# METACOGNICIÓN Y ORIENTACIÓN: ¿POR QUÉ EL ORIENTADOR REQUIERE DE LA METACOGNICIÓN EN SU LABOR?

**Autores: Yacaly Andreina Rojas Zerpa**

**Bertha Elisa Méndez**

**Freddy Molina**

## RESUMEN

El rol del orientador ha tomado un protagonismo cada vez mayor, producto de las situaciones sociales que se observan en la actualidad, que han generado una serie de contextos que afectan a las personas, conllevando a que exista poco control emocional, se direccionen pensamientos negativos en cada instante y no se cuenten con las habilidades para dar soluciones positivas a las diversas circunstancias donde el sujeto tiene que enfrentar; en la vida diaria. En este sentido, el orientador ha tenido más intervenciones en su accionar en función de brindar herramientas que permitan a las personas aprender a aprender, desarrollar destrezas para canalizar adecuadamente sus procesos. En atención a lo anterior, el presente artículo tiene como objetivo relacionar la metacognición y su influencia en el proceso de la orientación, determinando las experiencias metacognitivas hacia el desarrollo de prácticas orientadoras efectivas, fortaleciendo de esta manera, los aprendizajes significativos en el contexto educativo; a partir de una revisión documental exhaustiva que brinden aportes relevantes para la utilización de la metacognición en el campo de la orientación.

Descriptores: Metacognición, orientación, rol del orientador, fortalecimiento de prácticas orientadoras, intervenciones positivas.

## ABSTRACT: METACOGNITION AND ORIENTATION: WHY DOES THE COUNSELOR REQUIRE METACOGNITION IN HIS WORK?

At present, the role of the counselor has taken an increasing leading role, product to the social and individual dynamics that have generated a series of situations that affect people, leading to little emotional control, directing negative thoughts at every moment and not having the skills to give positive solutions to the various situations that the subject has to face; in daily life. The above leads to the development of problems that affect the individual and their interaction with the environment. In correspondence to this, this article addresses

metacognition and orientation, analyzing the approach of the role that the counselor must execute to use metacognitive skills for the development of effective guiding practices, where the oriented evaluates the capacity he has to infer mental states, to recognize his emotions, to use intersubjectivity, and above all, validate or not the beliefs, promoting the development of positive skills that affect their social and collective well-being.

Keywords: Metacognition, orientation, role of the counselor, strengthening guidance practices and positive interventions.

## INTRODUCCIÓN

La metacognición es un tema que ha alcanzado gran importancia en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Tiene un origen reciente, enfocado en la articulación eficiente de lo que se aprende. En efecto, se orienta al desarrollo de procesos dirigidos hacia el aprender a pensar, el aprender a aprender, pero, además, enfocado en habilidades del pensamiento que propician el abordaje de elementos para no caer en errores, sino en la utilización adecuada de los conocimientos previos para la construcción de conocimientos nuevos y que los mismos sean eficientes y, por ende, significativo.

En virtud de ello, la metacognición es un proceso interno de la persona, que tiene la habilidad para asumir conocimiento sobre sus propios elementos cognitivos que influyen en el aprender, sumado a factores como el ambiente, la tarea, la motivación y la habilidad para desarrollar dicha tarea. Allí, Flavell (1976, 1979) como pionero de la definición del término, hace énfasis en el prefijo meta (sobre, o más allá, o más arriba), refiriéndose a la capacidad de pensar sobre el pensamiento y de una cognición sobre la cognición (Flavell, 1976; Wellman, 1985), la cual consiste en el monitoreo, regulación y organización de los procesos cognitivos al servicio de una meta. No obstante, tanto Aristóteles, Descartes, Dewey o en James, existía una mención a la importancia de los procesos cognitivos internos como acción que guía el conocimiento y el aprendizaje.

Ciertamente, los estudios sobre el tema reportan muchos hallazgos de relevancia para el conocimiento científico, dando un valor esencial al aprendizaje, porque a través de las habilidades cognitivas y autorregulación de los procesos, se logran alcanzar niveles de aprendizajes más elevados, representando un mecanismo que ha permitido la transformación de las dinámicas de enseñanza y el aprendizaje, puesto que, brinda la oportunidad de enseñar aplicando otras estrategias poco tradicionales favoreciendo el aprender a aprender, utilizando el pensamiento.

Lo referido anteriormente, da como resultado que las investigaciones realizadas por Brown et al., 1982; Flavell, 1979; Gutierrez et al., 2016; Veenman; Van Hout-Wolters; Afflerbach, 2006, Daros, 1992, Binbasaran Tuysuzoglu; Greene, 2015; National Reading panel, 2000; Veenman, 2008, 2016; Wang; Haertel; Walberg, 1993, Parada, Borda, Díaz, Niño, 2018; tengan el bien de analizar la metacognición, con el

objeto de construir mayor conocimiento sobre lo que ocurre con el área cognitiva y la capacidad de las personas de controlar el proceso cognitivo y las emociones que este origina.

