

# Curso Universidad y Proyecto de Vida: Una estrategia para la integración de los estudiantes de primer ingreso

*Palabras clave: Integración, Proyecto, Vida Universitaria.*

## Resumen de la Práctica

El Curso Universidad y Proyecto de Vida hace parte de los programas de la Dirección de Bienestar Universitario de la Universidad del Norte. Responde a la necesidad de contribuir en la formación integral de los estudiantes y a su proceso de integración a la vida Universitaria. Inició en año 1.990, desde entonces ha sido de manera constante revisado y actualizado. En el año 2013 se modernizaron sus contenidos y se estructuró su guía cátedra y la Guía del Docente/Facilitador, estos documentos son actualizados dependiendo de las necesidades de los estudiantes.

El curso Universidad y Proyecto de Vida incluye en una misma estrategia 3 componentes:

**Evaluación e Investigación:** A partir de la encuesta de caracterización inicial se obtiene información relevante de las características de las nuevas cohortes y los factores de riesgo psicosociales, académicos y/o financieros. Con base en esta información se realiza la caracterización inicial de los estudiantes de primer ingreso, la cual es dada a conocer a las diferentes instancias académicas y de apoyo al estudiante. Adicionalmente, se genera un perfil individual de competencias a partir de la aplicación del Software Pyxxon, la cual permite al estudiante incorporar en el diseño de su proyecto de vida y carrera actividades que favorezcan el desarrollo de las de éstas de acuerdo a sus intereses y metas, esto se articula con la consejería estudiantil en la medida en que el consejero acompaña al estudiante en el diseño de su proyecto de vida..

**Formación:** Mediante el desarrollo de seis áreas temáticas, el curso propicia el desarrollo de actitudes, valores, conocimientos, habilidades y competencias que favorecen el proceso de integración a la vida universitaria y la preparación para la vida laboral. Sus ejes temáticos se encuentran orientados a la identificación y fortalecimiento de los recursos psicosociales y académicos en el ámbito universitario, organizados en cuatro Unidades:

1. Vida Universitaria: ¡Atrévete A Vivirla!
2. Convivencia en Uninorte,
3. Éxito Académico en Uninorte,
4. Estilos de Vida Saludable en Uninorte
5. Evaluación de competencias
6. Proyecto de Vida en Uninorte

Acompañamiento y seguimiento individual: Complementario al curso, y mediante la Unidad de Acompañamiento y Consejería Estudiantil (ACES) se realiza una intervención individual a todos los estudiantes participantes, el cual permite clarificar sus intereses en cuanto a la vida universitaria, dar a conocer todas las oportunidades de participación y desarrollo en univorte, analizar la situación particular de cada estudiante y canalizar de manera oportuna los apoyos psicosociales, académicos o financieros que brindan las instancias universitarias: Admisiones, Registro, el Centro de Recursos para el Éxito Estudiantil (CREE), Departamentos y Coordinaciones Académicas, y Financiamiento Estudiantil. Cada estudiante de primer ingreso cuenta con un consejero estudiantil asignado durante toda su vida universitaria.

El curso se desarrolla durante todo el semestre, una hora a la semana. Los grupos se organizan por programas académicos, con un máximo de 25 estudiantes por grupo y están a cargo de un equipo de Psicólogos que hacen la labor de Docentes-Facilitadores.

Al finalizar el curso se realiza una Evaluación Docente, la cual muestra cada semestre un alto nivel de aceptación, satisfacción y una percepción de un alto nivel de cumplimiento de los objetivos.

Bienestar Universitario realizó en 2014, una evaluación de los efectos del Curso Universidad y Proyecto de Vida en el desarrollo de competencias psicosociales y académicas en estudiantes de primer ingreso de la Universidad del Norte. Los resultados demostraron que existen diferencias en la evaluación pretest y posttest del Curso Universidad y Proyecto de Vida en el desarrollo de competencias psicosociales y académicas en estudiantes de primer ingreso.

En 2016 se realizó una revisión integral del curso y se articularon sus acciones con la recién creada Unidad de Consejería Estudiantil (ACES) quien se encargó del acompañamiento individual de los estudiantes.

En 2019 se realiza una nueva revisión y se incorpora al curso una evaluación de competencias a partir de un sistema prueba psicométricas (Pyxxon), así mismo se diseñó un nuevo formato de plan de vida y carrera con miras a realizar evaluaciones de mitad y final de carrera, articulando así las acciones de integración a la vida laboral con la preparación para la vida profesional.

