

**Instituto Tecnológico de Costa Rica
Vicerrectoría de Vida Estudiantil y Servicios Académicos
Departamento de Orientación y Psicología**

**Programa de Admisión Restringida (PAR) en el Instituto Tecnológico de
Costa Rica: Informe 2023
MPsc. Sonia Chinchilla Brenes
Cartago, 15 de diciembre de 2023**

Resumen

El Programa de Atracción, Selección, Admisión y Permanencia con Equidad (Admisión Restringida -PAR-) responde desde el 2006 a la preocupación institucional por dar oportunidad de ingreso a estudiantes en condiciones de desventaja social, económica y académica. Reserva cada año el 10% de la matrícula de primer ingreso para esta población y le ofrece durante su primer año universitario, un programa de acompañamiento psicoeducativo que procura favorecer su desarrollo personal y académico.

En este documento se detallan algunos datos e información de la población PAR 2023, se describe el proceso psicoeducativo y el rendimiento académico de este grupo durante su primer año en el ITCR. La experiencia PAR fue bien evaluada por el grupo.

Palabras clave

Admisión universitaria, Virtual, Desventaja social, Estudiantes, Rendimiento académico



**Instituto Tecnológico de Costa Rica
Vicerrectoría de Vida Estudiantil y Servicios Académicos
Departamento de Orientación y Psicología**

**Programa de Admisión Restringida (PAR) en el Instituto Tecnológico de
Costa Rica: Informe 2023.
MPsc. Sonia Chinchilla Brenes
15 de diciembre de 2023**



1. Eje y área departamental en el que se inserta el Programa de Admisión Restringida (PAR)

Desarrollo Psicoeducativo (áreas: personal-social, aprovechamiento académico y vocacional-ocupacional).

2. Descripción

El Programa de Admisión Restringida (PAR) reserva cada año el 10% de la matrícula de nuevo ingreso para estudiantes que cumplan con los requisitos definidos por el Consejo Institucional (CI) para el mismo. Favorece a población en condición de elegible en el proceso de admisión del ITCR, de escasos recursos económicos, de colegios públicos y bajo IDS (anexo 1) y por lo general, de zonas alejadas al ITCR. El PAR se inserta en las políticas generales de la Institución (anexo 3), en el Plan Nacional de la Educación Superior (Planes)-CONARE 2021-2025 (anexo 2), meta 2.2.3 como una acción afirmativa que favorece el acceso con equidad y en los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) 2030 de la ONU (anexo 3), a saber, el 1 (metas 1.2, 1.3, 1.4), 4 (metas 4.3,4.4, 4.5, 4.7), 5 (metas 5.1 y 5.c), 8 (meta 8.5, 8.6), 10 (meta 10.2, 10.3) y 16 (meta 16.7).

Este programa responde a la inquietud institucional por ofrecer oportunidad de ingreso a estudiantes procedentes de distritos de bajo índice de desarrollo social y por favorecer el ingreso de población en condiciones de desventaja social, económica y académica, lo cual se hace ininterrumpidamente desde 2005 cuando el Consejo Institucional aprueba en sesión 2441, artículo 18, del 3 de noviembre del

2005 "... la apertura del Proyecto de Atracción, Selección, Admisión y Permanencia con Equidad en el ITCR 2006-2007, a partir del 2006...". Dos años después, en sesión 2525, artículo 8 del 30 de agosto de 2007 acuerda "Mantener el Proyecto de Atracción, Selección, Admisión con Equidad en el ITCR 2006-2007, para los periodos 2008 y 2009, con los mismos criterios de admisión aprobados para los años 2006 y 2007". Finalmente, y gracias a los buenos resultados académicos y de permanencia que mostró la población PAR durante sus primeros cuatro años, el 15 de octubre de 2009 en Sesión Ordinaria No. 2633, artículo 14 el Consejo Institucional acuerda: "Aprobar el Programa de Atracción, Selección, Admisión y Permanencia con Equidad en el ITCR a partir del año 2010...", lo que le da el carácter de programa permanente en la Institución. En agosto de 2021 (ITCR, 2021) se hacen ajustes a los lineamientos del Programa para precisar información y procurar equidad por sexo en las diferentes carreras, las cuales mayoritariamente se incluyen en el área de ingeniería y en octubre 2022 se trasladan algunos criterios PAR al Reglamento de Admisión a Carreras de Grado en el Instituto Tecnológico de Costa Rica (ITCR, 2022).

Durante 18 años se han realizado coordinaciones y acciones para atender a esta población y responder de la mejor forma posible a sus necesidades socioeconómicas, académicas y psicoeducativas, ofreciendo apoyo durante los dos primeros semestres en la institución, los cuales son etapa clave y entrañan ciertas dificultades para el ajuste a la vida universitaria. Las acciones implementadas han variado a lo largo de los años y de manera especial lo hicieron a partir de 2020 al enfrentar exitosamente el reto de ofrecer todo el apoyo académico y psicoeducativo en modalidad no presencial.

La experiencia con el programa demuestra que este tiempo de asesoría psicoeducativa es necesario, suficiente y favorece en el estudiantado la adquisición de herramientas para enfrentarse a la vida universitaria con autonomía y seguridad, incluso en modalidad virtual. Así lo confirmó la experiencia del año 2020 y 2021, pues la población estudiantil ha mostrado satisfacción con las estrategias implementadas y con el apoyo recibido. Así mismo la experiencia 2022 que tuvo en

su primer semestre modalidad no presencial y para el segundo retomó la presencialidad en todas las actividades mostró la pertinencia del programa en la atención del estudiantado.

4. Objetivo general

Ofrecer a la población estudiantil de primer ingreso 2023 y de la modalidad de Admisión Restringida un programa de acompañamiento psicoeducativo de carácter obligatorio, con acciones tendientes a favorecer su desarrollo psicosocial, así como la permanencia y adecuado desempeño académico en el ITCR.


5. Objetivos y acciones específicas

- Realizar acciones de coordinación entre dependencias de la Vicerrectoría de Vida Estudiantil y Servicios Académicos (VIESA) y la Vicerrectoría de Docencia (ViDa) involucradas en la atención de la población de Admisión Restringida.
- Mantener la asesoría psicoeducativa en modalidad individual para cada estudiante, las acciones grupales con temas acordes a las necesidades estudiantiles y la asistencia a tutorías estudiantiles en las materias en las que lo requieran.
- Atender necesidades estudiantiles particulares en coordinación con las instancias correspondientes.
- Mantener canales de comunicación con la población estudiantil a fin de informar lo necesario.
- Realizar coordinaciones y acciones con la Vicerrectoría de Vida Estudiantil y Servicios Académicos (VIESA), la Vicerrectoría de Docencia (ViDa) y otras dependencias internas, así como con algunas instancias del sector educativo nacional para el desarrollo de las actividades de contacto y comunicación con la población precandidata PAR 2024.
- Llevar a cabo las coordinaciones para el desarrollo de las actividades de nivelación académica y de ajuste al medio universitario para enero y febrero de 2024.


- Mantener canales de comunicación con la población estudiantil precandidata al PAR 2024, a fin de informar lo necesario para su proceso de selección y los trámites para la entrega de la documentación correspondiente.
- Evaluar las acciones implementadas y elaborar reportes e informes de labores.

6. Cuadro-resumen con actividades realizadas con población PAR 2023 y preparativos y atención de la población PAR 2024

Acciones	Resultados	Periodo de ejecución
Realizar acciones de logística y planificación para las sesiones grupales (reconformación de grupos, definición de horarios, búsqueda de espacio físico, etc.)	110 estudiantes en el primer semestre y 97 en el segundo	Enero a noviembre
Elaborar, ajustar y buscar material y recursos de apoyo para estudiantes del PAR y el trabajo grupal.	Se organizaron 8 grupos de trabajo según zona o región de procedencia o por sede. Se preparó material para cada una de las sesiones grupales (material para estudiantes y material guía para la persona psicóloga encargada de grupo)	
Desarrollar las sesiones grupales	Se desarrollaron 8 reuniones de trabajo en cada semestre, con valiosos aprendizajes reportados por parte del estudiantado en el anexo 5 y 6 aparecen resumidos los resultados del segundo semestre.	
Realizar acciones de logística y planificación para la atención individual de estudiantes PAR por parte de la persona psicóloga que atiende las actividades grupales (distribución de responsables de grupo, asignación de citas, entre otros)	Asignación de citas a cada estudiante por parte de la persona psicóloga que atiende las actividades grupales: la misma persona que tiene a cargo el grupo atiende de forma individual a sus estudiantes de grupo para que el seguimiento sea en ambas líneas y más cercano. En cada sede hay una persona de psicología a cargo de la población PAR y en Sede Central, donde hay cuatro grupos, una psicóloga atiende tres de los grupos y otra más asiste al otro grupo.	

<p>Brindar al menos 3 citas de asesoría individual a cada estudiante</p>	<p>En promedio 3,1 citas por estudiante. Máximo de citas: 7</p>	
<p>Coordinar con el Programa de Tutoría Estudiantil y dar seguimiento a la asistencia a las mismas por parte de la población estudiantil, así como a la consulta docente.</p> <p>Coordinar con las instancias que se requiera para dar el seguimiento de los estudiantes que necesiten apoyos educativos y/o atención de necesidades particulares.</p> <p>Reuniones de equipo PAR y otras para coordinación de actividades del Programa 2023</p>	<p>Cada estudiante asistió en cada semestre a 20 tutorías (como mínimo) en las materias en las que así lo requirieran. Las tutorías, que son impartidas por estudiantes avanzados fueron bien evaluadas por la población estudiantil (anexo 5 y 6 con resultados del segundo semestre)</p> <p>Las tutorías de mayor consulta fueron las de Matemática General en modalidad virtual, seguida de la modalidad presencial. Luego Matemáticas para Administración de Empresas, Matemática Discreta y Cálculo Diferencia e Integral (estas 2 últimas en modalidad presencial).</p> <p>Se refirieron varios estudiantes para revisión de temas asociados a necesidades de apoyos socioeconómico, becas y/o alojamiento y temas clínicos. Total aproximado de 11 estudiantes durante el año.</p> <p>Se participó y gestionaron varias reuniones y sesiones de trabajo o coordinación para un total de 8 en el primer semestre y de 24 en el segundo semestre, donde se coordinan todas las actividades de inicio PAR del año siguiente.</p>	<p>Febrero a diciembre</p>
<p>Mantener actualizada la información del PAR en la página del TEC. https://www.tec.ac.cr/admision-restringida/ y coordinar acciones de divulgación o suministrar información para publicaciones varias</p>	 <p>a. La Oficina de Comunicación y Mercadeo del ITCR preparó en Hoy en el Tec un reportaje sobre la población PAR. Se agrega el enlace correspondiente: <i>110 estudiantes de escasos recursos ingresan al TEC en 2023, por medio de Admisión Restringida</i>. https://www.tec.ac.cr/hoye_neltec/2023/01/20/110-estudiantes-</p>	<p>Julio a diciembre</p>

<p>Coordinar con el Programa de Información Profesional (PIP) y la Oficina de Comunicación y Mercadeo (OCM) u otras instancias para diferentes acciones de divulgación o información.</p> <p>Mantener canales de comunicación con la población estudiantil a fin de informar lo necesario.</p>	<p><u>escasos-recursos-ingresan-tec-2023-medio-admision-restringida</u></p> <p>b. También se incluye el enlace de la publicación de CANARA Programa Panorama del 1 de febrero de 2023 Panorama Panorama Digital https://www.panoramadigital.co.cr/programa-de-admision-restringida-del-tec/ https://www.panoramadigital.co.cr/wp-content/uploads/2023/02/Enlace_TEC_Miercoles_01_Febrero_23.mp3</p> <p>c. Otras publicaciones: Tec en los medios (2 de febrero de 2023- Fuente: Plataforma de monitoreo Metrix BI, COES Comunicación)</p> <table border="1" data-bbox="727 793 1237 1136"> <tr> <td>24 de enero AM Prensa</td> <td><u>AM Prensa</u></td> </tr> <tr> <td>25 de enero La República</td> <td><u>La República</u></td> </tr> <tr> <td>25 de enero Red Comunica (CSUCA)</td> <td><u>Red Comunica</u></td> </tr> <tr> <td>26 de enero TV Sur (23 estudiantes de Zona Sur)</td> <td><u>TV Sur</u></td> </tr> <tr> <td>31 de enero Puntarenas se Oye</td> <td><u>Puntarenas se oye</u></td> </tr> </table> <p>En segundo semestre se agrega La Oficina de Comunicación y Mercadeo del ITCR preparó en Hoy en el Tec (9 de noviembre) un reportaje sobre la población PAR. <i>Cada año, el TEC reserva el 10% de sus cupos para estudiantes de escasos recursos de forma exitosa.</i> Enlace: https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/2023/11/09/cada-ano-tec-reserva-10-sus-cupos-estudiantes-escasos-recursos-forma-exitosa</p> <p>El 17 de noviembre se participa, junto con dos estudiantes PAR 2022, en Conversemos con el TEC: una iniciativa que hoy alcanza los 18 años de existencia el Programa de Admisión Restringida (PAR) https://www.youtube.com/watch?v=JOEmSCL7Ow</p>	24 de enero AM Prensa	<u>AM Prensa</u>	25 de enero La República	<u>La República</u>	25 de enero Red Comunica (CSUCA)	<u>Red Comunica</u>	26 de enero TV Sur (23 estudiantes de Zona Sur)	<u>TV Sur</u>	31 de enero Puntarenas se Oye	<u>Puntarenas se oye</u>	
24 de enero AM Prensa	<u>AM Prensa</u>											
25 de enero La República	<u>La República</u>											
25 de enero Red Comunica (CSUCA)	<u>Red Comunica</u>											
26 de enero TV Sur (23 estudiantes de Zona Sur)	<u>TV Sur</u>											
31 de enero Puntarenas se Oye	<u>Puntarenas se oye</u>											

