

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

Percepciones y vivencias estudiantiles con respecto al proceso de integración a la vida universitaria en el Instituto Tecnológico de Costa Rica.

Análisis de cuestionario aplicado a estudiantes de primer ingreso.

PROGRAMA INTEGRATEC

Elaborado por: Licda. Adriana Mata Salas
Julio 2012



Percepciones y vivencias estudiantiles con respecto al proceso de integración a la vida universitaria en el Instituto Tecnológico de Costa Rica.

Análisis de cuestionario aplicado a estudiantes de primer ingreso.

RESUMEN

El presente documento presenta los principales resultados obtenidos en la aplicación de un cuestionario digital dirigido a estudiantes de primer ingreso de la Sede Central del Instituto Tecnológico de Costa Rica, el cual exploró percepciones y vivencias asociadas al proceso de ajuste a la vida universitaria. De acuerdo con los resultados, se pueden identificar tres grandes retos para la población de primer ingreso: ubicación e información, ajuste académico y adaptación socioemocional. Los hallazgos de este estudio se convierten en insumos relevantes para la gestión del Programa IntegraTEC del Departamento de Orientación y Psicología.

Palabras clave: *ajuste a la vida universitaria, inducción, educación superior.*

INTRODUCCIÓN

El inicio de la vida universitaria marca un hito psicosocial en la vida de un individuo, quien simbólicamente deja en el colegio sus últimos años como adolescente para ingresar al mundo adulto. Un mundo donde ahora es él o ella la única responsable de sus decisiones y que le plantea una serie de retos que determinarán en gran medida el desarrollo de su proyecto de vida.

Desde la elección vocacional, la organización del tiempo, la autodisciplina y el uso del tiempo libre hasta la mudanza a una nueva vivienda lejos de su familia en algunos casos, son sólo algunos de los planteamientos a los que deberá hacer frente y en los que pondrá a prueba el bagaje de herramientas socio-emocionales adquiridas durante toda su vida.

¿Pero estará preparado verdaderamente el estudiante para asumir este gran desafío? Y más allá de esto: ¿están preparadas las instituciones de enseñanza superior para favorecer la adaptación de sus estudiantes de primer ingreso a esta nueva etapa de su vida?

Según un estudio realizado en el Instituto Tecnológico de Costa Rica en la población de primer ingreso de los años 2008, 2009 y 2010, se observa un porcentaje de no matriculados entre un 11.06% y un 16.64% con respecto a la matrícula inicial y un porcentaje acumulado al segundo semestre de 28.43%, 25.21% y 11.06% respectivamente (Barquero, 2010).¹

En las conclusiones de este estudio se destaca además que *“El promedio de rendimiento académico de los/as estudiantes; y la cantidad de cursos reprobados son variables que inciden en la continuidad o discontinuidad de los estudios”*. Y además recomienda *“en términos de “urgencia” la implementación de un programa de “retención estudiantil”, el cual estaría a cargo del Departamento de Orientación y Psicología, del Departamento de Trabajo Social, y de cada una de las carreras que presentan altos porcentajes de “pérdida de estudiantes” (Barquero, 2010).*

Las variables estudiadas en esta investigación (lugar y tipo de colegio de procedencia, rendimiento académico, entre otras), son de gran importancia para determinar políticas institucionales con respecto al proceso de adaptación académica que atraviesan los estudiantes. Sin embargo, es necesario profundizar aún más en el impacto de variables de tipo socioemocional que inciden en el proceso de adaptación y permanencia en la institución.

Es por todo lo anterior que a finales del año 2011 se plantea un breve estudio para explorar la percepción y vivencias de los y las estudiantes de la institución con respecto al proceso de integración a la vida universitaria y que facilitara el diseño de un programa de inducción por parte del Departamento de Orientación y Psicología.

En este estudio se aplicó un total de 99 cuestionarios a estudiantes de todos los niveles y entre sus principales resultados destacan los siguientes:

- *“La adaptación socio-emocional como principal reto a enfrentar durante el primer año.*
- *Los principales temores reportados se relacionan con no dar la talla académicamente, fallar en la elección vocacional y no adaptarse al sistema y al ambiente propio de la institución.*
- *En el primer año muchos estudiantes experimentan sentimientos de soledad, especialmente aquellos que deben abandonar sus hogares para buscar una residencia cercana a la institución.*
- *Se observan experiencias de frustración y tristeza asociadas a los primeros acercamientos al Tecnológico, permeados por la presión de adaptarse a un ambiente desconocido que dista mucho de la realidad del colegio a la que están acostumbrados. Los métodos de estudio, la dinámica de las clases, la forma de evaluación y el tipo de relación docente-estudiante son sólo algunos de los aspectos que marcan una gran diferencia con respecto a la educación secundaria.*
- *Además, este primer año implica enfrentarse directamente al desarrollo de habilidades emocionales y sociales como la autodependencia, toma asertiva de decisiones, autodisciplina, organización del tiempo, establecimiento de nuevas relaciones interpersonales, entre otras; lo que aunado a una nueva exigencia académica genera ansiedad y estrés.*
- *Lo anterior se ve reforzado por la falta de un programa institucional de inducción integral que favorezca una adecuada adaptación. Las actividades de integración se han realizado como esfuerzos aislados por parte de algunas carreras e instancias del Tecnológico, resaltando las charlas informativas organizadas por la biblioteca y el acto de recibimiento como los que más alcance parecen tener en la población de primer ingreso.*