## 1. Planificación de la Práctica

La estrategia se desarrolla durante 16 semanas del Periodo Académico, se cuenta con un grupo de 15 Docentes-Facilitadores que asumen el manejo de 75 grupos (2021-10) e incluye los siguientes componentes:

1. Evaluación: En la Jornada de Inducción se aplica de manera digital mediante el portal web de la Universidad, la Evaluación Inicial para establecer la Caracterización de los estudiantes de primer ingreso. En la cuarta semana de clases se envía la Caracterización a la Vice rectoría Académica, Decanos, Directores de Departamento y Coordinadores de

Programa, desagregada de acuerdo a la población de interés. Una vez el estudiante realiza la Evaluación Inicial, los consejeros estudiantiles hacen un análisis de la misma y establecen la prioridad del acompañamiento individual.

2. Formación: El Curso Universidad y Proyecto de Vida (UPV) se encuentra enmarcado dentro de la Competencia Básica Institucional de Autodirección, la cual está definida como el conjunto de conocimientos, habilidades y actitudes que permitan al estudiante desarrollar su autonomía intelectual y moral, de tal manera que en su actuación personal y profesional tenga en cuenta criterios de responsabilidad ética, social y ambiental (Vicerrectoría Académica y Dirección de Calidad y Proyectos Académicos de la Universidad del Norte, 2007).

El curso propicia el desarrollo de estas competencias mediante el logro de los objetivos de las siguientes Unidades Temáticas:

**VIDA UNIVERSITARIA: ¡ATRÉVETE A VIVIRLA!:** Abordar los factores asociados al desempeño psicosocial y académico de los estudiantes de primer Ingreso.

**CONVIVENCIA EN UNINORTE:** Reconocimiento de los acuerdos y normas que facilitan la convivencia y la permanencia de los estudiantes de primer ingreso en la universidad.

**ÉXITO ACADÉMICO:** Contribuir a la integración académica de los estudiantes de primer ingreso mediante el fortalecimiento de sus destrezas académicas, así como al desarrollo de actitudes y comportamientos de persistencia.

**ESTILOS DE VIDA SALUDABLE EN UNINORTE:** Contribuir a la integración psicosocial de los estudiantes mediante el desarrollo de habilidades para manejar el estrés, las relaciones interpersonales y tomar decisiones informadas respecto a su sexualidad, al consumo de sustancias psicoactivas y abuso del alcohol.

**EVALUACIÓN DE COMPETENCIAS:** Contribuir al reconocimiento de aptitudes, habilidades y competencias para la vida universitaria y laboral por medio de la evaluación y medición de competencias, este proceso se realiza por medio de una prueba psicotécnica.

**PROYECTO DE VIDA EN UNINORTE:** Brindar a los estudiantes la oportunidad de planear de forma estratégica la consecución de metas psicosociales y académicas en la universidad, la estructuración y consolidación de su proyecto de vida mediante un formato diseñado de manera especial para que el estudiante registre sus metas, objetivo, tiempos y estrategias para la formación de su proyecto de vida.

3. Acompañamiento y seguimiento individual: Durante las primeras semanas de clases los Consejeros Estudiantes de la Unidad de Acompañamiento y Consejería Estudiantil (ACES) citan a los estudiantes a consejería. Todos los estudiantes de primer ingreso deben asistir a su reunión con el consejero de su programa académico.

El acompañamiento se realiza teniendo en cuenta los siguientes criterios:

- Factores de Riesgo: Evaluación Inicial-Characterización.
- Dificultades manifiestas a nivel psicosocial o académico.
- Población de interés: Becarios e Icetex.
- Consulta voluntaria.
- Remisión de otras instancias.

A partir del seguimiento individual y de acuerdo con las necesidades de cada estudiante se realizan remisiones a las instancias pertinentes:

En lo psicosocial: Bienestar Universitario (Asesoría Psicológica, Orientación Vocacional, Cursos de Crecimiento Personal, Grupos Estudiantiles, Actividades Deportivas y Actividades Artísticas)

En lo académico: Admisiones, Registro, el Centro de Recursos para el Éxito Estudiantil (CREE), Departamentos y Coordinaciones Académicas.

En lo Financiero: Financiamiento Estudiantil.

Al finalizar cada consejería el consejero estudiantil registra una nota de caso o resumen de seguimiento en el sistema SARA 2, para que dicha información pueda ser consultada en caso de que el estudiante solicite orientación académica o psicológica a futuro.

## 2. Desarrollo y ejecución de la Práctica

El desarrollo y ejecución del Curso Universidad y Proyecto de Vida se ha llevado a cabo durante 31 años de manera ininterrumpida, teniendo procesos de modernización para el cumplimiento de los objetivos propuestos en las diferentes estrategias:

1. **Evaluación:** La evaluación inicial se venía realizando desde 1990 en medio impreso en la primera semana de clases. A partir del 2013, se viene realizando por medio digital en el portal web de la Universidad durante la Jornada de Inducción. Esta evaluación inicial permite la generación de una Caracterización del estudiante de Primer Ingreso, la cual desde el 2014 se obtiene de manera más rápida y oportuna gracias a su proceso de sistematización, lo que permite su socialización a diferentes instancias de la universidad.

