

## **MATERIAL BASE 1: “El ingreso universitario: emociones, expectativas y construcción del rol estudiantil”**

El ingreso a la universidad constituye una transición compleja que involucra dimensiones cognitivas, emocionales, sociales e identitarias. No se trata únicamente de comenzar una carrera, sino de asumir un nuevo rol dentro de una cultura académica con normas, lenguajes, exigencias y dinámicas propias.

Tal como se presenta en el estudio de caso de Tomás y Sofía, el inicio universitario está atravesado por emociones ambivalentes: entusiasmo y miedo, ilusión e incertidumbre, expectativa y presión. Estas experiencias no son excepcionales, sino características del proceso de transición.

Este material tiene como propósito brindar un marco conceptual que permita comprender dichas experiencias, legitimarlas y ofrecer herramientas para afrontarlas de manera consciente y responsable.



### **1. La transición hacia la universidad: un cambio de etapa**

El paso del nivel secundario al universitario implica un proceso de adaptación progresiva. Para algunos estudiantes, la transición es inmediata; para otros, como en el caso de quienes retoman estudios luego de varios años, supone un reencuentro con dinámicas académicas que pueden generar inseguridad.

Desde una perspectiva constructivista, el aprendizaje implica reestructuración cognitiva. Jean Piaget (1978) sostiene que todo aprendizaje

genuino requiere un desequilibrio previo que moviliza nuevas estructuras de pensamiento. En este sentido, la incomodidad inicial no es un signo de incapacidad, sino parte del proceso de desarrollo.

Por su parte, Vincent Tinto (1993) plantea que la permanencia en la educación superior depende en gran medida del nivel de integración académica y social que logre el estudiante durante el primer año. Cuando el estudiante logra adaptarse a las exigencias y construir vínculos significativos, aumenta su compromiso institucional y disminuye el riesgo de abandono.

La transición, entonces, no es solo académica, sino también relacional e identitaria.

## **2. Emociones en el ingreso: ansiedad, expectativas y miedo al fracaso**

Las emociones que experimentan Tomás y Sofía —ansiedad, temor, presión, ilusión— forman parte de lo que la literatura denomina proceso de ajuste académico.

Albert Bandura (1997) introduce el concepto de autoeficacia, entendida como la creencia en la propia capacidad para organizar y ejecutar acciones necesarias para alcanzar determinados objetivos. Cuando la autoeficacia es baja, la ansiedad tiende a aumentar; cuando se fortalece, mejora la persistencia ante las dificultades.

Carol Dweck (2006) aporta la noción de mentalidad de crecimiento, afirmando que las habilidades no son fijas, sino que pueden desarrollarse mediante esfuerzo y estrategias adecuadas. Esta perspectiva resulta clave para estudiantes que temen “no dar la talla” o fracasar.

Asimismo, desde la psicología positiva, Seligman (2011) sostiene que el optimismo realista y la capacidad de resiliencia permiten afrontar situaciones nuevas sin paralizarse ante el error.



Reconocer las emociones no implica dejarse dominar por ellas, sino comprenderlas como parte del proceso de adaptación.

## **3. Construcción del rol de estudiante universitario**

Ser estudiante universitario no significa únicamente asistir a clases. Implica, organizar el tiempo con autonomía, leer y comprender textos académicos complejos, participar activamente asumiendo responsabilidad sobre el propio aprendizaje y pidiendo ayuda cuando sea necesario.

Lev Vygotsky (1979) sostiene que el aprendizaje se construye en interacción social. Los docentes, tutores y compañeros cumplen una función mediadora dentro de la Zona de Desarrollo Próximo, favoreciendo el pasaje hacia niveles superiores de comprensión.

Paulo Freire (2005) entiende la educación como práctica de libertad, donde el estudiante se asume sujeto activo y responsable de su formación. Desde esta perspectiva, el ingreso universitario implica una toma de conciencia sobre el propio proceso formativo.

Carl Rogers (1983), desde la psicología humanista, destaca que el aprendizaje profundo ocurre en contextos donde el estudiante se siente valorado, comprendido y acompañado. La calidez institucional favorece la confianza académica.

#### **4. Expectativas y creencias sobre “ser universitario”**

Muchos ingresantes construyen ideas previas acerca de lo que significa “ser universitario”: *exigencia extrema, competencia constante, independencia absoluta o perfección académica.*

Sin embargo, estas representaciones pueden generar presión innecesaria si no se revisan críticamente.

Desde la teoría del involucramiento estudiantil, Astin (1984) señala que el aprendizaje universitario no depende solo de la capacidad intelectual, sino del nivel de participación activa que el estudiante despliega en su proceso formativo.

El ingreso, entonces, no se sostiene en el talento innato, sino en la constancia, la organización y el compromiso progresivo.

#### **5. Estrategias para afrontar el ingreso**

A partir del marco teórico desarrollado, se pueden identificar algunas herramientas fundamentales, que como tu profe me gustaría resaltar y destacar:



- Fortalecer la autoeficacia mediante metas pequeñas y alcanzables.
- Adoptar una mentalidad de crecimiento frente a los errores.
- Organizar tiempos de estudio.
- Construir redes de apoyo.
- Utilizar tutorías y espacios de acompañamiento.
- Participar activamente en la vida institucional.

El ingreso universitario no es una prueba de perfección, sino un proceso de construcción.

Tomás y Sofía representan experiencias posibles en el inicio universitario. Sus emociones no los definen ni determinan su futuro académico. Lo que marcará la diferencia será la forma en que enfrenten el proceso.

Todos los comienzos son complejos. La pregunta central no es si aparecerán dificultades, sino cómo se responderá ante ellas.

Asumir el rol de estudiante universitario implica reconocer emociones, organizar estrategias y comprometerse con el propio aprendizaje.

.....

### Referencias bibliográficas

Astin, A. W. (1984). Student involvement: A developmental theory for higher education. *Journal of College Student Personnel*, 25(4), 297–308.

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. Freeman.

Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The new psychology of success*. Random House.

Freire, P. (2005). *Pedagogía de la autonomía: Saberes necesarios para la práctica educativa*. Siglo XXI Editores.

Piaget, J. (1978). *La psicología de la inteligencia*. Crítica.

Rogers, C. (1983). *Libertad y creatividad en la educación*. Paidós.

Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.

Tinto, V. (1993). *Leaving college: Rethinking the causes and cures of student attrition* (2nd ed.). University of Chicago Press.

Vygotsky, L. S. (1979). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Grijalbo.