus casos ya sea en las reuniones grupales o de manera individual. El

trabajo en equipo se refleja, especialmente, al momento de realizar intervenciones masivas como los talleres psicoeducativos (presencial) y charlas virtuales dirigidos a los estudiantes.

Desde que se instauró el estado de emergencia nacional, cada monitora académica se encuentra en su hogar. El espacio de trabajo actual es una oficina con un escritorio, una laptop y cuadernos donde registrar todo lo abordado en la sesión. Pese a esta distancia, el trabajo en equipo sigue presente pues cada una muestra apoyo cuando se necesita frente a los nuevos retos que la virtualidad ha traído consigo y se muestra asertividad y empatía en todo momento.

Delimitar Área de Trabajo

Línea de Investigación

DESARROLLO DEL COMPORTAMIENTO INTELIGENTE, CREATIVO Y CIENTÍFICO; Esta línea investiga las variables de inteligencia, aprendizaje, creatividad y otros procesos cognitivos que regulan el bienestar psicológico, así como factores asociados al vínculo familiar, educativo y social que favorecen o alteran el bienestar psicológico.

Capítulo II: Marco Teórico

Concepto de Tutoría

Gaitán (2013) menciona que la tutoría es la orientación al estudiante a lo largo de su formación académica, involucra responsabilidad compartida del tutor y estudiante, que ayuda a esclarecer los objetivos académicos y fomenta la toma de decisiones. Complementando tal concepto, Olmos (2020) refiere que la tutoría es el espacio y el momento compartido por una persona que solicita información y ayuda la cual es atendida por alguien con la debida preparación teniendo como objetivo compartir información, evaluar una dificultad y brindarle herramientas que sean útiles para su desarrollo personal, académico y profesional.

Se promueve el carácter preventivo de la tutoría para evitar futuros riesgos académicos pues brinda al estudiante conocimientos y estrategias necesarias para que afronte, de la mejor manera posible, las exigencias de las actividades académicas (Álvarez, 2020).

Concepto de Tutoría Universitaria

Cambours et al. (2011) define a la tutoría como una herramienta pedagógica que permite seguir y guiar al estudiante en sus procesos educativos pues es un medio para el mejoramiento de su desempeño académico a lo largo de su formación, tomando en cuenta las necesidades de cada estudiante de manera independiente.

Por su parte Hernández y Guárate (2017, como se citó en López et al., 2021) expresan que la tutoría es el soporte al estudiante en el área cognitiva, afectiva y social haciendo uso de la atención personalizada por parte del tutor en el entorno de su

formación personal y profesional. Además, el tutor tiene la responsabilidad de guiarlo en la detección y afrontamiento de las dificultades que repercuten en el rendimiento académico para darles solución y logre su permanencia de manera satisfactoria hasta culminar su carrera profesional.

En nuestro país, se relacionaba a la tutoría solo con temas académicos; pero las necesidades de los estudiantes en el contexto universitario han determinado el cambio de sus objetivos al punto de promover una intervención global en el que se ve al estudiante como una persona activa en su aprendizaje (Programa Nacional de Becas y Crédito Educativo, 2012). Ahora, se denomina tutoría al “proceso de intervención integral que trabaja para lograr el proyecto de desarrollo personal del estudiante” (PRONABEC, 2020). Por integralidad implica abordar el ámbito personal, académico, social y profesional; para lograr esto, la tutoría implica ser una acción multidisciplinar e interdisciplinar (Álvarez y Álvarez, 2015). En palabras de Carranza et al. (2020), la tutoría es una actividad pedagógica que cumple la función de orientación y apoyo a los estudiantes a través del desarrollo de competencias personales y profesionales.

Ante lo expuesto, en el área de permanencia se entiende por tutoría al apoyo, orientación seguimiento al estudiante que presenta dificultades que ponen en riesgo su permanencia en la universidad, cuyo objetivo es brindar pautas para implementar hábitos de estudio, organización y estrategias personalizadas para afrontar el curso. Las funciones más resaltantes del tutor para el área son: a) Brindar orientación en el área académico, personal y profesional, b) Dar apoyo a los estudiantes en la detección de necesidades académicas y personales; así como también fomentar la responsabilidad

de sus resultados obtenidos y c) Hacer efectiva acciones de carácter preventivo y subsanar aquellas dificultades detectadas (PRONABEC, 2016).

Según Arakaki et al. (2019) la tutoría universitaria se plantea lograr los siguientes objetivos: a) Proveer de recursos necesarios a los estudiantes con la finalidad de que tengan un óptimo desenvolvimiento en el área: académica, personal y profesional, b) Fomentar la solución de problemas que se suscitan a lo largo de su formación, c) Consolidar la calidad educativa en la institución logrando disminuir la deserción universitaria y aumentar la graduación en los estudiantes, finalizando su carrera universitaria de acuerdo a su plan de estudios.

Ahora bien, De la Cruz (2017) expresa que la tutoría es implementada por las instituciones educativas para intentar reducir las problemáticas relacionadas a la deserción y al rezago académico; esto se hace evidente en Perú pues la tutoría ha sido actualizada como consecuencia de los requerimientos presentados en la Ley N° 30220 publicada en el 2014 para brindar ayuda al estudiante que desaprueba una asignatura hasta tres veces con el fin de que evite ser destituido de la universidad (Zubiaur, 2021). Además, la tutoría universitaria trae consigo no solo resultados favorables para el estudiante, quien busca lograr su éxito profesional, sino también para la Institución de educación superior pues la tutoría se ha convertido en factor clave de la calidad educativa pues las actividades que ejecuta favorecen la mejora en la adaptación académica del alumno, la prevención del abandono de los estudios y la graduación oportuna (Martínez et al., 2020).

Tutoría Universitaria Virtual en Pandemia por Covid 19

En nuestro país, desde que se estableció el estado de emergencia en marzo del 2020 trajo consigo una serie de cambios en diversos escenarios y el educativo no fue la excepción. Se reemplazó las clases presenciales por las virtuales y con eso el reto de la adaptación por parte de docentes, psicólogos y demás profesionales, pero también de estudiantes quienes veían necesario el apoyo de un tutor para sobrellevar tal transición académica. A todo eso se suma una sociedad que presentaba bastante incertidumbre, miedo y dolor por los efectos del Covid 19. Por tal motivo, fue imprescindible que las instituciones universitarias aplicarán estrategias para que continúe vigente la comunicación entre tutor y estudiante solo que ahora se darían a través de plataformas virtuales como ZOOM o Google Meet así como también redes sociales como WhatsApp (Díaz, 2021).

Cueva et a. (2019) considera que la tutoría virtual es un proceso didáctico en el cual se hace uso de las tecnologías de información y comunicación (TIC) para brindar orientación a los estudiantes de carácter cognitivo, emocional, personal y profesional con el fin de resolver sus inquietudes y puedan afrontar sus dificultades. Se clasifican de esta forma: a) síncrona (tanto tutor como estudiante están conectados en el mismo tiempo) y b) asíncrona (se utilizan medios tecnológicos, como videos grabados, para transmitir la información).

Hay que tener en cuenta que en las sesiones síncronas algunos estudiantes pueden expresar, inevitablemente, situaciones difíciles de otros ámbitos de su vida (personal, familiar, salud, económico, entre otros) que han suscitado como

consecuencia, o no, de la pandemia por covid 19 por lo que es fundamental que el tutor muestre la empatía suficiente para brindar el soporte necesario y, dependiendo de la gravedad, realizar la derivación correspondiente.

En el presente caso se utilizó las siguientes TIC: ZOOM, Google Meet, correo institucional y WhatsApp del área desde que se implementó la virtualidad.

Dimensiones de la Tutoría Universitaria

La tutoría al promover el desarrollo integral del estudiante, presenta las siguientes dimensiones: a) Dimensión cognitiva, afianzar la capacidad de resolución de problemas, toma de decisiones y aprender a aprender); b) Dimensión afectiva, consolidar las habilidades sociales, el autoconocimiento, un autoconcepto favorable y la autoeficacia; c) Dimensión social, fomentar participación activa en la sociedad y d) Dimensión profesional, facilitar el conocimiento de su malla curricular, campo de trabajo de su profesión, etc. (Rodriguez, et al. 2012).

Tipos de Tutoría Universitaria

Cambours et al. (2011) expresa los siguientes tipos de tutoría en función de la problemática que atiende: a) Tutoría pedagógica, aborda dificultades académicas como desorganización y mala gestión del tiempo y dificultades en la adaptación de la metodología universitaria por lo que es de vital importancia que tome en cuenta el aspecto cognitivo y emocional; b) Tutoría académica, aborda la poca o nula retención del contenido del curso y tendrá como objetivo mejorar la comprensión y asimilación de los temas a evaluar; c) Tutorías profesionales, guían el diseño de proyectos a la inserción laboral para cuando egrese de la carrera y d) Tutorías de Tesis, acompañando

en su planificación, diseño y desarrollo. Agrega que tales tutorías se dan de manera individual o grupal y que el tutor debe contar con conocimientos para realizar la orientación adecuada al estudiante.

Por su parte, Rodríguez, et al. (2012) nos menciona la siguiente clasificación de tutorías en base a los siguientes criterios: en relación con los servicios de orientación (modelo puro y modelo mixto), en cuanto al contenido de las tutorías (tutoría de curso, de prácticas, de proyecto, de asesoramiento personal), en cuanto a la figura del tutor (profesor-tutor y tutoría de iguales), con relación al tiempo (tutoría de curso y de carrera) y en cuanto a los destinatarios (tutoría individual y grupal).

Zubiaur (2021) menciona que los tipos de tutoría más influyentes son: a) Tutoría integral, es la más provechosa pues está encaminada a abordar el desarrollo íntegro y global del estudiante (ámbito académico, personal y profesional) contribuyendo a mejorar eficazmente su desenvolvimiento académico a través de sesiones personalizadas en donde se fomenta la adquisición y desarrollo de hábitos de estudio y estrategias, b) Tutoría académica, es específica pues está dirigida al desempeño que tiene el estudiante en el curso y es la más propicia para lograr los objetivos académicos trazados en el plan de estudios (Angulo, 2021), c) Tutoría entre pares, se desarrollan sesiones entre estudiantes en el que uno de ellos es el que posee mayor dominio del curso y el otro presenta dificultades académicas haciendo que esta interacción se transforme en un aprendizaje participativo e interactivo que beneficia a ambos involucrados, d) Tutoría formativa, es de carácter preventivo pues se enfoca en que el estudiante posea conocimientos y habilidades necesarias antes de que tenga

dificultades fortaleciendo su responsabilidad y autoeficacia (Clerici y Da Re, 2019), e) Tutoría virtual, inicialmente se realizaba a través del correo electrónico pero como no propiciaba una intercomunicación óptima entre tutor y estudiante surgieron plataformas virtuales más dinámicas de tipo sincrónico y asincrónico y f) Tutoría inteligente, utiliza la inteligencia artificial que toma en cuenta el ritmo del estudiante en su aprendizaje de manera autónoma pero no aborda el ámbito social ni personal, solo el académico.

Todo a nuestro alrededor cambia, como también ha cambiado la forma de percibir e impartir sesiones de tutoría a lo largo de los años pues las problemáticas de los estudiantes lo ameritan pero siempre han tenido el mismo objetivo: lograr que el alumno se desenvuelva de manera apropiada frente a las demandas universitarias.

Modelos de la Tutoría Universitaria

Rodriguez et al. (2012) con tres modelos, los cuales son: a) Modelo académico (delimita el papel del docente al ámbito académico y al aula desvinculándolo de las necesidades del desarrollo del estudiante), b) Modelo de desarrollo personal (mayor atención al bienestar y desarrollo personal de los estudiantes en donde la vida fuera del campus se incluye como objeto de intervención) y c) Modelo de desarrollo profesional (asegurar el mejor desenvolvimiento posible de los estudiantes, haciendo uso de capacitación profesional, en el mercado laboral).

Años más tarde, Álvarez (2017) realiza una crítica constructiva al modelo vigente y propone un modelo integral de tutoría en donde las características más resaltantes son: a) Promueve el desarrollo global de estudiante a nivel personal,

académico, social y profesional, b) La tutoría se vuelve algo inherente a la formación universitaria por ser considerada un factor de calidad educativa, c) Posibilita la adquisición y el desarrollo de capacidades personales y profesionales que le acercan a concretar un buen proyecto de vida, d) Debe ser considerada como una acción multidisciplinar e interdisciplinar para responder a la mayoría de las necesidades del alumnado, e) Debe tener en cuenta los requerimientos tanto de los estudiantes como de la institución educativa y f) Tiene presente que el uso de las TIC fomenta una interacción más dinámica y un seguimiento más individualizado con el estudiante.

Años anteriores solo se creía que abordando solo el aspecto académico del estudiante se podía lograr un mejoramiento en su desempeño académico pero esto no era suficiente, por lo que con el tiempo se comenzó a tomar en cuenta otros aspectos (personal, familiar, salud, económico, etc.) que influyen o hasta determinan su nota final y esa es la propuesta de los modelos recientes: el abordaje completo del estudiante como medio para que logre el éxito profesional.

Concepto de Riesgo Académico

Para entender lo que es riesgo alto, primero debemos tener en cuenta los indicadores de riesgo académico.

Carpio, et al. (2018) mencionan que el riesgo académico presenta como indicadores: rezago académico, bajo rendimiento académico, bajo nivel de aprovechamiento académico y fracaso académico. Cada uno se conceptualiza a continuación:

- El rezago académico se entiende como la diferencia entre los logros previstos y los logros alcanzados en un tiempo determinado. Mientras más grande sea esta diferencia mayor será el rezago.
- El bajo rendimiento académico hace referencia a que no se alcanza los objetivos académicos trazados en el curso y en distintos momentos de su trayectoria, teniendo como referencia las notas desaprobatorias obtenidas.
- El bajo nivel de aprovechamiento académico es expresado como la escasa retención de conocimientos, habilidades, competencias y actitudes que cada curso pretende que el alumno logre al finalizarlo facilitando un buen desenvolvimiento en los próximos cursos.
- El fracaso académico es no alcanzar las metas educativas establecidas en el plan de estudios universitario de manera irrevocable y se materializa con la deserción o la destitución del alumno.

Ahondaremos un poco más solo en el indicador de bajo rendimiento académico pues es en el que se basa el programa, ya que toma en cuenta las notas desaprobatorias del estudiante y las veces que las ha obtenido dado que, a mayor número de veces, mayor es el riesgo.

Bajo Rendimiento académico

Para entender lo que es el bajo rendimiento académico debemos tener claro que es el rendimiento académico en sí. Garbanzo (2007) menciona que el rendimiento académico es multicausal porque “es la suma de diferentes factores que actúan en la persona que aprende”, tales factores pueden ser internos como externos y de carácter

social, cognitivo y emocional; cuya representación es a través de una calificación que muestra el logro de las metas educativas esperadas.

Es decir, el bajo rendimiento académico se expresa a través de las notas desaprobatorias que obtiene el estudiante; teniendo en cuenta que tal nota puede haber sido influenciada (o determinada) por el contexto y la idiosincrasia de cada uno en un momento determinado.