- *El desconocimiento de información básica sobre trámites y servicios que ofrece la institución genera sensaciones de desorientación e incluso en algunos casos podría incidir negativamente en el desempeño académico del estudiante.*
- *Se observa la necesidad entonces de implementar formalmente un proceso de inducción a la vida universitaria que permita un mayor acompañamiento al estudiante de nuevo ingreso y favorezca una adaptación más adecuada en tres áreas principales: información general, asesoría académica,*
 - *Información general: sobre trámites, servicios y beneficios que se ofrecen en la institución.*
 - *Asesoría académica*
 - *Información específica sobre la carrera*
 - *Acompañamiento en matrícula*
 - *Métodos de estudio*
 - *Acompañamiento socio-emocional*
 - *Actividades de integración social*
 - *Apoyo de otros estudiantes*
 - *Charlas y talleres sobre diferentes temáticas (vida universitaria, organización del tiempo, motivación, sexualidad, etc)*
 - *Apoyo de estudiantes “padrinos”*

A partir de estos hallazgos se diseñó el plan de trabajo del programa “IntegraTEC” que incluyó las siguientes acciones principales:

- Coordinación de acompañamiento en matrícula por parte de las Asociaciones Estudiantiles.
- Realización del Acto de Recibimiento y semana de Bienvenida al inicio del curso lectivo con stands informativos y presentaciones de grupos extracurriculares de la institución.
- Entrega de “Guía Práctica de Servicios Estudiantiles” y Normativa Básica a la población de nuevo ingreso.
- Elaboración de guía común para recibimiento de estudiantes de nuevo ingreso por parte de las respectivas carreras.
- Conformación y capacitación de Red de Líderes (estudiantes avanzados que brindan acompañamiento a la población de nuevo ingreso a lo largo del primer año)
- Apertura de 10 charlas con temáticas relevantes para la adaptación universitaria (organización del tiempo, estilos de aprendizaje, “¿por qué dejo todo para después?”)
- Creación de una página en red social para mantener comunicación constante con estudiantes de nuevo ingreso.
- Envío de 2 boletines electrónicos a población de nuevo ingreso sobre “adaptación a la vida universitaria” y “preparación para los exámenes”

Finalmente, se decidió aplicar nuevamente el cuestionario con algunas variaciones que permitieran evaluar el impacto de las acciones en el proceso de adaptación a la vida universitaria y profundizar la información sobre las necesidades experimentadas por la población de primer ingreso.

Metodología

Con la colaboración de la Federación de Estudiantes de la institución (FEITEC) se envió el cuestionario en formato digital a un total de 494 estudiantes de la sede Central de Cartago. Se recibieron en total 167 instrumentos completos.

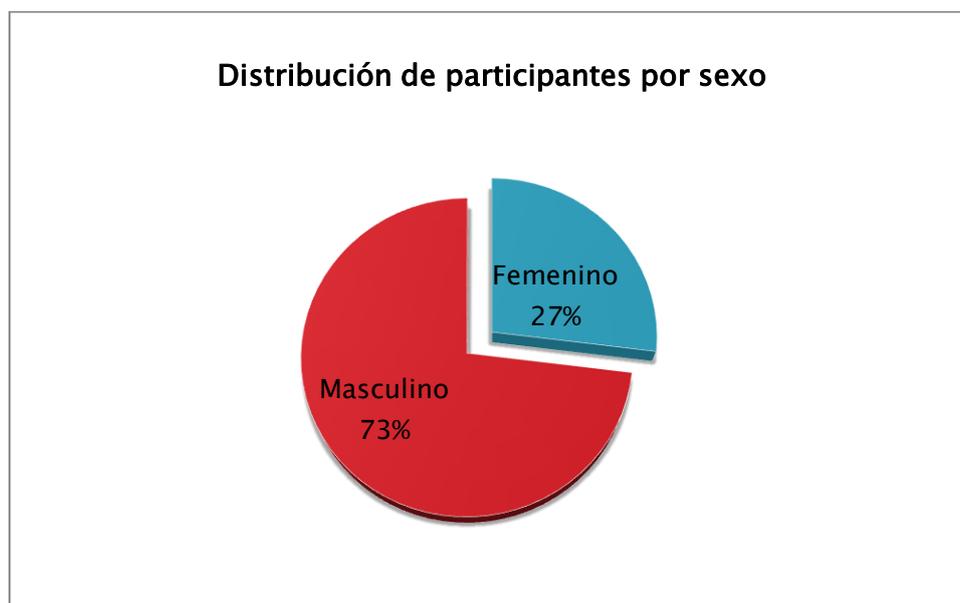
La participación fue completamente voluntaria y el diseño del instrumento se realizó con el objetivo de obtener datos informativos de carácter **cuantitativo** y aunque a la hora de realizar el análisis de los datos se pueden obtener algunos porcentajes de frecuencia de respuestas, éstos sólo se utilizan para reforzar el análisis cualitativo.

ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

Se realiza un análisis cualitativo de la información utilizando categorías que agrupan percepciones y vivencias similares de los participantes en las diferentes variables, pero al ser preguntas abiertas, en muchas de las variables, los participantes dieron respuestas que involucran dos o más categorías distintas y por lo tanto fueron tomadas en cuenta en cada una de ellas.

1. Datos generales de los participantes

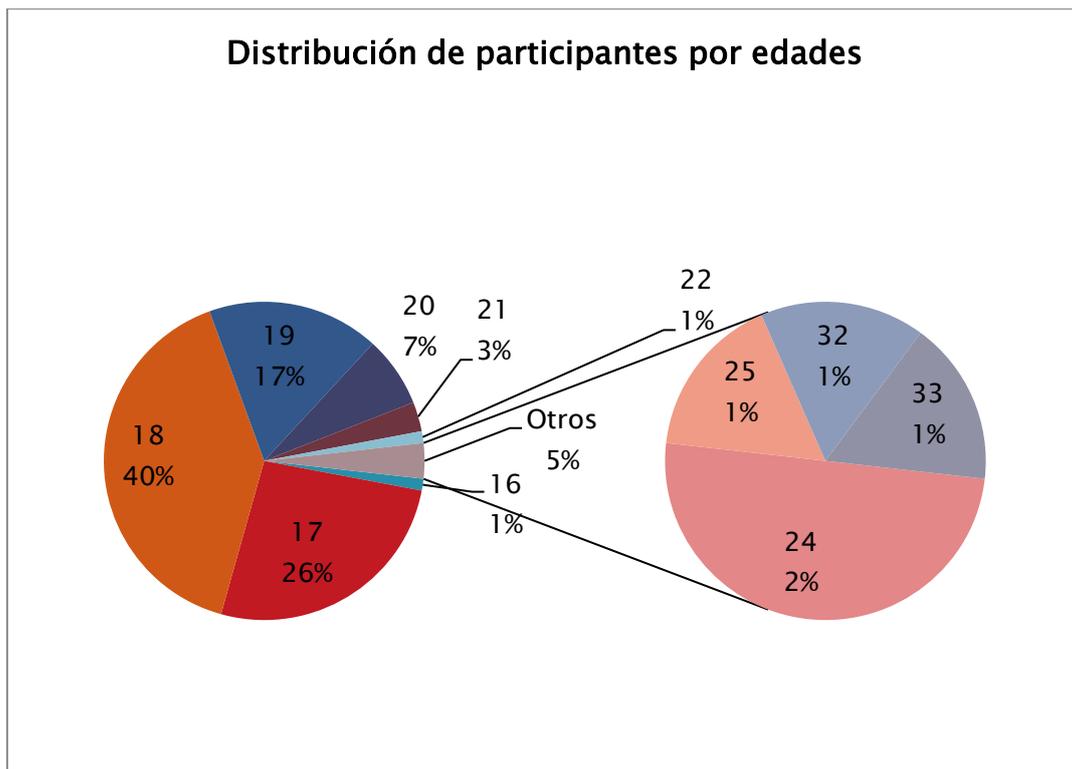
Como se observa en el siguiente gráfico la mayoría (73%) de los participantes son varones (122 en total) mientras que un 27% son mujeres (45 en total)



Fuente: Elaboración propia

En cuanto a las edades de los participantes, un 83% tiene entre 17 y 19 años, un 7% tiene 20, un 4% 21-22 años y un 5% 24 o más años; finalmente un 1% reporta tener 16 años.