De allí, que los teóricos señalan que la metacognición engloba a tres componentes fundamentales: cognición definida como el proceso mental involucrado en el conocimiento, la comprensión, como el proceso donde se internaliza lo que se está aprendiendo y el aprendizaje, como ese proceso donde se construye un nuevo saber; la metacognición, a menudo definida como "aprender a aprender"; y la motivación conceptualizada como la disposición para comprometer nuestras habilidades metacognitivas y cognitivas. Respecto a ello, confluyen varios aspectos que potencian el aprender, tomando como referencia, que a través del desarrollo de habilidades metacognitivas, se puede adquirir consciencia de la información a procesar, estar atentos a todo el procedimiento que se requiere para lograr dicho aprendizaje y evaluar la productividad de lo aprendido.

Lo expuesto, conlleva al tratamiento del presente artículo que tiene como objetivo explicar la relación entre la metacognición y la orientación como puentes que fortalecen el rol de orientador en su accionar diario, debido a que el orientador requiere de la cognición en su labor. Esto se sugiere abordarlo como un tema de relevancia en el proceso educativo, porque es una habilidad que favorece el aprendizaje, y en la medida que el orientador logre utilizarlo adecuadamente, entonces, tendrá mejor disponibilidad para potenciarlo en los orientados. Es decir, ayudará a maximizar capacidades y aptitudes necesarias para desarrollar habilidades del pensamiento como: memorizar, comprender, analizar, sintetizar, aplicar y crear nuevos aprendizajes significativos; así como también, solucionar problemas y tomar decisiones acertadas. De esta manera, este nuevo aprendizaje permitirá el afloramiento de pensadores prácticos, seguros y eficaces, respondiendo a las exigencias de la sociedad globalizada.

Una aproximación conceptual a la metacognición para la orientación

En lo últimos años se ha visto la relevancia de los aprendizajes, con el especial énfasis que el estudiante sea el protagonista de dicho proceso a través del uso de reflexiones y la autodirección, orientado al aprender a aprender, donde logre la adquisición de

conocimientos significativos encaminados a enfrentar los desafíos presentes en la vida cotidiana. Esto ha permitido el desarrollo de estudios a favor de la metacognición, en la manera de comprender cómo incide en las instrucciones, en las habilidades de pensamiento y cómo afecta tanto positiva como negativamente en los estudios.

En efecto, esta es una necesidad que aún persiste en las instituciones educativas. De allí, el desarrollo de transformaciones donde el centro del aprendizaje sea el estudiante, dependiendo de su interés, hacia él se direcciona las acciones pedagógicas. Todo ello en función, de lograr una visión diferente de la enseñanza, en la que se minimice la labor del docente donde se le asumía el responsable de las decisiones, decidía lo que el estudiante debía aprender y el centro del aula era él.

Esta situación antes reflejada, conllevó a entender lo errado de esta visión, debido a que excluía o no consideraba la visión del estudiante, su necesidad de aprender, para establecer las estrategias apropiadas que logren dar respuesta a sus motivaciones. De allí, el ser humano, tiene la capacidad de establecer los mecanismos para la autorregulación de sus aprendizajes. Dicho de otro modo, la capacidad de regular su interioridad, su cognición y su aprendizaje. Es decir, que puede corregir situaciones que afectan negativamente el aprendizaje o al contrario, utilice adecuadamente elementos para optimizar los aprendizajes, donde sean eficientes y tengan significatividad.

En concordancia con ello, Flavell (1976) establece el término metacognición indicando que la persona realiza un monitoreo activo, a través del cual supervisa constantemente lo que aprende en función de alcanzar determinadas metas. Además, en este proceso interviene la planificación del deseo a aprender; el monitoreo para visualizar si el aprendizaje está siendo asimilado, si hay interferencia, si se está consolidando; el control que analiza el contexto y en función de tomar algún correctivo o sencillamente, se evalúa en pro de establecer cambios en casos de no se lograr el objetivo determinado al momento de estudiar.

Igualmente, Flavell nos indica que la metacognición es un proceso intencional, consciente y va dirigido al logro de aprendizajes eficientes. De acuerdo a lo señalado, el mismo resulta de gran relevancia para la adquisición de conocimientos en la persona, para el cambio de tareas

comportamentales en favor de consolidar actitudes positivas, porque si el proceso cognitivo se da existe mayor probabilidad de obtener bienestar al igual, satisfacción por lo que se está haciendo. Es decir, que eleva la motivación y esto incide en el despertar de un interés cada vez mayor hacia el conocimiento, que va ir incremento la maximización de habilidades para el aprender a aprender.

Al respecto Rojas, (2017) indica lo siguiente:

Es el conocimiento y regulación al control consciente y deliberado de la actividad cognoscitiva, de naturaleza humana. De allí, que la metacognición es una forma de aprendizaje que busca en los estudiantes el "aprender a aprender" formando en ellos la autoconciencia y autorregulación, a través de estrategias metacognitiva teórico-prácticas; asimismo incorpora en los procesos psicopedagógicos que potencian la comprensión del conocimiento. En ella, se ejecuta un control voluntario y una mayor conciencia, que ayudará a controlar conocimientos cognitivos más simples, a conocer y regular los propios conceptos y aprender a comprender; además, es un proceso reflexivo que está orientado, a determinar la efectividad del aprendizaje, que nos ayudará a conocer cual proceso de aprendizaje da resultado y cual no (p.34)

La autora detalla que la metacognición es de naturaleza humana, tiene un símil con la teoría de la mente por la capacidad de inferir estados mentales, logrando en la persona la identificación de los mismos en otros y los utilice en la interacción constante consigo mismo asi como el entorno; de allí, su atractividad, donde el ideal es aprender a aprender, tiene una relación directa con lo que deseamos conocer. Dicho de otra manera, nos aporta la capacidad de regular los procesos cognitivos, de verificar la efectividad en el aprendizaje y del uso de estrategias para fortalecer el desarrollo de aprendizajes significativos, con utilidad y con visión de transformación.