	 <p>Adicionalmente otra publicación en Periódico Impacto (23-11-23). Otros materiales: Se enviaron a centros educativos de interés o se entregaron en diferentes actividades vocacionales 1147 despleables con información del PAR en el primer semestre y 1559 en el segundo. Se realizó el tiraje de 200 porta celulares (portátiles) para celebrar los 18 años del PAR para ser entregados a estudiantes PAR. También en segundo semestre 125 calcomanías para los y las jóvenes.</p>	
<p>Elaborar, aplicar y procesar instrumentos de <i>evaluación</i></p> <p>Elaborar los informes y/o reportes de información que sean solicitados</p>	<p>Calificación promedio de 9,5 y realimentación positiva en ambos semestres tanto para las actividades individuales como para las grupales</p> <p>Se elaboraron 13 reportes e informes en primer semestre y al menos 8 reportes e informes en el segundo semestre</p>	<p>Enero a diciembre</p>
Acciones con población precandidata PAR 2024		
<p>Reuniones y coordinaciones VIESA-ViDa y sus diferentes instancias para planificar y ejecutar acciones informativas para el proceso de selección de la población PAR y el proceso de matrícula u otros trámites</p>	<p>19 reuniones de coordinación</p>	<p>Octubre a diciembre</p>
<p>Coordinaciones con otras instancias necesarias dentro y fuera de la institución</p>	<p>14 coordinaciones con diferentes instancias (y otras más) para actividades de nivelación 2024.</p>	
<p>Establecer comunicación mediante correo electrónico o llamadas telefónicas con la población precandidata PAR y con docentes o personal de</p>	<p>Organizar y preparar material informativo para enviar a la población precandidata PAR y para atender las demandas de información y las charlas que se organizaron.</p>	<p>Octubre a diciembre</p>

<p>orientación de colegios para informar sobre los procesos y trámites por realizar (entrega de documentos y otras gestiones)</p> <p>Atención de consultas por correo, teléfono o presenciales</p> <p>Realizar actividades informativas mediante plataformas virtuales (Zoom, Teams, otros) dirigidas a docentes y estudiantes</p>	<p>Al menos 15 correos informativos enviados a orientadores y estudiantes, así como múltiples respuestas a consultas puntuales vía correo electrónico y algunas llamadas telefónicas o atención presencial de familiares y estudiantes PAR 2024 desde el 12 de octubre y hasta el 15 de diciembre 2023</p> <p>4 reuniones informativas virtuales con personal de orientación de centros educativos: 88 participantes</p> <p>4 reuniones virtuales con estudiantes: 221 participantes 3 actividades vía Zoom para evacuar consultas de estudiantes admitidos al PAR . Total: 198 participantes.</p>	
<p>Planificar y definir el recibimiento, inducción y nivelación de la población PAR 2024 (anexo 4)</p> <p>Informar a la población PAR seleccionada sobre las actividades por desarrollar en la etapa de inducción, nivelación y el proceso de matrícula</p> <p>Dar seguimiento a la atención de situaciones emergentes durante el proceso</p>	<p>Coordinaciones con diferentes instancias para preparar las actividades que se llevarán a cabo con la población PAR 2024 a partir de enero 2024 y hasta el 2 de febrero.</p> <p>Se coordinó el uso de 17 espacios físicos para desarrollar las actividades de nivelación.</p> <p>Se hicieron ocho reuniones de información en conjunto con DBGS según se indicó arriba (orientadores/as y estudiantes)</p> <p>3 reuniones adicionales donde se atendieron 198 estudiantes Finalmente 130 estudiantes aceptan continuar el proceso PAR, la nivelación y matrícula 2024</p>	<p>Setiembre a diciembre</p>

7. Ámbito/población que cubre

Población estudiantil que ingresó bajo la modalidad de Admisión Restringida en el 2023 y población precandidata y seleccionada al PAR 2024.

8. Responsable(s) y tiempo asignado por semana según funcionario/a

Funcionaria/o	Número de grupos	Horas asignadas	Estudiantes
SCB	3	27 +3 (1 Coordinación y 2 Gestión)	45
MAM	1	9 (2 Gestión)	17
JFL (Centro Interuniversitario de Alajuela)	1	2	4
MBM (Campus Tecnológico Local San José)	1	3	10
MBU/EBR (Centro Académico de Limón)*	1	5	4
CNR (Campus Tecnológico Local San Carlos)	1	(Sin datos: Se estiman 6-8 horas)	17
Total	8	48	97 (de 110 iniciales)

Cargas laborales aprobadas en Consejo DOP N°01-2023, artículo 5 del 24 de enero de 2023 y ratificadas en Consejo DOP N°09-2023, artículo 5 del 25 de julio de 2023 y del 29 de agosto, 2023. *El 29 de agosto de 2023 en Consejo DOP-11-2023, artículo 5 se aprueban 5 horas para EBR en el PAR y rige hasta diciembre 2023 en sustitución de MBU (quien tenía 4 horas asignadas).

9. Logros PAR y desafíos

Logros principales

Haber atendido a la población 2023 con éxito durante todo el año con realimentación positiva de parte del estudiantado (promedio de calificación de 9,5).

Cumplir 18 años de existencia, sin interrupción del Programa, con índices de deserción al primer año menores a los institucionales (9,3%) y con 13 generaciones que ya reportan población graduada.

Lograr para 2023 retomar la Nivelación de Química con Docentes y para el 2024 tanto la nivelación de Matemática como la de Química será impartida por docentes.

Desafíos

Atender a la población PAR 2024.

Darle seguimiento al trabajo con el Tec Digital en 2024 para atender necesidades en el uso de las plataformas institucionales, internet y ambiente Windows.

Mantener las acciones del PAR a nivel individual y grupal, así como las coordinaciones necesarias y la preparación de materiales para atender las necesidades de la población.

Atender a las metas estratégicas del PLANES 2021-2025 que le atañen al PAR y que responden a los objetivos de desarrollo sostenible de la ONU, así como a las políticas generales Tec en materia de equidad.

Atender algunas solicitudes de información que puedan derivarse de las Vicerrectorías, OPI, Auditoría, Escuelas u otras instancias institucionales.

Retomar la nivelación en el área de Comunicación (lectura, escritura y ortografía) para 2025.

Atender aspectos relacionados con la Ley de Protección de la Persona Frente al Tratamiento de sus Datos Personales (Ley No. 8968) y su Reglamento en el ITCR, para integrarlos a las acciones PAR 2024.

Sistematizar el proceso grupal de cada semestre, ya existente, para darle el formato de curso, a fin de fortalecer el área docente del PAR y del Departamento de Orientación y Psicología.

Otras acciones y atención de imprevistos.

10. Datos de rendimiento y otra información de interés

Población preseleccionada, recomendada y admitida

Para el 2024 se recomendaron 139 estudiantes por parte del Departamento de Becas y Gestión Social (DBGS), de los cuales 130 indicaron que continuarán con el proceso PAR, realizarán su matrícula el 18 de enero y, por tanto, tienen intención de asistir al proceso de nivelación que inicia el 22 de enero y culmina el 2 de febrero (ver anexo 4). De la población recomendada 86 estudiantes se ubican en Cartago,

38 en San Carlos, 9 en Limón, 5 en San José y 1 en Alajuela. Detalles de la población PAR 2024 recomendada según carrera en la Tabla 1.

Tabla 1. Población recomendada PAR 2024 según carrera, número y porcentaje de mujeres en cada una

Carrera	Total	Hombre	Mujer	% Mujeres
AA	1	1	0	0,0
AE	6	3	3	50,0
AEN	2	0	2	100,0
AE-SC	7	1	6	85,7
AG	6	4	2	33,3
ATI	4	2	2	50,0
AU	4	3	1	25,0
CA	14	10	4	28,6
CA-A	1	1	0	0,0
CA-L	6	5	1	16,7
CA-SC	11	7	4	36,4
CA-SJ	1	1	0	0,0
CO	9	5	4	44,4
COMP	12	10	2	16,7
DI	1	0	1	100,0
E	5	4	1	20,0
E-SC	8	7	1	12,5
FO	4	2	2	50,0
IA	5	5	0	0,0
IB	6	4	2	33,3
IF	2	1	1	50,0
MEC	3	3	0	0,0
MI	2	1	1	50,0
PI	5	2	3	60,0
PI-L	3	1	2	66,7
PI-SC	6	2	4	66,7
SHO	5	2	3	60,0
Total	139	87	52	37,4

Fuente: elaboración propia.

En la Tabla 2 se muestra el histórico de población estudiantil preseleccionada como Elegible Admisión Restringida por parte del Departamento de Admisión y Registro (DAR), la recomendada por el DBGS y finalmente el total de personas matriculadas, con datos del 2009 al 2024.

Tabla 2. PAR. Comportamiento histórico población convocada al programa, solicitudes tramitadas, población recomendada y matriculada de 2009 a 2024

Año	Convocados	Solicitudes tramitadas	% respuesta	Recomendados	% respuesta	Matrícula	% respuesta	En lista DOP
2009	305	129	42,3	97	75,2	83	86,0	100
2010	309	135	43,7	99	73,3	87	87,9	131
2011	335	133	39,7	90	67,7	77	85,6	93
2012	173	65	37,6	57	87,7	57	100,0	72
2013	327	126	38,5	85	67,5	85	100,0	173
2014	119	55	46,0	45	87,8	45	100,0	65
2015	209	103	49,3	85	82,5	81	95,3	81
2016	404	163	40,3	123	75,4	108	87,8	110
2017	312	111	35,6	92	82,9	89	96,7	89
2018	385	135	35,1	114	84,4	99	86,8	99
2019	322	155	48,1	150	96,7	98	65,3	98
2020	463	259	55,9	186	71,8	156	83,9	156
2021	1370*	544	39,7	193	35,5	172	89,1	172
2022	298	128	42,9	104	81,3	93	88,6	93
2023	456	204	44,7	139	68,1	110	79,1	110
2024	478**	195	40,8	139	71,3			

Fuente: elaboración propia con datos proporcionados por Solano, V. (2022) y Navarro, P. (2021 y 2023). *4 son estudiantes Tec.**Inicialmente DAR reporta 485 personas, pero 6 son estudiantes TEC y se excluyen posteriormente y 1 joven aparece dos veces en lista (dos vías de ingreso).

Matrícula según carreras y deserción 2023

En cuanto a la población 2023, se matricularon 110 estudiantes: 46 mujeres (41,8%) y 64 hombres (58,2%). En el segundo periodo lectivo quedan 42 mujeres (43,3%) y 55 hombres (56,7%). En la Tabla 3 se muestra la matrícula inicial según carrera, el porcentaje de mujeres en cada una y la deserción en el primer y segundo semestres.