Determinantes del Bajo rendimiento académico:

Garbanzo (2007) propone tres categorías de los determinantes que se hacen presentes para tener un alto o bajo rendimiento académico, estos son: a) Determinantes personales: motivación, condiciones cognitivas, autoconcepto académico, autoeficacia percibida, bienestar psicológico, satisfacción y abandono con respecto a los estudios, asistencia a clases, inteligencia, aptitudes, formación académica previa a la universidad y nota de acceso a la misma, b) Determinantes sociales: diferencias sociales, entorno familiar, nivel educativo de los progenitores o adultos responsables con especial énfasis en el de la madre, contexto socioeconómico y variables demográficas y c) Determinantes institucionales: vocación en la elección de los estudios, complejidad en los estudios, condiciones institucionales, servicios institucionales de apoyo, ambiente estudiantil y relación estudiante-profesor.

Por su parte, PRONABEC (2016) divide los determinantes de la siguiente manera: a) Académicos (rendimiento escolar, desenvolvimiento en evaluaciones y rendimiento en los exámenes de admisión), b) Psicológicos (falta de interés, desmotivación, inseguridad, presencia de trastornos afectivos y emocionales y de

trastornos de desarrollo cognitivo y biológico) y c) Socio-familiares (socio-económicas: ingreso de la familia, ocupación del jefe de hogar y el nivel de equipamiento del mismo, socio-culturales: nivel cultural de la familia del estudiante y la lengua materna y educativas: nivel educativo de los padres).

Entonces, es evidente que el principal argumento del porque la intervención debe ser personalizada es que cada estudiante presenta un conjunto de características que van a jugar un papel importante en sus resultados; sin embargo, no hay que olvidar que si bien la nota es el principal indicador del rendimiento académico esta no determina el potencial de ninguna persona.

Concepto de Riesgo Alto

Es importante informar que el presente trabajo toma en consideración el reglamento de estudios de pregrado de la universidad a la que pertenece el alumno en donde se clasifica el bajo rendimiento académico en dos categorías de riesgo:

- Riesgo bajo: matrícula en el curso por 2° vez ya que la 1° vez desaprobó.
- Riesgo alto: a) matrícula en el curso por 3° vez ya que desaprobó 2 veces, b) matrícula en el plan de cuarta matrícula.

El programa está dirigido, exclusivamente, a aquellos que presentan matrícula bajo la condición de riesgo alto.

Concepto de Estrés

Orlandini (1999) cuenta que el término fue propuesto por el médico Hans Selye en 1936 en donde la definió como: “Una respuesta biológica inespecífica y siempre

igual al estresor que se expresaba mediante cambios en los sistemas nervioso, endocrino e inmunológico, de significado defensivo” (pág. 18).

Años más tarde no solo se toma en cuenta el aspecto biológico, sino que se agrega un elemento: el entorno. En ese sentido Lazarus (1996, como se citó en Martínez y Díaz, 2007) define el estrés como: “el resultado de la relación entre el individuo y el entorno, evaluado por aquél como amenazante que desborda sus recursos y pone en peligro su bienestar” (pág. 13).

Entonces, se entiende que el estrés es un estado de presión o tensión en la persona provocado por su percepción de la situación como altamente exigente frente al cual no se percibe con los recursos suficientes para afrontarlo trayendo como consecuencia alteraciones biológicas y psicológicas.

Además, el estrés puede darse en diferentes ámbitos de la vida de una persona y uno de ellos es el ámbito educativo en el cual ahondaremos en el presente trabajo, específicamente, en el nivel universitario pues trae consigo diversos cambios en su formación educativa como: la complejidad de las actividades académicas (evaluaciones, trabajos de investigación, etc.), la cantidad y el tipo de tareas que requiere cada curso, el nivel de exigencia propia de la casa de estudios y a todo eso se suma el aspecto personal del estudiante como las actividades laborales o ser cabeza de familia (Cerna, 2018).

Concepto de Estrés Académico

Barraza (2006, 2008) en su modelo sistémico-cognoscitivo conceptualiza el estrés académico como “proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico” que se presenta en tres momentos: a) al momento que el estudiante se percibe subyugado a exigencias académicas que valora como estresores, b) Tales estresores traen como consecuencia un desequilibrio que se expresa por medio de síntomas (indicadores físicos: insomnio, cansancio, cefaleas, problemas de digestión, morderse las uñas, temblores, etc.; indicadores psicológicos: inquietud, pensamientos disfuncionales, angustia, problemas de concentración, bloqueo mental, olvidos, etc. e indicadores comportamentales: conflictos, aislamiento, desgano, absentismo, etc.) y c) el momento en que la situación estresora hace que el alumno utilice estrategias de afrontamiento para recuperar el equilibrio.

Debemos tener claro 2 términos: estresores y estrategias de afrontamiento. Sobre el primero, Barraza (2006) nos expresa 11 estresores: “competitividad grupal, sobrecargas de tareas, exceso de responsabilidad, interrupciones del trabajo, ambiente desagradable, falta de incentivos, tiempo limitado para hacer el trabajo, conflictos con los docentes, conflictos con los compañeros, las evaluaciones y el tipo de trabajo que se solicita”. Sobre las estrategias de afrontamientos nos referimos a las diversas respuestas cognitivas y conductuales que se realizan para manejar las exigencias puntuales que han sido percibidas como desmesuradas a comparación de los recursos que se tiene. Lazarus y Folkman (1986, citado por Barraza, 2006).

Este modelo explica bien lo que sucede con estudiantes universitarios que no han aprobado un curso en varias oportunidades; no solo repercute en el ámbito

académico (nota desaprobatoria afecta el promedio acumulado), sino también en el personal ya que afecta su autoeficacia. Por tal motivo, el presente programa toma en consideración como se percibe el estudiante frente al curso y que dificultades ha tenido, o sigue teniendo, para dotarlo de herramientas necesarias y obtenga el resultado esperado.

Antecedentes

Antecedentes Internacionales

En México, Santos (2017) se propone en su investigación evaluar la opinión que tienen los estudiantes sobre la tutoría impartida por la Dirección de Mejoramiento Académico para Alumnos del Campus Monterrey, que se otorga mediante el Programa de Apoyo y Seguimiento Académico, para ello se empleó la metodología mixta, un diseño convergente paralelo y se analizó por medio de la triangulación de datos. Se analizó una muestra de 2 tutoras y 24 estudiantes (cuyas edades oscilan entre los 19 y 24 años). Los instrumentos utilizados fueron una entrevista semiestructurada para las tutoras y un cuestionario para los alumnos además de la observación de dos clases impartidas por las tutoras. Como resultado se obtiene que la tutoría impartida es exitosa. Se concluye que este estudio es relevante para el área educativa porque muestra cómo la tutoría oportuna hace que los alumnos rezagados sigan adelante con sus estudios al mejorar su desempeño académico y así alcancen su logro profesional.

Cipagauta y Pardo (2018), en Colombia, tiene como objetivo identificar el impacto que las tutorías tienen sobre el desempeño académico de los estudiantes y sobre la disminución de la deserción. Se realizó un estudio correlacional en el que se

analizaron las siguientes variables: permanencia, promedio académico, recibir (o no) tutorías y cantidad de tutorías recibidas. La muestra tuvo 13.345 estudiantes matriculados en los ciclos 2017-1 y 2017-2. Se aplicó una correlación chi-cuadrado y una prueba de comparaciones múltiples de Bonferroni. Se evidencia que existe una relación estadísticamente significativa entre recibir tutorías y el promedio académico de los estudiantes. Asimismo, se encontró que el número de tutorías recibidas se relaciona significativamente con el hecho de permanecer en la universidad y que el retiro académico es significativamente mayor en los estudiantes que no han recibido tutorías.

En México, Carranza et al. (2020) se planteó como objetivo de su investigación conocer la percepción de los estudiantes universitarios sobre la tutoría presencial y virtual. El método que utilizó fue el hipotético deductivo bajo el diseño no experimental nivel comparativo. La muestra fue de 28 alumnos matriculados en el quinto ciclo universitario de la carrera de Ingeniería de una universidad pública mexicana. Obtuvo como resultado que la tutoría presencial es la que los estudiantes prefieren frente a la virtual pues el contacto directo con los tutores los motiva a mejorar su rendimiento académico.

Antecedentes Nacionales

Zubiaur (2021), en Lima, se trazó como propósito conocer la efectividad de la tutoría según la percepción de los estudiantes que se encuentran en riesgo académico y para ello se realizó una investigación de enfoque cualitativo, de tipo exploratorio descriptivo, mediante entrevistas semiestructuradas aplicadas a seis estudiantes. Se

encontró que la tutoría favorece el desarrollo de los estudiantes mediante la orientación y aplicación de estrategias de aprendizaje y técnicas motivacionales. La tutoría universitaria desde la percepción de los estudiantes que se encuentran en riesgo académico es favorable y satisfactoria.

En Arequipa, García (2019) en su investigación pretende determinar la influencia del Servicio de la Tutoría Universitaria en el Rendimiento Académico de los estudiantes del 3er año de la Escuela Profesional de Trabajo Social de la Universidad Nacional de San Agustín, durante el período 2018. Esta investigación es de tipo descriptiva correlacional, de diseño no experimental y de corte transversal, el nivel de investigación es aplicada. Se tomó una muestra representativa de 85 estudiantes seleccionados de manera aleatoria. El instrumento que se utilizó fue una encuesta creada (0.924 nivel de confiabilidad según Alpha de Cronbach) con 15 preguntas con alternativas tipo likert. El resultado más notorio es que sí existe relación altamente significativa entre las variables nivel de tutoría universitaria y rendimiento académico. Finalmente se concluye que es importante llevar el apoyo eficaz que brinda la tutoría en toda la formación universitaria.

Abad (2019), en Lima, quiere determinar la relación entre tutoría universitaria y hábitos de estudio en estudiantes universitarios de la Facultad de Ingeniería de una universidad particular de Los Olivos. La metodología empleada fue hipotético–deductivo, de alcance descriptivo-correlacional y el diseño utilizado no experimental, de corte transversal. La población la constituyeron 664 estudiantes, el muestreo no probabilístico por conveniencia, siendo la muestra 300 estudiantes universitarios. Para

recolectar los datos se utilizaron los instrumentos: el “Cuestionario de tutoría universitaria” y el “Inventario de hábitos de estudio”. Como resultado obtuvo que si existe una correlación significativa entre las variables: tutoría académica y hábitos de estudio. Se concluye que se debe abordar temas específicos de hábitos de estudio y estrategias de planificación de estudio en el programa de tutoría.

Capítulo III: Metodología

Contextualización del problema

Problema de Estudio

Información del estudiante:

- Nombre: D.H.
- Sexo: Masculino
- Edad: 31 años
- Lugar de residencia: Lima – Perú
- Ocupación: Ejecutivo de ventas
- Con quiénes vive: Mamá y papá

En el 2019-verano se le envía un correo de invitación a D.H. por parte del área de permanencia para brindarle sesiones de tutoría ya que se encontraba matriculado en el curso de matemática II bajo la condición en riesgo alto y, como lo contempla el artículo 60° del reglamento de estudios de la universidad, se realiza seguimiento al rendimiento académico a los alumnos que presenten problemas de índole académico pues ponen en riesgo directamente su permanencia en la universidad. Sobre la condición de riesgo alto, el artículo 61° nos indica que se refiere al estudiante que está matriculado por tercera vez en un mismo curso en el que previamente ha desaprobado dos veces; el riesgo radica en que si desapueba en esta oportunidad pierde su condición de alumno en la universidad tal como está registrado en el artículo 89°. Se concretan cuatro sesiones de tutoría y el alumno decide realizar el tercer y último retiro de curso

de matemática II, siendo esa la cantidad máxima de veces que puede realizar tal trámite según el artículo 27° y de esta forma evita perder su vacante en la universidad.

En el ciclo regular 2019-1 se matricula en dos cursos en riesgo alto: matemática II y costos y presupuestos por lo que se le envía el correo de invitación y se concentran tres sesiones de tutoría pero sus resultados fueron desfavorables ya que opta por realizar su tercer y último retiro de curso de costos y presupuestos pero no de matemática II pues ya había realizado sus tres retiros de curso y lamentablemente desaprueba por tercera vez lo que trae consigo que pierda su vacante en la universidad. Tal resultado fue influenciado por el viaje al extranjero que realiza el estudiante por motivos familiares, situación que informa al docente para pedir reprogramación de las evaluaciones por la diferencia horaria a lo que el docente le responde que no se puede hacer efectivo lo que solicita, generando conflictos entre el estudiante y el docente. Cabe agregar que también ya había realizado sus tres retiros de ciclo que es el número máximo de veces en los que puede solicitar tal trámite según reglamento; pese a eso intentó solicitarlo por cuarta de vez de manera extemporánea pero no procedió su solicitud. La única alternativa que tenía era presentar su solicitud de matrícula bajo el plan de cuarta matrícula cuyos requisitos están estipulados en el artículo 91°: solo se solicita una vez en toda la vida universitaria, tener aprobados por lo menos 36 créditos y haber desaprobado un único curso por tercera vez. D.H. cumple con los requisitos y solicita matricularse bajo el plan de cuarta matrícula al área responsable y se declara procedente su solicitud. El próximo ciclo semestral en el que se le habilita la matrícula es el 2020-2

En el 2020-invierno el estudiante solicita orientación sobre la modalidad virtual pues ya se había instaurado en todo el país el estado de emergencia y se efectúa una sesión de tutoría en donde no solo se le brinda la información que requiere sino también se establecen acuerdos claros y directos de trabajo que le acerquen a lograr su objetivo: aprobar matemática II en el 2020-2.

Cuando empieza el ciclo regular 2020-2 se le envía un correo de invitación a D.H. y se concretaron tres sesiones de tutoría pues al estar matriculado bajo el plan de cuarta matrícula solo tiene dos opciones: aprobar el curso y recuperar su vacante en la universidad o desaprobado el curso por cuarta vez y eso significa el retiro definitivo de la universidad tal como lo expresa el artículo 92° del reglamento. El resultado que el alumno obtuvo fue bastante notable pues aprobó el curso, pese a la modalidad virtual y los nuevos retos que eso trajo consigo.

Siendo 2021-verano se matricula por tercera vez en el curso de costos y presupuestos por lo que se le envía el correo de invitación, pero solo se pudo concretar una sesión de tutoría por motivos laborales pero no evito que apruebe el curso, lo que le permite seguir matriculándose el próximo periodo.

Es el 2021-1 el ciclo en el que se matricularía en su último curso pendiente bajo la condición de riesgo alto: trabajo de tesis I, por lo que se le envía un correo de invitación para gestionar las sesiones de tutoría y se concretan dos a las que el estudiante asiste de manera responsable y cierra el ciclo regular aprobando el curso lo cual significa que en los próximos ciclos se podría matricular sin la condición de riesgo alto.