Es preciso mencionar, Glasser (1994), Flavell (1976) y Carretero (2001), determinan que la metacognición debe ser abordada desde dos aspectos básicos: el primero, se refiere a la persona en cuanto a los conocimientos que tiene y construye cognitivamente; es decir, lo analiza, lo interioriza, lo deja almacenado en función de ser utilizado cuando sea requerido. En segundo lugar, la supervisión y regulación de los

métodos intervinientes en la actividad cognitiva cuando se pretende lograr una meta; quedando reflejado allí, en función de que la persona protagonista del aprendizaje tiene la capacidad de ejercer una autorregulación de las condiciones, elementos y situaciones para favorecer su aprendizaje.

En esencia, se puede establecer un modelo formal determinado por Flavell (1979) abordando los conocimientos metacognitivos, las experiencias metacognitivas, las tareas u objetivos y estrategias o actividades. En cuanto, a los conocimientos metacognitivos refiriendo tanto las creencias como los conocimientos adquiridos, son usados para el logro de aprendizaje; allí interviene las variables de personas, refiriendo los conocimientos previos que se tienen en pro de los aprendizajes. Además, la variable tarea, representada como la guía la cual direcciona el manejo de una actividad en particular; igualmente, la variable de estrategias de conocimiento donde se hace la identificación de objetivos y submetas, se seleccionan apropiadamente los procesos cognitivos conllevando al desarrollo de nuevos conocimientos.

Entre tanto, las experiencias metacognitivas van encaminadas a proporcionar la retroalimentación interna. Pueden ser largas o fugaces y las tareas nuevas, mucha de ellas con alto grado de complicación tienden a generar una mayor interacción experiencial, aplicando un evento más complejo destinado a utilizar los recursos almacenados en la mente, tales como: los recuerdos o experiencias para dar solución a la problemática planteada. Lo que implica, estas experiencias cognitivas favorecen el desarrollo de nuevos saberes, donde la persona hace uso de toda su interioridad, de sus aprendizajes previos con el objeto de dar respuesta a determinados situaciones generando asi un nuevo conocimiento, sobre todo, la motivación para aprender, contribuyendo de esta manera, a tener mayor habilidad cognitiva para enfrentar nuevas circunstancias a conocer.

Se puede afirmar, el papel de las tareas representa los resultados u objetivos deseados, donde existe el registro de hecho en la memoria, propiciando el logro de objetivos, tiene una relación directa con la experiencia, debido a que ese nuevo aprendizaje representa una nueva experiencia útil en un momento determinado. Asimismo, las estrategias metacognitivas, son diseñadas por la persona para monitorear el progreso cognitivo,

aportando la capacidad de controlar el desarrollo de las actividades, implementado una serie de acciones en favor de evaluar la comprensión de los nuevos conocimientos, tales como la formulación de preguntas.

Lo expuesto determina que la metacognición, se direcciona a la aplicación de estrategias de autoconocimiento, para aprender a conocerse a sí mismo, a tener clara la tarea a cumplir y a efectuar un seguimiento constante con el fin de evaluar la efectividad del aprendizaje. Conllevando al conocimiento de uno acerca de los propios productos cognitivos. Situación que implica el conocimiento de que sabe, de que aprecia lo aprendido, lo utiliza en el desarrollo de acciones a favor de su crecimiento personal y de excelente rendimiento.

En referencia a ello, Daros (1992) aborda la metacognición desde un sentido reflexivo, indica que el aprendizaje inicia desde un problema a resolver, con la deficiencia en cuanto a un conocimiento determinado, implicando, en este sentido, el interés por desarrollo un aprendizaje. Asi pues, Daros expresa que "la actividad de aprender se cumple plenamente cuando el sujeto la realiza dominándola, comprendiéndola reflexivamente de modo que el aprender concluye siendo un aprender a aprender" (p.122). Tomando en cuenta, un aprendizaje reflexivo, dirigido a discernir sobre los conceptos, de las experiencias adquiridas y de la diferenciación de las realidades, dando importancia a la necesidad de aprender para realizar transformaciones tanto en lo individual como en la colectividad.

En fin, a través de la metacognición podemos comprender muchos aspectos influyentes en los aprendizajes, incluyendo el control de los autoprocesos para convalidar, rechazar creencias o posturas que conservábamos validas, en el que esos nuevos saberes tienen una relación directa con la modificación de patrones ya establecidos porque cambian modos de pensar, de actuar, de vivir. Por ello, transforman la realidad de la persona, para ser eficiente, efectiva, existiendo un compromiso activo del ser humano que aprende, al aplicar la atención voluntaria o involuntaria para captar algunos aspectos vitales para su aprendizaje y lograr a través del error se modifiquen hipótesis; esto con la intención de propiciar un elevado pensamiento crítico, en el cual exista alta capacidad de inferencia, de interpretación, de argumentación, el reconocimiento

del supuesto básico, de la premisa para así tal como se expresó en el párrafo anterior, transformar tanto la persona como el entorno donde está inmerso.

