

Promoviendo la motivación en la tutoría en línea: la autorregulación como herramienta potenciadora.

Este ensayo tiene un propósito muy claro: proponer la autorregulación como elemento esencial en la promoción de la motivación del tutorado del Servicio Nacional de Bachillerato en Línea. Hay una buena cantidad de teorías sobre la motivación, y hay una buena cantidad de teorías sobre la autorregulación. Así, lo que busco aquí es un enfoque práctico que busca unir estos dos elementos para alcanzar la motivación del alumno en su proceso, a través de la autorregulación. El ensayo consta de 3 partes, en la primera hablo sobre la motivación y la autorregulación, en la segunda explico mi propuesta y, finalmente, en la cuarta parte presento las conclusiones.

Sobre la motivación y la autorregulación

Para poder abordar la parte analítica del ensayo, es importante comenzar con una parte descriptiva. Aquí abordaré de manera general las ideas relativas a la motivación y a la autorregulación que permitan al lector comprender el escenario planteado más adelante.

Aldana y Flores (2009, p. 20) citan a Pintrich y Schunk (2002), quienes plantean que la motivación es “el conjunto de procesos internos por los que la actividad es dirigida hacia el logro de metas. En ésta definición se considera que la motivación es un proceso interno, psicológico, no se puede observar directamente, por tanto para inferir la motivación de una persona necesitamos de ciertos indicadores conductuales como son el esfuerzo, la persistencia y la elección de las actividades de aprendizaje”. De esta aseveración es fundamental rescatar la noción de indicadores conductuales, sobre todo la elección de actividades de aprendizaje. Si bien el estudiante debe atender a todas las actividades presentadas en el programa de estudios, es más probable que tenga éxito en aquellas que resulten de interés para él.

Según Flores Macías, “la motivación sienta las bases para involucrarse en un proceso de autorregulación. Ocurre cuando los alumnos analizan el programa de la asignatura, el contenido de la clase, el tema central de una tarea, etc. y establecen propósitos a alcanzar y creencias motivacionales respecto a su aprendizaje en dicha asignatura” (2008, p. 13). Así, para abordar el tema de la autorregulación resulta práctico describir al alumno autorregulado.

De acuerdo con Flores Macías, el estudiante autorregulado: planifica y optimiza su tiempo, tiene creencias positivas acerca de sus habilidades para aprender, emplea

eficientemente recursos sociales, se enfoca en afectos positivos, valora la actividad de aprendizaje y anticipa sus resultados, planea metas para su ejecución, es capaz de atender y concentrarse durante las sesiones virtuales, emplea estrategias efectivas para asimilar, organizar y recuperar la información, establece un ambiente propicio para el aprendizaje y atribuye sus éxitos y fracasos a situaciones bajo su control.

Si bien parece una lista exhaustiva y compleja, hay que mencionar que muchas de estas características se desarrollan como consecuencia de las otras. Eso es lo que hace a la motivación y la autorregulación elementos inseparables: son elementos interdependientes.

¿Por qué la autorregulación es esencial para la motivación?

Para iniciar un proceso de autorregulación, primero es necesario identificar la propia motivación. Y una vez inmersos en un ciclo de autorregulación, la motivación resulta promovida al cumplir objetivos. Así, estos dos elementos conforman un ciclo donde se vuelven interdependientes: se requiere motivación para lograr la autorregulación, y lograr autorregularse promueve la motivación.

Si esto es tan claro, entonces, ¿qué hace falta decir? Aquí es donde radica la propuesta de mi ensayo. La RAE define ciclo como un “conjunto de una serie de fenómenos u operaciones que se repiten ordenadamente”. En esa definición podemos enmarcar el ciclo motivación-autorregulación. Sin embargo, falta aclarar, ¿cómo iniciamos ese ciclo?

Siguiendo las ideas de Aldana y Flores, la motivación es influida por variables de índole intrapersonal e interpersonal, es decir, en la motivación impactan las percepciones propias y las demás, así como el juicio que una persona tiene sobre sus mismas capacidades para lograr un objetivo (2009, p. 20). Así, puede inferirse que es uno mismo quien puede identificar sus propias fortalezas y áreas de oportunidad ante una meta específica. Si bien la retroalimentación de los demás ayuda, esta identificación comienza desde la persona misma.

En el argumento anterior se basa la propuesta para iniciar el ciclo motivación-autorregulación: una plantilla en la que los estudiantes establecen metas específicas, identifican las fortalezas para lograr esa meta y comienzan un proceso de ejecución y autoevaluación. La idea es que el estudiante tenga acceso a un elemento concreto, tangible, para iniciar el ciclo con ayuda de la comunidad de aprendizaje. En la imagen 1 se muestra un ejemplo.