Delimitación del Problema: El alumno se ha matriculado en reiteradas ocasiones bajo la condición de riesgo alto en los cursos de: Matemática II, Costos y Presupuestos y Trabajo de Tesis I.

En el aspecto emocional, el estudiante comenta sentirse frustrado y estancado pues matemática II es un curso obligatorio de su malla curricular y aún no lo aprueba lo que le genera cólera, angustia y cansancio. Confiesa que sus resultados obtenidos anteriormente refuerzan y aumentan su desgano en siquiera intentar hacer algo diferente trayendo como consecuencia que evite todo lo relacionado a la asignatura.

Sobre el aspecto cognitivo, el alumno presenta pensamientos disfuncionales que cree sin cuestionamiento alguno lo que se ve reflejado en su diálogo interno, es decir, para describirse utiliza adjetivos como: “fracasado” o “falladito” lo que afecta directamente su autoeficacia pues no se percibe capaz de aprobar el curso, viendo cada vez más lejos concretar el objetivo de graduarse.

Finalmente, sobre el aspecto conductual se evidencia absentismo en clases y evaluaciones de la universidad; además, no ve como una opción asistir a las asesorías de la universidad porque “me da vergüenza que vean que tremendo viejo no apruebe un curso de segundo ciclo” y no repasa con otros estudiantes de clase pues no confía en que le pueden ayudar. Lo más alarmante fue que decidió irse de viaje cuando estaba matriculado en riesgo alto.

Estrategias de Evaluación y Medición de la Problemática

Técnicas Cualitativas:

Entrevista Semiestructurada (anexo 1): A través del correo institucional del área, se coordina la fecha y hora para que se dé la primera reunión. Una vez que se recibe la confirmación de asistencia del estudiante, se procede a agendar la reunión en ZOOM. Tal entrevista contiene preguntas abiertas para que el estudiante se puede expresar sobre sus vivencias previas en el curso en riesgo alto y así obtener mayor información sobre los aspectos que influyeron o determinaron su nota desaprobatoria.

La primera entrevista suele ser la que más dura, entre 50 a 60 minutos. Las demás entrevistas suelen durar entre 45 a 50 minutos. Esto puede variar de acuerdo a la situación de cada estudiante pues algunos pueden necesitar hasta un acompañamiento psicológico que se da cuando el estudiante está pasando por un duelo, una ruptura amorosa, problemas económicos en la familia, estar matriculado en una carrera que no quiere producto de la imposición de sus padres, etc.. De ser el caso, se le brinda soporte al estudiante y se realiza la derivación al área correspondiente. Al finalizar cada sesión, se pacta la fecha y hora para la próxima sesión. Suelen darse entre 4 a 5 sesiones por alumno a lo largo del ciclo regular académico (cuando es en el periodo de verano es menos debido a que solo dura entre 6 a 7 semanas entre los meses de enero y febrero). La cantidad de sesiones puede variar en base a las necesidades de los estudiantes, pueden ser más o menos, pero la media es de 4 a 5 sesiones.

Observación: Al inicio de cada sesión se le solicita al alumno que encienda la cámara para poder entablar una conversación más cercana y asegurar que está

prestando atención a la información que se le está brindado. Además, es importante saber en dónde se encuentran los estudiantes al momento de la entrevista pues puede que estén en su centro de labores, en la sala de su hogar, si están en Lima o en provincia ya que el entorno también ofrece información valiosa. Finalmente, se toma en consideración no sólo en el qué responde cada estudiante sino en el cómo lo comunica. Todo lo mencionado favorece un mejor entendimiento no solo de las necesidades académicas sino del contexto en donde se encuentra y como esto influye en su rendimiento académico actual.

Herramienta Utilizada brindada por el Área:

Histórico de notas (anexo 2): Permite visualizar el código del estudiante, nombre completo del estudiante, carrera profesional, ciclos semestrales estudiados y cursos extra ordinarios de verano e invierno, cursos matriculados, cantidad de créditos de cada curso, las veces que se ha matriculado en cada curso, la nota obtenida y la condición de la misma (aprobado o desaprobado), trámites académicos realizados: retiro de curso o retiro de ciclo, cursos convalidados y cantidad de créditos aprobados hasta el momento de la entrevista.

Es importante saber cómo es el progreso académico del estudiante desde que ha ingresado para detectar algunos patrones académicos (por ejemplo: cursos de matemáticas diferentes desaprobados). No solamente es importante la condición en la que se terminó el curso sino también las veces que se ha retirado de curso y de ciclo o ha reservado matrícula para saber cuáles fueron los motivos que lo llevaron a tomar tal decisión y si esos motivos siguen en su presente. Al ver el histórico de notas se procede

a consultar al estudiante todas estas variables para garantizar un abordaje idóneo para cada alumno.

Procedimiento de Evaluación

Se programa con el estudiante una primera sesión individual y, a través de la entrevista semiestructurada, se toma en consideración los siguientes aspectos:

- Factores que incrementan el riesgo alto; saber cuáles son las decisiones y conductas que no ayudan a lograr el objetivo de aprobar el curso en riesgo alto.
- Soluciones intentadas y resultados previos; brinda información sobre las dificultades para poder analizarlos.
- Contexto actual del estudiante; conocer cómo se encuentra en el ámbito económico, familiar, laboral, etc. pues pueden influir en su rendimiento académico.
- Área personal; es necesario tener conocimiento sobre cómo se percibe el estudiante frente al reto de estar matriculado en el curso en riesgo alto.

Cabe agregar que estos aspectos se abordan a lo largo de las siguientes sesiones individuales, quizá no todos los puntos pero si la mayoría, pues ayuda a actualizar la información que presenta el estudiante para un mejor seguimiento.

Diagnóstico del Problema

Observación de Conducta: El estudiante es un hombre adulto y aparenta su edad cronológica de tez clara, cabellos rizados, ojos negros, de contextura gruesa, estatura alta, y mantiene una postura encorvada. No presenta descuido en su arreglo y

aseo personal y su vestimenta está acorde a la estación. Se encuentra orientado en espacio y tiempo, presenta lenguaje coherente con su postura corporal y gestos faciales y no existen dificultades de pronunciación y lenguaje. Se muestra calmado durante las sesiones, pero suele expresar una molestia mínima cuando se consulta por el curso de matemática II. El estudiante muestra su frustración y molestia por su situación académica en el curso (disgusto notable por los cursos de matemáticas) pero eso no evita que sea colaborativo y amable con la monitora académica.

Resumen de Anamnesis: En el 2016, tuvo una cita en el área de psiquiatría y de psicología en un hospital, donde le realizaron las evaluaciones pertinentes y le dijeron que presentaba tres diagnósticos: depresión, ansiedad y trastorno obsesivo compulsivo (rituales de higiene y orden). Para tratar la ansiedad, le recetaron medicamentos que le hacían sentir “atontado” por lo que gradualmente dejó de tomar tales pastillas. Para abordar la depresión, le recomendaron que asista a sesiones de psicoterapia y lo hizo, pero la psicóloga que le habían asignado era una amiga de la familia por lo que no se sentía en confianza como para contarle problemas familiares por miedo a que se enteren sus padres. Es el trastorno obsesivo compulsivo que, según el estudiante, nunca se abordó completamente pues se priorizaron los otros dos diagnósticos.

Agrega que su papá, desde muy pequeño, le obligaba a obtener notas elevadas en las evaluaciones de los cursos de matemáticas y que si no las obtenía era un fracasado por lo que trataba de esforzarse y, pese a que los aprobaba con 11 o 12, la nota obtenida no era suficiente para su padre quién quería 18 o 20.

Comenta que es su padre quien se hace responsable de los pagos en la universidad por lo tanto le consulta en reiteradas oportunidades al alumno cuándo va a acabar la universidad ya que ya ha excedido los diez años y aún no comunica si está realizando los papeles para egresar. Esto, al alumno, le genera muchísima incomodidad y menciona que: “me siento como un fracasado”. No siente que tenga un aliado en su familia pues se siente bastante juzgado e insuficiente. En conclusión, califica a su padre como alguien exigente y autoritario. Su madre tiene fibromialgia y, como consecuencia, se le diagnosticó depresión e inestabilidad emocional.

Resultados de la Técnicas Cualitativas:

Entrevista Semiestructurada: A través de la entrevista expresa las siguientes dificultades en el curso de Matemática II en el 2020-2:

- Frustración pues ha estado matriculado seis veces (tres veces ha desaprobado y tres veces realizó el retiro del curso) por lo que su séptima matrícula le genera angustia y desgano. Se traza como objetivo obtener notas altas en las prácticas calificadas sin tener la preparación adecuada y al no conseguirlas comienza a ausentarse.
- Bloqueos en las evaluaciones pues le sudan las manos, aumenta su ritmo cardíaco, no entiende lo que lee por lo que se demora varios minutos en un ejercicio y surge el pensamiento “no voy a aprobar ni el examen ni el curso”; incluso días antes presenta insomnio y horas antes dolor de cabeza.

- Procrastinación pues se siente incapaz e inseguro de afrontar la complejidad del curso y la presión que ejerce la condición en riesgo alto por lo que posterga su estudio por varios años. Además, cuando se le brinda una posible solución ve algo imposible de realizar por diversos factores por lo que no realiza ninguna.
- Presencia de pensamientos disfuncionales: “Todo lo hago mal en el curso”, “Nunca he sacado altas notas en los cursos de matemáticas en el colegio, imposible ahora que estoy en la universidad”, “No soy inteligente en ningún curso de matemáticas”, “Yo debería tener 14 en mi primera práctica calificada”, “Como no voy a aprobar el curso de matemática II no voy a terminar mi carrera y voy a ser un fracasado para siempre” y “ El profesor tiene algo en contra de mí, siempre me desaprueba”.
- No conoce cuáles son sus actividades pendientes a realizar en el día o la semana, no asiste a asesorías (ni de la universidad ni de alguna academia), practica ejercicios de manera incipiente (poco tiempo) y no toma en cuenta las características del examen, ausencia de un lugar de estudio pues lo hace en cualquier lugar (por ejemplo: bus camino a la universidad antes de una evaluación) con bastante distracción en periodos de tiempo que no llegan ni a los 30 minutos y no utiliza ninguna herramienta útil de organización como una agenda o un

planeador por lo que desconoce cuándo son sus evaluaciones y siempre recurre a consultar a otra persona como el delegado del curso.

Sobre el curso de Costos y Presupuestos en el 2021-verano:

- Frustración por el curso pues ya ha estado matriculado cinco veces anteriores (dos veces ha desaprobado y tres veces realizó el retiro del curso) por lo que en esa ocasión era su sexta matrícula. Pensaba que, al ser un curso que involucra matemáticas, lo iba a desaprobado y se esforzaba mínimamente.
- Procrastinación debido al poco conocimiento del curso pues, aunque haya estado matriculado veces anteriores, es como si fuera la primera vez que lo lleva ya que antes no asistía a las clases o lo abandonaba cuando obtenía una nota desaprobativa.
- Se encontró, previamente, ausencia de hábitos de estudio y organización.

Sobre el Trabajo de Tesis I en el 2021-1:

- Frustración por el curso pues ya ha habido desaprobado dos veces. Dificultad en la elección del tema de tesis, pues considera que los temas que elige tienen poca referencia bibliográfica, lo que hace que se retrase en los posteriores avances.
- Exceso de confianza pues al ser un curso de letras no le parecía muy complejo por lo que priorizaba otros cursos trayendo consigo un bajo desempeño académico pero, pese a eso, estuvo muy cerca de aprobar.

- Se encontró, previamente, ausencia de hábitos de estudio y organización.

Es importante compartir que, en el periodo 2021-1 el alumno expresó tener una conducta ritual de orden que corresponde al Trastorno obsesivo compulsivo del que fue diagnosticado en el 2016. Tal conducta consiste en que para leer necesita, de manera compulsiva, organizar todas sus carpetas de todos los cursos lo que le genera estrés ya que hay carpetas que no ordenaba hace mucho. El ordenar le toma más de dos horas, tiempo que pudo utilizar para las lecturas, generándole culpa y deja de hacer no solo la organización sino también el intento de leer. Ante esta información se procede a hacer la derivación correspondiente, tanto de manera interna (otra área de la universidad) como de manera externa (cita en el área de psiquiatría).

Observación: Durante las sesiones el estudiante se muestra colaborador y no presenta ningún inconveniente en expresar sus emociones.

Resultado de la Herramienta Utilizada brindada por el Área:

Histórico de Notas: Cuando se descarga el histórico de notas se puede visualizar el progreso académico del estudiante a lo largo de los años.

Sobre matemática II, se puede visualizar que en los ciclos semestrales 2014-2 y 2015-2 obtuvo como nota de promedio final 0.12 y 0.19 respectivamente. Posteriormente, en los ciclos semestrales 2016-2, 2018-2 y 2019-0 realizó el trámite de retiro de curso. Es en el ciclo semestral 2019-1 en el que desapruueba el curso por tercera vez con una nota de 03.68 trayendo como consecuencia que pierda su vacante en la

universidad, pero como cumplía los requisitos del plan de cuarta matrícula presentó su solicitud y al ser aprobada se pudo matricular en el ciclo semestral 2020-2 solo en el curso de matemática II. Las notas obtenidas son demasiado bajas a lo que el alumno menciona que ha abandonado el curso pues no rendía las evaluaciones correspondientes o que si las rendía obtenía notas desaproboratorias además de no asistir a clases ni practicar.

Con respecto a costos y presupuestos, los promedios finales obtenidos en los ciclos semestrales 2015-1 y 2017-1 fueron de 0.74 y de 01.56 respectivamente. En los próximos ciclos semestrales 2017-2, 2018-2 y 2019-1 realizó el trámite de retiro de curso. Todo esto brinda información sobre cómo el alumno ha abandonado el curso cuando ha estado matriculado, pues tiene notas desaproboratorias muy bajas. Ahora se tiene en consideración que el estudiante se matricula en el periodo extraordinario de verano del año 2021, justo después del plan de cuarta matrícula del ciclo semestral 2020-2 es decir que recién había recuperado su vacante en la universidad y nuevamente está en riesgo alto. D.H. menciona que el curso al tener matemáticas le parece complicado, pero no tanto como matemática II; además, priorizó otros cursos y no le dio la debida atención a este.

Al visualizar sus notas obtenidas en el trabajo de tesis I en los ciclos semestrales 2017-2 y 2018-2, 06.95 y 09.50 respectivamente, el alumno menciona que hubo mayor predisposición en el curso ya que es un curso de letras; incluso la segunda vez que lo llevo estuvo muy cerca de la nota mínima aprobatoria que es 10.50. Además, si asistía

a clases y rindió sus evaluaciones pero se sobre confió lo que trajo consigo que se sienta frustrado de llevarlo nuevamente.

Es importante mencionar que el alumno ha ingresado en el ciclo semestral 2009-2 y, hasta el momento no termina la carrera profesional.