Influencia de la metacognición en el desarrollo de habilidades positivas del orientado

Tomando como referencia lo expuesto en el apartado anterior, podemos indicar que la metacognición es una capacidad del ser humano para controlar su comportamiento hacia los aprendizajes, donde se sabe que saben, implicando un control en que, si el orientado no está adquiriendo los nuevos conocimientos o no está entendiendo los contenidos, tiene la habilidad de controlar, establecer nuevos patrones en función de ser eficientes y consoliden nuevos patrones actitudinales. En este orden de ideas, es necesario analizar la relación que existe entre algunos elementos para favorecer positivamente el desarrollo de saberes, entre ellos la relación con las competencias lingüísticas, la incidencia con los hábitos de estudio, al igual, con el desarrollo del pensamiento crítico.

Además, la metacognición se relaciona positivamente con las competencias lingüísticas, en el cual la persona asimila con facilidad los conocimientos, le propician facilidad de expresión, de comprenderse a sí mismo y de ser comprendido por los demás, habilidad de comunicación, mayor capacidad de vocabulario, al igual, de redacción como adquisición de habilidades positivas. Lo que representa un factor de gran relevancia, porque a través de la metacognición se puede incidir positivamente en el orientado, observando desde un enfoque más directo los problemas, lo vea con una visión diferente, para él poder comunicarlos y proyectarlos adecuadamente a otras personas, pueda consolidar un contacto más efectivo con la realidad, comprendiendo la necesidad de que sus acciones tienen consecuencias o efectos, por ello, se deben transformar en función de modificar patrones comportamentales que afectan la convivencia en la sociedad.

Entonces, la metacognición es un puente para el desarrollo de la convivencia, la misma tiene una relación con las habilidades lingüísticas, porque permite que los estudiantes sean mejores comunicadores, potencien destrezas para la interacción positiva con el otro, sean colaboradores y cooperativos, amplíen acertadamente su visión sobre la realidad, teniendo la facilidad de

comunicar claramente su afectación. Por ende, la psicología se ha interesado por la metacognición, debido que, la misma aporta mecanismos de reevaluación emocional, esto ayuda a la autorregulación de conductas, porque estamos llenos de mentalidad, dándole una perspectiva transformando nuestra propia realidad; referido por Aristegui et al.; 2005; Mateos 2001; Cardelle-Elawae y San de Acedo 2006; Collazos y Mendoza 2006; Tovar y Gálvez 2008; Chiu y Kuo 2010; Sanabria et al., 2014.

En segundo lugar, tiene relación directa y positiva con la pedagogía, directamente con los hábitos de estudio, donde personas con alta Metacognición tiene un alto nivel de orientación positivo, enfrenta con mayor facilidad la complejidad de los estudios, logran aprendizajes eficientes, desarrollan la capacidad de planificación, comprensión, de síntesis de la información objeto de aprendizaje. Allí la importancia de los hábitos de estudios, porque a través de ellos, los educandos aprenden a planificar el tiempo y a organizar sus acciones a favor de saberes eficientes, donde desarrollen la habilidad de dedicar tiempo a su proceso de conocimiento, al igual, brinden la oportunidad de realizar actividades generadoras de aprendizajes para favorecer su rendimiento en la institución educativa; aspecto que es determinado a través de Oñate 2001; García, Gutierrez y Condemarín 2005; Escribano y del Valle 2008; Zimmerman 2008; Arco y Fernández 2011 y Perellón 2014; partiendo del hecho que la metacognición favorece el desarrollo de hábitos de estudio y por consiguiente, eleva el rendimiento académico.

En tercer lugar, un alto nivel metacognitivo favorece el desarrollo del pensamiento crítico, donde hay una mayor capacidad de reconocer la premisa de determinada situación, identificar tanto los efectos que se generan como las causas que lo ocasiona, un pensamiento de mayor reflexividad tal como lo indica (Daros, 1992). Igualmente, alta capacidad de inferencia, de argumentación y de interpretación para comprender una determinada situación; aunado a ello, si reflexionamos desde la crítica la convertiremos en una fuerza mayor responsable de generar cambios importantes, una opción para facilitar el trabajo escolar en función del reconocimiento del sujeto como agente de cambio social.

En cuarto lugar, potencia el aprendizaje autorregulado, de acuerdo con Zimmerman (2008), se

plantea que cuando se hace uso de la autorregulación se ponen en juego procesos importantes cuando las personas se enfrentan a una tarea cognitiva específica en la que debe pensar qué hacer antes, durante y después de resolverla, lo que implica que quien aprende debe regular, a través de su acción y su reflexión, los procesos que desarrolla para concluir con una tarea o alcanzar una meta precisa. Evidenciando, que existe una relación entre la metacognición y el aprendizaje autorregulado, proporcionado a la persona, un protagonismo para el control automático de su propio proceso, evaluando constantemente para corregir debilidades y potenciar un aprendizaje significativo.