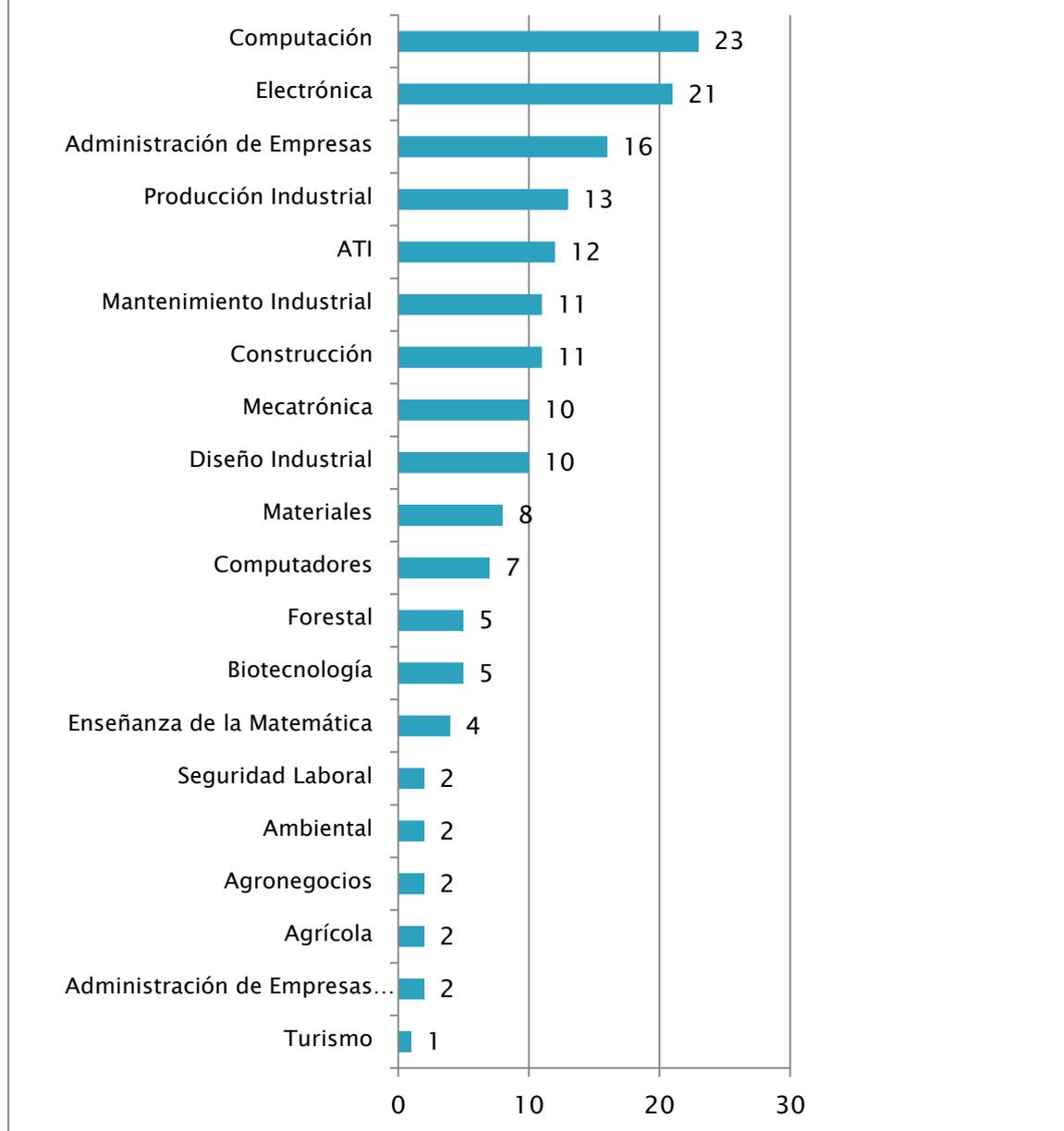
Distribución de participantes por edades



Fuente: elaboración propia.

Las carreras con más cantidad de participantes son Computación (23) Electrónica (21) y Administración de Empresas (18, 2 de ellos de la modalidad nocturna). Como se observa en el siguiente gráfico existió participación de estudiantes de 20 carreras distintas.

Cantidad de participantes por carrera



Fuente: elaboración propia.

2. Expectativas y Temores

24 estudiantes destacan altas expectativas en el plano académico, específicamente en lo que respecta a la posibilidad de aprendizaje en el contexto de una institución de alto prestigio y calidad académica, así como el uso de la tecnología y la alta calidad docente.

Por su parte 17 estudiantes mencionan expectativas en el área socioemocional, entre las que destacan:

- Ambiente agradable (con naturaleza y aire libre), de cercanía y compañerismo (5 personas)
- Vivir nuevas experiencias (3 personas)
- Poca vida social, ambiente inaccesible (3 personas)
- Lograr vencer los estereotipos que hay sobre la dificultad del ITCR (2 personas)
- “Que sea fácil” (1 persona)
- “Encontrar personas listas” (1 persona)
- Conciertos y actividades (1 persona)
- Más participación deportiva (1 persona)

Finalmente 5 estudiantes mencionan a nivel general que sus expectativas eran “positivas”. En cuanto a los temores únicamente 31 estudiantes no señalan algún temor específico, mientras que los demás destacan los siguientes:

Temores a nivel académico

El principal temor expresado por los participantes se relaciona con la adaptación académica, de hecho, un total de 94 estudiantes mencionan temores asociados al desempeño académico o encontrar cupo en la carrera y los cursos deseados.

Al respecto, 52 estudiantes manifiestan experimentar temor a “no dar la talla a nivel académico” y perder alguno o todos los cursos, mientras que 38 resaltan que la institución es “muy dura o muy difícil”.

“el fracaso de los cursos por los que iba a pasar” (estudiante Ing. Computación)

“El TEC es muy duro, no cualquiera puede estar ahí” (estudiante Administración de Empresas)

“El temor es que se sabe que es difícil y cansado estudiar aquí.” (estudiante ATI)

Por su parte, 7 estudiantes mencionan temores relacionados con la relación docente-estudiante

“Tenía el temor de encontrarme con profesores muy estrictos” (estudiante Ing. Electrónica)

... “tener profesores groseros” (estudiante Ing. Mecatrónica)

Temores a nivel socioemocional

59 estudiantes hacen alusión a temores relacionados con el área socioemocional y económica.

Específicamente sobresalen los siguientes temores:

- Cambio del colegio a la universidad y cambios en general (29 estudiantes).
- Dificultades para encontrar amigos (8 estudiantes).
- Dificultades económicas o no conseguir la beca (6 estudiantes).
- Abandono de actividades placenteras y de autocuidado (5 estudiantes).
- Estar lejos de casa (4 estudiantes).
- Que la carrera elegida no sea la adecuada (4 estudiantes).
- Que la institución no sea de su agrado (2 estudiantes).