En el primer segundo semestre 2021 se obtuvo la respuesta del 90% de los estudiantes de primer ingreso, estas respuestas permitieron realizar la caracterización de la nueva generación que inicio en la universidad, presentando la información demográfica, composición familiar, historia académica y psicosocial. Esta información se presenta a la Vicerrectoría Académica, Decanos, Directores de Departamento, Coordinadores de Programa y otras instancias de apoyo al estudiante, con la información de interés.

De igual forma las respuestas quedan articuladas al Sistema de Apoyo a la Retención Académica – SARA2, donde se puede conocer el perfil de cada estudiante. Esta información permite que el docente-facilitador establezca un orden de prioridad para realizar el proceso de seguimiento individual con los estudiantes de primer ingreso.

Adicionalmente, se realiza una evaluación del curso y del docente-facilitador la cual permite realizar los ajustes o acciones de mejora para el siguiente semestre.

2. **Formación:** Para el cumplimiento de los objetivos planteados en las 6 unidades temáticas del Curso Universidad y Proyecto de vida, se desarrolla el curso en 16 sesiones durante el semestre académico.  
Unidades:

#### UNIDAD 1. VIDA UNIVERSITARIA: ¡ATRÉVETE A VIVIRLA!:

SESIÓN 1: Preparándote para la vida universitaria remota: ¡ATRÉVETE A VIVIRLA!

SESIÓN 2: Conociendo al piloto

#### UNIDAD 2. CONVIVENCIA EN UNINORTE:

SESIÓN 3: Las competencias para mi recorrido universitario

SESIÓN 4: No dejes para más tarde, lo que has planeado para hoy!

#### UNIDAD 3. ÉXITO ACADÉMICO:

SESIÓN 5: Identificando mi estilo y enfoque de aprendizaje

SESIÓN 6: El poder de nuestras emociones

SESIÓN 7: Respondiendo a las preguntas de la vida

SESIÓN 8: Conociendo mis competencias

#### UNIDAD 4. ESTILOS DE VIDA SOSTENIBLE EN UNINORTE:

SESIÓN 9: Competencia ciudadana inclusiva

SESIÓN 10: Sueños vs. Proyectos

SESIÓN 11: Toma de decisiones frente a las diferentes situaciones

SESIÓN 12: Relaciones afectivas y salud sexual

SESIÓN 13: Planificación familiar y uso efectivo del preservativo

SESIÓN 14: Llegando a mi primera estación

UNIDAD 5.

SESIÓN 15: Construyendo mi Proyecto de Vida

SESIÓN 16: Construyendo mi Proyecto de Vida.

- 3. Acompañamiento y seguimiento individual:** Teniendo en cuenta el perfil de riesgo generado de la evaluación inicial se programa las citas de consejería estudiantil para la atención oportuna de los factores de riesgo que presentan los estudiantes en su proceso de adaptación e integración a la vida universitaria. Se atiende al 96% de los estudiantes matriculados en el Curso Universidad y Proyecto de Vida.

### 3. Resultados de la Práctica

El curso Universidad y Proyecto de vida tiene como finalidad contar con la participación de los estudiantes de primer ingreso en la universidad, para realizar un proceso formativo en las unidades temáticas: Vida universitaria: ¡atrévete a vivirla!, Convivencia en Uninorte, Éxito académico, Estilos de vida saludable en Uninorte, Evaluación de competencias y Proyecto de vida en Uninorte y ofrecer al estudiante un seguimiento individual con el cual se busca brindar un acompañamiento, en el cual reciba orientación para su proceso de adaptación e integración a la vida universitaria.

El curso cuenta con una participación activa del 100% de los estudiantes de primer ingreso. El índice de aprobación del curso está entre el 93% y el 96%; la asistencia consejería estudiantil individual es del 96%. Para este porcentaje se tiene en cuenta que es más favorable realizar el seguimiento individual antes de la semana de retiro, en la cual los estudiantes toman la decisión de dimitir las asignaturas de acuerdo a su rendimiento y promedio. Este proceso de acompañamiento que realiza el consejero estudiantil es necesario para la toma de decisiones por parte del estudiante. Es importante destacar que el curso está clasificado como una asignatura extracurricular y no está vinculada al plan de estudio. Frente a los indicadores de aprobación señalados anteriormente se puede afirmar que el curso cuenta con una gran acogida por parte de los estudiantes debido al interés que despiertan las temáticas y el manejo pedagógico que utiliza el docente-facilitador.