El enfoque metacognitivo en la orientación

La orientación es un proceso integral, es continuo y sistemático que se aplica para la atención de las personas y apoyar a la misma en la identificación de las necesidades, la detección de las potencialidades para guiarlo hacia la consolidación de proyectos de vida, toma de decisiones adecuadas, para el alcance del éxito personal, al igual, la calidad de vida y el desarrollo humano lo largo de toda la vida. Tal como lo han señalado Bisquerra 1996, Bisquerra y Álvarez 1998; Solé, 1998, Vélaz de Medrano 1998; Boza, Salas, Ipland, Aguaded, Fondón, Monescillo y Méndez 2000 y Santana 2003. También, ofrece asesoría, al permitir un mayor contacto con la realidad para la toma de decisiones acertadas con la visión de lograr con eficiencia los éxitos.

Ciertamente, la orientación es una acción dirigida a guiar hacia un objetivo, alcanzando la toma de decisiones más acertada, emplea los recursos necesarios para conseguir la meta. En este orden de ideas, en el área educativa la orientación ha tomado importancia, debido a la necesidad de todos los involucrados en el hecho educativo de recibir el apoyo para alcanzar metas, lograr la calidad educativa, propiciar cambios de actitudes para brindar una atención integral a los estudiantes. Tonucci (2007) plantea que la orientación educativa está orientada a desarrollar la autonomía en las personas, pues su propósito esencial resulta ser el reconocimiento de las habilidades, gustos, capacidades, talentos y anhelos, para así, desarrollarlos al máximo en el ámbito que prefieran.

Por lo tanto, la orientación es vista como una asistencia a la persona para el desarrollo de aprendizajes hacia el desenvolvimiento satisfactorio en el medio donde se despliegue dando alcance el éxito

personal, además, brinda ayuda para adquirir habilidades que le permitan enfrentar sus debilidades; aspecto que fue investigado por Velazco, 2006. Con ello, la persona adopta la responsabilidad de construir su proyecto de vida satisfactorio, para la valoración de su condición y enfrente las responsabilidades que se requiere a nivel personal, familiar, social; señalado por Sánchez, 2019.

Por ende, la orientación es una práctica social dirigida al ser humano tomando en cuenta el ser integral, es decir, todos los aspectos de la personalidad con la visión de centrar sus capacidades y pensamientos relacionados con la vida personal - social (psicosocial o emocional) (Monge, 2009) Del mismo modo, favorece el proceso consistente en motivar que el individuo asuma la responsabilidad de abrirse para lograr mejorar las relaciones con otros. Además, Guzmán (2019) hace énfasis en el "vínculo que se establece entre el orientador y el orientado; siendo la personalidad del orientado un punto importante a considerar en todo el proceso, esto debido a que las aptitudes que posea el orientado forman parte de su personalidad" (p.51). Todo ello, en la idea de lograr que el orientado desarrolle un proceso que optimice sus potencialidades enfocadas a lograr sus propias metas.

En correspondencia con lo expuesto, otro aporte de la orientación está fundamentado en el desarrollo de competencias emocionales, debido a que, las emociones tienen una fuerte influencia en la motivación y ayudan a generar un clima idóneo para el aprendizaje en el contexto aula y en la institución educativa (Bisquerra, 2008). En consecuencia, el aplicar la competencia emocional desde la práctica orientadora brinda un mejoramiento del clima y de las relaciones tanto inter como intrapersonales; incremento de la motivación; fortalecimiento de la confianza; impulso del aprendizaje colaborativo y de la participación; adquisición de estrategias y técnicas para la gestión del conflicto; desarrollo de la responsabilidad social en los educandos, entre otros. Representado, efectos que resultan relevantes al momento de ejercer el asesoramiento, porque su objetivo principal es propiciar cambios que fortalezcan el desarrollo integral del educando, desde una perspectiva de consolidación de objetivos y de una planeación hacia un futuro lleno de posibilidades y oportunidades para el crecimiento personal satisfactorio y de calidad.

A propósito de lo indicado, la orientación tiene un enfoque metacognitivo, porque aporta habilidades para que se reflexione sobre una problemática en particular, ofreciendo herramientas que redundan en el desenvolvimiento de la conciencia, aplicando un proceso autorregulador donde la persona logre evaluar sus accionar, modificando patrones que afectan negativamente al mismo y estableciendo comportamientos positivos, que provee oportunidades para desarrollarse en un ambiente integral, ecológico y positivo. En consecuencia, favorece la prevención de situaciones y esto incide en la transformación de la persona.

De lo anterior, se considera a la metacognición como un proceso que favorece la orientación, debido a que, se aplica a lo largo de toda la vida, permitiendo la transformación de la realidad del orientado, a quien se le asesora en un intento por motivar la aplicación o ejecución de una serie de acciones para la toma de las decisiones adecuadas y pertinentes. Asimismo, la Orientación Educativa se vivencia como un proceso para atender los factores que contribuyen a consolidar la personalidad, así como la adquisición del conocimiento y el desarrollo de habilidades en los educandos, con el fin de vincularlos con su contexto tanto de manera crítica como constructiva. Esto implica, el fortalecimiento de habilidades como el desarrollo de razonamiento para la solución de problemas, la capacidad de trabajo en equipo y estrategias de aprendizaje; de igual forma, ofrece la posibilidad para enfrentar con éxito situaciones complejas para reconocer las necesidades sociales del entorno. Lo expuesto anteriormente, se logra a través de la implementación de la metacognición, como esa capacidad que tiene la persona para ejercer adecuadamente los procesos de aprender a aprender.