- Dificultades para organizar el tiempo (2 estudiantes).
- Sufrir rechazo por ser de universidad privada (1 estudiante).
- No ser escuchado por ser de primer ingreso (1 estudiante).
- Experimentar mucho estrés (1 estudiante).
- Dificultades para encontrar residencia (1 estudiante).

Al respecto, destacan comentarios como los siguientes:

“Mi temor era referente al cambio, empezar otra etapa, dejar a mis amistades, y sobre todo el ámbito educativo; que tal me iba a ir en cada una de las materias que matriculase y qué tan difícil era entrar a una universidad como el TEC” (estudiante Administración de Empresas)

“Que el cambio del colegio a la universidad me fuera a afectar mucho. En especial porque no estaba totalmente seguro de querer estudiar esto”. (estudiante Ing. Computación)

“Antes de saber que había ingresado al TEC, mi peor temor era no poder hacerlo, además de que tenía que sacrificar mi vida con la familia para poder estudiar, también me atormentaba la idea de andar perdido sin saber dónde estaban las aulas” (estudiante Ing. Construcción)

“Tenía el temor de no dormir y de dejar de hacer cosas que hacía en el cole.” (estudiante Ing. Diseño Industrial)

Es interesante analizar que se algunos casos se menciona la influencia de los estereotipos socialmente creados alrededor del ITCR y sus carreras.

*“Básicamente era el entrar a la “U” -si con música tétrica y rayos de fondo- sobre todo por el grado de exigencia y **las cosas que habla la gente en la calle sobre el TEC**; mis expectativas eran **q no fuera tan horrible como lo pintaban**, poder encajar y que la carrera llenara mis expectativas” (Estudiante Ing. Diseño Industrial)*

“Tenía y tengo algunos temores que infunden sin querer algunas personas al comentar lo difícil que puede resultar la carrera y el tiempo que puede tomar graduarse” (Estudiante Ing. Electrónica)

“Me decían que era muy difícil, que la gente no dormía del todo...” (Estudiante Ing. Mantenimiento Industrial)

“...mi temor es no ser apto para esta carrera ya que se sabe y a uno le llegan los rumores de lo dura que es electrónica, pero por ahora todo va de maravilla” (Estudiante Ing. Electrónica)

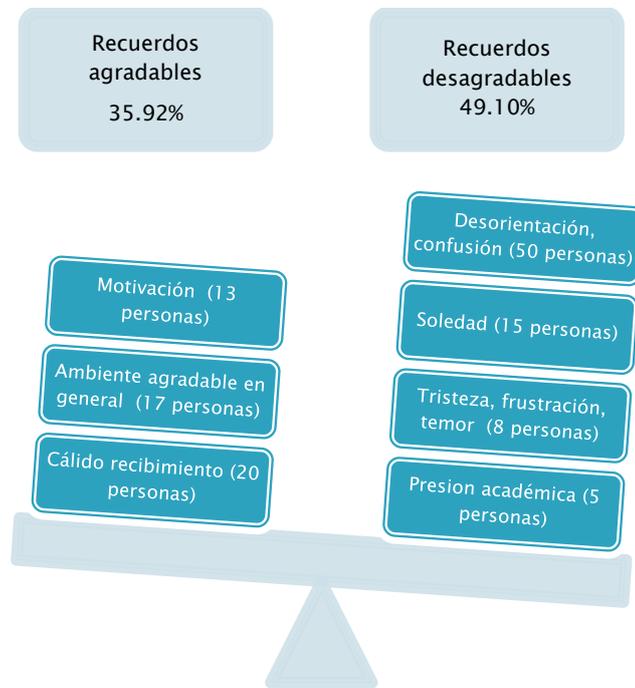
Por otro lado, algunos estudiantes señalan que sus temores han disminuido conforme pasa el tiempo y conocen más la institución.

“Pensaba si no me podía acostumbrar al cambio y a la falta de mi familia. Creí que era imposible aguantar tanto tiempo acá sin oportunidad de ver a mis padres. Pensé que iba a ser difícil, pero hoy me he dado cuenta que si se quiere superar hay que hacer el esfuerzo y que nada es en vano” (Estudiante Ing. Forestal)

“Como expectativa tenía la visión de una universidad con carencias en la parte de comunicación entre alumnos-profesor esto por ser tan enfatizado en carreras de ingenierías lo que muchas veces los profesores no tienen el tacto para comprender situaciones que viven el estudiantado, pero resulto ser opuesto. Puesto a que la universidad no posee una gran cantidad de estudiantes permite una atención personalizada entre el estudiante y profesor en algunos casos” (Estudiante Ing. Producción Industrial)

3. Recuerdos

82 personas mencionaron recuerdos desagradables, incómodos o negativos, 60 destacaron recuerdos positivos y agradables, mientras que 8 resaltaron ambas características y 17 no respondieron. A continuación, se resumen los principales recuerdos agradables y desagradables reportados:



Fuente: elaboración propia.