Conclusión Diagnóstica:

Estrés académico

Con toda la información recogida en Matemática II, y tomando como referencia al modelo propuesto por Barraza (2006), el alumno presentaba los siguientes indicadores:

- Físicos: Insomnio y dolores de cabeza especialmente antes de una evaluación de matemática II, sudoración de las manos y aumento del ritmo cardíaco en plena evaluación.
- Psicológicos: Dificultad para concentrarse, bloqueos y olvidos en la evaluación, pensamientos disfuncionales frente al curso de matemática más si está en condición de riesgo alto, angustia por culminar la carrera.
- Conductuales: Evitación del curso, aislamiento de los demás compañeros del curso por vergüenza, desgano, desorganización, conflicto con el docente y absentismo en las clases y evaluaciones.

Recomendaciones

- Es importante que el alumno asista a terapia psicológica ya que no lo ha hecho desde hace 4 años, tomando que el profesional no tenga vínculo alguno con su familia.
- Se sugiere que el alumno asista a terapia familiar con sus padres para favorecer una mejor comunicación y convivencia y así ir a la par con los progresos que se pueden conseguir en la psicoterapia individual.

Intervención

Problema Delimitado

El estudiante presenta dificultades comunes en los cursos en riesgo alto: no presentar hábitos de estudio ni organización. En matemática II manifiesta un inadecuado manejo de la frustración, de los bloqueos en las evaluaciones, de la procrastinación y de los pensamientos disfuncionales que están presentes producto del estrés académico. En costos y presupuestos indica inadecuado manejo de la frustración y de la procrastinación; en trabajo de tesis I, inadecuado manejo de la frustración.

Cabe agregar que se realizará una intervención diferente al momento de abordar los hábitos de estudio en cada curso: matemática II, costos y presupuestos y trabajo de tesis I; ya que cada asignatura presenta diferentes dificultades para el alumno.

Objetivos

Objetivo General:

Evitar que el estudiante pierda su condición de alumno al estar matriculado bajo la condición de alto riesgo (matrícula por tercera vez y plan de cuarta matrícula).

Objetivos Específicos:

Mejorar los hábitos de estudio y habilidades de organización en la actividad académica del estudiante.

Promover un adecuado manejo de pensamientos, emociones y conductas para afrontar los requerimientos de cada asignatura en riesgo alto.

Estrategias Utilizadas

Estrategias para tolerar la frustración:

- Reconocer y aceptar que no se obtuvo lo que se esperaba y transformarlo en un impulso para tener una mejor preparación en esta oportunidad, pues sin aceptación solo habrá culpa, cólera y malestar.
- Identificar expectativas y diferenciarlas de la realidad (no se va a obtener un 14 de nota en una evaluación si no se practica) solo así se puede reconocer los errores para convertirlos en oportunidades.
- Validar los logros obtenidos y no solo mirar lo que no se consiguió, haciendo énfasis en la participación activa del estudiante en el proceso para evitar culpar a otra persona.

Estrategias para afrontar bloqueos en las evaluaciones:

- Realizar respiración diafragmática que consiste en tomar aire por la nariz mientras se hincha el abdomen, retener el aire en los pulmones por unos segundos y luego soltarlo por la boca metiendo el abdomen. Se inhala y exhala lentamente.

- Traer al presente un recuerdo agradable, recordar los detalles del lugar en donde estabas estudiando o recordar algo totalmente diferente al examen (por ejemplo: los 5 continentes son...) para desbloquear la información que quieres recordar.
- Tomar un poco de agua o consumir algún producto que atraiga toda la atención al presente y no divagar en pensamientos disfuncionales como un chicle, un caramelo halls (a más frescor, mejor), entre otros.

Estrategias para evitar la procrastinación:

- Dividir la tarea a realizar en pequeños periodos de tiempo; por ejemplo; resolver ejercicios dos horas todos los días es más efectivo que intentar hacerlo ocho horas seguidas previas al examen pues no es nada eficaz.
- Utilizar la técnica de los 5 segundos cuando se siente mucha pereza, consiste en contar 5 4 3 2 y al decir 1 se realiza una acción para iniciar la actividad pendiente evitando poner excusas y facilitando el primer paso.
- Realizar una lista de todas las consecuencias positivas que traerá realizar la actividad pendiente favoreciendo la motivación interna; por ejemplo, aprobar matemática II hace que pueda avanzar en la malla curricular.
- Darse recompensas por el esfuerzo realizado al respetar los horarios de estudio y desarrollar las actividades pendientes. Tales incentivos pueden

ser: tiempo para el descanso o desarrollar alguna actividad agradable (tiempo de ocio).

- Decidir de manera estratégica identificando claramente el problema, luego se realiza una lista de posibles soluciones y en cada una mencionar sus pros y contras, se elige y ejecuta una para evaluar si sirvió; de no servir, se intenta con la siguiente.

Estrategias para cuestionar pensamientos disfuncionales:

- Identificar el pensamiento disfuncional que surge pues genera malestar y, usualmente, tiene palabras como: “no puedo, no lo voy lograr, debería, hubiera, nunca, etc.” Por ejemplo: “Yo debería tener un 14 en la primera práctica calificada de matemática II para asegurar nota, ahora voy a desaprobado el curso porque saqué un 09”.
- Realizar preguntas que cuestionen tal pensamiento: “¿Es verdad que vas a desaprobado el curso por haber desaprobado un examen, cuando sabes que la menor nota se elimina? ¿Crees que se puede compensar tal nota con los exámenes posteriores? ¿Qué le aconsejarías a un amigo si estuviera en la misma situación que tú? ¿Te has dado cuenta que, aunque haya sido un 09, es la nota más alta que has obtenido en una práctica calificada del curso producto de tu esfuerzo en el repaso?”
- Se da un tiempo de reflexión para contestar las preguntas y se fomenta la creación de un pensamiento alternativo: “En la medida que practique

mi resolución de ejercicios voy a mejorar mi desenvolvimiento en el examen y obtendré las notas que deseo”.

Hábitos de estudio y organización

Matemática II:

- Dedicarle 5 minutos a revisar los apuntes realizados en clase para poder mejorarlos y, a lo largo de la semana, complementar la información registrada con la clase grabada.
- Promover un espacio de aprendizaje personalizado con un profesor particular para los temas que le parecen sumamente complicados y que está viendo por primera vez (los que vienen después del examen parcial).
- Realizar simulacros de evaluación resolviendo ejercicios en el mismo tiempo que se rinden las prácticas calificadas y tener claro cuántos minutos se podría demorar como máximo en la resolución de cada ejercicio; por ejemplo: si la evaluación dura 30 minutos y tiene 2 problemas se tendría que desarrollar cada una en 15 minutos, por lo que es necesario usar un cronómetro. De esta manera se promueve que el estudiante se acostumbre a desarrollar ejercicios en el tiempo determinado y reduzca el estrés en plena evaluación.

Costos y Presupuestos:

- Complementar su preparación asistiendo a clases virtuales de Excel, pues gran parte del curso se hace uso de este programa incluso en las evaluaciones.
- Establecer horarios fijos para la resolución de ejercicios, tomar en consideración la distribución de tiempo en las evaluaciones realizando simulacros.

Trabajo de Tesis I:

- Destinar 2 horas de lunes a viernes para leer las lecturas pendientes y estar mejor preparado para rendir las evaluaciones.
- Decidir un horario fijo casi todos los días para realizar los avances que se tienen que presentar en fechas establecidas.

En todos los cursos:

- Registrar las actividades pendientes al inicio del día por orden de prioridad, empezando por las más urgentes. Además se enfatiza realizar una tarea a la vez pues empezar varias implica más tiempo para retomar la que dejamos.
- Evitar distracciones mientras se estudia, acciones como: poner el celular en modo avión o apagar la televisión son importantes para facilitar la concentración. Informar a su familia que se encuentra estudiando para evitar que lo distraigan.

- Estudiar en mismo lugar que cuente con buena iluminación, ventilación, limpio y ordenado, y en el mismo horario todos los días o interdiario.
- Estudiar utilizando el método Pomodoro, en donde se establece 25 minutos de estudio con 5 minutos de descanso y hacer esto 4 veces teniendo como resultado 2 horas de estudio de calidad.
- Organización de todas sus actividades académicas durante el periodo universitario en el que se ha matriculado haciendo uso de los organizadores visuales con la ayuda del sílabo de cada curso.

Herramientas Utilizadas brindadas por el Área

Ficha de Atención (anexo 3): Tras terminar la sesión se procede a registrar las actividades realizadas, estas pueden ser: información sobre condición de riesgo alto, orientación académica general, información de tiempo de permanencia, evaluación académica de curso riesgo alto, organización (planeador semanal, mensual o semestral), hábitos de estudio, información sobre cuarta matrícula, monitoreo de notas, proyección de notas, seguimiento del progreso académico, revisión de malla curricular, acompañamiento psicológico, estrategias utilizadas, proyección de próximos cursos. También se registra toda información relevante que haya comentado el estudiante facilitando el seguimiento de las sesiones de tutoría pues permite consultar cómo le está yendo con las estrategias recomendadas.

Organizadores visuales (anexo 4): Es un libro en Excel en donde se encuentran tres organizadores visuales: semanal, mensual y semestral. En sesión, se le consulta al estudiante qué organizador le llama más la atención o la monitorea

académica puede elegir uno de acuerdo a la información que ha recibido previamente y procede a explicarle el correcto uso del mismo. Se registra la fecha y hora de todas sus evaluaciones y actividades por curso incluyendo horas de repaso y asesorías que puede encontrar fácilmente en su sílabo y en la plataforma virtual de la universidad. También se tiene en cuenta aquellas actividades que realiza fuera de la universidad, como: trabajo, deporte, ocio, etc. Es decir, se registran todas aquellas tareas que presenta a lo largo de la semana, del mes o del ciclo.

Ficha de Monitoreo de Notas (anexo 5): Es un libro en Excel que tiene como objetivo mostrar al estudiante por cuánta nota se iría al examen final para obtener la mínima nota aprobatoria que es 10.50. Se registra todas las notas que ha obtenido hasta el momento, luego se proyecta las notas de las evaluaciones que aún no rinde y se realiza la fórmula correspondiente en base a los porcentajes de cada actividad evaluativa según el sílabo del curso. Se recomienda irse al examen final por un 06 como máximo pues a más nota puede generar altos niveles de estrés en la evaluación y, como consecuencia puede presentar bloqueos.

Malla curricular (anexo 6): Es el documento que menciona las asignaturas (obligatorias y electivas) que debe aprobar el estudiante para poder solicitar la constancia de egresado de la carrera profesional. En base a su histórico de notas se resalta todos los cursos que ha aprobado el estudiante hasta el momento de la sesión para que así visualice en que ciclo está según su malla curricular pues es diferente a la cantidad de ciclos matriculados. Permite conocer cuáles y cuántos son los cursos pendientes y también cuántos créditos le faltan por aprobar.

Ficha de proyección de próximos cursos (anexo 7): En este documento se registra los cursos que podría llevar en los próximos periodos universitarios (tanto ciclos semestrales como verano e invierno que son considerados periodos extraordinarios) y de esta manera el estudiante pueda tener un plan a corto y mediano plazo. Si el estudiante ya ha avanzado notablemente en la malla curricular, se proyecta cuáles y cuántos son los cursos que le faltan aprobar y cómo los podría llevar en los próximos periodos universitarios hasta culminar la carrera profesional.

Selección y Sustento de las Estrategias Empleadas

Según el artículo 60° del reglamento de estudios de la universidad, se le citará al área a todo alumno que se encuentre matriculado bajo la condición de riesgo alto para brindarle el apoyo, orientación y seguimiento que necesite con el fin de que no pierda la condición de alumno. En tales sesiones de tutoría se evalúa los factores que le llevaron a obtener resultados desfavorables y se le brinda estrategias que puede utilizar para lograr el éxito académico.

Además, el programa de tutoría universitaria brinda el procedimiento a realizar en la atención a cada estudiante pues le otorga pautas claras para implementar los hábitos de estudio y de organización y, también, estrategias para afrontar el estrés que le puede producir un curso no solo por su complejidad en sí sino también por la presión de estar matriculado por tercera vez en la misma asignatura y esto puede afectar su desempeño académico, por lo que es importante que el estudiante muestre compromiso y responsabilidad.

Sobre las estrategias utilizadas para tolerar la frustración, afrontar bloqueos en las evaluaciones, evitar la procrastinación y cuestionar pensamientos disfuncionales tienen como base el modelo cognitivo conductual pues se ha demostrado que son estrategias eficaces y en la presente intervención no fue la excepción ya que permitió abordar con éxito lo que el alumno necesitaba en ese momento para convertirlo en una persona capaz de decidir por la opción más estratégica de acuerdo a su situación académica generando cambios significativos, a nivel personal y académico.

Ejecución

Plan de Intervención: En la primera sesión individual con el estudiante se le comunica que, lo recomendable, es tener mínimo cuatro sesiones en cada ciclo regular y que la cantidad de sesiones puede variar en el periodo extraordinario de verano por lo que se le pide en cada sesión la fecha y hora de la próxima sesión teniendo en cuenta sus actividades (tanto académicas como personales) para evitar las reprogramaciones y poder trabajar de manera eficiente. En tal sentido, las sesiones quedaron registradas de la siguiente manera:

Tabla 2.

Plan de Intervención del estudiante D.H.

PERIODO UNIVERSITARIO	CANTIDAD DE SESIONES	FECHAS
2019-verano	4 sesiones	30/01/2019
		06/02/2019
		25/02/2019
		13/03/2019
2019-1	3 sesiones	14/06/2019
		04/07/2019
		05/07/2019

2020 – invierno	1 sesión	19/08/2020
2020-2	3 sesiones	08/09/2020
		21/10/2020
		15/12/2020
2021-verano	1 sesión	27/01/2021
2021-1	2 sesiones	28/04/2021
		25/05/2021

Sesión Modelo: En todas las sesiones individuales se ha utilizado la entrevista semiestructurada que se divide de la siguiente manera:

Presentación: En todas las sesiones: Se saluda al estudiante, se le pregunta cómo está y se profundiza un poco en su respuesta.

A partir de la segunda sesión: Luego del saludo respectivo, se procede a consultar si realizó las pautas recomendadas en la sesión anterior.

Cuerpo: En la primera sesión: Se consulta sobre sus dificultades previas y actuales en el curso en riesgo alto, prioritariamente se abordará el ámbito académico pero puede suceder que el estudiante mencione que sus dificultades se encontraron en otros ámbitos como el familiar, personal, salud, laboral, entre otros. A su vez, se consultará sobre las soluciones que realizó y que resultados obtuvo; si hubo algún intento de solucionar o simplemente abandonó el curso.

A partir de la segunda sesión: Se realiza el seguimiento del progreso académico a través del monitoreo de notas del estudiante en el curso en riesgo alto. En base a lo obtenido en el monitoreo, se le brinda pautas para el repaso y para la preparación de las próximas evaluaciones. Si ha presentado bloqueos en pleno examen previamente, se le brinda estrategias afrontarlos. Finalmente, cuando ya se tenga más claro el posible

resultado académico de los cursos se procede a revisar la malla curricular para conocer cómo está su avance en la malla curricular y cuáles son los cursos en los que puede matricularse los próximos ciclos.