Tabla 3. PAR 2023. Distribución de estudiantes según carrera, sexo y deserción

Carrera	Estudiantes	Mujeres	Hombres	% Mujeres por carrera	Deserción 1-23	Deserción 2-23
AE	7	4	3	57,1		
AEN	1	0	1	0		1 hombre
AMB	3	2	1	66,7		
AA	3	1	2	33,3		1 hombre
ATI	4	2	2	50		
CA	8	1	7	12,5		
CO	6	1	5	16,7		1 hombre
DI	1	0	1	0	1 hombre	
E	3	1	2	33,3		
EM	2	2	0	100		1 mujer
FO	6	3	3	50		
IA	1	1	0	100		1 mujer
IB	3	1	2	33,3		
COMP	6	1	5	16,7	1 hombre	
IF	1	0	1	0		
MEC	3	0	3	0		
ME	2	1	1	50		
MI	3	0	3	0		
PI	4	1	3	25		
SHO	2	2	0	100		
<i>Subtotal</i>	69	24	45	34,3		
AE-SC	5	3	2	60	1 mujer	
AG	5	1	4	20	1 hombre	
CA-SC	6	1	5	16,7	1 hombre	
E-SC	2	2	0	100		1 hombre
PI-SC	4	2	2	50	1 hombre	
<i>Subtotal</i>	22	9	13	40,9		
AU	5	4	1	80		1 mujer
AE-SJ	4	4	0	100		
CA-SJ	1	0	1	0		
<i>Subtotal</i>	11	8	3	80		
CA-LI	4	4	0	100		
E-A	2	1	1	50		
CA-A	2	0	2	0		
<i>Subtotal</i>	8	5	3	62,5		
TOTAL	110	46	64	41,8	6	7

Fuente: elaboración propia

Datos de rendimiento académico

El rendimiento de la población 2023, muestra desempeño muy similar al de las poblaciones PAR de los últimos tres años en cuanto al número de materias y créditos matriculados y aprobados.

En la tabla 4 se puede notar que el número de materias y de créditos matriculados se mantienen muy similares con alrededor de 7 cursos y 13 créditos en ambos semestres y para los tres grupos estudiantiles. En cuanto al porcentaje de estudiantes que lo gana todo lo matriculado el promedio anda en el 30% y tiende a ser un poco menor en el segundo semestre, aunque en el 2023 esto fue a la inversa, pues más estudiantes aprueban el 100% en el segundo ciclo lectivo.

En lo que se refiere al promedio ponderado del primer semestre, se mantienen similares resultados un poco más bajo en el 2021 y en el ponderado anual, que es un reflejo más claro del rendimiento del o la estudiante a lo largo del año, se ve un resultado más parecido, aunque algo más alto para el grupo 2023.

Tabla 4. Datos de rendimiento académico de estudiantes PAR 2021 a 2023 en su primer y segundo semestres

Año	Primer semestre						Segundo semestre					
	Cursos matriculados	créditos matriculados	% que gana todo	cursos ganados	Créditos ganados	Promedio ponderado	Cursos matriculados	Créditos matriculados	% gana todo	cursos ganados	Créditos ganados	Promedio anual
2021	6,3	13	40,6	4,8	9	66,4	6,4	13,7	35,6	4,4	9,1	68
2022	7,1	13,3	42,4	5,7	10,4	72,9	6,7	13,5	23,3	4,7	8,6	69,3
2023	7,3	13,9	24	5,6	9,9	70	6,4	13,5	33,3	5	10	71,5
Promedio	6,9	13,4	35,7	5,4	9,8	69,8	6,5	13,6	30,7	4,7	9,2	69,6

Fuente: elaboración propia

En la Tabla 5 se ven los datos comparativos del PAR 2023 y el rendimiento institucional para la población de primer ingreso.

Tabla 5. Datos de rendimiento de la población PAR 2023 en el primer y segundo semestre

Rendimiento 2023	PAR	ITCR**
Ponderado I-23	70	76,1
Ponderado anual 2023	71,5	77,44
% con 100% rendimiento 1-23	24	41,7
% con 100% rendimiento 2-23	33,3	44,54
% con rendimiento 0 (0 créditos aprobados) I-23	2,9	3,8
% con rendimiento 0 (0 créditos aprobados) 2-23	1	5,25
Créditos aprobados I-23	9,9	10
Créditos aprobados 2-23	10	10,61
Materias aprobadas I-23	5,6	5,3
Materias aprobadas 2-23	5	4
Materias matriculadas I-23	7,3	7,2
Materias matriculadas 2-23	6,4	5,7
Créditos matriculados I-23	13,9	12,1
Créditos matriculados 2-23	13,5	12,6
% NO matrícula 2-2023	11,8	8,8

Fuente: elaboración propia con datos proporcionados por **Harold Blanco Leitón (DOP-27 de julio, 2023 y 12 de diciembre 2023 con datos de OPI)

Se aprecian datos muy similares entre ambas poblaciones (PAR e ITCR), aunque el promedio ponderado sí resulta más alto para la población total o ITCR de primer ingreso, tanto en el primer semestre como en el anual, así como el porcentaje de estudiantes que aprueba el 100%. Ha de anotarse que la población PAR, dadas sus características, puede encontrarse en desventaja para sumir con solvencia el primer año universitario, sin embargo, logra tener un rendimiento adecuado y similar al de la población general en los demás aspectos y mayor permanencia al primer año.

En la Tabla 6 se muestra el resultado de rendimiento según rangos de promedio ponderado para el primer y segundo semestre de la población PAR 2023.

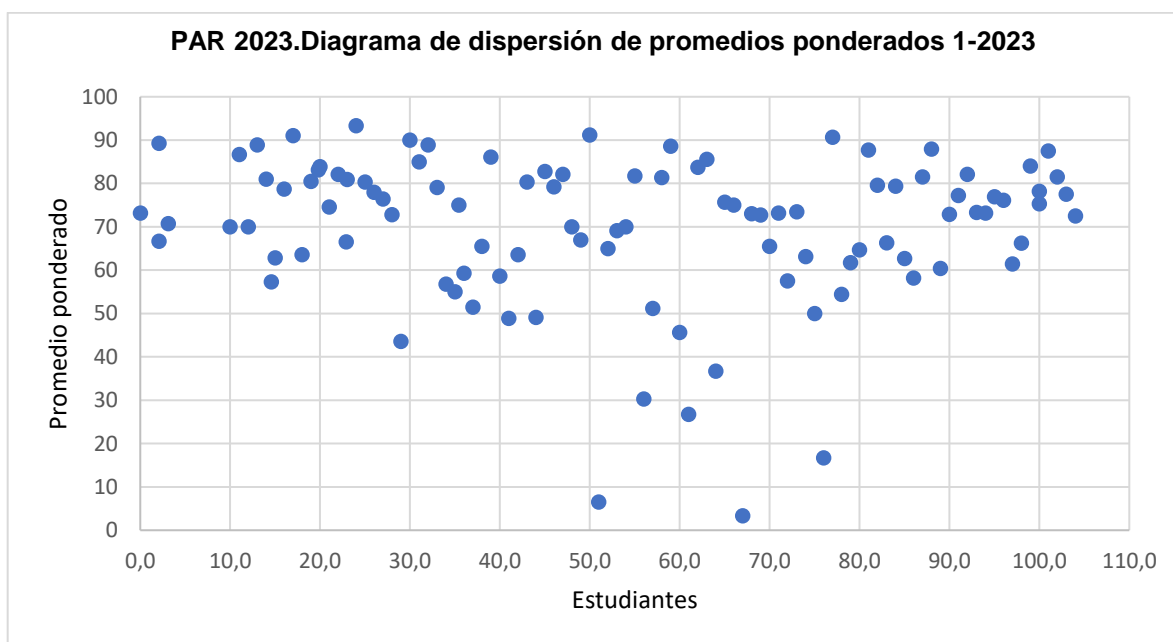
Tabla 6. Promedio ponderado según rangos de notas PAR 1 y 2-2023

Ponderado	Estudiantes I-2023	Porcentaje	Estudiantes II-2023	Porcentaje
19 o menos	3	2,9	0	0,0
20-29	1	1,0	1	1,0
30-39	2	1,9	2	2,1
40-49	4	3,8	2	2,1
50-59	11	10,6	14	14,4
60-69	18	17,3	19	19,6
70-79	32	30,8	34	35,1
80-89	28	26,9	22	22,7
90-100	5	4,8	3	3,1
Total	104	100,0	97	100,0

Fuente: elaboración propia

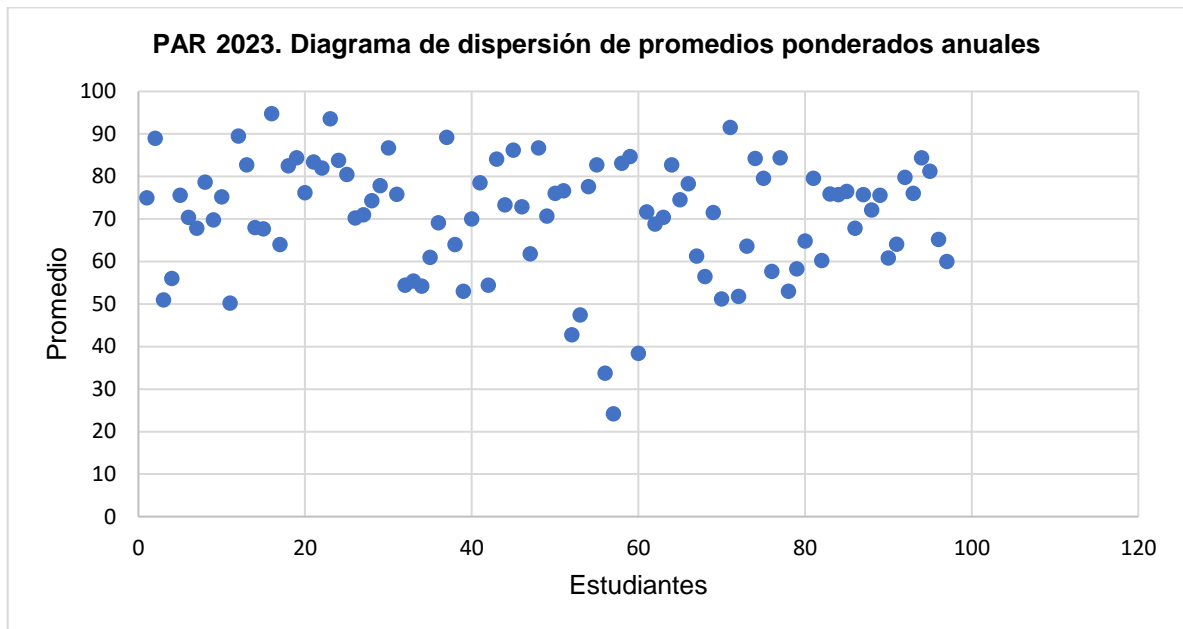
Se puede notar un rendimiento concentrado en los rangos superiores al 60, donde se encuentre 79,8% del estudiantado en el primer semestre y el 81,2% del grupo en el segundo semestre, lo que muestra una mejora en el rendimiento del grupo, que además no muestra promedios menores a 20 en el segundo semestre.

En los siguientes diagramas de dispersión, donde cada punto representa a un estudiante, se ilustra la información resumida del promedio ponderado del primer y segundo semestre en la Tabla 6.



Fuente: elaboración propia

En ambos gráficos se ve la concentración de notas estudiantiles en el rango de 60 a 100, con notas extremas en rangos inferiores de 3,3 en el primer semestre y de 24,16 en el segundo semestre, en la contraparte el promedio más alto en el primer ciclo lectivo fue de 93,3 y en el segundo de 94,8.



Fuente: elaboración propia

En resumen, se puede decir que el Programa de Admisión Restringida permite al estudiantado que ingresa por este medio, realizar su ajuste a la vida universitaria de forma adecuada y tener un rendimiento académico aceptable y muy similar al mostrado por la población de la institución.

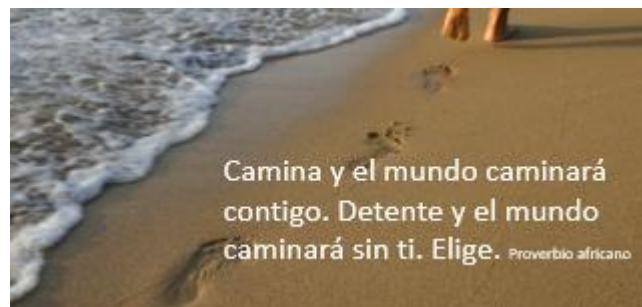
La evaluación del Programa reporta resultados positivos con nota promedio de 9,5 para todas las actividades y con aprendizajes y logros realmente importantes y motivadores para las personas que trabajan con población PAR, pero especialmente para cada estudiante y sus grupos familiares, ya que este es un proyecto que impacta de forma individual y familiar al dar oportunidad de educación superior a estas personas en condición de elegibles en el proceso de admisión al ITCR.