Evidentemente, el enfoque metacognitivo en la orientación reviste de un valor de importancia, que el orientador debe utilizar adecuadamente, con el objeto de propiciar que el orientado logre cambios significativos, mediante los cuales logre identificar sus pensamientos, sus intereses para aprender, los problemas que debe enfrentar, la toma de decisiones que de aplicar en cualquier momento de su vida y que representan factores esenciales para vivir bien, en positivo y lleno de oportunidades que le permitan crecer y transformar su

propia realidad tanto individual como colectiva.

Práctica orientadora metacognitiva

De acuerdo con los planteamientos expuestos en cuanto a metacognición y orientación, se puede afirmar que la utilización de estrategias por parte del orientador, puede constituir un elemento de vital importancia para el desarrollo de la orientación, porque el orientador ejerce su acción a partir de reflexiones, de fortalezas y oportunidades que observa, atendiendo sus propios conocimientos y el control metacognitivo estableciendo una conexión con la realidad que desea transformar. Resultando una habilidad relevante al momento de desarrollar el aprender a aprender, en función de monitorear constantemente y autorregular el conocimiento, propiciando la efectividad en los mismos, utilizando las experiencias para afianzar con más detenimiento los nuevos conceptos.

En este orden de ideas, en la práctica orientadora el asesor debe inicialmente reflexionar y ser más consciente de sus propios procesos cognitivos al desarrollar una tarea, planteando estrategias para abordarla y haciendo uso de la autoobservación, el autocontrol y el auto juicio al evaluar y supervisar lo planificado. Lo antes señalado, establece que el orientador posea mayor habilidad para mostrar en su praxis los métodos metacognitivos, estableciendo una relación directa entre la teoría y la práctica, sustentando su quehacer con estrategias metacognitivas para que el orientado potencie su aprendizaje.

Evidentemente, dicho proceso orientador tiene un carácter complejo producto al desarrollo de análisis de los factores que inciden en la situación problemática (estudiantes, familia, comunidad, relaciones sociales), aspectos relevantes para comprender la realidad donde está inmerso el orientado y en función de esto, evaluar los estados mentales, los sistemas de creencias, los pensamientos entre otros dirigido a crear mecanismos o estrategias para contribuir en el orientado la identificación de su escenario desde otra perspectiva. Por consiguiente, el orientador debe contar con una serie de habilidades metacognitivas para ayudar a la integración de la información externa, con el objeto de asumir un panorama real y lograr efectuar su praxis con éxito.

Además, se requiere que el orientador aplique una orientación positiva, cónsona con las necesidades del orientado, para

establecer una metacognición adaptativa tal como la define Lin (2001), que no es más que la adaptación de la persona y el ambiente como una forma de hacer más adecuada la instrucción metacognitiva por parte de quien orienta; lo expuesto por el autor, representa el puente para adecuar el proceso orientador junto al orientado, tomando como referencia lo vivido por el orientado para lograr una adaptación positiva con la realidad. Minimizando la linealidad, priorizando la dialéctica, las relaciones, las conexiones propias del mundo complejo en el que está inmerso, las cuales representan la realidad de su práctica orientadora.

Conviene que, el orientador debe ejercer un rol de experto y modelador con el objeto de guiar al orientado para el uso de herramientas tanto metacognitivas como cognitivas. Dando la oportunidad que el sujeto haga metacognición, reflexione sobre su propio proceso y a través de su autoconocimiento logre entender algunas situaciones para adquirir consciencia en función de ver las cosas desde otra perspectiva, pensando más con positividad, enfrentando la complejidad del entorno, teniendo una relación positiva consigo mismo.

En líneas generales, el orientador debe apropiarse de funciones dirigidas a que la persona logre manejar satisfactoriamente sus propias decisiones, logrando su autonomía emocional y se vuelva más consciente de la realidad que le ha tocado vivir. De allí, la importancia de vivir en el presente, de analizar correctamente sus procesos, de aplicar tanto la auto organización como autorregulación de los aprendizajes, entendiendo su papel protagónico como constructor de su propio éxito o fracaso. Es importante reflejar, el ser humano tiene siempre habilidades metacognitivas, muchas de ellas a veces se dirigen hacia los pensamientos negativos, observando todo de manera gris, oscuro y sin salidas concretas, llevándolo a vivir en la ansiedad o la depresión, por el uso de desarrollo metacognitivo excesivo, pero esto no tiene ningún efecto positivo sobre la persona sino lo llevan a apropiarse de condiciones que afectan sus estados de salud mental.