Cierre: En todas las sesiones: Se pregunta al estudiante si tiene alguna consulta y se le brinda la información que necesita para que no se vaya con alguna duda. Se traza objetivos a conseguir (obtener notas aprobatorias, desarrollar todos los ejercicios en el tiempo determinado en una evaluación, etc.) y se le deja pautas a realizar para lograr tales objetivos (entrenar la distribución de tiempo en el repaso, especificar las horas de repaso en el horario semanal, etc.). Se enfatiza que puede escribir sus consultas por medio del correo institucional para evitar situaciones poco favorables que afecten su progreso académico.

Cronograma de Trabajo

Tabla 3.

Cronograma de sesiones de tutoría universitaria al estudiante D.H.

		CURSO EN RIESGO ALTO: MATEMÁTICA II				
		SESIÓN	OBJETIVO	ACTIVIDADES	MATERIALES	TIEMPO
2019-verano	1	Identificar dificultades previas y soluciones intentadas.	Información sobre condición en riesgo alto. Evaluación académica del curso en riesgo alto. Organización (organizador semanal).	Ficha de atención. Ficha de organizador semanal.	1 hora	
	2	Mejorar su desempeño académico.	Seguimiento del progreso académico. Monitoreo y proyección de notas. Hábitos de estudio (repaso y evaluación).	Ficha de atención. Ficha de monitoreo de notas.	1 hora	
	3	Brindar información académica.	Seguimiento del progreso académico. Monitoreo y proyección de notas. Orientación académica general (retiro de curso).	Ficha de atención. Ficha de monitoreo de notas.	1 hora	
	4	Realizar plan académico a corto y mediano plazo.	Revisión de malla curricular. Proyección de próximos cursos.	Ficha de atención. Malla curricular. Ficha de proyección de próximos cursos.	1 hora	
		CURSO EN RIESGO ALTO: MATEMÁTICA II y COSTOS Y PRESUPUESTOS				
		SESIÓN	OBJETIVO	ACTIVIDADES	MATERIALES	TIEMPO
2019-1	1	Identificar dificultades previas y soluciones intentadas.	Información sobre condición en riesgo alto. Evaluación académica de los cursos en riesgo alto. Organización (organizador semestral). Estrategia utilizada: afrontar bloqueos en las evaluaciones.	Ficha de atención. Ficha de organizador semestral.	1 hora	

	2	Mejorar su desempeño académico.	Seguimiento del progreso académico. Monitoreo de notas. Orientación académica general (solicitud 4° retiro de ciclo, no procede).	Ficha de atención. Ficha de monitoreo de notas.	1 hora
	3	Realizar plan académico a corto y mediano plazo.	Revisión de malla curricular. Proyección de próximos cursos. Información sobre Plan de cuarta matrícula.	Ficha de atención. Malla curricular. Ficha de proyección de próximos cursos.	1 hora
2020 – invierno	SESIÓN	OBJETIVO	ACTIVIDADES	MATERIALES	TIEMPO
	1	Brindar información académica.	Información sobre modalidad virtual. Orientación académica general (matrícula). Tiempo de permanencia. Estrategia utilizada: cuestionar pensamientos disfuncionales	Ficha de atención.	1 hora y 30 minutos
2020-2	CURSO EN RIESGO ALTO - PLAN CUARTA MATRÍCULA: MATEMÁTICA II				
	SESIÓN	OBJETIVO	ACTIVIDADES	MATERIALES	TIEMPO
	1	Identificar dificultades previas y soluciones intentadas.	Información sobre condición en riesgo alto - Cuarta Matrícula. Evaluación académica del curso en riesgo alto. Organización trabajo-universidad (organizador mensual). Estrategias utilizadas: tolerar la frustración y afrontar bloqueos en las evaluaciones.	Ficha de atención. Ficha de organizador mensual.	1 hora y 30 minutos
2	Mejorar su desempeño académico.	Seguimiento del progreso académico. Monitoreo de notas. Hábitos de estudio (repaso y evaluación). Estrategias utilizadas: cuestionar pensamientos disfuncionales y evitar la procrastinación.	Ficha de atención. Ficha de monitoreo de notas.	1 hora y 30 minutos	

	3	Realizar plan académico a corto y mediano plazo.	Seguimiento del progreso académico. Orientación académica general (falla técnica en evaluación). Revisión de malla curricular. Proyección de próximos cursos. Estrategia utilizada: cuestionar pensamientos disfuncionales.	Ficha de atención. Ficha de monitoreo de notas. Malla curricular. Ficha de proyección de próximos cursos.	1 hora y 30 minutos
2021-verano	CURSO EN RIESGO ALTO - COSTOS Y PRESUPUESTOS				
	SESIÓN	OBJETIVO	ACTIVIDADES	MATERIALES	TIEMPO
	1	Identificar dificultades previas y soluciones intentadas.	Información sobre condición en riesgo alto. Evaluación académica del curso en riesgo alto. Organización trabajo-universidad (organizador mensual). Hábitos de estudio (repaso y evaluación). Orientación académica general (falla en histórico de notas). Tiempo de permanencia. Estrategias utilizadas: tolerar la frustración y evitar la procrastinación.	Ficha de atención. Ficha de organizador mensual.	1 hora y 30 minutos
2021-1	CURSO EN RIESGO ALTO - TRABAJO DE TESIS I				
	SESIÓN	OBJETIVO	ACTIVIDADES	MATERIALES	TIEMPO
	1	Identificar dificultades previas y soluciones intentadas.	Información sobre condición en riesgo alto. Evaluación académica del curso en riesgo alto. Organización trabajo-universidad (organizador mensual). Estrategias utilizadas: tolerar la frustración	Ficha de atención. Ficha de organizador mensual.	1 hora

	2	Mejorar su desempeño académico.	Seguimiento del progreso académico. Monitoreo y proyección de notas. Hábitos de estudio (repaso y evaluación). Proyección de próximos cursos. Acompañamiento psicológico. Derivación a otra área de la universidad y consulta externa.	Ficha de atención. Ficha de monitoreo de notas.	1 hora y 30 minutos
--	---	---------------------------------	--	--	---------------------

Indicadores de Logro

En el año 2019, el estudiante se presentaba notablemente reacio y con poco compromiso con las actividades que se abordaban en la sesión de tutoría porque le costaba afrontar el curso de matemática II, pero cuando lo desapueba por tercera vez y pierde la vacante en la universidad solicita una reunión en el 2020-invierno y es ahí donde se muestra realmente preocupado porque se da cuenta que quiere culminar la carrera profesional. Se conversa sobre su actitud frente al curso y se compromete a trabajar para lograr sus objetivos trazados.

A partir del año 2020, el estudiante durante el ciclo semestral:

- Obtiene notas aprobatorias en sus evaluaciones de matemática II, incluso aprueba el curso antes de rendir el examen final.
- Ejecuta las pautas y estrategias que se le recomienda en la sesión de tutoría, mejorando su desempeño académico.
- Utiliza los organizadores visuales hasta elegir el que más útil le resulta y lo muestra en sesión, replicando su eso en otro ámbito de su vida (laboral).

- Afronta aquello que le aqueja pues intenta solucionar sus dificultades y asiste a las sesiones que se le programa con puntualidad.

Monitoreo y Evaluación de la Intervención

A lo largo de las sesiones individuales de cada periodo universitario en los que se iba matriculando el estudiante, se iba realizando ciertos ajustes con la información que brindaba en las entrevistas. Algunos de estos ajustes fueron:

- Cambiar el organizador semestral por el mensual, ya que le permitía registrar información detallada de sus diversas actividades en un periodo de tiempo más pequeño que el semestral.
- Actualizar los hábitos de estudio pues no es lo mismo estar matriculado bajo la modalidad presencial que virtual y esto trajo consigo una serie de cambios en todo el ámbito educativo a los cuáles se iba adaptando.
- Al decidir las fechas de las próximas sesiones se tenía en cuenta que se elijan de manera estratégica; por ejemplo, una semana antes de los exámenes parciales con el fin de que tenga una mejor preparación.

Toda actividad realizada se registra en la ficha de atención que es una herramienta brindada por el área de permanencia, así como lo es también el monitoreo de notas que es de mucha utilidad al momento de visualizar los progresos que se iban logrando en el curso en riesgo alto.

Cuando se trataba de casos complicados, la coordinadora del área de permanencia, brindaba retroalimentación de lo trabajado y recomendaciones para

mejorar las sesiones de tutoría. Esto sucedió con la atención del estudiante D.H. por lo que las sesiones individuales posteriores a las primeras tuvieron una mejora notable.

Aspectos éticos

Para el procedimiento ético correspondiente se utilizó el acta de compromiso (anexo 8) por parte del área de permanencia en donde se le informa al estudiante que el programa tiene como objetivo brindarle pautas para mejorar su rendimiento académico al finalizar el periodo universitario, haciendo hincapié en que presente compromiso asistiendo a las sesiones y realizando las actividades recomendadas.

Capítulo IV: Resultados

Presentación de Resultados Cualitativos

Objetivo General

Se trazó como objetivo que el alumno no pierda su condición de estudiante en la universidad por desaprobado un curso matriculado en condición de riesgo alto (matrícula por tercera vez y plan de cuarta matrícula) por lo que se le brinda el apoyo, orientación y seguimiento respectivo obteniendo como resultado la aprobación de sus tres cursos en riesgo alto en diferentes periodos universitarios. En un inicio (periodos 2019-verano y 2019-1) el alumno se presentaba pesimista frente al curso de matemática II, incluso realizó un viaje al exterior del país en el 2019-1 estando matriculado en dos cursos en riesgo alto y es justo por esa decisión que pierde su condición de alumno pues, pese a asistir a las sesiones pactadas, no realizaba las pautas recomendadas en las sesiones de tutoría ya que creía que no servirían. En el 2020-invierno el estudiante solicita una sesión para recibir orientación sobre el plan de cuarta matrícula para el periodo 2020-2 y se aborda de manera directa y asertiva su desenvolvimiento académico marcando un antes y un después pues fomenta y asegura su compromiso y responsabilidad en las sesiones de tutoría. D.H. se dio cuenta que realmente quería culminar su carrera y que podía lograrlo si dejaba de hacer lo mismo que hizo en los últimos periodos: evitar el curso. A partir del 2020-2 en adelante el alumno realiza cada pauta y estrategia recomendada trayendo consigo que se sienta mejor preparado para las clases y evaluaciones teniendo como resultado que obtenga notas aprobatorias en sus prácticas calificadas, prácticas de aula, participación, controles de lectura, trabajo de investigación y exámenes parciales y finales.

D.H.: “¿Tú crees que si me voy de viaje afecte mis cursos? Es que es una propuesta de mi papá y no le puedo decir que no y pues quien sabe y allá puedo empezar una vida nueva, no lo sé. He estado pensando solicitar un cuarto retiro de curso ¿Sabes si eso es factible? Porque el reglamento dice tres, pero no quiero perder mi vacante en la universidad. ¿Puedes consultar si es que puedo hacer un retiro de curso más? (Ficha de atención 2019-1)

D.H.: “Ahora comprendo que la nota que obtengo en cada evaluación depende solo de mi preparación, antes quería obtener notas altas sin repasar nada y ahora realizo lo que me mandas a trabajar de manera individual y noto un cambio no solo en mis notas sino en mí, me siento capaz al ver que si puedo aprobar exámenes que me parecían imposibles meses atrás. Jessica, yo no quiero ser un estudiante eterno, sé que no seré el capo de los capos en matemática pero solo quiero aprobar este curso para seguir con los últimos cursos de mi carrera, los que si me importan.” (Ficha de atención 2020-2)

Objetivos específicos

Hábitos de estudio: El primer objetivo específico es mejorar sus hábitos de estudio en la actividad académica, en el 2019 se mostraba renuente a hacer cambios que podían lograr la diferencia al momento de estudiar dado que si repasaba algún tema lo hacía en cualquier lugar, en cualquier momento, con muchísima distracción (celular, videojuegos, reunión con amistades o en el bus), con pocos minutos de repaso y cambiando rotundamente a otra actividad. Adicionalmente, no asistía a las asesorías ni

a clases y se aislaba de sus compañeros que manejaban los temas por vergüenza D.H. creía, erróneamente, que el poco tiempo y dedicación que le daba al curso era suficiente para obtener un 14 de nota en sus evaluaciones. A partir del 2020-2, es donde comienza a realizar las pautas para implementar hábitos de estudio que se le brinda y comienza a notar que logra entender los temas pues al comenzar a registrar sus actividades al inicio del día ya tenía claro lo que tenía que hacer, evitaba distracciones y lo hacía en su ambiente de estudio adecuado en un horario determinado de manera interdiaria o diaria. Además, pudo contratar a un profesor particular para un aprendizaje personalizado de los temas que veía por primera vez (los temas posteriores al examen parcial). Asimismo, cuando estaba en un examen el tiempo que le asignaba la universidad para su resolución le parecía conocido pues era el mismo tiempo en el que se acostumbró a realizar los simulacros de evaluación por lo que resolvía todos los ejercicios matemáticos y así tenía alta probabilidad de obtener más puntaje y es el método Pomodoro el que le ayudó notoriamente a focalizar su atención y concentración al momento de repasar dejando de lado la idea de hacerlo 5 horas seguidas, situación que nunca se concretaba pues terminaba distrayéndose incluso antes de terminar la primera hora.

D.H.: “Yo repaso camino a casa o a la universidad o en la casa de algún pata pero como estamos en chongo terminamos jugando Nintendo; es que en mi casa no puedo repasar porque no me siento cómodo, por eso prefiero salir. Además, puedo repasar toda la madrugada previa al examen porque en ese lapso de tiempo no molesta mi familia. Una vez

hice eso y saqué 10 de nota. Total, es memorizar nomás lo importante y de ahí ya uno puede florear.” (Ficha de atención 2019-verano)

D.H.: “Hacer simulacros de examen me ayuda a no tener tanto estrés en pleno examen porque el tiempo me parece conocido, además el profesor particular me ayuda bastante en lo que no logró entender ni con tutoriales de YouTube. Cuando repaso yo solo, pongo mi cronómetro e intento resolver el ejercicio y ni qué decir del Pomodoro me ha ayudado terriblemente pues prefiero estudiar 2 horas de esa manera a que decir que tengo toda la madrugada para estudiar y tan solo de pensar en tantas horas me estreso. Te cuento que ahora que tengo en mi zona de estudio he colocado un cartelito en la puerta que dice NO MOLESTAR cuando estoy haciendo mis simulacros y, menos mal, mi familia respeta y ya no me interrumpe.” (Ficha de atención 2020-2)

Organización: Siguiendo con el primer objetivo específico, sobre mejorar las habilidades de organización en la actividad académica el estudiante, en el año 2019, asistía a las sesiones de tutoría pactadas en donde se le ofrecía organizadores visuales y se le explicaba como completarlos para poder revisarlos la próxima sesión, pero él nunca los realizaba alegando múltiples motivos: “se me olvidó, se me perdió la hojita, salí rápido de casa o tengo mucha tarea”. Mencionó que no veía la utilidad de organizarse pues tenía a los delegados de los cursos para preguntarles cuáles eran las actividades pendientes, además sólo utilizaba el celular como herramienta de organización generándole mucha distracción pues recibía notificaciones de redes sociales u otras aplicaciones. Cuando se matricula en el ciclo 2020-2 no solo estaba

estudiando sino también trabajaba como ejecutivo de ventas en una tienda y le solicitaban información ordenada y es ahí donde recuerda los organizadores visuales brindados para utilizarlos. Esto decide trasladarlo a la universidad y es en las sesiones de tutoría donde se aborda a detalle tomando en cuenta la información del sílabo del curso (fecha y hora de evaluaciones, de entrega de avances y trabajo final, de examen parcial y final), horario de clases, de repaso, de simulacros, de ocio y horario laboral. Primero se utiliza el organizador semestral el cuál refiere que no le sirve pues le parece muy general, luego el organizador semanal a lo que refiere que le parece muy rígido y es con el organizador mensual con el que se siente más cómodo. En posteriores ciclos, decide complementar su organización con una agenda.

