



PLANEACIÓN Y APRENDIZAJE PERMANENTE

Lucero Martínez Allende

Instituto Politécnico Nacional, Unidad Profesional Interdisciplinaria de Biotecnología

lumartinez@ipn.mx

<https://orcid.org/0000-0003-3646-0386>

Ana Isabel García Monroy

Instituto Politécnico Nacional, Unidad Profesional Interdisciplinaria de Biotecnología

agarciamo@ipn.mx

<https://orcid.org/0000-0003-4814-6562>

Engelbert Eduardo Linares González

Instituto Politécnico Nacional, Unidad Profesional Interdisciplinaria de Biotecnología

elinaresg@ipn.mx

<https://orcid.org/0000-0002-2924-0118>

Resumen

De acuerdo con diferentes investigadores, la metacognición como estructuramos nuestra forma de aprender, mientras que al llevar a cabo una planeación adecuada entra en la autorregulación son términos diferentes, pero cuando se unen logran un aprendizaje significativo. La autorregulación, al enfocarse en la planeación de los tiempos en la realización de diversas actividades y estrategias prácticas, mientras la metacognición crea una modulación consciente del pensamiento, motivación y conducta, logrando un aprendizaje permanente. Estos investigadores, como Zimmerman (2000, 2002). Alvarado et al. (2014). Marina & Pellicer (2015). Marchand & Gutiérrez (2017). Trías, D. (2017). Y otros más subrayan la importancia de la autorregulación en el éxito académico. Señalando la necesidad de implementar diferentes actividades como estrategias con enfoques metacognitivos. Y continuar con exploraciones de la autorregulación desde diferentes ángulos, incluyendo modelos teóricos, estrategias prácticas y habilidades necesarias para una regulación efectiva en el aprendizaje.

Palabras clave: aprendizaje, autoaprendizaje, cognición, planeación, estrategia.



La metacognición y la autorregulación son términos diferentes; recordemos que la autorregulación, al enfocarse en la planeación de los tiempos en la realización de diversas actividades y estrategias prácticas, los lleva a alcanzar las metas que se proponen lograr los estudiantes durante el curso. Mientras que la metacognición fomenta los pensamientos mentales, logrando un aprendizaje permanente, promoviendo una actitud activa de los estudiantes ante el desarrollo de su aprendizaje en el contexto educativo.

Los investigadores que citamos proporcionan una base sólida para continuar con exploraciones de la autorregulación desde diferentes ángulos, incluyendo modelos teóricos, estrategias prácticas y habilidades necesarias para una regulación efectiva en el aprendizaje.

De acuerdo con Núñez, González-Pineda, Rosario y Solano (2006). Destacan la importancia de la planificación y el control consciente del propio aprendizaje del estudiante, enfatizando la necesidad de establecer objetivos claros y estrategias para cumplir con lo establecido por ellos mismos.

Alvarado, I. R., Vega, Z., Cepeda, M. L. y Del Bosque, A. E. (2014, 137-148). Subrayan la importancia de la autorregulación en el éxito académico y en el ajuste a diferentes medios educativos, proponiendo estrategias prácticas para mejorar la autorregulación, al implementar diversas en situaciones que se enfrentan y realizando variaciones en la forma de pensar y modificación de su aptitud.

Al implementar estrategias de estudio, fomenta la autorregulación y así evita estar en una situación de rezago escolar.

Areiza, R., & Henao, L. (2000). Determina que la metacognición es fundamental para el

aprendizaje efectivo, ya que permite a los estudiantes ser conscientes y gestionar sus propios procesos de aprendizaje.

Al regular y controlar las actividades que realiza durante el curso, el estudiante incluye la planificación, el control del proceso de resultados.

Dawson & Guare (2010). Abordan a la autorregulación como habilidades que ayudan a controlar el comportamiento y seguimiento de un camino efectivo para alcanzar objetivos. Ya que la autorregulación es fundamental para la gestión del comportamiento y la superación de desafíos en el proceso educativo. En sus investigaciones destacan las habilidades prácticas necesarias para la regulación efectiva del comportamiento en contextos educativos.

Marchand & Gutiérrez (2017 87-106). Señalan la necesidad de implementar diferentes actividades como estrategias con enfoques meta-cognitivos sembrando la autorregulación y el control cognitivo para un aprendizaje efectivo de cada estudiante, y las relaciones entre el apoyo del docente y las creencias subjetivas sobre el valor de la tarea en aspecto de utilidad de lo aprendido como el compromiso que el estudiante tiene durante el curso.

Marina & Pellicer (2015). Destacan que la autorregulación implica habilidades para tomar conciencia de las emociones y formas de pensar, reajustar acciones y construir objetivos.

La autorregulación es esencial para la regulación del comportamiento y la toma de decisiones inteligentes en el aprendizaje y la metacognición.

Han abordado cómo la autorregulación implica habilidades para tomar conciencia de las emociones y ajustar las acciones en función de los objetivos, destacando la importancia de



la regulación del comportamiento y la toma de decisiones inteligentes

Trías, D. (2017). Resalta cómo los enfoques de autorregulación son especialmente relevantes en contextos educativos, de diferentes niveles, donde la interacción entre el estudiante y el entorno juega un papel crucial.

Donde se debe distinguir entre enfoques metacognitivos, que se centran en procesos mentales, y enfoques de autorregulación, que destacan la interacción entre el ambiente y el individuo.

Wang & Eccles (2013 12-23). Determina la importancia de conectar el aprendizaje con los intereses personales para mejorar el compromiso y la motivación de los estudiantes.