Específicamente en los recuerdos agradables sobresalen los siguientes aspectos ejemplificados con algunas de las frases expresadas por los y las estudiantes:

- **Cálido recibimiento/ bienvenida/ inducción**

- “Recuerdo que los grupos de ATI de años anteriores estaban muy pendientes de nosotros y nos aconsejaban mucho” (estudiante de ATI)
- ... “También recuerdo que los miembros de ASEIC (Asociación de Estudiantes de Ingeniería en Computadores) nos hicieron un recibimiento aparte y nos asignaron a un "padrino", lo cual es muy bueno ya que es una

gran ayuda cuando se tiene dudas sobre algún tema”. (estudiante Ing. Computadores)

- *“Un recibimiento muy bonito para una mejor adaptación” (estudiante Ing. Biotecnología)*
- *“...la amabilidad de los encargados de recibir a los de primer ingreso” (estudiante Ing. Computación)*
- *“Una muy buena recepción, la ASODEC nos vaciló mucho, estuvo bastante divertido. (estudiante Ing. Computación)*
- *“el mejor recuerdo fue la convivencia que tuvimos los de la carrera forestal junto con los más viejos porque trataron de integrarnos y que nos conociéramos un poco más...” (estudiante Ing. Forestal)*
- *“muy gracioso porque hicieron actividades en las cuales me divertí mucho...” (Estudiante Enseñanza de la Matemática)*
- *“La actividad de bienvenida, muy amena, un recorrido por las instalaciones del TEC guiado por estudiantes más viejos de la carrera, un almuerzo junto con los estudiantes de primer ingreso de Ing. en Electrónica e Ing. en Computadores, una cena en el colegio de Ingenieros el día martes de la primera semana, planeada para estudiantes de Ing. Mecatrónica e Ing. en Mantenimiento Industrial” (estudiante de Ing. Mecatrónica)*

- **Ambiente agradable en general**

- *“Todo salió muy bien, las personas son de gran calidad humana” (estudiante Administración de Empresas)*
- *“que todo lucía muy tranquilo y las clases fueron bastante agradables. (estudiante Ing. Computadores)*

- **Motivación**

- *... “sentía un ambiente agradable, me gustaba ir a el lago, correr, jugar basket, me sentía con energía para ir a clases en las mañanas” (estudiante Ing. Construcción)*
- *“Estaba muy entusiasmado de empezar una nueva etapa y conocer nuevas personas” (estudiante Ing. Diseño Industrial)*
- *“Una mentalidad de sonreírle a cada reto nuevo que se planteaba, día con día” (estudiante Ing. Producción Industrial).*

- **Otros**

- Buen trato de profesores
 - *“Esperaba una visión más "fría" de los profesores, pero resultaron ser personas de buenas intenciones que al final lo único que buscan es que el estudiante apruebe el curso, pero no es regalarle nada al estudiante” (estudiante Ing. Computadores)*
- *“Recuerdos muy bonitos del Programa de Admisión Restringida, en donde conocí y compartí con diferentes personas” (estudiante Ing. Agronegocios)*

Por su parte, se destacan los siguientes retos y/o dificultades experimentadas:

- **Desorientación:** con respecto a las instalaciones, trámites, servicios y en general la dinámica de la vida universitaria.

- *“Me sentía perdida y desorientada. No conocía muchas personas, es un cambio muy drástico del cole a la U por lo que la adaptación es bastante difícil” (estudiante ATI)*
 - *“Hubo días en los que comía solo, me sentía súper desorientado, no sabía lavar ni cocinar, tuve problemas con la formalización de la beca, conocí a mis primeros amigos de la “U”, me di cuenta que mis ganas de irme a mi casa eran reales, extrañaba mis amigos, me sentía desorientado con lo tramites, el tiempo no me rendía” (estudiante Ing. Diseño Industrial)*
 - *“Di, que andaba completamente perdido... El primer día duré 3 horas buscando el aula... Así fue toda la semana, pero ya en la segunda semana ya estaba medio adaptado al recorrido” (estudiante Ing. Electrónica)*
 - *“Andar buscando un aula por casi todo el tecnológico por que el aula no tenía marcado el número y estar preocupada por llegar tarde, y al final de cuentas la profesora no llego sino hasta la tercer o cuarto día” (estudiante Enseñanza de la Matemática)*
 - *“Al principio se hace bastante difícil la ubicación de las aulas. a los estudiantes de primer ingreso se les debería dar una especie de mapa que les ayude a ubicar las aulas más fácilmente” (estudiante Ing. Mantenimiento Industrial)*
- **Soledad**
 - *“Siempre pasé solo y hasta el momento estoy solo y sin amigos” (estudiante Administración de Empresas)*
 - *“Me sentí muy solo...” (estudiante Ing. Electrónica)*
 - *“Me sentía muy solo, pero con mucho orgullo de haber podido entrar a esta universidad de mucho prestigio, me sentía como un extraño y caminaba mucho buscando las aulas respectivas de cada materia, me daba mucho frio y extrañaba a mi familia” (estudiante Ing. Mantenimiento Industrial)*
 - *“No hablarle a nadie, por ser el único de mi colegio que ingresó...” (estudiante Ing. Producción Industrial)*
- **Tristeza/Frustración**
 - *“No quería estar, me sentía un poco mal pero emocionada” (estudiante Administración de Empresas)*
- **Temor**
 - *“Mucha ansiedad, temor a las primeras clases, entrar al aula equivocada, no saber qué impresión se debe tomar del profesor del curso” (estudiante Ing. Mecatrónica)*
 - *“Tenía miedo, y no sabía si había elegido la decisión correcta (estudiante Ing. Computación)*
- **Presión académica/dificultad para organizar el tiempo**
 - *“Sin dormir y mi primer ensayo de 15 páginas” (estudiante ATI)*
 - *“Bastante presión tanto por todos los trabajos como la ejercida por mí. No saber cómo organizarme” (estudiante Ing. Diseño Industrial)*