Referencias

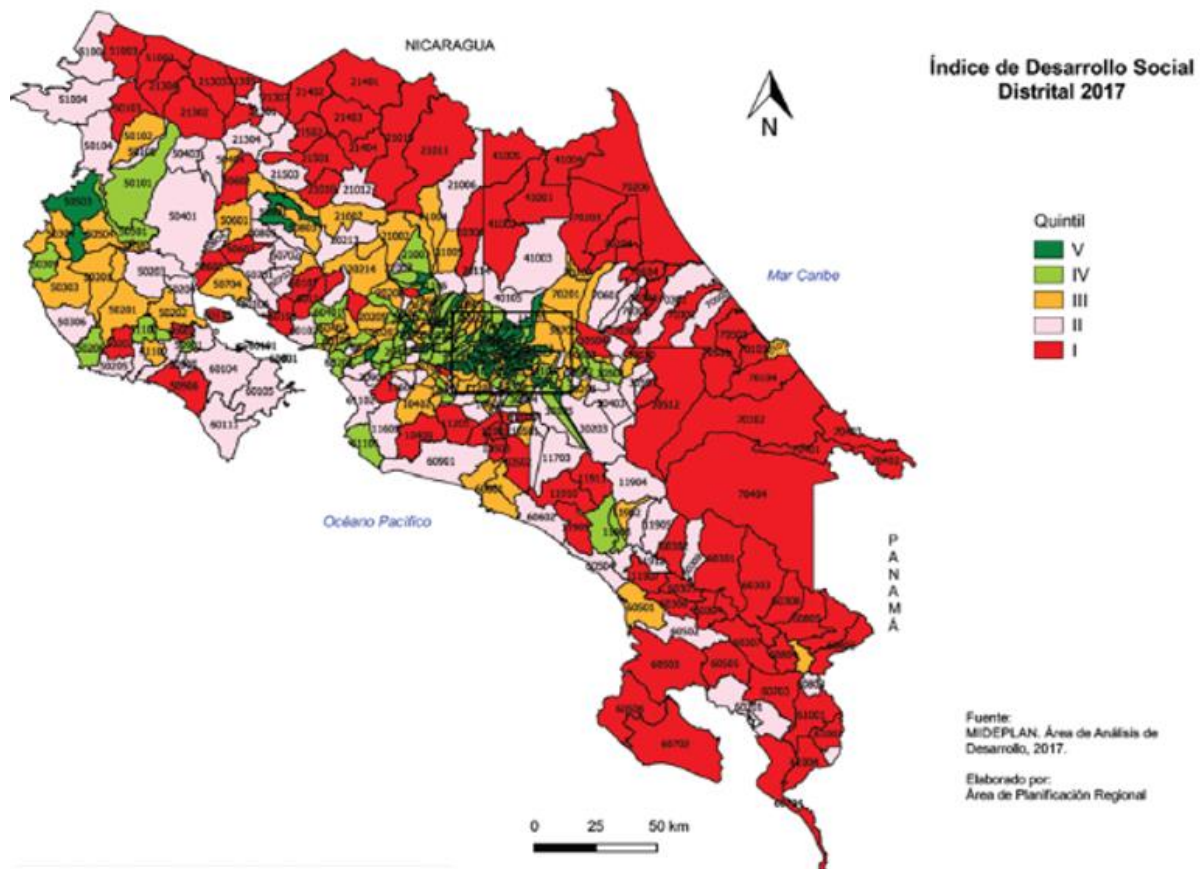
- CONARE (2020). Plan Nacional de Educación Superior Universitaria Estatal. Planes 2021-2025. Consejo Nacional de Rectores (CONARE). San José, Costa Rica. <https://repositorio.conare.ac.cr/handle/20.500.12337/8034>
- Consejo Institucional (2015). Modificación al acuerdo de la Sesión Ordinaria No 2690, Artículo 12 del 18 de noviembre de 2010: "Reforma a los criterios de selección, para el Programa de Atracción, Selección, Admisión y Permanencia con Equidad en el ITCR". Aprobado en Consejo Institucional Sesión Ordinaria No 2945, Artículo 11, del 28 de octubre de 2015. Publicado en Gaceta No. 425, del 02 de noviembre de 2015. Instituto Tecnológico de Costa Rica. Cartago.
- Consejo Institucional (2018). Modificación al acuerdo de la Sesión Ordinaria No. 2945, Artículo 11, del 28 de octubre de 2015: "Reforma a los criterios de selección para el Programa de Atracción, Selección, Admisión y Permanencia con Equidad en el ITCR". Aprobado en Consejo Institucional Sesión Ordinaria No. 3136, Artículo 10, del 18 de setiembre de 2019. ACUERDO FIRME.
- ITCR (2021). Criterios de Selección para el Programa de Atracción, Selección, Admisión y Permanencia con Equidad en el ITCR. Cartago. <https://www.tec.ac.cr/reglamentos/criterios-seleccion-programa-atraccion-seleccion-admision-permanencia-equidad-itcr>
- ITCR (2020). Objetivos de Desarrollo Sostenible. <https://www.tec.ac.cr/objetivos-desarrollo-sostenible-agenda-2030>
- ITCR (2021). Políticas Generales 2022-2026. Aprobado en Sesión de Asamblea Institucional Representativa AIR-88-2021. Publicado 22 de noviembre del 2021 mediante la Gaceta Número 851. https://www.tec.ac.cr/sites/default/files/media/doc/gaceta_no_851-2021_del_22-11-2021_politicas_generales_del_itcr_publicadas_el_23-11-2021.pdf
<https://www.tec.ac.cr/reglamentos/politicas-generales-itcr-periodo-2022-2026>
- ITCR (2022). Reglamento de admisión a carreras de grado en el ITCR. <https://www.tec.ac.cr/reglamentos/reglamento-admision-carreras-grado-instituto-tecnologico-costarica>
- MIDEPLAN (2017). Índice de Desarrollo Social 2017. Ministerio de Planificación Nacional y Política Económica (MIDEPLAN). Área de Análisis de Desarrollo. San José.
- ONU (2015). Objetivos de desarrollo sostenible. Organización de Naciones Unidas (ONU). <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>



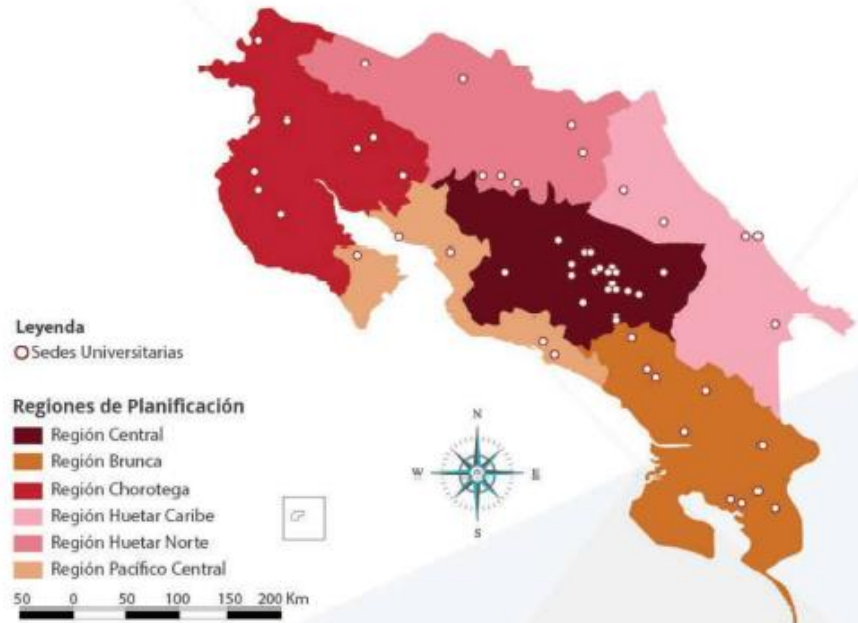
*Recuerda: Se hace camino al andar.
Antonio Machado.*



Anexo 1 Índice de Desarrollo Social Distrital según quintiles 2017



Mapa 5.1
Presencia universitaria estatal en las diferentes regiones del país, 2020



Fuente: Elaboración propia con información suministrada por las universidades estatales.

p.75

Cuadro 5.4
Cantidad de cupos de primer ingreso, matrícula, becas y diplomas otorgados por las universidades estatales, por región de planificación, 2018

Región	Cupos ¹	Matrícula ²	Becas ³	Diplomas ⁴
Total	28.868	123.010	56.685	16.946
Central	72,0	76,4	69,3	70,4
Chorotega	7,0	6,7	8,7	5,2
Pacífico Central	6,6	4,2	5,1	19,2
Brunca	5,6	4,2	4,9	1,5
Huetar Caribe	5,1	3,6	6,9	1,1
Huetar Norte	3,7	5,0	5,1	2,6

Notas:

¹ Los cupos son los correspondientes a los estudiantes de primer ingreso.

² La matrícula se cuantificó para todo del año lectivo (anualizada).

³ Las becas corresponden tanto a las socioeconómicas como a las de estímulo (por participación en grupos representativos de la universidad, por rendimiento académico, entre otros méritos).

⁴ Los diplomas otorgados corresponden a los actos de graduación programados durante todo el año.

Fuente: Elaboración propia con información suministrada por las universidades estatales.

Anexo 2

Plan Nacional de Educación Superior Universitaria Estatal. Planes 2021-2025. Consejo Nacional de Rectores (CONARE)

Referencia

CONARE (2020). CONARE (2020). Plan Nacional de Educación Superior Universitaria Estatal. Planes 2021-2025. Consejo Nacional de Rectores (CONARE). San José, Costa Rica. <https://repositorio.conare.ac.cr/handle/20.500.12337/8034>

1. Los retos del Planes 2021-2025 en materia de oferta académica mencionan aspectos como aumentar la oferta académica en áreas como ingeniería, computación y ciencias básicas (CONARE, 2020, p.96) y plantean como objetivo para Vida Estudiantil “Generar condiciones adecuadas que favorezcan el acceso y la permanencia con equidad, asimismo la formación integral y la calidad de vida de la población estudiantil para su logro académico”.
2. En el eje calidad y pertinencia el Planes 2021-2025 y sus acciones estratégicas establecen la siguiente meta:
 - 2.1.13 Implementar un plan interuniversitario para la atracción y permanencia de estudiantes de secundaria a carreras STEAM (CONARE, 2020, p.167).
3. En el eje de cobertura y equidad el Planes 2021-2025 y sus acciones estratégicas establecen las siguientes metas:
 - 2.2.1 Implementar acciones interuniversitarias para la atención de poblaciones vulnerables en los cantones del país de bajo índice de desarrollo social (CONARE, 2020, p.169)
 - 2.2.3 Desarrollar planes de **acción afirmativa** interuniversitarios para el ingreso de las poblaciones vulnerables a las universidades estatales (CONARE, 2020, p.170)

A continuación, se muestran algunos datos y los cuadros de acciones propuestas en el PLANES 2021-2025

Cuadro 5.4

Cantidad de cupos de primer ingreso, matrícula, becas y diplomas otorgados por las universidades estatales, por región de planificación, 2018

Región	Cupos ¹	Matrícula ²	Becas ³	Diplomas ⁴
Total	28.868	123.010	56.685	16.946
Central	72,0	76,4	69,3	70,4
Chorotega	7,0	6,7	8,7	5,2
Pacífico Central	6,6	4,2	5,1	19,2
Brunca	5,6	4,2	4,9	1,5
Huetar Caribe	5,1	3,6	6,9	1,1
Huetar Norte	3,7	5,0	5,1	2,6

Notas:

¹ Los cupos son los correspondientes a los estudiantes de primer ingreso.

² La matrícula se cuantificó para todo el año lectivo (anualizada).