Esto fomenta un mayor compromiso cognitivo, aunque no siempre se traduce en un mayor compromiso conductual.

Winne (2011). Ha enfatizado que la autorregulación es esencial para el aprendizaje, dado que los estudiantes regulan sus actividades y comportamientos para alcanzar metas a pesar de su capacidad de procesamiento de información.

La autorregulación ayuda a los estudiantes a manejar sus capacidades cognitivas y a alcanzar sus metas de aprendizaje.

Mientras que el enfoque en la regulación cognitiva, los estudiantes manejan sus capacidades cognitivas para lograr sus objetivos educativos, destacando la importancia de la regulación de la actividad cognitiva.

Zimmerman (2000, 2002, 84-70). Marca la importancia de la planificación, el monitoreo, el control y la autoevaluación en la mejora del desempeño académico y el aprendizaje autónomo.

Al definir la autorregulación como pensamientos, sentimientos y conductas autogenerados de los procesos cognitivos, metacognitivos, afectivos y conductuales implicados en la autorregulación, que se planifican y adaptan sistemáticamente para alcanzar metas personales. Cómo convertirse en un alumno autorregulado.

Definiendo a la autorregulación como la capacidad de los estudiantes para generar, planificar, monitorear y adaptar sus pensamientos, sentimientos y comportamientos para alcanzar metas personales.

Mientras otros tenían dificultades para comprender y retener información y fue una definición inclusiva de SRL como el grado en el que los estudiantes son participantes meta-cognitiva, motivacional y conductualmente activos en su propio proceso de aprendizaje.

Al establecimiento de objetivos, como la especificidad, la proximidad en el tiempo, la dificultad o el desafío.

Conclusión

El campo de la metacognición y la autorregulación proporciona definiciones, modelos y estrategias que ilustran cómo los estudiantes pueden gestionar y controlar su propio aprendizaje.

La combinación de enfoques metacognitivos y estrategias de autorregulación permite una comprensión más completa de cómo los estudiantes pueden mejorar su rendimiento académico y su capacidad para aprender de manera autónoma.

Una aplicación de la autorregulación es la realización de un proyecto, recordemos que



este se desarrolla en diferentes etapas, donde en cada una se revisan conceptos y aplicaciones que fomentan la metacognición al encontrar una aplicación práctica del proyecto.

Las investigaciones en estas áreas siguen siendo cruciales para desarrollar prácticas educativas efectivas y apoyar el éxito académico de los estudiantes.

Los autores que han investigado más extensamente sobre la autorregulación son:

1. Zimmerman: Es el autor más influyente en el estudio de la autorregulación, debido a su extenso trabajo sobre los modelos y procesos relacionados con la autorregulación del aprendizaje.

2. Winne: Ha hecho contribuciones significativas al comprender la regulación cognitiva y la capacidad de procesamiento en el contexto del aprendizaje autorregulado.

3. Alvarado et al. Marina y Pellicer: Ofrecen perspectivas adicionales sobre cómo se puede mejorar la autorregulación mediante la modulación de la motivación y la conciencia emocional.

4. Dawson y Guare: Ellos aportan una visión centrada en las habilidades prácticas necesarias para la regulación del comportamiento.

Estas investigaciones proporcionan una base sólida para seguir indagando más sobre la metacognición y la autorregulación desde diferentes ángulos, incluyendo modelos teóricos, estrategias prácticas y

habilidades necesarias para una forma de pensar y regular su aprendizaje en forma efectiva.

Referencias

Areiza, R., & Henao, L. (2000). Meta-cognición y estrategias lectoras. *Revista de Ciencias Humanas. UTP. Colombia*.

Alvarado Guerrero, I. R., Vega Valero, Z., Cepeda Islas, M. L., & Del Bosque Fuentes, A. E. (2014). Comparación de estrategias de estudio y autorregulación en universitarios. *Revista electrónica de investigación educativa*, 16(1), 137-148.

Dawson, P., & Guare, R. (2010). The Guilford practical intervention in the schools series. *Executive skills in children and adolescents: A practical guide to*.

Marchand, GC, y Gutiérrez, AP (2017). Procesos que involucran el apoyo instructivo percibido, el valor de la tarea y el compromiso en la educación de posgrado. *The Journal of Experimental Education*, 85 (1), 87-106.

Marina, J. A., & Pellicer, C. (2015). *La inteligencia que aprende*. Madrid: Santillana.

Núñez, J., González-Pineda, J., Rosario, P., & Solano, P. (2006). Autorregulación del aprendizaje: un nuevo desafío del estudiante de enseñanza superior. *Online-Consejo General de la Psicología de España*.

Trías, D. (2017). *Autorregulación en el aprendizaje, análisis de su desarrollo en distintos contextos socioeducativos* (Universidad Autónoma de Madrid).

Wang, MT y Eccles, JS (2013). Contexto escolar, motivación de logro y compromiso académico: un estudio longitudinal del compromiso escolar utilizando una perspectiva multidimensional. *Aprendizaje e instrucción*, 28, 12-23.



Winne, PH, Zhou, M., y Egan, R. (2011). Diseño de evaluaciones del aprendizaje autorregulado. *Evaluación de habilidades de pensamiento de orden superior*, 89-118.

Zimmerman, BJ y Schunk, DH (2012). Motivación: una dimensión esencial del aprendizaje autorregulado. En *Motivación y aprendizaje autorregulado* (pp. 1-30). Routledge.

Zimmerman, BJ (2013). Del modelado cognitivo a la autorregulación: una trayectoria profesional cognitiva social. *Psicólogo educativo*, 48 (3), 135-147.