De acuerdo a lo expuesto, Morales (2020) indica que el orientador debe asumir:

Acciones de asesoramiento que le permitan al ser humano asumir actitudes autónomas, responsables, de exploración guiada, de participación e integración en

actividades de indagación y afrontamiento que cooperen con el desarrollo de competencias para responder al cambio recurrente que experimenta el mundo, y ante el cual se espera que su actuación esté caracterizada por el entusiasmo, la motivación y la innovación como condiciones que, desde la perspectiva humanista y psicológica, son necesarias para la generación de aprendizajes significativos que favorezcan el abordaje crítico, autónomo y comprometido de situaciones semejantes tanto en el entorno educativo como en el contexto social general (p.187)

Esto permite referir, que el orientador debe efectuar un asesoramiento constante dirigido a potenciar las habilidades metacognitivas, que lleven a la reflexión, al análisis de la situación y a la toma de decisiones correcta en función de aportar soluciones efectivas a las problemáticas presentes en el orientado. Conllevando al desarrollo de fortalezas que le proporcionan herramientas para poder controlar sus aprendizaje, poder aplicar el conocimiento y experiencias metacognitivas al desarrollo de nuevos aprendizajes dirigidos al desarrollo de habilidades sociales, que van a fomentar la cooperación, el trabajo en equipo, las relaciones entre pares y sobre todo propiciando un desarrollo integral del orientado, suministrando mayor confianza, autoconcepto, motivación hacia una mejor relación consigo mismo.

Dicho de otra manera, la práctica orientadora debe fortalecer procesos metacognitivos a través de acciones pedagógicas alternativas que impulsen o promuevan la resolución de problemas, el desarrollo de producciones libres, la analogía, los debates, disparadores, el diario autobiográfico, actividades recreativas, reflexiones de casos presentes en la vida diaria, lecturas guiadas de textos, las entrevistas y muchas alternativas más que ayudan al desarrollo emocional, a la comprensión de sí mismo, al autoconocimiento. Con el objeto que el orientado sea el protagonista en el desarrollo de dichas actividades verificando su capacidad de autorregulación, manteniendo el equilibrio emocional, controlando sus impulsos, controlando los pensamientos negativos, potenciando los positivos, utilizando un ambiente motivado al intercambio de ideas dirigidas al pensamiento cortico, donde se busque un reflexión de la realidad y se actué con una perspectiva positiva en la exploración del bienestar personal y social.

Esencialmente, debe orientarse a minimizar el sesgo metacognitivo, que lleva a la persona a creer que sabe, que tiene la capacidad metacognitiva, pero, en realidad los resultados demuestran lo contrario, porque no son los óptimos, no hay eficiencia en los aprendizajes, no logra aplicar los conocimientos previos al desarrollo de nuevos conocimientos. Entonces esto es extremadamente dañino, sobre todo en la adolescencia porque puede existir un sesgo desde dos puntos de vista, uno el considerar que sabe pero no sabe, y el otro lo contrario, pensar que no sabe y realmente si tiene los conocimientos; motivado por la contante divagación mental, que hace desviar el pensamiento porque están presentes físicamente pero ausentes mentalmente; esto es necesario detectarlo en función de minimizarlo a través de prácticas orientadoras efectivas, dirigidas a ayudar al adolescente a conocerse a sí mismo, a evaluarse constantemente y a retroalimentar sus acciones a favor de aprendizajes significativos.

Reflexiones finales

En la metacognición y la autorregulación de los aprendizajes, el individuo es el responsable de su aprendizaje. Este tiene la responsabilidad de reconocer la forma de aprender, se direcciona en función de aprender a aprender, de aplicar la cognición asertivamente para controlar su aprendizaje y lograr que los mismos sean eficientes y significativos. Ante ello, es un proceso que puede favorecer al momento de establecer contacto con la realidad y evaluar nuestras capacidades para resolver un problema de manera asertiva.

Asimismo, la metacognición es un factor determinante para adquirir hábito de estudio, por ende, es fundamental la organización del tiempo, la motivación, el desarrollo de habilidades hacia el logro de objetivos, donde planifica, organiza, supervisa, controla y observa los resultados obtenidos mediante el aprendizaje utilizado, aportando elementos esenciales hacia el estudio eficiente.

Igualmente, a través de la relación que existe entre metacognición y orientación, se logra la transformación de las prácticas de asesoramiento en los diversos ámbitos donde se implementa, porque se logra el autoconocimiento, la capacidad de autorregulación para lograr aprendizajes eficientes, aprendizajes generadores de mejores resultados y que pueden ser utilizados para el cambio de la realidad social. Especialmente, la renovación de la práctica orientadora, donde el

orientador aplique estrategias metacognitivas para generar la reflexión en el orientado, el pensamiento crítico y la autoevaluación, con el objeto de que tome consciencia de sus debilidades y se apropie de las fortalezas para superar los problemas desde un enfoque positivo, entendiendo, que los mismos son oportunidades para crecer y por supuesto, el desarrollo de una salud mental positiva.

Finalmente, la orientación y metacognición son dos procesos con una estrecha relación, producto de la interacción que tiene el orientador con sus procesos cognitivos, que ocasionan un ajuste permanente de lo que hace, la manera como lo hace, las estrategias que usa y las posibles alternativas de acción, con lo cual su labor puede verse enriquecida y, mucho más relevante, puede impactar en sus orientados, generando transferencia metacognitiva. De ahí que la práctica de asesoramiento se muestra como guía de la actividad cognitiva y metacognitiva, ayudando a sus orientados a ser a ser capaz de reflexionar sobre los mismos, los cuales son esenciales para la adquisición de aprendizajes significativos, que potencian con mayor eficiencia el cerebro y generan conocimientos útiles para la vida, para el desarrollo integral de la persona.