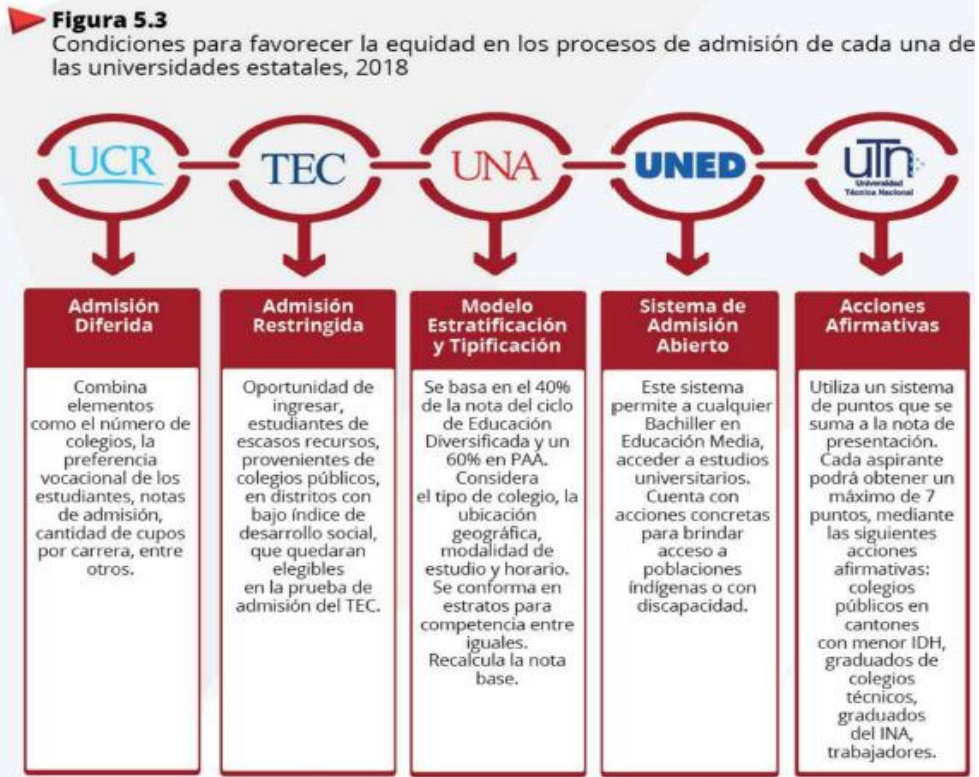
³ Las becas corresponden tanto a las socioeconómicas como a las de estímulo (por participación en grupos representativos de la universidad, por rendimiento académico, entre otros méritos).

⁴ Los diplomas otorgados corresponden a los actos de graduación programados durante todo el año.

Fuente: Elaboración propia con información suministrada por las universidades estatales.

CONARE, 2020, p.76

Acciones que favorecen la equidad en las universidades estatales



CONARE, 2020, p.106

Cobertura y equidad

A) Definición

Comprende el conjunto de políticas y acciones que aseguren el acceso, la permanencia y el éxito académico basado en los méritos, la capacidad, los esfuerzos de las y los estudiantes, con igualdad de oportunidades para los diferentes grupos sociales.

B) Objetivo

Generar acciones que permitan la igualdad de condiciones en el quehacer universitario, respetando la diversidad.

C) Acciones del eje estratégico de cobertura y equidad

Tabla 7.2.2
Plan de acción del eje estratégico de cobertura y equidad

Metas	Indicadores	Tema	Acciones para el logro	Programación de la meta					Responsable de ejecución
				2021	2022	2023	2024	2025	
2.2.1 Implementar acciones interuniversitarias para la atención de las poblaciones vulnerables en los cantones del país de bajo índice de desarrollo social. Estrategia: DE.	Porcentaje de avance en la atención de los cantones con bajo IDS. Cantidad de acciones implementadas.	Articulación interuniversitaria	1. Definir lineamientos conjuntos para el desarrollo de proyectos que incluya los criterios para la atención de poblaciones vulnerables (año 1).	X					Comisión de Vicerrectores de Extensión y Acción Social. Comisión de Vicerrectores de Vida Estudiantil. Vicerrectorías de Docencia.
			2. Desarrollar acciones para el cierre de brechas en el acceso, uso y apropiación de recursos tecnológicos para los grupos vulnerables (año 2).		X				
			3. Desarrollo de proyectos conjuntos para la atención de poblaciones vulnerables (año 2).		X				
		Atención de poblaciones vulnerables	1. Estrategias interuniversitarias construidas con las poblaciones vulnerables autoidentificadas como indígenas y otros grupos vulnerables (año 1).	X					
			2. Implementar acciones para el cierre de brechas en el acceso, uso y apropiación de recursos tecnológicos para los grupos vulnerables (a partir del año 2).		X	X	X	X	

CONARE, 2020, p.169

Metas	Indicadores	Tema	Acciones para el logro	Programación de la meta					Responsable de ejecución
				2021	2022	2023	2024	2025	
2.2.3 Desarrollar planes de acción afirmativa interuniversitarios para el ingreso de las poblaciones vulnerables a las universidades estatales. Estrategia: DE.	Porcentaje de avance en la implementación de la política. Porcentaje de avance en la implementación de los planes de acción afirmativa. Cantidad de cursos impartidos. Áreas atendidas.	Articulación interuniversitaria	1. Replantear los modelos de admisión en las universidades estatales (año 1).	X					Comisión de Vicerrectores de Docencia. Comisión de Vicerrectores de Vida Estudiantil.
			2. Análisis de perfil de entrada de estudiantes para disminuir brecha colegio universidad (año 1).	X					
			3. Unificar mecanismos de admisión en el sistema universitario estatal (año 2).		X				
		Atención de poblaciones vulnerables	1. Definir las áreas en las cuales se va a implementar la nivelación. Por ejemplo, matemática, inglés, química, física, uso de tecnología y otros (año 1).	X					
			2. Cursos nivelatorios para estudiantes de primer ingreso y estrategias para el éxito académico (durante la vigencia del plan).	X	X	X	X	X	

CONARE, 2020, p.170

CONARE (2020). Plan Nacional de Educación Superior Universitaria Estatal. Planes 2021-2025. Consejo Nacional de Rectores (CONARE). San José, Costa Rica. <https://repositorio.conare.ac.cr/handle/20.500.12337/8034>

Anexo 3

Objetivos de Desarrollo Sostenible (ONU) y Políticas Generales ITCR

Objetivo 4. Garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos.

4.3 Para 2030, asegurar el acceso en condiciones de igualdad para todos los hombres y las mujeres a una formación técnica, profesional y superior de calidad, incluida la enseñanza universitaria.

4.4 Para 2030, aumentar sustancialmente el número de jóvenes y adultos que tienen las competencias necesarias, en particular técnicas y profesionales, para acceder al empleo, el trabajo decente y el emprendimiento.

4.5 Para 2030, eliminar las disparidades de género en la educación y garantizar el acceso en condiciones de igualdad de las personas vulnerables, incluidas las personas con discapacidad, los pueblos indígenas y los niños en situaciones de vulnerabilidad, a todos los niveles de la enseñanza y la formación profesional.

Objetivo 5. Lograr la igualdad entre los géneros y empoderar a todas las mujeres y las niñas.

5.1 Poner fin a todas las formas de discriminación contra todas las mujeres y las niñas en todo el mundo.

5.c Aprobar y fortalecer políticas acertadas y leyes aplicables para promover la igualdad entre los géneros y el empoderamiento de las mujeres y las niñas a todos los niveles.

Objetivo 8. Promover el crecimiento económico sostenido, inclusivo y sostenible, el empleo pleno y productivo y el trabajo decente para todos.

Objetivo 10. Reducir la desigualdad en y entre los países.

10.2 Para 2030, potenciar y promover la inclusión social, económica y política de todas las personas, independientemente de su edad, sexo, discapacidad, raza, etnia, origen, religión o situación económica u otra condición.


Objetivo 16. Promover sociedades pacíficas e inclusivas para el desarrollo sostenible, facilitar el acceso a la justicia para todos y crear instituciones eficaces, responsables e inclusivas a todos los niveles.

16.7 Garantizar la adopción de decisiones inclusivas, participativas y representativas que respondan a las necesidades a todos los niveles.

ONU (2015). Objetivos de desarrollo sostenible. Organización de Naciones Unidas (ONU).

<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>

<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/2015/09/la-asamblea-general-adopta-la-agenda-2030-para-el-desarrollo-sostenible/>

Cambios realizados en 2023 al Documento del PAR y su relación con los ODS, mismo que está a disposición de la Oficina de Planificación Institucional (OPI)  [DOP-ODS_Cambios2022.xlsx](#)

OPI. Formulario: <https://www.tec.ac.cr/formularios/registro-iniciativas-objetivos-desarrollo-sostenible>

Adicionalmente se incluyen los objetivos del Presupuesto Anual Operativo (PAO) de la Vicerrectoría de Vida Estudiantil y Servicios Académicos (VIESA) a los que impacta el PAR

Metas del PAO-VIESA a las que impacta el PAR	INDICADOR: 3.1.4.3.1: Cantidad de procesos formativos en habilidades para la vida desarrolladas.
	INDICADOR:3.1.4.7.1: Cantidad de procesos que fortalecen la permanencia de estudiantes de primer ingreso.
	INDICADOR:3.1.5.3.1: Cantidad de acciones atendidas para el cumplimiento de objetivos y calidad de servicios estudiantiles.

Políticas generales ITCR

https://www.tec.ac.cr/sites/default/files/media/doc/gaceta_no_851-2021_del_22-11-2021_politicas_generales_del_itcr_publicadas_el_23-11-2021.pdf

<https://www.tec.ac.cr/reglamentos/politicas-generales-itcr-periodo-2022-2026>

Políticas Generales 2022-2026		
	Eje Temático	Propuesta Política
1	Docencia	Se desarrollarán programas académicos en las áreas de Ciencia y Tecnología desde una perspectiva humanística e Integral, en concordancia con los fines y principios institucionales que aporten al desarrollo sostenible e inclusivo en procura de mejorar la calidad de vida de las personas.
2	Vida estudiantil	Se fomentarán acciones que contribuyan a mejorar el acceso a la universidad, la integración de la vida estudiantil, las habilidades socioemocionales, la inclusión y los derechos humanos; procurando la igualdad de condiciones para todos los estudiantes inscritos en los campus tecnológicos y los centros académicos para asegurar su permanencia, formación integral y graduación exitosa.
3	Investigación	Se desarrollarán programas y proyectos de investigación y desarrollo con un enfoque científico-tecnológico, y de investigación educativa y sociocultural; conforme a los fines, principios, valores y ejes de conocimiento institucionales, para contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas, la competitividad del país o la generación de conocimiento.
4	Extensión y Acción Social	Se desarrollarán programas, proyectos y actividades de extensión y acción social, como una forma de vinculación con los actores del desarrollo, públicos y privados, proyectando la acción institucional en el ámbito sociocultural, educativo, productivo y organizativo, para contribuir en el desarrollo integral del país.
5	Gestión Institucional	Se fomentarán las mejores prácticas de gestión para una efectiva operación de los procesos, bajo principios de innovación y excelencia, con la incorporación de plataformas eficientes de TIC, orientadas al cumplimiento de los fines y principios institucionales para lograr la satisfacción de los usuarios de la Institución.
6	Calidad	Se fomentará que todo el quehacer de la Institución se desarrolle con criterios de excelencia generando una cultura de mejora continua en todos los procesos institucionales, a través de la autoevaluación, certificación y acreditación, para el cumplimiento de los fines y principios institucionales y la satisfacción de todos los usuarios.
7	Talento Humano	Se fomentará la atracción, el aprendizaje y crecimiento de nuestro talento humano para responder a los cambios que requiere el quehacer institucional, impulsando la cualificación, bajo una cultura participativa y un clima organizacional que propicie la permanencia satisfactoria y el mejor desempeño.
8	Ambiente, salud y seguridad	Se fomentará que todo el quehacer institucional se desarrolle adoptando las mejores prácticas para promover la salud integral, la seguridad en el trabajo y la sostenibilidad ambiental (para funcionarios, estudiantes, proveedores y visitantes) que contribuyan a mejorar la calidad de vida de las personas.
9	Desarrollo Regional	Se fortalecerá la vinculación permanente de los campus tecnológicos locales y centros académicos con los actores del sector sociocultural, ambiental y productivo, con programas, proyectos y acciones académicas para contribuir a la mejora
		de la calidad de vida de la población de sus áreas de influencia.
10	Sostenibilidad	Se desarrollarán acciones orientadas a la diversificación de sus fuentes de ingresos y el eficiente control de sus gastos, acorde a la planificación institucional, para alcanzar el equilibrio económico y ambiental de la Institución en el largo plazo, así como las sinergias que puedan lograrse con el sistema de educación costarricense y las alianzas con entes públicos, privados e internacionales.
11	Convivencia Institucional	Se fomentará en la Institución y en sus actividades, un ambiente de respeto que garantice la participación plena y la sana convivencia de todas las personas sin distinción de su etnia, lugar de procedencia, género, orientación sexual o identidad de género, estado civil, religión, opinión política, ascendencia nacional, filiación, condición de discapacidad, maternidad y paternidad, su condición socioeconómica, edad o cualquier otra forma de discriminación; generando una cultura de paz, en un entorno de libre de hostigamiento hacia las personas.