D.H.: “Disculpa sino traje el papelito que me diste, es que no lo encuentro, pero tampoco lo necesito porque yo pregunto al delegado del curso lo que hay que presentar en la semana o pongo alarmas en el celular para acordarme. Bueno, me olvidé de rendir una práctica calificada pese a que le puse la alarma porque lo apagué es que me distraje con Tik Tok. ¿Tienes Tik Tok?, es un vicio.” (Ficha de atención 2019-verano)

D.H.: “Cuando me pidieron reporte mensual en la chamba yo no sabía ni por dónde empezar y recordé que me habías dado algo tipo horario, lo busqué y lo utilicé y me sentí canchero al tenerlo todo registrado y dije: ¿Por qué no utilizo esto en mis cursos? Y la verdad noto la diferencia. Me ayudó con matemática II pues sabía cuándo y a qué hora

eran más exámenes y ni qué decir de los simulacros ¡Me salvaron la vida! En verano son como seis semanas creo y tuve que volar con los repasos, las clases y la chamba, pero lo logré: ¡Aprobé costos y presupuestos! y ahora con trabajo de tesis ¡la verdad ya me acostumbré a mi organizador mensual y te contaré que utilizo una agenda para complementar pues me ascendieron en la chamba y tengo más responsabilidades. Yo sé que voy a aprobar el curso, vas a ver.” (Ficha de atención 2021-1)

Pensamientos, emociones y conductas: El segundo objetivo específico es promover un adecuado manejo de pensamientos, emociones y conductas frente a cada curso matriculado en riesgo alto. En el 2019, el alumno creía sin cuestionamiento varios pensamientos disfuncionales como: “Todo lo hago mal en el curso”, “No soy inteligente en ningún curso de matemáticas”, “Yo debería tener 14 en mi primera práctica calificada”, y “El profesor tiene algo en contra de mí, siempre me desaprueba” lo que traía consigo que se sienta frustrado por haberse matriculado tantas veces en el curso y no aprobarlo, al punto de evitarlo y postergarlo todas las veces que el reglamento le permitía ya que le generaba dolores de cabeza o insomnio la idea de tener que rendir una evaluación, y al momento de rendirla presentaba bloqueos y sudoración en las manos. Todo lo anterior era percibido por el alumno como algo altamente estresante y su manera de afrontarlo era evitando el curso. Cuando se matricula en el 2020-2 bajo el plan de cuarta matrícula es cuando decide asumir el compromiso y la responsabilidad que el curso requiere ya que sería como si fuera la primera vez que lo llevaría pues, pese a haber estado matriculado seis veces anteriormente, no fue a casi

todas las clases ni resolvía más que una o dos evaluaciones de manera incipiente. Se tienen las sesiones de tutoría en el 2020-2 y obtiene resultados favorables presenta una adecuada tolerancia a la frustración, sabe afrontar bloqueos en las evaluaciones, evita la procrastinación realizando sus actividades pendientes en las fechas programadas y cuestiona pensamientos disfuncionales gracias a las estrategias brindadas lo que hace que se fortalezca su autoeficacia al aprobar el curso de matemática II y los posteriores cursos en riesgo alto, costos y presupuestos y trabajo de tesis I.

D.H.: “No soy inteligente en el curso de matemática porque todo lo hago mal, nunca he sacado buenas notas ni en el colegio, menos ahora que estoy en la universidad. Además, yo debería obtener un 14 en la primera práctica calificada para asegurar nota pero no, saco un 03 y creo que el profesor tiene algo en contra de mí ¡Siempre me desaprueba!, entonces ya desaprobé el curso y por eso no voy a terminar mi carrera, voy a ser un fracasado siempre. Me siento frustrado y estancado en el mismo curso año tras año, ya no lo quiero ni ver porque me da nervios.” (Ficha de atención 2019-1)

D.H.: “A la primera nota desaprobatoria dejaba de intentarlo, pero ahora reconozco que no siempre voy a obtener lo que espero y que eso no está mal; la cosa es seguir luchándola incluso con ayudita como yo con mi profesor particular. En la práctica calificada 3 tuve un bloqueo pero me funcionó eso de respirar profundamente y mi caramelo halls, eso me trae al examen en una y ya no pienso tonterías que distraen nomás. El

profesor ya sabe mi nombre no solo por las tantas veces que me he matriculado, sino porque participo y resuelvo los ejercicios a tiempo y la verdad me hace sentir bastante bien pues antes pensaba muy mal de mí mismo ¡Me daba con palo! Ahora si veo que un pensamiento me hace sentir mal al toque me doy cuenta y, sobre todo, valoro mi esfuerzos y mis pequeños logros porque hasta sacar un 11 lo celebro pero nunca imaginé sacar un 15, eso es otra cosa. (Ficha de atención 2020-2)

Análisis de los Resultados Encontrados

Sobre el objetivo general, evitar que pierda su condición de alumno; al estar matriculado bajo la condición de riesgo alto D.H. recibe un correo de invitación como parte del procedimiento del programa y se establecen fechas estratégicas para realizar sesiones de tutoría durante el ciclo semestral con el fin de brindarle pautas para implementar los hábitos de estudio, organización y estrategias personalizadas para afrontar el curso en riesgo alto. D.H. muestra compromiso en la asistencia a las sesiones y en la realización de las pautas y estrategias abordadas lo que trae consigo la aprobación de sus tres cursos en riesgo alto: matemática II, costos y presupuestos y trabajo de tesis I en los periodos académicos 2020-2, 2021-0 y 2021-1 respectivamente, evitando perder su vacante en la universidad. Se ha comprobado la efectividad e influencia de los programas de tutoría en población universitaria favoreciendo su permanencia tal y como lo menciona Cipagauta y Pardo (2018) cuya conclusión es que aquellos alumnos que no reciben las sesiones de tutoría presentan bajo desempeño

académico y altas probabilidades de retirarse de la universidad. Además, es importante mencionar que D.H. logra ser consciente de su responsabilidad en la mejora de su rendimiento académico lo que va de la mano con lo que exponen Martínez, et al. (2020) que el estudiante es el protagonista de su aprendizaje y, con las estrategias adecuadas, puede lograr satisfacer sus dificultades académicas. Por otro lado, el conseguir el éxito en un curso complejo motiva al alumno a replicar tal resultado favorable en los periodos posteriores pues ya tiene claro el significado e importancia de la tutoría y las normas del reglamento de estudios de la universidad (Ángulo, 2021).

En relación al primer objetivo específico, que hace referencia a mejorar los hábitos de estudio, inicialmente el estudiante no identifica las condiciones ambientales adecuadas para estudiar y cuando decide hacerlo lo hace sin evitar distracciones lo que genera preocupación pues, en palabras de Argentina (2013), aquellos alumnos que no poseen conocimientos de los hábitos de estudios no podrán conocer ni aprovechar su potencial intelectual por lo tanto sus notas serán poco favorables; por lo que fue imprescindible abordarlo en las sesiones de tutoría trayendo consigo que pueda destinar un espacio de estudio en su hogar y evitar el celular durante los repasos y simulacros. Ahora bien, D.H. pensaba que solo memorizando los temas iba a aprobar a lo que Ordaz y Meza (2013) sostienen que los estudiantes piensan erróneamente que a mayor capacidad de memorizar, mayor aprendizaje; sin embargo, el reforzamiento de los hábitos de estudio mejoran la conciencia y la autorregulación. Años anteriores, D.H. no se preparaba para los exámenes o lo intentaba hacer horas previas al examen (“atracones de estudio) por lo que fue necesario que evite ese mal hábito pues está

fuertemente relacionado con su rendimiento académico, es decir, a menor preparación menor nota afectando directamente su permanencia en la universidad; por ello se le brindó información sobre nuevos hábitos como: destinar un tiempo a su organización, categorizar sus actividades a realizar por prioridad y no distraerse en horario de estudio cuya realización le trajo logros académicos (Najarro, 2020).

Siguiendo con el primer objetivo específico, en relación con mejorar las habilidades de organización se encontró que el estudiante no presentaba una noción clara sobre qué es la organización y cómo hacerlo, pues cuando lo intentaba, lo hacía de manera inadecuada teniendo como consecuencia el incumplimiento de las actividades previstas y notas desaprobatorias en las evaluaciones generando una sensación de falta de control; por ejemplo, se reunía con sus amigos para estudiar pero terminaban jugando nintendo. Todo lo expuesto coincide con lo propuesto por Garzón (2014) al mencionar todas estas características pertenecientes a aquellos estudiantes que presentan bajo rendimiento académico como consecuencia de una incipiente o ausente organización y D.H. se encontraba en esa situación. Asimismo, tiene relación con lo expuesto por Barco (2017) ya que al tener inadecuada organización no solo trae consigo notas desaprobatorias sino también un bajo nivel de concentración al momento de estudiar, cayendo en distracciones con facilidad pues no separa los tiempos para realizar una actividad menos rigurosa que otra, siendo las actividades académicas correspondientes al curso en riesgo alto las que requiere mayor esfuerzo. Cuando D.H. decide tener participación activa en su organización y utiliza los organizadores visuales brindados en las sesiones de tutoría empieza a obtener notas aprobatorias ya que posee

mayor control en su distribución de tiempo al separar sus horas de estudio con sus horas de ocio ubicándolas en espacios claros dentro de su rutina, teniendo beneficios no solo en el ámbito académico sino también en el ámbito laboral; por lo que se puede concluir que una óptima organización del tiempo es un fuerte indicador de éxito académico (Garzón y Gil, 2018).

Finalmente, al abordar el segundo objetivo específico que es promover un adecuado manejo de pensamientos, emociones y conductas para afrontar los requerimientos de cada asignatura el estudiante presentaba una autoeficacia incipiente pues no lograba la aprobación de los cursos matriculados bajo la condición en riesgo alto, con especial énfasis en el curso de matemática II, pues pensaba: “Todo lo hago mal en el curso”, “No soy inteligente en ningún curso de matemáticas”, “Yo debería tener 14 en mi primera práctica calificada”, y “El profesor tiene algo en contra de mí, siempre me desaprueba” afectando de manera directa su desenvolvimiento en el curso pues a mayor creencia en pensamientos disfuncionales mayor probabilidad de presentar un bajo rendimiento académico (Zambrano, 2016). Pensar así, generaba que el estudiante se sienta frustrado hacia las actividades académicas por ello, se le brindó estrategias para cuestionar aquellos pensamientos que no le favorecían en lo absoluto trayendo consigo que identifique sus fortalezas y disminuya el estrés e inseguridad que toda evaluación, y más si está en riesgo alto, trae consigo; es decir, afianza su autoeficacia y potencia su aprendizaje pues percibe a la tutoría como una ayuda indispensable y favorable en su formación profesional y crecimiento personal (Zubiaur, 2021).

El estudiante en cuanto a sus conductas, este presentaba evitación al curso ya que se retiraba constantemente, no asistía a clases ni asesorías, decidió hacer un viaje fuera del país estando matriculado e iba a estudiar con sus amigos pero terminaba jugando nintendo; lo que hace evidente la poca capacidad de regular sus conductas perjudicándose académicamente. Lo mencionado guarda relación con lo expuesto por Reynoso y Méndez (2018) quienes expresan que los estudiantes que presentan menor control de conductas impulsivas muestran menos esfuerzo y altas probabilidades de desertar, todo lo contrario sucede con estudiantes que poseen mayor autocontrol ya que se manifiestan en el ámbito educativo con mayor fluidez; y esto es lo que se logró con D.H. tras las realización de las sesiones de tutoría. Por lo tanto se puede notar, explícitamente, la importancia de abordar no solo el aspecto académico sino también el personal cumpliendo con uno de los objetivos de la tutoría que es brindarle estabilidad y bienestar al alumno en su desenvolvimiento a través de estrategias que aborden el ámbito personal (Javier, et al. 2019).

En conclusión, es necesario hacer hincapié en que el alumno empezó con bastante desconocimiento y pesimismo de sí mismo y de su potencial pues la única solución que ejecutaba era evitar los cursos que le parecían altamente exigentes; pero a lo largo de las sesiones de tutoría, se puede evidenciar que identifica cuáles son sus competencias y habilidades convirtiéndose en una mejor versión de sí mismo presentando más confianza en lograr su objetivo profesional: terminar la carrera profesional. Esto trajo como consecuencia un efecto positivo como estudiante, como persona y como futuro profesional.

Reflexión de la Experiencia

Limitaciones Encontradas en el Proceso de Intervención

- En el 2019, cuando se envió el correo de invitación al alumno para que asista al área y abordar su situación académica no se obtuvo respuesta alguna, haciendo necesario establecer contacto telefónico y, recién, agendar una sesión teniendo mucho cuidado en que el horario elegido no se cruce con ninguna de sus actividades curriculares.
- En las sesiones iniciales el estudiante no mostraba puntualidad por motivos laborales y solicitaba reprogramación por lo que fue imprescindible establecer 15 minutos de tolerancia y derecho a reprogramación solo hasta en 2 oportunidades con previa justificación.
- Cuando el alumno se matriculó en el 2020-2 ya se había establecido la modalidad virtual debido al estado de emergencia por la pandemia global de covid-19 trayendo consigo cambios no solo en la intervención tutorial sino también las herramientas de trabajo. Fue vital actualizar toda la información sobre las clases y evaluaciones virtuales para brindar el mejor seguimiento posible.
- No se contaba con el expediente físico del estudiante ya que se encontraba en el campus de la universidad, tal situación dificultaba saber lo que se había trabajado en periodos anteriores por lo que fue necesario hacer la gestión correspondiente para conseguirlo pues es de vital importancia ver su avance de manera completa.