REFERENCIAS

Arco, J. y Fernández, F. (2011). Eficacia de un programa de tutorías entre iguales para la mejora de los hábitos de estudio del alumnado universitario, Revista de Psicodidáctica.

Arístegui, Roberto, Bazán, Domingo, Leiva, Jorge, López, Ricardo, Muñoz, Bernardo y Ruz, Juan. (2005). Hacia una Pedagogía de la Convivencia. Psykhe, 14(1), 137-150.web: URL (consultado junio 2022) http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-22282005000100011&lng=es&tlng=es

Cardelle-Elawar, M. y Sanz de Acedo, M. (2006). La metacognición aplicada a la emoción. Revista de Psicología Educativa, 12(2), 107-121.

web: URL (consultado junio 2022) https:// journals.copmadrid.org/psed/art/6ba3af5d7b2790e73f0de32e5c8c1798

Carretero, M. (2001). Metacognición y educación. Aique.

Chiu, Ming Ming, y Kuo, Sze Wing. (2010). From metacognition to social Metacognition: similarities, differences, and learning. Joumal of Education Research, 3(4), 321 – 338.

Collazos, César y Mendoza, Jair. (2006). Cómo aprovechar el aprendizaje colaborativo en el aula. Educación y Educadores, 9(2), 61-76.

Coy, Y. (2014). Orientación para la mediación de conflictos que mejore la Convivencia entre los trabajadores educativos. Trabajo de grado de maestría no publicado, Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Mérida, Venezuela

Escribano, A. y Del Valle, A. (2008). El aprendizaje basado en problemas- Una propuesta Metodológica de Educación Superior. Editorial Narcea S.A. Madrid, España.

Flavell, J. (1976). Metacognitive aspects of problem solving. En: Resnik, L. (Ed.). e nature of intelligence (231-235). Hillsdale, N.J.: Erlbaum.

García, C., Gutiérrez, M. y Condemarín, E. (2005). "A estudiar se aprende" 9ta edición. Publicada por Ediciones Universidad Católica de Chile, de la Pontificia Universidad Católica de Chile. Alfa Omega Grupo Editorial S.A. de C.V. México D.F.

Glaser, R. (1994). Learning theory and instruction. En: D'Ydewalle, G., Eelen, P. y Bertelson, B. (Eds.). International perspectives on Psychological science. Hillsdale, N.J.: Erlbaumin, X. (2001). Reflective adaptation of a technology artifact: A case study of classroom change. Cognition & Instruction, 19, 395–440.

Mateos, M. (2001). Metacognición y educación. Buenos Aires: Aique.

Monge, C. (2009). Tutoría y orientación educativa: nuevas competencias. Madrid: Wolters Kluwer.

Morales, J. (2020). El rol del orientador como agente dinamizador del escenario educativo y social. Revista Innovaciones Educativas. Vol. 22, No. 32.

web: URL (consultado julio 2022) disponible en: mendeley-prod-publicsharing-pdfstore.s3.eu-west-1.amazonaws.com/1bc9-CC-BY-/10.22458/ie.v22i32.2903.pdf? X-Amz-Security-Token=

Oñate, C. (2001). La tutoría en la universidad. Madrid: Instituto de Ciencias de la Educación.

Perellón, J. (2014). Psicología energética EFT para el éxito académico. Manual para el manejo de ansiedad ante los exámenes. North Carolina: Raleigh.

Rojas, Y. (2017). Plan de orientación educativa dirigido a padres y responsables para el fortalecimiento de hábitos de estudio en los

estudiantes. Trabajo de Grado de Maestría no publicado. Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Zea.

Sanabria, L., López, O. y Leal, L. (2014). Desarrollo de competencias metacognitivas e investigativas en docentes en formación mediante la incorporación de tecnologías digitales: aportes a la excelencia docente. Revista Colombiana de Educación, 67, 147-170.

web: URL (Consultado agosto 2022) https://doi.org/10.17227/0120391 .67r ce147.170

Sistema Nacional de orientación (S.N.O) (2009). Ministerio del poder Popular para la Educación Universitaria. Caracas

Tonucci, F. (2007). Cuarenta años con ojos de niño. Barcelona: Editorial GRAÓ.

Tovar-Gálvez, Julio César. (2008). Modelo metacognitivo como integrador de estrategias de enseñanza y estrategias de aprendizaje de las ciencias, y su relación con las competencias. Revista Iberoamericana de Educación, (46/7). web: URL (consultado agosto 2022) http://www.rieoei.org/deloslectores/ 2161Tovarv2.pdf

Velasco, S. (2006). El rendimiento académico: desde la práctica de la orientación educativa. Revista Mexicana de Orientación Educativa, 4(9), 41-44. Web: URL (consultado agosto 2022) http://web.a.ebscohost.com/ehost/ pdfviewer/pdfviewer? vid=3&sid=80a539b8-4202-46a5-85e8-da38ff2be767%40sessionmgr4006

Zimmerman, J. (2008). Investigating self-regulation and motivation: Historical background, methodological development, and future prospects, en American Educational Research Journal.