Ejemplo

Situación: "He recibido retroalimentaciones en las que se me informa que mis participaciones en el foro de clase no son adecuadas y eso está afectando mis calificaciones".

Etapa	¿Qué debo hacer?
1. Identificar metas específicas.	Mejorar mis participaciones en el foro de clase.
2. Identificar fortalezas.	Me gusta leer, así que puedo pasar un buen rato buscando información sobre el tema. Además tengo buena capacidad de síntesis.
3. Empezar acciones concretas.	No participaré en el foro hasta que haya revisado instrucciones, rúbrica y diversas fuentes.
4. Revisar avances.	Me aseguraré de que mi participación esté completa y entraré al foro al menos 4 veces a la semana.
5. Autoevaluar.	Compararé mis antiguas participaciones con las nuevas y reflexionaré sobre las diferencias. En función de eso podré plantear nuevas metas específicas.

Puedes usar este ejemplo para llenar tu plantilla y comenzar con tu proceso.

Recuerda establecer metas concretas y realistas. Entre más sencillo, mejor.

Imagen 1. Ejemplo de plantilla de autorregulación.

Así, como puede verse en el ejemplo, la plantilla resulta en un elemento accesible y amigable para el estudiante, que fungirá como base para la identificación de sus propias fortalezas y el diseño de líneas de acción. El tutor intervendrá como moderador, dando retroalimentación al estudiante acerca de su plantilla y supervisando la ejecución y revisión de avances.

La fortaleza de esta plantilla radica en el hecho de que no se trata de instrucciones impositivas o de estrategias diseñadas para atender a un público amplio, convirtiéndose en una indicación general que puede o no ajustarse al contexto del alumno. Se trata más bien, de una herramienta flexible que parte de las motivaciones del alumno, es decir, los puntos 2, 3, 4 y 5 se desprenden del punto 1, y es el alumno quien determina el punto 1, porque es quien logrará identificar sus áreas de oportunidad junto a la comunidad de aprendizaje.

Esta plantilla de autorregulación es sólo un ejemplo de una herramienta que logra iniciar el ciclo motivación-autorregulación contemplando de manera efectiva los dos elementos. La invitación es entonces, a la construcción de nuevas herramientas y diseño de estrategias que permitan al alumno aprehender el proceso desde el inicio, respetando sus motivaciones y sus ritmos.

Conclusiones

Para finalizar, quiero presentar un argumento sobre la importancia de no abordar la motivación y la autorregulación de forma separada, a partir de la teoría del valor de Atkinson (Aldana y Flores, 2009, p. 22). Él dice:

“El valor intrínseco consiste en el deseo de involucrarse en una actividad por el interés que la propia actividad genera, por ejemplo, estudiar biología por el interés de saber más acerca de los organismos vivos...El valor extrínseco, por el contrario, consiste en el deseo de involucrarse en una actividad por las compensaciones sociales, simbólicas, materiales y privilegios especiales. Por ejemplo, estudiar matemáticas para que me regalen los tenis que me gustan”

Así, la motivación y la autorregulación pueden tener una correspondencia con cada uno de los valores y luego convertirlos en ciclo. La motivación estaría estrechamente relacionada con el valor intrínseco, pues implica interés como fin, mientras que la autorregulación se correspondería con el valor extrínseco, pues un estudiante no simplemente decide autorregularse, debe ser educado en el tema para que tome consciencia del mismo. Así, la autorregulación comienza como un medio.¹

Tenemos entonces a la autorregulación como medio para alcanzar la motivación, que sería un fin. Y un alumno motivado, está en condiciones de ser un alumno autorregulado, comenzado así el ciclo motivación-autorregulación.

¹ Es importante aclarar que esta correspondencia no implica un estado definitivo, que limita funciones. Se hace a manera de ejercicio reflexivo para comprender la interdependencia de los dos elementos en un ciclo.

Referencias bibliográficas

Aldana, M., Flores, R. **(2009)**. Promoviendo la motivación en estudiantes con problemas de aprendizaje. Una propuesta de solución de problemas. Documento inédito, Programa Alcanzando el éxito en secundaria, Facultad de Psicología UNAM.

Flores Macías, R. **(2008)**. La promoción de la autorregulación académica en el aula: Manual para docentes de secundaria. Documento inédito, Programa Alcanzando el éxito en secundaria, Facultad de Psicología UNAM.