Impacto en la Institución con los Resultados Hallados

- La tutoría a D.H., junto con el de otros estudiantes, hicieron que se le preste mayor atención al proceso de derivación a otra área de la Institución de educación superior pues antes del estado de emergencia la monitora académica del área de permanencia llenaba una hoja con pocos datos y se le daba al estudiante para que lo presente a la otra área y gestione su cita. Sin embargo, no iban al área o se les perdía tal hoja; y si iban y gestionaban la cita no había una comunicación directa entre las áreas sobre la intervención al estudiante por lo que cada una trabajaba de manera separada. Pero en casos como D.H. era importante saber si iba a su sesión a abordar aquello que le aquejaba pues el riesgo emocional podía afectar drásticamente el riesgo alto; esto trajo como consecuencia que ambas áreas se reunieran y decidan cuál sería la mejor manera de derivar estudiantes y se realizó un formulario en google donde se colocan datos relevantes del estudiante y se acordó que ambas áreas podían solicitar información sobre las intervenciones de cualquier estudiante si lo creen conveniente.
- El estudiante ingresó en el año 2009 y aún no termina de aprobar los cursos que le pide su malla curricular lo que hizo que se le diera mayor importancia a la intervención académica que se le brindaba a alumnos de códigos antiguos ya que su situación suele ser diferente a comparación de un estudiante que ha ingresado recientemente y no tiene preocupaciones laborales, familiares, económicas entre otras por lo que se toma en cuenta cuántos son los cursos que

le faltan y en cuántos ciclos regulares aproximadamente los estaría terminando haciendo necesario la proyección de cursos en estos estudiantes y tenga más claro el término de su carrera profesional. Adicional a eso, se comenzó a hacer mucho hincapié en informar sobre los requisitos que son indispensables para solicitar la constancia de egresado y, posteriormente, el grado de bachiller.

Aporte al Área Psicológica y al Contexto

El presente trabajo de suficiencia profesional pretende mostrar un procedimiento metodológico de abordaje a estudiantes bajo la condición de riesgo alto para que eviten perder su vacante en la universidad ya que muestra las pautas para implementar los hábitos de estudio, organización y estrategias para afrontar el curso.

La experiencia profesional recopilada permite brindar un modelo de acción tutorial para profesionales de psicología (y a todos aquellos que se dediquen a la realización de tutoría) pues permite brindar el soporte idóneo a los estudiantes con el único fin de que logren el término de su carrera profesional.

Contribuye a mejorar las competencias personales de estos estudiantes pues lo trabajado no solo se enfoca exclusivamente al ámbito académico sino también a dotar estrategias útiles al momento de abordar emociones, pensamientos y conductas que afectan negativamente su desempeño académico con el fin de acercarlo a su objetivo profesional.

Demandas Profesionales Requeridas

- En las primeras sesiones, se consultaba muy poco al estudiante sobre las características de sus cursos porque se asume que la monitora académica del área ya tenía toda la información; pero con D.H. fue vital consultarle, por ejemplo, cuál era su criterio para colocar la nota de participación pues solo de esa manera se podía realizar un monitoreo de notas adecuado.
- Se evitaba confrontar al alumno sobre sus resultados obtenidos por temor a que se pueda sentir juzgado o no comprendido en el área pero es importante recalcar que cada estudiante es diferente y cuando se tuvo la sesión en el 2020-invierno la comunicación fue frontal y directa, sin rodeos ni ambigüedades, y esta sesión fue la que logró un cambio en el estudiante.
- Sobre los hábitos de estudio y organización, en un inicio, se tenía conocimiento de manera general pero conforme se tenía contacto con los estudiantes se tenía que complementar tal información por lo que se recurrió a consultar a las otras monitoras académicas del área pues tenían mayor experiencia en este abordaje y no dudaron en compartir. Por cuenta propia, se realizó búsqueda bibliográfica.
- El estudiante expresaba muchos pensamientos disfuncionales que había acumulado con el pasar del tiempo lo que hizo necesario revisar información sobre estrategias para cuestionarlos pues estaban generando malestar en el estudiante. Adicional a la revisión bibliográfica, se solicitó retroalimentación y supervisión a la coordinadora del área.

Autoevaluación y Autocrítica Personal e Institucional

La experiencia de brindar sesiones de tutoría a D.H. me ha fortalecido como profesional pues fue uno de mis primeros casos a inicios del 2019 y me motivó a buscar toda la información necesaria sobre hábitos de estudio y organización para ajustarlo a las necesidades del estudiante, a investigar sobre estrategias para tolerar la frustración, afrontar bloqueos en las evaluaciones, evitar la procrastinación y cuestionar sus pensamientos disfuncionales, a ser asertiva y directa con el estudiante para no suavizar su situación académica por más dura que esta sea porque solo así podrá tomar decisiones estratégicas.

En un inicio presentaba incertidumbre pero siempre el compromiso de aprender estuvo presente, no solo por mi cuenta sino también con la ayuda de mis colegas pero sobre todo de los mismos estudiantes pues me costaba decir “no sé” ya que ellos asumían que tenía conocimiento de cómo eran todas las clases, cuáles eran los cursos más difíciles de las cuatro carreras profesionales que tengo a mi cargo o cómo era la metodología de enseñanza de todos los docentes pero cuando comencé a preguntarles era más fácil trabajar desde su perspectiva y podía tener información para un próximo estudiante y ayudarlo de la mejor manera posible. Algo que también me costó realizar fue el desligarme emocionalmente de la situación familiar y personal de D.H., en un momento quise brindarle seguimiento semanalmente pero la cantidad de estudiantes a mi cargo me lo impedía; sin embargo, ese espacio entre sesiones era una oportunidad para que él pueda ejecutar sus propias soluciones y que ambos lo viéramos de esa forma fue vital ya que contaba con herramientas frente a sus cursos en riesgo alto.

Haber visto que D.H. aprobaba aquellos cursos que en algún momento le parecían imposibles era un logro; pero también que utilice todo lo abordado en las sesiones no solo para un curso en específico sino para los otros, haciendo que tales pautas y estrategias sean parte de su rutina para mejorar su rendimiento académico.

Sería ideal que la institución brinde facilidades para que haya mayor cantidad de personal debido a que la cantidad de monitoras académicas que somos actualmente no es suficiente para cubrir a cientos de estudiantes que se encuentran en la misma situación de riesgo académico pero, personalmente, me comprometo en cada periodo universitario a contactar a todos porque confío fielmente en la importancia de la tutoría y sus resultados positivos, lo he visto en D.H. y tengo la certeza que hay muchísimos más que están a la espera de un apoyo sin juicios, validando sus diferencias y que le ayude a lograr su éxito profesional.

Recomendaciones

- Se recomienda complementar la fase de evaluación con la aplicación de pruebas psicométricas (hábitos de estudio, estrés, personalidad, etc.) con el fin de conseguir información objetiva del estudiante.
- Se sugiere brindar orientación y seguimiento al progreso académico del estudiante de manera periódica (por ejemplo: una sesión a inicios de cada ciclo semestral) hasta que culmine su carrera universitaria para evitar la condición de riesgo alto.
- Se propone realizar una capacitación a los docentes en la detección de indicadores de estrés académico en estudiantes matriculados en riesgo alto para que realicen la derivación temprana al área de permanencia.

Conclusiones

- El estudiante aprueba Matemática II, Costos y Presupuestos y Trabajo de Tesis I trayendo consigo estar fuera de la condición de riesgo alto para los próximos periodos universitarios.
- El alumno posee conocimientos sobre hábitos de estudio y los pone en práctica pues registra actividades al inicio del día, realiza simulacros de evaluación, evita distracciones, tiene lugar de estudio adecuado y utiliza el método Pomodoro. Además, hace uso del organizador mensual y agenda para las actividades académicas.
- El estudiante afronta de manera adecuada la frustración, los bloqueos en las evaluaciones, la procrastinación y los pensamientos disfuncionales trayendo consigo resultados favorables pues ha fortalecido su responsabilidad y autocontrol.

Referencias Bibliográficas

- Abad, K. (Noviembre de 2019). *Tutoría universitaria y hábitos de estudio en estudiantes universitarios de la Facultad de Ingeniería de una universidad particular de los Olivos*. [Tesis de Maestría]. Universidad de Piura, Lima, Perú.
<https://pirhua.udep.edu.pe/handle/11042/4433>
- Álvarez, P. (2020). Preguntas y respuestas sobre cómo desarrollar los Planes de Orientación y Acción Tutorial (POAT) en la enseñanza universitaria (Primera Ed). <https://www.ull.es/portal/noticias/2020/la-ull-elabora-una-guia-practica-para-apoyar-los-planes-tutoriales-de-los-centros-universitarios/guia-practica/>
- Álvarez, M. (2017). *Hacia un modelo integrador de la tutoría en los diferentes niveles educativos*. Revista *Educatio Siglo XXI*. 35(2), 21–42.
<https://revistas.um.es/educatio/article/view/298501>
- Álvarez, M., y Álvarez, J. (2015). *La tutoría universitaria: del modelo actual a un modelo integral*. Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 18 (2), 125-142. <https://revistas.um.es/reifop/article/view/219671>
- Ángulo, Á. (2021). Indicadores de la tutoría integral desde la percepción de los estudiantes de universidades públicas de México. *Dilemas Contemporáneos: educación, política y valores*. 8(2), 1-23.
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-78902021000100004&script=sci_arttext
- Arakaki, M., Dammert, M., Mendoza, N., & Herrera, D. (2019). *Tutoría universitaria: Aprendizajes y reflexiones a partir del programa de tutoría de la facultad de psicología en la Pontificia Universidad Católica del Perú*. En Blanco Y Negro,

<https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/enblancoynegro/article/view/21575>

Argentina, A. (Julio de 2013). *Relación entre hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes de primero básico (estudio relación en el Instituto Básico de educación por Cooperativa, San Francisco La unión, Quetzaltenango*. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Rafael Landívar, Guatemala.

Barco, L. (2017). *Hábito de estudio y rendimiento académico en los estudiantes de la Especialidad de Electrotecnia Industrial del Instituto Superior Tecnológico Público Julio César Tello de Villa El Salvador, 2014*. [Tesis de Maestría]. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle, Perú.
<https://repositorio.une.edu.pe/handle/UNE/1522>

Barraza, A. (2006). *Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico*.

Revista Psicología Científica. 8(17).

<https://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-modelo-conceptual/>

Barraza, A. (2008). *El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos*. Revista Avances en Psicología Latinoamericana. 26(2), 270-289.

<https://www.redalyc.org/pdf/799/79926212.pdf>

- Cambours, A., Iglesia, A. y Muiños, S. (2011). La tutoría en la universidad: una estrategia para la retención de los estudiantes. *Revista Congresos CLABES*. 1(1), 125-132. <https://revistas.utp.ac.pa/index.php/clabes/article/view/853>
- Carpio, C., Pacheco, V., Rodríguez, R. y Morales, G. (2018). *Riesgo académico. Un modelo de intervención, evidencias y extensiones*. México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Carranza, M., Plascencia, R., Islas, C., & Jiménez, A. (2020). *Percepción de estudiantes universitarios sobre la tutoría presencial y la virtual*. *Revista EDUCATECONCIENCIA*, 27(28), 126–146. <http://tecnocientifica.com.mx/educateconciencia/index.php/revistaeducate/article/view/259/415>
- Cerna, R. (2018) *Estrategias de Aprendizaje y Estrés Académico en estudiantes universitarios de primer ciclo de la facultad de Psicología de una universidad privada de Lima*. [Tesis de Maestría]. Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima, Perú. <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/4383>
- Cipagauta, A., y Pardo, D. (Noviembre de 2018). *Evaluación del impacto de las tutorías académicas en el desempeño y la permanencia de los estudiantes en la Universidad Católica de Colombia: Estudio correlacional*. Universidad Católica de Colombia, Bogotá, Colombia. <https://revistas.utp.ac.pa/index.php/clabes/article/view/2043>

- Clerici, R., y Da Re, L. (2019). Evaluación de la eficacia de un programa de tutoría formativa. *Revista de Investigación Educativa*, 37(1), 39–56.
<https://revistas.um.es/rie/article/view/322331/254291>
- Cueva Delgado, J., Molerio Rosa, L., & Ramírez Serrano, M. (2019). *Las tutorías virtuales en el proceso universitario*. *Opuntia Brava*, 11(2), 260-268.
<http://opuntiabrava.ult.edu.cu/index.php/opuntiabrava/article/view/918>
- De la Cruz, G. (2017). Tutoría en Educación Superior: análisis desde diferentes corrientes psicológicas e implicaciones prácticas. *Revista de Investigación Educativa*. 25(2), 35-59
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-53082017000200034
- Díaz, J. (2021). Administración de la práctica tutorial en tiempos del Covid - 19: Atendiendo las necesidades especiales de los alumnos universitarios a través de la tutoría en línea. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 3, 1–10.
<http://www.dilemascontemporaneoseduccionpoliticayvalores.com/>
- Gaitán, P. (2013). *Hacia una definición de tutoría universitaria*. *Revista DIDAC*. 61, 4-10.
http://revistas.ibero.mx/didac/articulo_detalle.php?id_volumen=14&id_articulo=163
- Garbanzo, G. (2007). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios, una reflexión desde la calidad de la educación superior pública.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44031103>

García, J. (marzo de 2019). *Influencia del servicio de tutoría universitaria en el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela profesional de Trabajo Social de la Universidad Nacional de San Agustín*. [Tesis de Doctorado]. Universidad Nacional de San Agustín, Arequipa, Perú.
<http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/20.500.12773/12752>

Garzón, A. (Septiembre de 2014). *Gestión del tiempo, éxito académico y procrastinación en el alumnado universitario*. [Tesis Doctoral]. Universidad de Sevilla, España. <https://idus.us.es/handle/11441/69987>

Garzón, A., y Gil, J. (2018). Gestión del tiempo en alumnado universitario con diferentes niveles de rendimiento académico. *Revista Educação e Pesquisa*. 44, 1-16. <https://www.scielo.br/j/ep/i/2018.v44/>

Javier, A., Santa María, H., Norabuena, R. y Jara, N. (2019). Acción tutorial para el desarrollo de las habilidades sociales en estudiantes universitarios. *Propósitos y Representaciones: Revista de Psicología Educativa*. 7(1). 185-200.
<http://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/261>

López, Y., Santana, B. y Zavala, V. (2021). *Tutoría a distancia, respuesta necesaria ante la pandemia*. La formación docente en tiempos de pandemia, T & R Desarrollo Empresarial SA de CV, 33-52.

Martínez, E. y Díaz, D. (2007). *Una aproximación psicosocial al estrés escolar*.

Revista Educación y Educadores .10 (2). 11-22.

<https://educacionyeducadores.unisabana.edu.co/index.php/eye/article/view/68>

7

Martínez, P., Pérez, J., Gonzáles, N., Gonzáles , C., y Martínez, M. (2020). La Tutoría

universitaria vista por sus alumnos: Propuestas de mejora. *Revista de la*

Educación Superior. 49(195), 55-72.

<http://resu.anuies.mx/ojs/index.php/resu/issue/view/41>

Ministerio de Educación [MINEDU] (2014). Ley universitaria N° 30220.