Anexo 4
Programación de actividades de nivelación PAR 2024
Elaborado por Sonia Chinchilla Brenes

SEMANA DEL 22 DE ENERO AL 26 DE ENERO 2024. TODA la población PAR EN CARTAGO:
MODALIDAD PRESENCIAL.
El 15 y 16 de enero 2024 se imparten charlas sobre el tema del *Tec Digital, Ambiente Windows y tips para la matrícula (ver enlaces al final)*

Horario/Día	Lunes 22 de enero	Martes (K) 23 de enero	Miércoles 24 de enero	Jueves 25 de enero	Viernes 26 de enero
7:30 a.m. a 12 md.	Ingreso a Residencia 9 a 11:30 Tours de reconocimiento del Tec (en la mañana y en la tarde) Responsables Estudiantes PAR 2023	7:30 a 8:30 DOP virtual consultas Enlace Zoom Enlace 9 a.m. a 12 md. Nivelación de Química Grupo 1 aula F4-07 Grupo 2 Aula F4-08 Grupo 3 Aula F4-09 Grupo 4 Aula F4-10 Grupo 5 Aula F5-07	7:30 a 8:30 DOP virtual consultas 9 a.m. a 12 md. Nivelación de Matemática Grupo 1 aula G 18-01 Grupo 2 Aula G 18-02 Grupo 3 Aula G 18-03 Grupo 4 Aula G 18-04 Grupo 5 Aula F 1-01 Grupo 6 Aula F 1-02	7:30 a 8:30 Becas estudiantiles Pamela Navarro Auditorio D-3 (Grupos 1, 2, 3 de Biblioteca) 9 a.m. a 12 md. Nivelación de Química Grupo 1 aula F4-07 Grupo 2 Aula F4-08 Grupo 3 Aula F4-09 Grupo 4 Aula F4-10 Grupo 5 Aula F5-07	7:30 a 8:30 Servicios Bibliotecarios Lab. Learning Commons Grupo 3 9:30 a 11:30 Recreación Jorge Vega Grupo A y Grupo B Lugar: Gimnasio
12:00 md. a 1:00 p.m.	Receso para almuerzo				
1 a 5 p.m.	Información general del Programa BIENVENIDA CONTRATO 1:30 p.m. a 3:00 p.m. Grupo A Auditorio D-3 Invitado: Arturo Valverde Brenes MEC (PAR 2022) Grupo B 3 a 5 p.m. Auditorio D-3 Invitado: Arturo Valverde Brenes MEC (PAR 2022) Tour de reconocimiento	1 a 3 Recreación Jorge Vega Grupo A Lugar: Gimnasio 3:30 a 4:30 Servicios Bibliotecarios Grupo 1 Lab. Learning Commons	1 a 3 Recreación Jorge Vega Grupo B Lugar: Gimnasio 3:30 a 4:30 Servicios Bibliotecarios Grupo 2 Lab. Learning Commons	1 a 3 Nivelación de Matemática Grupo 1 aula G 18-01 Grupo 2 Aula G 18-02 Grupo 3 Aula G 18-03 Grupo 4 Aula G 18-04 Grupo 5 Aula F 1-01 Grupo 6 Aula F 1-02 3:30 a 4:30 DOP virtual consultas	1 a 2:30 Pueblos indígenas en el Tec: compartiendo saberes Yerlin Castro Grupo A Auditorio D-3 2:30 a 4 Pueblos indígenas en el Tec:

	del Tec a cargo de Estudiantes PAR 2023				compartiendo saberes Yerlin Castro Grupo B Auditorio D-3
--	---	--	--	--	---

SEMANA DEL 29 DE ENERO AL 2 DE FEBRERO 2023. **Toda la población PAR en Cartago: modalidad presencial**

Horario/Día	L 29 de enero	K 30 de enero	M 31 de enero	J 1 de febrero	V 2 de febrero
7:30 a 9:20 a.m.		7:30 a 8:30 Manejo del dinero Grupo B Auditorio D-3 9:30 a 10:30 Manejo del dinero Grupo A Auditorio D-3	7:30 a 9:00 Técnicas de estudio y uso del tiempo Grupo A (Mariela Azurdia) Auditorio D-3 9:30 a 11:00 Técnicas de estudio y uso del tiempo Grupo B (Mariela Azurdia) Auditorio D-3	7:30 a 8:30 Becas Estudiantiles Pamela Navarro (Grupos 4 y 5 de Biblioteca+ San Carlos) 9:00 -12:00 Nivelación de Matemática <i>Grupo 1 aula G 18-01</i> <i>Grupo 2 Aula G 18-02</i> <i>Grupo 3 Aula G 18-03</i> <i>Grupo 4 Aula G 18-04</i> <i>Grupo 5 Aula F 1-01</i> <i>Grupo 6 Aula F 1-02</i>	9 a 11 Nivelación de Química (Laboratorios de Química)
10 a 11:50 a.m.	9 a 12 Nivelación de Matemática <i>Grupo 1 aula G 18-01</i> <i>Grupo 2 Aula G 18-02</i> <i>Grupo 3 Aula G 18-03</i> <i>Grupo 4 Aula G 18-04</i> <i>Grupo 5 Aula F 1-01</i> <i>Grupo 6 Aula F 1-02</i>	11 a 12 <i>DOP virtual consultas</i>	Servicios Bibliotecarios Grupo 4 Lab. Learning Commons 11 a 12 + Modalidad virtual Servicios Bibliotecarios Solo para Estudiantes Campus San Carlos https://itcr.zoom.us/j/89419707025?pwd=Z294MzdLbVlXc0h3dGJiclI3eUtxOT09 Código: 89419707025 Contraseña: biblio123 o este número 751554532		
12:00 md. a 1:00 p.m.	Receso para almuerzo				

Horario/Día	L 29 de enero	K 30 de enero	M 31 de enero	J 1 de febrero	V 2 de febrero
1:00 a 4:30:00 p.m.	2 a 3 Servicios de salud Karla Fallas Auditorio D-3 Grupo A 3 a 4 Servicios de Salud Karla Fallas Auditorio D-3 Grupo B	1 a 4 Nivelación Química Grupo 1 aula F4-07 Grupo 2 Aula F4-08 Grupo 3 Aula F4-09 Grupo 4 Aula F4-10 Grupo 5 Aula F5-07	1 a 4 Nivelación de Matemática Grupo 1 aula G 18-01 Grupo 2 Aula G 18-02 Grupo 3 Aula G 18-03 Grupo 4 Aula G 18-04 Grupo 5 Aula F 1-01 Grupo 6 Aula F 1-02	1 a 4 Nivelación de Química Grupo 1 aula F4-07 Grupo 2 Aula F4-08 Grupo 3 Aula F4-09 Grupo 4 Aula F4-10 Grupo 5 Aula F5-07	1 a 2:30 Servicios Bibliotecarios Lab. Learning Commons Grupo 5 Salida de residencias estudiantiles durante la tarde (máximo 3 :30 p.m.)
4:30 a 6 p.m.				4:30 a 6 Tec Digital y uso de la plataforma en tiempo de clases (Pamela Varela) Enlace https://itcr.zoom.us/j/83953056142?pwd=OTJmMGd6Zmh6MXJyeFhiaWVlCWctYQT09 ID de reunión: 839 5305 6142 Código de acceso: 101985	

<p>Enlace para charla de la Biblioteca Solo para estudiantes de Campus San Carlos Modalidad virtual</p> <p>https://itcr.zoom.us/j/89419707025?pwd=Z294MzdLbVlXc0h3dGJjclI3eUtxQT09 Código: 89419707025 Contraseña: biblio123 o este número 751554532</p>	<p>Charla de Herramientas informáticas y Plataforma del TecDigital (Pamela Varela)</p> <p>15 de enero Grupo A 3 a 5 p.m. Enlace https://itcr.zoom.us/j/82102869010?pwd=MGlzdXJQN1VXVINyZFBzOHhUdkpBUT09 ID de reunión: 821 0286 9010 Código de acceso: 609457</p> <p>16 de enero Grupo B 3 a 5 p.m. Enlace https://itcr.zoom.us/j/89801865171?pwd=OFBxQ2R3MVd5OVhpL21zNk1xNlR0dz09 ID de reunión: 898 0186 5171 Código de acceso: 522768</p>
<p>Según establecen los criterios del Programa de Admisión Restringida (PAR) aprobados por Consejo Institucional se ofrecerá un plan de nivelación a esta población.</p> <p>b. Dar carácter de obligatoriedad a la participación de los y las estudiantes matriculadas mediante la modalidad de Admisión Restringida, en el Programa de Acompañamiento que ofrece la Vicerrectoría de Vida Estudiantil y Servicios Académicos y la Vicerrectoría de Docencia. Este Programa se ofrecerá durante los dos primeros periodos lectivos de esta población e iniciará con un periodo de nivelación según lo definan estas vicerrectorías.</p>	

Anexo 5 Evaluación actividades PAR segundo semestre 2023

Elaborado por MPsc. Sonia Chinchilla Brenes



El 3 de noviembre de 2005 el Consejo Institucional aprueba el PAR
(sesión ordinaria N°2441, artículo 18)

Se aplicó evaluación PAR a la población del programa mediante formulario de Google Forms. Se envió a 96 estudiantes y se obtuvo respuesta de 75 personas (78% de respuesta). A continuación, se presenta un resumen de la calificación obtenida en los diferentes aspectos evaluados, donde los y las estudiantes debían calificar con nota de 1 a 10 (10 es la máxima calificación). El promedio de nota para el conjunto de actividades PAR fue de 9 y de 9,5 para los aspectos específicos de atención individual y grupal.

Resultados

Estudiantes que responden la evaluación, según sede

Sede	Número	Porcentaje
Cartago	48	64
San José	8	11
Alajuela	6	8
Limón	0	0
San Carlos	13	17
Total	75	100

Fuente: Elaboración propia.

Cada estudiante del PAR posee alguna beca socioeconómica: 69 (92%) tienen beca Mauricio Campos, 5 alguna categoría de Beca-préstamo y 1 joven disfrutó de exoneración porcentual del pago de derechos de estudio. Adicional a ese beneficio algunas personas disfrutaron de otros aportes por parte de la Institución, según se detalla en la siguiente tabla:

Beneficios recibidos en el segundo semestre 2023

Beneficio Recibido	Número	Porcentaje
Residencia estudiantil	27	36
Libro-Beca	26	35
Préstamo de computadora	20	27
Aporte económico adicional (Fsde)	15	20

Fuente: Elaboración propia.

Un 36% de estudiantes estaba en residencia estudiantil durante el segundo semestre, 35% de los jóvenes tuvieron acceso al beneficio de préstamo de libros (libro-beca) y a otro 27% del grupo se le facilitó una computadora durante todo el semestre. Adicionalmente se debe destacar que de los 20% de los y las estudiantes recibieron algún aporte adicional para compra de anteojos (10 personas) o para compra de materiales de su carrera (2 estudiantes) u otras necesidades (3 estudiantes).

En cuanto a la calificación que la población estudiantil asignó a las actividades desarrolladas a lo largo del semestre, esta fue muy positiva, lo que demuestra que fueron pertinentes para enfrentar su segundo semestre.

Las notas otorgadas a cada rubro se muestran en la siguiente tabla:

Calificación promedio para cada actividad PAR 2-2023

Rubro o actividad	Calificación promedio
Sesiones grupales de apoyo psicoeducativo	9,6
Sesiones psicoeducativas individuales	9,4
Tutorías en diferentes materias	8,5
Tutorías de éxito académico en diferentes materias	8,5

Fuente: Elaboración propia.

Es interesante que las calificaciones obtenidas en estos rubros se mantienen muy similares a las de semestres anteriores, lo que indica que la calidad en los servicios y actividades psicoeducativas desarrolladas con la población estudiantil se mantiene.

En el siguiente cuadro se consigna la información más cualitativa según aspectos evaluados. Se muestran respuestas que se constituyen en motivación para seguir trabajando en la misma línea en el Programa, pues los resultados son satisfactorios. Todos los temas son coincidentes y hay un énfasis en el bienestar emocional y el autocuidado.