- **Desarraigo**

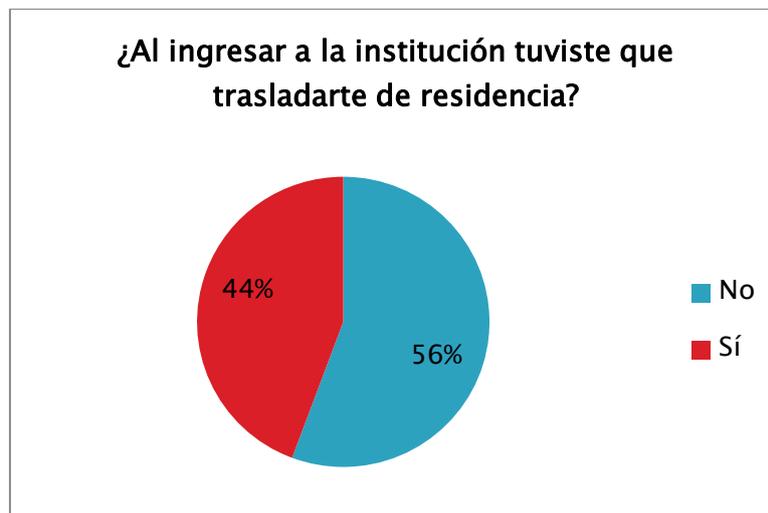
- “los primeros días son los más difíciles porque primero tenía que acostumbrarme a donde vivía” (estudiante Ing. Producción Industrial)
- “...me di cuenta que mis ganas de irme de mi casa eran reales, extrañaba mis amigos...” (estudiante Ing. Diseño Industrial)
- Lloraba mucho porque estaba lejos de mi casa” (estudiante Ing. Producción Industrial)

- **Otros**

- Poca eficiencia de buses de ruta Tibás Moravia Guadalupe TEC
- Pupitres muy pequeños
- Ambiente distinto a otras instituciones
- “Dejan la falta de sentir que se pertenece a la carrera por la falta de cursos de carrera y el exceso de generales” (estudiante Electrónica)
- “Muchos profesores que pensé que era unos gruñones y otros angelitos prefiero a los gruñones se sabe a lo que va” (estudiante Mantenimiento Industrial)

4. Traslado de residencia

Como se observa en el gráfico siguiente el porcentaje de quienes tuvieron que realizar traslado de residencia es de 44%. (74 personas)



Fuente: elaboración propia.

Al respecto, 35 estudiantes señalan la experiencia como difícil incluyendo los siguientes aspectos:

- **Adaptación emocional**

“Vivía en San Ramón, donde solía salir sanamente muy a menudo a el parque, jugar con mis hermanos, siento que soy ejemplar, cuando me pase a Cartago tenía la necesidad de salir por las noches, lo cual no era difícil porque Cartago es un poco más peligroso, además sentía que les estaba haciendo falta a mi familia, sobretodo mis hermanos menores. Me hacía falta compartir tiempo, pero sobretodo cariño con alguien. (Estudiante Ing. Construcción)

- **Organización del tiempo y tareas cotidianas**

“es un poco duro porque no tienes a tu madre a tu lado para que te ayude al que hacer con algunas actividades como la preparación de los alimentos y sin ella uno tiene que dedicar mucho tiempo para realizar estas tareas que comúnmente ella hace” (estudiante Administración de Empresas)

“Dí, he tenido que realizar todas las labores para mí solo (cocinar, lavar, limpiar el aparta, hacer mandados) y aprender a vivir independientemente. No me ha costado, pero es cansado. Y dejar a la familia, mmm, ya hace falta. Cada mes voy a visitarlos a Pérez Zeledón” (estudiante Ing. Electrónica)

- **Encontrar una residencia adecuada**

“bueno fue sumamente tedioso porque no todas las casas cubrían con la necesidad que uno espera o estaba fuera del presupuesto económico impuesto por mi familia” (estudiante Ing. Forestal)

- **Adaptación a nivel interpersonal**

“Al principio todo estaba perfecto, pero conforme van apareciendo trabajos se me complicaba más porque donde vivía a los señores no les gustaba que yo llevara personas ajenas, pero el problema era que, si nos agarraba muy tarde, no podíamos quedarnos en el TEC y también si llegaba tarde al apartamento los señores se enojaban, entonces por ese lado estaba mal. Pero todo cambió cuando me pase de apartamento” (estudiante Ing. Producción Industrial)