Las temáticas de la clase y el seguimiento individual, buscan determinar las áreas que benefician y fortalecen al estudiante tanto en el aspecto psicosocial y académico, para esto se realiza una serie de remisiones a las áreas de la universidad donde se puede encontrar lo esperado. En cuanto a las remisiones que facilitaron la adaptación del estudiante se puede resaltar que al Centro de Recursos para el Éxito Estudiantil en 2021 se han remitido 74 estudiantes con el objetivo de fortalecer su desempeño académico. Por otro lado, a orientación vocacional se han remitido 11 estudiantes este año, 88 a la Oficina de financiamiento Estudiantil ( OFE) y 109 Asesoría psicológica en el actual año. Aproximadamente el 96% de los estudiantes identificados con aspectos psicosociales por mejorar fueron atendidos por sus consejeros estudiantiles.

#### 4. Evaluación y Revisión de la Práctica

Se realizó una evaluación pretest y postest del Curso Universidad y Proyecto de Vida, para evaluar los efectos de las acciones que se han implementado en el apoyo a los estudiantes de primer ingreso en su proceso de adaptación a la Vida Universitaria, en el desarrollo de competencias psicosociales y académicas en el 2013 y 2014, se obtuvo una muestra de 1.108 estudiantes de primer ingreso de la Universidad del Norte, para ambos periodos. El 88% de los estudiantes afirmaron que los contenidos trabajados fueron útiles para la vida académica y personal. El 100% está de acuerdo con el clima de trabajo en el curso y, el 86% afirma que el curso cambio la manera de pensar, sentir y actuar en la vida académica.

La evaluación docente que se realiza cada semestre muestra un alto nivel de aceptación y satisfacción con el curso y una percepción de un alto nivel de cumplimiento de los objetivos. La valoración de la utilidad de los contenidos del curso se encuentra por encima del 90%.. Los temas de mayor recordación para los estudiantes son: estrés, asertividad, autoestima y sexualidad, normas y acuerdos de convivencia en Uninorte y prevención del fraude académico. Por otro lado, las situaciones de la vida cotidiana donde los estudiantes expresan haber aplicado los contenidos del curso son: en el relacionamiento con amigos (as) y la pareja, en las clases y parciales, para controlar el estrés en la vida diaria y universitaria.

#### 5. Carácter Innovador de la Práctica

La experiencia del Curso Universidad y Proyecto de Vida es innovadora incluye tres ejes en una misma estrategia:

- Evaluación e Investigación: A partir de la Evaluación Inicial se obtiene información relevante para el conocimiento de las características de las nuevas cohortes, así como permite la intervención temprana de aquellos estudiantes con mayor riesgo de deserción. Permite realizar una caracterización de los estudiantes de primer ingreso y socializarla con las instancias de la universidad, lo que facilita brindar las estrategias necesarias que fomenten su adaptación.

- **Estratégica pedagógica:** Propicia el desarrollo de actitudes y valores, conocimientos, competencias y habilidades que favorecen el proceso de integración psicosocial y académica de los estudiantes. Las temáticas del curso se relacionan con las etapas de adaptación que presentan los estudiantes en la vida universitaria, es decir se inicia con un conocimiento de la universidad, sus normas y acuerdos. Antes de iniciar sus primeros parciales se brindan las estrategias académicas para el estudio y disminución de la ansiedad durante estas fechas. Posteriormente se facilitan las pautas para mantener estilos de vida saludable y se finaliza el semestre construyendo un proyecto de vida con relación con su carrera profesional.
- **Acompañamiento y seguimiento individual:** Permite conocer al estudiante en su particularidad, identificando de manera más oportuna los apoyos psicosociales, académicos o financieros que requieren.

## 6. Divulgación de la Práctica

Cada semestre se realiza un proceso de socialización del curso con las Coordinaciones de los programas académicos para involucrarlos dentro del proceso de acompañamiento y seguimiento al estudiante de primer ingreso. Igualmente, se realiza una jornada de reflexión con los docentes facilitadores del curso Universidad y Proyecto de Vida para plantear acciones de mejora con relación a los resultados del semestre anterior.

En la jornada de inducción se realiza una divulgación de la relevancia de este curso con los estudiantes de primer ingreso. La encuesta de caracterización, permite generar un informe el cual es socializado con la Vicerrectoría Académica, Decanos de División, Coordinadores de Programa y Directores de Departamento.

La experiencia se ha socializado en varios eventos que se han desarrollado a nivel nacional e internacional convocados por diversas Universidades.

## 7. Fuentes Complementarias

Esta Buena Práctica no posee fuentes complementarias.

## Datos de Contacto

 María Isabel Ochoa Piñeres

 isochoa@uninorte.edu.co

 +57 3509509 Ext. 4706

 <https://www.uninorte.edu.co/web/bienestar-universitario-2>





Universidad del Norte