Rubro	Principales respuestas
<p>Principales aprendizajes de las sesiones grupales</p>	<p>Autoestima, componentes y cómo mejorarla (27 personas) Aporte al equilibrio emocional de todas las emociones (24 personas) Factores de riesgo y protectores en la vida universitaria y cómo identificarlos para el autocuidado (23 personas) Trabajo en equipo y sus ventajas (23 personas) Habilidades para la vida y valores que he integrado a mi vida (21 personas) La importancia de la educación sexual y de los derechos en todas las edades (19 personas) La felicidad y la búsqueda de actividades que aportan bienestar (19 personas) Ser optimista y no dejar los sueños de lado a pesar de las adversidades (18 personas)</p>
<p>¿Cómo me ayudó el PAR?</p>	<p>Favoreció la transición colegio a universidad con integración, adaptación, organización, motivación, apoyo, compromiso y valores (35 personas) Organización, autosuperación y manejo de emociones y estrés (15 personas) Socializar y hacer amigos, expresarme y mejorar como persona (13 personas) Me permitió ingresar al Tec, a mi carrera, valorar la oportunidad y tener una beca (12 personas) Adaptación, independencia y preparación para la vida universitaria: me hubiera costado mucho por mi cuenta (9 personas) Confianza, desarrollo personal y apoyo psicológico (8 personas) Mejorar habilidades blandas y una experiencia enriquecedora que cambia la perspectiva (8 personas) Tener mejor desempeño académico y a la vez hacer amigos (7 personas) Espacio seguro y motivador en lo emocional para superarse y seguir (7 personas)</p>
<p>Temas más útiles</p>	<p>Autoestima y crecimiento personal (27 personas) Manejo de emociones y felicidad (20 personas) Uso del tiempo y organización (18 personas) Trabajo en equipo y habilidades como liderazgo y comunicación asertiva (16 personas) Factores protectores y proyecto de vida (12 personas) Todos (11 personas) Manejo de finanzas (10 personas) Gestión del estrés (7 personas) Redes de apoyo (6 personas) Temas académicos y técnicas de estudio (6 personas) Apoyo psicológico (3 personas)</p>

<p>Mayor logro obtenido a la fecha</p>	<p>Sobrevivir o adaptarse y ganar el año. No desertar de los cursos y del Tec (21 personas) Haber ingresado al Tec y saber que fue la mejor decisión (18 personas) Aprobar materias y tener buen rendimiento (16 personas) 100% de rendimiento (12 personas) Autoconocimiento y crecimiento personal (8 personas) Mantener y aclarar el proyecto de vida (5 personas) Organización personal (2 personas) Apoyo psicológico para superar cosas del pasado (2 personas) Haber sido admitido en Aeronautec (1 persona)</p>
<p>Principales problemas experimentados en el Tec</p>	<p>Recargo de cursos y ajuste a la demanda de los mismos (16 personas) Organización, sentir que faltaba tiempo y postergar (12 personas) Dinero insuficiente para los gastos (6 personas) Estrés y ansiedad por mucha carga académica (6 personas) Autonomía e independencia lo que genera soledad y malestar (5 personas) Matemática (seguro requiero ayuda individualizada) (4 personas) Asuntos emocionales (4 personas) Viajar por el tiempo que se pierde (3 personas) Malas bases(3 personas) Un curso de carrera (3 personas) 2 personas mencionaron lo siguiente Problemas con el sueño Adaptación y cambios de apartamento Relaciones interpersonales con algunas personas Los siguientes temas fueron mencionados por 1 persona Falta de compromiso Asuntos familiares Cambio de carrera Docentes difíciles Asistir a tutorías Ser autodidacta Atención y concentración</p>
<p>Observaciones para mejorar el PAR con miras a 2024</p>	<p>17 personas hacen observaciones para mejorar el PAR 2024 Está bien, lo manejan bien, seguir así. Aporta mucho (11 personas) Espaciar las reuniones y hacer ejercicios de relajación (2 personas) Los siguientes aspectos fueron mencionados por una persona Detectar y guiar mejor a población padre o madre Recordarle siempre a los/as estudiantes que no es una obligación estar en el PAR. Cada uno lo eligió Seguir haciendo actividades al aire libre Que las tutorías no sean obligatorias Atender mejor la salud mental de las personas</p>

Fuente: Elaboración propia.

En el apartado de observaciones finales 29 personas agradecen la oportunidad PAR, a continuación, algunas de sus palabras:

Observaciones		
<i>Muchas gracias a todos los que hacen posible este programa, me dieron la oportunidad de cumplir una de mis metas, se los voy a agradecer toda mi vida 😊</i>	<i>Gracias por brindarme esta grandiosa ayuda y oportunidad, espero sigan adelante con el programa ayudando a muchas más personas que lo necesitan.</i>	<i>¡Gracias por hacerme parte de esta familia tan hermosa!</i>
<i>Muchísimas gracias por la oportunidad de estar en el Tec, para mí ha sido de las mejores decisiones que he tomado en mi vida.</i>	<i>Seguir con el programa. Ayuda mucho a quienes ingresan en él.</i>	<i>Gracias a todos los que hicieron posible que este programa funcione.</i>
		<i>Muchas gracias, porque si no fuera por PAR no estaría en el TEC trabajando en mis sueños académicos.</i>

Fuente: Elaboración propia.

Finalmente se hacen algunas observaciones para mejorar la experiencia de tutoría estudiantil o de éxito académico, ambas consideradas actividades de mucha ayuda en el proceso de aprendizaje. Las observaciones se compartieron con las personas encargadas de los programas de tutoría estudiantil en el Departamento de Orientación y Psicología.

Observaciones para tutorías	
21 estudiantes hacen observaciones para mejorar tutoría:	
Tutores mejor preparados e interesados en el estudiante y que hayan llevado el curso más recientemente (7 personas)	
Todo estuvo bien (4 personas)	
Las tutorías deberían ser más dinámicas y revisar a fondo la materia. Algunas personas requieren un poco más de atención y eso no sucede (5 personas)	
Más horario y variedad de tutores y que se tenga material para practicar y/o audiovisual (5 personas)	
Para éxito Académico hicieron observaciones 10 personas	
Ayuda más individualizada, no atienden consultas muy puntuales (1 persona)	
Horarios más flexibles y que el tutor vaya al ritmo de la clase (3 personas)	
Tutores mejor preparados, se pierden y enredan a los estudiantes (7 personas)	
Rubro	Calificación promedio
Tutorías	8,5
Éxito Académico	8,5

Fuente: Elaboración propia.

Anexo 6

PAR 2023. Resumen de asistencia a tutorías y de aprendizajes Segundo semestre 2023 Elaborado por MPsc. Sonia Chinchilla Brenes



El 3 de noviembre de 2005 el Consejo Institucional aprueba el PAR (sesión ordinaria N°2441, artículo 18)

A lo largo del semestre la población estudiantil asiste a tutorías estudiantiles y consultas docentes. En ambos casos las consultas pueden ser presenciales y/o virtuales. Esta es una actividad obligatoria y se pide la entrega, al final del curso lectivo, de una hoja con el reporte de estas consultas (la entrega puede ser en formato impreso o digital). La persona encargada del grupo de cada sede procede a recopilar y consignar en un solo documento la información resumida. En este caso se cuenta con información de tres grupos de Cartago, el grupo de Campus Tecnológico Local San José y el de Centro Académico de Alajuela. El resumen de las tutorías se presenta en la siguiente tabla.

Materia	Número de consultas presenciales	Número de consultas en modalidad virtual
Tutorías		
EA de física		6
EA. Química II		26
Éxito Académico CDI	38	19
Éxito Académico de Química I		18
Éxito Académico Matemática Discreta		16
Éxito Académico Matemática General	13	232
Inglés Básico, I y II		17
Labs. De Química		15
Probabilidad y estadística		5
Dibujo		6
T. Química II		8
T. Biología		2
T. Cursos de programación		2

T. Cálculo Diferencial e Integral	8	34
T. Cálculo Superior y Ecuaciones		4
T. Cálculo y Álgebra		11
T. Física I y II	12	12
T. Matemática para AE	17	45
T. Matemática Discreta	36	34
T. Matemática General	25	150
T. Química I		18
Total de tutorías reportadas	149	680
Consulta docente		
Biología, Genética y similares		3
Cálculo Diferencial e Integral		2
Comunicación escrita, técnica u oral		31
Contabilidad	21	8
Cultural y/o deportiva		6
Cursos AA		
Cursos AG	15	
Cursos de AE (computación, metodología)		71
Cursos de AU	14	23
Cursos de Ciencias Sociales		2
Cursos de EM	17	
Cursos de Programación: Algoritmos, Bases datos		142
Cursos E		5
Cursos IB		6
Dibujo	4	5
Emprendedores		6
Estadística		8
Inglés	8	2
Lab. Química		4
Matemática General		10
Químicas		32
Total de consultas docentes reportadas	79	366
Otras actividades autorizadas por Milene Bogarín Marín y que no corresponden a tutorías o consultas docentes		15

Fuente: elaboración propia con datos de Campus Central, CTL San José y Centro Académico de Alajuela

La mayoría de las tutorías se organizaron y ofrecieron en modalidad virtual, lo mismo ocurre con las consultas docentes, ya que los y las docentes prefieren esta modalidad para atender a sus estudiantes. El gran total de consultas docentes y tutorías *presenciales* es de 228 y de tutorías y consultas *virtuales* de 1046. Ambas suman 1274.

Las consultas docentes presenciales y virtuales suman 445, de estas 18% fueron consultas presenciales y 82% en modalidad virtual. Por su parte, de las tutorías impartida por estudiantes que son 829, un 18% fueron presenciales.

Las tutorías de mayor consulta fueron Matemática General en modalidad de éxito académico y seguida de la modalidad presencial. La siguiente en número de consultas fueron las matemáticas para Administración de Empresas , Discreta y Cálculo Diferencial e Integral (estas dos últimas en modalidad presencial).

En cuanto a las consultas docentes las mayores consultas fueron en modalidad virtual y correspondieron a cursos de Programación, materias de Administración de Empresas y de Química.

Aprendizajes reportados como producto de las acciones grupales

Con respecto a los aprendizajes estos corresponden a cada una de las ocho sesiones de trabajo realizadas con los ocho grupos en cada sede de la Institución. Los aprendizajes reportados por cada estudiante se resumen por parte de la persona encargada de cada grupo y luego se unen en un solo documento. Lo mismo ocurre con los aspectos que se mencionan como propuestas de mejora personal por parte del estudiantado. Ambos aspectos se enlistan según sesión de trabajo grupal y temática desarrollada, de mayor a menor número de menciones (cada estudiante puede reportar uno o más aprendizajes o ninguno). En este caso se cuenta con información de tres grupos de Cartago, el grupo de Campus Tecnológico Local San José y el de Centro Académico de Alajuela. El detalle se muestra en el siguiente cuadro.

Número de sesión grupal y tema	Principales aprendizajes	Aspectos que se proponen mejorar
1 Estudiantes exitosos	Ser optimista y no dejar los sueños tirados a pesar de las adversidades (18 personas) Luchar por las metas y por todo aquello que queremos (no rendirse, ser valiente) (14 personas) Características de la personas eficientes y exitosas ((los límites	El optimismo, resiliencia para enfrentar las cosas y resolver problemas, sin dejarse vencer (17 personas) No rendirse, siempre dar lo mejor y tener sueños y metas y cumplirlos (10 personas) Mejorar o incorporar actitudes y habilidades de las personas

	<p>están en nuestra mente) (13 personas)</p> <p>Problemas y errores como oportunidad de crecimiento (10 personas)</p> <p>Importancia de las redes de apoyo (7 personas)</p> <p>Técnicas de estudio y aprendizaje continuo y autoaprendizaje (7 personas)</p> <p>Disfrutar los pequeños logros (1 persona)</p>	<p>exitosas y superarme cada día (9 personas)</p> <p>Contar con redes de apoyo adecuadas y pedir ayuda (9 personas)</p> <p>Sacar el máximo aprendizaje de cada día y priorizar tareas (8 personas)</p> <p>Ser mejor estudiante (6 personas)</p> <p>Hacer otras actividades de fortalecimiento personal (como leer, compartir con amigos, dibujar...) (4 personas)</p>
<p>2</p> <p>Factores protectores y de riesgo en la U</p>	<p>Aprendí acerca de los factores de riesgo y protectores y cómo identificarlos (23 personas)</p> <p>Autocuidado y tiempo para mí (18 personas)</p> <p>Fortalecer factores protectores evitar los de riesgo (8 personas)</p> <p>Aprovechar la oportunidad de estudio que tenemos, enfocarnos, tener balance en la vida y disfrutar la U (8 personas)</p> <p>La importancia de las redes de apoyo y la familia (6 personas)</p> <p>Importancia de la adecuada comunicación, relaciones interpersonales y resolución de conflictos (5 personas)</p> <p>Habilidades y valores como compañerismo, tolerancia, disciplina (4 personas)</p>	<p>Mejorar mis factores protectores: alimentación, red de apoyo, proyecto de vida, resolución de conflictos (21 personas)</p> <p>Hacer más actividades de autocuidado (incluida salud mental) (16 personas)</p> <p>Mejorar en los aspectos académicos y ser eficiente (organización, enfoque, priorización) (10 personas)</p> <p>Agrandar y mejorar mi red de apoyo y personas en quien confiar y pedir ayuda se fuera necesario (6 personas)</p> <p>Ser mejor persona (4 personas)</p> <p>Participar y socializar más (3 personas)</p> <p>Cuidar mis factores de riesgo (3 personas)</p>
<p>3</p> <p>Autoestima</p>	<p>Autoestima, componentes y cómo mejorarla (27 personas)</p> <p>Autoconocimiento, autovaloración y autocuidado (20 personas)</p> <p>Buena autoestima mejora el rendimiento académico y la vida en la U (14 personas)</p> <p>Seguridad y toma de decisiones (6 personas)</p> <p>Aportes a mi proyecto de vida (4 personas)</p> <p>Cómo mejorar las relaciones interpersonales para sentirme bien (3 personas)</p>	<p>Mejorar autoestima y no depender de la aprobación de otras personas (22 personas)</p> <p>Valorarme y quererme siempre por lo que soy (no reprocharme tanto los fallos) (10 personas)</p> <p>Mejorar aspectos académicos que pueden ayudar a sentirme bien, al autoconocimiento y lograr equilibrio emocional (9 personas)</p> <p>Mis relaciones interpersonales y de trabajo y buscar personas para la red que me ayuden con la autoestima (8 personas)</p>