<https://www.gob.pe/institucion/minedu/normas-legales/118482-30220>

Najarro, J. (2020). Hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico de

los estudiantes del segundo año de la Escuela Profesional de Medicina de la

Universidad Nacional de San Marcos, Perú. *Revista CONRADO*. 16(77). 354-

363. <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/1607>

Olmos, P. (2020). *La acción tutorial en el marco de la Orientación escolar*.

Universidad Autónoma de Barcelona.

Ordaz, I., y Meza, J. (2013). Elementos de autorregulación para alcanzar metas de

aprendizaje en alumnos que cursan el nivel medio superior. *Revista en Ciencias*

Sociales y Humanidades Apoyadas por Tecnologías. 2(1). 84-91

<https://chat.iztacala.unam.mx/cshat/index.php/cshat/issue/view/11>

Orlandini, A. (1999). *El estrés: qué es y cómo evitarlo*. Segunda edición. La ciencia para todos.

Programa Nacional de Becas y Crédito Educativo [PRONABEC] (2012). Resolución Directoral N° RDE N° 0079-2012-PRONABEC-OBEC-VMGI-MED
<https://www.gob.pe/institucion/pronabec/normas-legales/1916711-rde-n-0079-2012-pronabec-obec-vmgi-med>

Programa Nacional de Becas y Crédito Educativo [PRONABEC] (2016). Resolución Directoral N° RDE N° 407-2016-MINEDU-VMGI-PRONABEC
<https://www.gob.pe/institucion/pronabec/normas-legales/1918978-rde-n-407-2016-minedu-vmgi-pronabec>

Programa Nacional de Becas y Crédito Educativo [PRONABEC] (2020). Resolución Directoral N° RD180-2020-DIREC-MINEDU/VMGI-PRONABEC.
<https://www.gob.pe/institucion/pronabec/normas-legales/1834554-rd180-2020-direc-minedu-vmgi-pronabec>

Reynoso, O., y Méndez, T. (2018). *¿Es posible predecir el rendimiento académico? La regulación de la conducta como un indicador del rendimiento académico en estudiantes de educación superior*. Diálogos sobre Educación: Temáticas actuales en investigación educativa. 16(9), 1-19.
<http://dialogossobreeducacion.cucsh.udg.mx/index.php/DSE/article/view/397>

Rodríguez, S., Álvarez, M., Dorio, I., Figueroa, P., Fita, E., Forner, Á. y Torrado, M. (2012). *Manual de Tutoría Universitaria: Recursos para la acción*.

Santos, A. (Marzo de 2017). *La tutoría como apoyo a los alumnos en riesgo académico del Tecnológico de Monterrey*. [Tesis de maestría]. Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey, Nuevo León, México. Obtenido de <https://repositorio.tec.mx/handle/11285/629685>

Zambrano, R. (Junio de 2016). Relación entre las distorsiones cognitivas de Beck y bajo rendimiento académico. [Tesis de maestría]. Universidad Internacional de La Rioja, España. Obtenido de <http://sired.udenar.edu.co/4088/>

Zubiaur, M. (Agosto de 2021). *Efectividad de la Tutoría desde la percepción del estudiante en riesgo académico de una universidad nacional*. [Tesis de doctorado]. Universidad César Vallejo, Lima, Perú. Obtenido de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/69718>

Anexos

ANEXO 1: Entrevista Semiestructurada

1. DATOS PERSONALES

- Nombre completo:
- Fecha de nacimiento:
- DNI:
- Estado civil:
- Hijos:
- Ocupación:
- Teléfono:
- Distrito de residencia:

2. ÁREA ACADÉMICA

- ¿Cuáles fueron sus dificultades académicas previas en el curso en riesgo alto?
- ¿Qué factores crees que ha dificultado tu desempeño académico?
 - Inasistencia a clases
 - Inasistencia a evaluaciones
 - Tardanzas
 - Desorganización
 - Procrastinación
 - Intervención/tratamiento médico
 - Intervención/tratamiento psiquiátrico y/o psicológico
 - Problemas familiares
 - Problemas laborales
 - Otros: Especifique _____
- ¿Qué soluciones se intentó o se abandonó el curso?

- ¿Qué hábitos de estudio presentas actualmente?
- ¿Qué estrategias académicas presentas actualmente?
- ¿Cuáles son tus notas en las evaluaciones (prácticas calificadas, examen parcial y final) en este periodo universitario?
- ¿Cuáles es tu avance académico según malla curricular?
- ¿En qué cursos te piensas matricular en los próximos periodos universitarios?
- ¿Realizaste las actividades pactadas en la sesión anterior?

3. ÁREA LABORAL

- ¿Actualmente te encuentras laborando?
- ¿Tu trabajo relacionado a tu carrera profesional?
- ¿Son prácticas pre-profesionales?
- ¿En qué empresa?
- ¿Cuál es tu puesto de trabajo?
- ¿Cuál es tu horario de trabajo?
- ¿Trabajas bajo la modalidad presencial, virtual o mixta?

4. DERIVACIONES

- Área de trámites académicos
- Área de finanzas
- Área de psicopedagogía
- Director de carrera profesional
- Otros: Especifique _____

ANEXO 2: Histórico de Notas

Histórico de Notas

Código: [REDACTED]

Nombre: [REDACTED]

Proceso	Nombre del Curso	Nota	Condición
2014-2	MATEMÁTICA II	0	DESAPROBADO
	ESTADÍSTICA I PARA PSICOLOGÍA	0	RETIRADO
	ECOLOGÍA, MEDIO AMBIENTE Y RESPONSABILIDAD SOCIAL	12	APROBADO
	TEORÍAS DE LA MOTIVACIÓN Y EMOCIÓN	11	APROBADO
	DESARROLLO DE COMPETENCIAS DEL YO	15	APROBADO
	PRÁCTICAS COMUNICATIVAS Y SUS IMPLICANCIAS	13	APROBADO
2015-v			
	CONTABILIDAD GENERAL	11	APROBADO
2015-1			
	COSTOS Y PRESUPUESTOS	1	DESAPROBADO
	ESTADÍSTICA I PARA PSICOLOGÍA	3	DESAPROBADO
	ECONOMÍA GENERAL (ING-ADM-DER)	1	DESAPROBADO
	EVALUACIÓN PSICOMÉTRICA Y PRUEBAS PROYECTIVAS	15	APROBADO
2015-2			
	MATEMÁTICA II	0	DESAPROBADO
	ESTADÍSTICA I PARA PSICOLOGÍA	7	DESAPROBADO
	ECONOMÍA GENERAL (ING-ADM-DER)	4	DESAPROBADO
	EL MARKETING SOCIAL	16	APROBADO
2016-1	(Retiro de Ciclo)		
	COSTOS Y PRESUPUESTOS	0	RETIRADO
	MARKETING POLÍTICO	0	RETIRADO
	ESTADÍSTICA I PARA PSICOLOGÍA	0	RETIRADO
	ECONOMÍA GENERAL (ING-ADM-DER)	0	RETIRADO
2016-2			
	MATEMÁTICA II	0	RETIRADO
	ESTADÍSTICA I PARA PSICOLOGÍA	12	APROBADO
	CREATIVIDAD PUBLICITARIA	11	APROBADO
	FUNDAMENTOS DE PROGRAMACIÓN	2	DESAPROBADO

2017-1			
	COSTOS Y PRESUPUESTOS	2	DESAPROBADO
	HISTORIA DEL ARTE	13	APROBADO
	TÉCNICAS Y ESTRATEGIAS DE SEGMENTACIÓN Y POSICIONAMIENTO	11	APROBADO
	INVESTIGACIÓN CUANTITATIVA DE MERCADOS	14	APROBADO
	PODER Y COMUNICACIÓN	12	APROBADO
2017-2			
	COSTOS Y PRESUPUESTOS	0	RETIRADO
	TRABAJO DE TESIS I	7	DESAPROBADO
	MARKETING DE SERVICIOS Y RETAIL	12	APROBADO
	INVESTIGACIÓN CUALITATIVA DE MERCADOS	16	APROBADO
2018-1			
2018-2			
	COSTOS Y PRESUPUESTOS	0	RETIRADO
	MATEMÁTICA II	0	RETIRADO
	TRABAJO DE TESIS I	10	DESAPROBADO
	MARKETING DIGITAL	14	APROBADO
2019-v			
	MATEMÁTICA II	0	RETIRADO
2019-1			
	COSTOS Y PRESUPUESTOS	0	RETIRADO
	MATEMÁTICA II	4	DESAPROBADO
2019-2			
2020-1			
2020-2	(Cuarta matrícula)		
	MATEMÁTICA II	13	APROBADO
2021-v			
	COSTOS Y PRESUPUESTOS	11	APROBADO
2021-1			
	TRABAJO DE TESIS I	11	APROBADO
	ESTADÍSTICA II PARA PSICOLOGÍA	0	RETIRADO
	MICROECONOMÍA PARA PSICOLOGÍA	11	APROBADO
	FORMULACIÓN Y EVALUACIÓN DE PRO	7	DESAPROBADO

ANEXO 3: Ficha de Atención

PERIODO: 2020-2

ESTUDIANTE:

CÓDIGO:

CONDICIÓN:

Tiempo de Permanencia	Cuarta Matrícula	Riesgo Alto	Riesgo Bajo	Sin Riesgo	Ingresante

CONDICIÓN ACADÉMICA ACTUAL:

Créditos Acumulados	Ciclos Estudiados	Retiros de Ciclo	Reserva de Matrícula

SESIÓN 1	FECHA:	SEMANA:	HORA:
ACTIVIDADES ABORDADAS EN LA SESIÓN:			
1.			
2.			
3.			
4. Próxima cita:			

Observaciones:

SESIÓN 2	FECHA:	SEMANA:	HORA:
ACTIVIDADES ABORDADAS EN LA SESIÓN:			
1.			
2.			
3.			
4. Próxima cita:			

Observaciones:

ANEXO 4: Organizadores Visuales

Organizador Semanal

HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
6:00 a 7:00							
7:00 a 8:00							
8:00 a 9:00							
9:00 a 10:00							
10:00 a 11:00							
11:00 a 12:00							
12:00 a 1:00							
1:00 a 2:00							
2:00 a 3:00							
3:00 a 4:00							
4:00 a 5:00							
5:00 - 6:00							
6:00 a 7:00							
7:00 a 8:00							
8:00 a 9:00							
9:00 a 10:00							
10:00 a 11:00							
11:00 - 12:00							

Organizador Semestral

CICLO: 2020-2							
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
SEMANA 1							
SEMANA 2							
SEMANA 3							
SEMANA 4							
SEMANA 5							
SEMANA 6							
SEMANA 7							
SEMANA 8	11	12	13	14	15	16	17
SEMANA 9							

ANEXO 5: Monitoreo de Notas

CURSO: MATEMÁTICA II							
EVALUACIÓN PERMANENTE (T.A.) 50%							
Evaluación	Prácticas Calificadas	Prácticas de Aula					
1							
2							
3							
4							
5							
Ponderación %	2/3	1/3					
Puntos ganados	0.00	0.00					
PF=	PARCIAL	PEP	FINAL	NOTA	PROMEDIO FINAL		
1		0.00		10.5	11		
Ponderación %	25%	50%	25%				
Puntos ganados	0	0	10.5				
CURSO: COSTOS Y PRESUPUESTOS							
EVALUACIÓN PERMANENTE (T.A.) 50%							
Evaluación	Controles de Lectura	Prácticas Calificadas	Trabajo de Investigación			Práctica dirigida	Participación
1			20%		30%		
2			40%		70%		
3			40%				
4			40%		60%		
Ponderación %	25%	30%	25%			10%	10%
Puntos ganados	0	0	0			0	0
PF=	PARCIAL	PEP	FINAL	NOTA		PROMEDIO FINAL	
1		0.00	35	10.5		11	
Ponderación %	20%	50%	30%				
Puntos ganados	0	0.00	10.50				

ANEXO 6: Malla Curricular

PRIMER CICLO			
ASIGNATURA	CRED	REQUISITO	PRECEDENTE
Globalización y Realidad Nacional	4	No tiene	
Pensamiento Crítico	2	No tiene	
Matemática I	5	No tiene	
Lenguaje y literatura I	4	No tiene	
Basic English (antes Technical English I)	2	Leveling Course (antes Taller de Nivelación)	
Administración General	4	No tiene	
	21		
SEGUNDO CICLO			
ASIGNATURA	CRED	REQUISITO	PRECEDENTE
Método de Estudio e Investigación	3	Pensamiento Crítico	
Matemática II	5	Matemática I	
Lenguaje y Literatura II	4	Lenguaje y Literatura I	
Intermediate English I (antes Technical English II)	2	Basic English (antes Technical English I)	
Psicología General	4	No tiene	
Teoría Organizacional	3	Administración General	
	21		
TERCER CICLO			
ASIGNATURA	CRED	REQUISITO	PRECEDENTE
Intermediate English 2	2	Intermediate English 1 (antes Technical English II)	
Psicología de la Personalidad	4	Psicología General	
Psicología Cognitiva y del Aprendizaje	4	Psicología General	
Psicología del Consumidor	3	Psicología General	
Fundamentos de Mercadeo	4	Administración General	
Psicología del Lenguaje y la Comunicación	3	Lenguaje y Literatura II, Psicología General	
Técnicas de Observación y Entrevista Psicológica	3	Método de Estudio e Investigación, Psicología General	
	23		
CUARTO CICLO			
ASIGNATURA	CRED	REQUISITO	PRECEDENTE
Intermediate English 3	2	Intermediate English 2	
Psicología del Desarrollo Humano	4	Psicología de la Personalidad, Técnicas de Observación y Entrevista Psicológica	
Comportamiento Humano en las Organizaciones	3	Administración General	
Teorías Psicodinámicas	4	Psicología de la Personalidad.	
Contabilidad General	3	Administración General	
Percepción y Comunicación (antes Sensación y Percepción)	4	Psicología del Lenguaje y la Comunicación	
Investigación en Psicología (antes Investigación en la Psicología, Software Psicológico)	4	Técnicas de Observación y Entrevista Psicológica, Pensamiento Crítico.	
	24		

ANEXO 7: Proyección de Próximos Cursos

ESTUDIANTE:				
CÓDIGO:				
FECHA:				
CICLO	CURSO	CRÉDITOS	DESAPROBADO	RETIRO
2020-1				
TOTAL DE CRÉDITOS		0		
CICLO	CURSO	CRÉDITOS	DESAPROBADO	RETIRO
2020-2				
TOTAL DE CRÉDITOS		0		
CICLO	CURSO	CRÉDITOS	DESAPROBADO	RETIRO
2021-1				
TOTAL DE CRÉDITOS		0		

ANEXO 8: Acta de Compromiso

ACTA DE COMPROMISO

Yo: [REDACTED]....., alumno de la carrera: [REDACTED] mediante el presente documento manifiesto tener conocimiento del reglamento del Programa [REDACTED] [REDACTED] y me comprometo a participar del mismo, siguiendo las pautas establecidas para su completa culminación; respecto a las asistencias, recomendaciones, talleres y demás actividades coordinadas con esta oficina.

Por lo expuesto arriba, reitero mi compromiso.

[REDACTED]
Firma y Huella