		Confiar en mi mismo, tener metas claras y sentido de dirección (8 personas)
4 Emociones: expresión y manejo	<p>El aporte a nuestro equilibrio emocional de todas las emociones (negativas y positivas) (24 personas)</p> <p>Como me ayudan las emociones (14 personas)</p> <p>Como expresar y gestionar mis emociones y sentimientos (22 personas)</p> <p>Entender cómo se sienten los demás (9 personas)</p> <p>Buscar ayuda para gestionar emociones en caso necesario 8 personas)</p>	<p>Gestionar mejor mis emociones (positivas y negativas) mediante diferentes acciones o actividades (27 personas)</p> <p>Ser más comunicativo y expresar emociones (12 personas)</p> <p>Buscar apoyo si es necesario en el tema de expresión y manejo de emociones (9 personas)</p> <p>Autocontrol en el manejo de emociones (19 personas)</p> <p>Ser más empático con las emociones de otras personas (6 personas)</p>
5 Aprendiendo a ser feliz	<p>Felicidad y actividades que me hacen feliz (19 personas)</p> <p>Mantener un equilibrio entre las responsabilidades y actividades personales para ser feliz (15 personas)</p> <p>Que hay que estar agradecido por las pequeñas cosas de la vida y ser feliz (14 personas)</p> <p>Transmitir felicidad y cultivar relaciones sanas y redes de apoyo (12 personas)</p> <p>Que a las cosas siempre hay que sacarle lo mejor de todo y mirar las cosas diferente (en positivo) (7 personas)</p> <p>La felicidad está en uno mismo, hay que encontrarla (7 personas)</p> <p>La importancia del perdón (5 personas)</p>	<p>Mejorar mis actitudes, actividades o acciones que propicien felicidad (28 personas)</p> <p>Experimentar actividades y cosas nuevas incluso algunas que no sabía que me hacen feliz y así sobrellevar adversidades (12 personas)</p> <p>Mejorar mi vida social y ser feliz sin descuidar lo académico (12 personas)</p> <p>Apreciar más los detalles (11 personas)</p> <p>Cultivar relaciones sanas que aporten a la felicidad, así como fortalecer la red de apoyo (9 personas)</p> <p>El escribir todo por lo que me siento feliz día a día es algo que con solo leerlo da motivación (5 personas)</p> <p>Ver las cosas de manera más positiva para ser feliz (3 personas)</p>
6 Trabajo en equipo	<p>Trabajo en equipo y sus ventajas (23 personas)</p> <p>Aprendí acerca de los roles que existen y puedo desempeñar en los grupos de trabajo (20 personas)</p> <p>Ser un buen miembro y líder de un equipo (15 personas)</p>	<p>Mejorar aspectos específicos para el trabajo en equipo como el liderazgo, paciencia, confianza, escucha (19 personas)</p> <p>Mejorar mi trabajo en equipo (18 personas)</p> <p>Buscar equipos de trabajo (y personas) productivos y con</p>

	<p>Límites y tareas en el equipo (12 personas) El trabajar en grupo en silencio, me gustó mucho la actividad y enseña sobre la comunicación en el trabajo en equipo 11 personas) El compartir o hablar con personas que nunca hablo, pero tengo cosas en común (4 personas)</p>	<p>buena comunicación (14 personas) Valorar las características y aportes de los integrantes de los equipos de trabajo (5 personas) El tener más comunicación con mis compañeros de PAR, ya que por lo general no hablo con nadie (5 personas)</p>
7 Pareja y sexualidad	<p>La importancia de la educación sexual y de los derechos en todas las edades (21 personas) Crear en mi mismo, fortalecerme para tener mejores relaciones interpersonales y de pareja y poner límites (12 personas) Relaciones de pareja (11 personas) Importancia de cuidar la salud sexual y reproductiva (9 personas) Aprendí cómo tener una relación sana (9 personas) Datos de sexualidad en el país (9 personas) La gran oportunidad que tengo de estudiar y educarme que otras personas no tienen (7 personas) Aprendí a reconocer las características del abuso/violencia en una relación (6 personas) Enfermedades de transmisión sexual (3 personas)</p>	<p>Ser mejor en las relaciones que tengo y crear relaciones más sanas (19 personas) Informarme sobre sexualidad y derechos e informar sobre el tema a otras personas (12 personas) Buscar apoyo profesional en temas de sexualidad y salud sexual y reproductiva y cuidarme (11 personas) Estar atenta/o para cuidar mi dignidad y valores (9 personas) Crear más en mi mismo para tener relaciones sanas y poner límites (9 personas) Crear más en mi misma y en mis metas (7 personas)</p>
8 Cierre y valoración de la experiencia PAR	<p>Los valores y habilidades para la vida que he integrado a mi vida y no darne por vencido (21 personas) Aprendí a valorar cada cosa que tenemos día a día, los aportes del PAR y a superarme (14 personas) Gracias por el PAR y el apoyo recibido (12 personas) Hay personas que llegan para quedarse y que sus enseñanzas te acompañarán, aunque no estén presentes, fomentan lo que eres y te instan a ser mejor persona (7 personas) El PAR es una gran familia, todos aportan un granito de arena de manera única (6 personas)</p>	<p>Aplicar todos los conocimientos y recomendaciones que obtuve en PAR (18 personas) No perder mis metas y sueños (9 personas) Ser positivo, seguir adelante y mejorar cada día, porque el tiempo pasa rápido (6 personas) Reforzar mis valores (6 personas) Ser un poco más sociable y no cerrarme a conocer nuevas personas (4 personas) Seguir para no defraudarme, ni a la familia, ni al PAR, estas oportunidades son únicas e irrepetibles (4 personas) Reconocer mis logros (3 personas)</p>

	<p>Es una experiencia que nunca olvidaré (6 personas) Me gustó el volver a compartir con los otros compañeros PAR de otras sedes (5 personas) Socializar un poco más (4 personas) Aprendí que recordar es muy grato (4 personas) La felicidad de estar logrando sueños (4 personas) Trabajar en equipo (4 personas) Aprendí que el tiempo pasa muy rápido (2 personas) Nada es para siempre y hay que aprender a decir adiós(2 personas)</p>	<p>Ayudar a otras personas como me ayudaron a mi (3 personas) Mi concentración y aprender a escuchar (2 personas) Me propongo el día de mi graduación, recordar dónde empecé. Mis primeros pasos en el Tec me los regaló el PAR.</p>
--	---	--

Fuente: elaboración propia con datos de Campus Central, CTL San José y Centro Académico de Alajuela

En el cuadro se resaltan aspectos de crecimiento y desarrollo personal en áreas de autoestima, trabajo en equipo, autocuidado y relaciones interpersonales y en esta misma tónica las cosas que se proponen mejorar en sí mismos en sus relaciones con otras personas y su entorno, todo lo cual redundará en bienestar y equilibrio entre la vida académica y personal-social a fin de cumplir sus metas personales y profesionales, generando o fortaleciendo redes de apoyo, habilidades para la vida y valores.

Se destaca que el PAR realmente ha sido un aporte importante en sus vidas y podrá colaborar con su desarrollo hoy y en su futuro, con lo cual se refuerza la importancia de mantener acciones de apoyo y seguimiento psicoeducativo en el trabajo con esta población a lo largo de su primer año universitario.

Glosario

Del Manual procedimientos del Programa de Admisión Restringida (PAR). Kelly Robles Rodríguez (Recibido 16 de noviembre de 2022). ITCR. VIESA. DOP (Revisado y ajustado por MPsc. Sonia Chinchilla Brenes. Abril 2023. (Remitido a dirección DOP para ser enviado a OPI y Asesoría Legal).

Asesoría psicoeducativa: Apoyo y seguimiento individual y grupal para propiciar en el estudiantado la adquisición y desarrollo de herramientas psicosociales y educativas, de manera que pueda asumir con autonomía el proceso de formación profesional.

Ajuste universitario: Proceso de inserción y adaptación a la dinámica y demandas de la vida universitaria.

Permanencia: Proceso que sigue cada estudiante en el desarrollo de su formación profesional en adherencia al plan de estudios de la carrera seleccionada hasta su egreso exitoso.

Equidad: Conjunto de acciones o procesos (legales, sociales, educativos, políticos, entre otros) que se utilizan para promover la igualdad de oportunidades entre todas las personas en los diversos ámbitos de la sociedad.

Nivelación: Son charlas, actividades y cursos que permiten reforzar conocimientos sobre temas específicos, así como brindar herramientas y técnicas necesarias con respecto a aspectos académicos, de inducción y ajuste universitario.

Consentimiento Informado: Documento donde se indican de la población PAR las pautas que rigen el Programa, desde la nivelación y a lo largo del primer año lectivo y en donde se consigna la aceptación de dichas pautas y condiciones por parte de cada estudiante. Las condiciones y requisitos para ser parte del PAR se han dado a conocer desde antes del ingreso del estudiantado al proceso de nivelación.

Admisión Restringida: Es la modalidad de admisión en la que podrán participar todas las personas que no fueron admitidas mediante la admisión abierta y que cumplen con los criterios definidos para esta modalidad. Esta modalidad tiene el fin de lograr un mayor ingreso de estudiantes resguardando principios de equidad social y beneficiando a los sectores menos favorecidos de la sociedad.

Atracción (definición de la autora): Conjunto de políticas, directrices, estrategias o acciones que el ITCR define y pone en marcha para que las personas conozcan la oferta académica y las diferentes actividades en docencia, investigación y extensión, así como los servicios y apoyos que ofrece la institución, de forma que decidan optar por ingresar a estudiar (o trabajar) a la institución.

Del glosario institucional

Admisión: Es el proceso que inicia con la inscripción de las personas solicitantes sean costarricenses o extranjeras y que hayan completado la solicitud respectiva para estudiar en el ITCR y que culmina con el proceso de matrícula.

Matrícula: Es la inscripción que realizan los estudiantes, de al menos un curso, en cualquiera de las carreras de grado y posgrado que ofrece la Institución.

Del Reglamento de Admisión a carreras de grado en el Instituto Tecnológico de Costa Rica

Artículo 5. Definiciones

Admisión: es el proceso que inicia con la inscripción de las personas solicitantes sean costarricenses o extranjeras y que hayan completado la solicitud respectiva para estudiar en el ITCR y que culmina con el proceso de matrícula.

Examen de admisión: prueba que consiste en un test psicoeducativo cuyo propósito es contribuir a predecir el rendimiento académico de las personas aspirantes que solicitan ingreso al ITCR.

Igualdad de oportunidades: principio que reconoce la importancia de las diversas necesidades del individuo, las cuales deben constituir la base de la planificación de la sociedad con el fin de asegurar el empleo de los recursos para garantizar que las personas disfruten de iguales oportunidades de acceso y participación en idénticas circunstancias.

Nota de corte institucional: es el puntaje de admisión mínimo para poder obtener la condición de elegible en el proceso de admisión de la Institución.

Nota de corte de la carrera: es el puntaje mínimo para ser admitido en la carrera correspondiente.

Programa de grado: son programas académicos de bachillerato o licenciatura.

Puntaje de admisión: es el resultado de la ponderación del promedio de Educación Diversificada y la calificación del examen de admisión o en su defecto los componentes que defina el Consejo Institucional.