“En un principio bien porque el TEC no daba tiempo para extrañar la familia, pero no es fácil convivir con personas ajenas a la vida de uno y acostumbrarse a nuevas costumbres, más cuando se las imponen a uno” (estudiante Ing. Construcción)

Por otro lado, 21 estudiantes resaltan la experiencia como positiva, ejemplificada en las siguientes frases:

“Me encanta, desde un principio mis intenciones eran venir a vivir a Cartago, disfruto mucho de la independencia con que se cuenta. A pesar de tener que hacer uno mismo las labores del hogar, me parece una experiencia muy satisfactoria el hecho de vivir fuera de casa. Aparte, el lugar donde yo vivía es demasiado caliente, y dado que me gusta el clima frío, es otra razón por la que me gusta estar aquí” (estudiante Ing. Computadores)

“Me encanta vivir con amigos y no con mi familia, en libertad completa” (estudiante Ing. Forestal)

“Me ha sido fácil, porque vivo donde mi abuela y ya conocía esta casa muy bien, entonces me sentí habituado de una sola vez” (estudiante Ing. Electrónica)

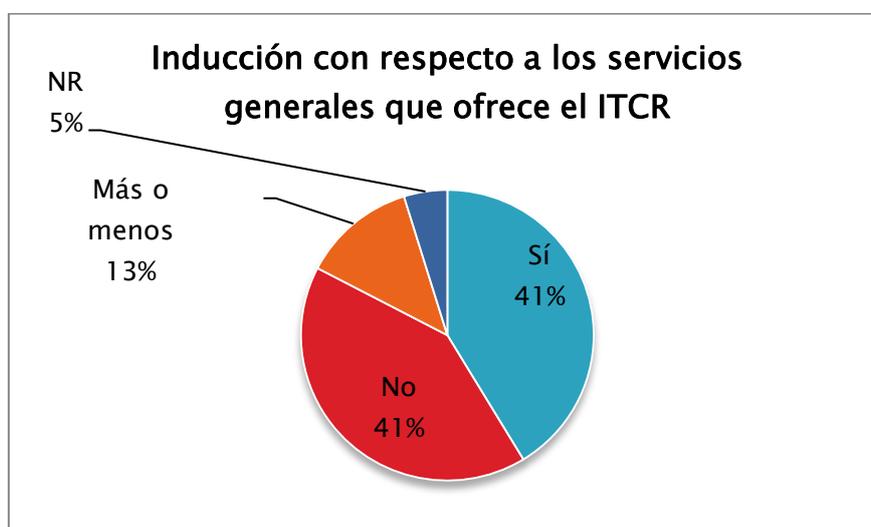
Finalmente, 18 participantes comparten la vivencia como un proceso de adaptación que en la actualidad perciben como positivo pero que ha implicado momentos difíciles y de reto.

“Realmente es muy distinto a lo que acostumbraba, pero a estas alturas ya me siento mucho más acostumbrada pero no ha sido fácil” (estudiante Ing. Construcción)

“la primera semana fue difícil por el cambio drástico, pero conforme al tiempo se acostumbra y la verdad que la experiencia y la oportunidad de estar acá muchos la querían y no todos tuvimos el privilegio” (estudiante Ing. Forestal)

5. Inducción recibida con respecto a los servicios generales que ofrece el TEC

69 estudiantes señalaron que “Sí” recibieron una inducción apropiada con respecto a los servicios generales que ofrece el TEC; igual cantidad indica que “No” la recibieron, mientras que 21 la califican como insuficiente.



Fuente: elaboración propia.

Entre quienes dicen haber recibido un proceso de inducción se destacan:

- Actividades relacionadas con el programa IntegraTEC (20 personas).
 - Recibimiento, semana de bienvenida (15 personas).
 - Acompañamiento de líderes (5 estudiantes).
- Inducción de procedimientos en la biblioteca (8 estudiantes).
- Nivelación del Programa de Admisión Restringida (PAR) (2 estudiantes).
- Prebienvenida de carrera (2 estudiantes).

- Acompañamiento de docentes (2 estudiantes).
- Apoyo de amigos/as (2 estudiantes).
- Feria Vocacional (1 estudiante).
- No especifica (32 estudiantes).

“Sí, al inicio nos asignaron un líder (estudiante con experiencia) y él se ha mantenido pendiente hasta el momento, muy buena iniciativa” (estudiante Ing. Computación).

“Sí, en los primeros días los profesores y personas de las asociaciones se encargan de ubicar a los estudiantes y dar a conocer y ayudar en el TEC” (estudiante Ing. Construcción).

“Sí, por parte de algunos funcionarios de la biblioteca mediante la charla de inducción y el recorrido dentro de las instalaciones, también por parte de los estudiantes que conforman la ASEIC que se han preocupado por mantenernos informados y motivados dentro de la carrera” (estudiante Ing. Computadores).

“sí, hicieron algo de Integratec que me ayudó a conocer las instalaciones y todo eso” (estudiante Ing. Computación).

“Sí. Cada profesor nos dio una introducción al mundo universitario y los servicios con los que podemos contar” (estudiante Ing. Computadores).

“Sí, pues el primer día, nos asignaron un guía, el cual nos llevó a dar un recorrido por las instalaciones” (estudiante Ing. Computación).

Por su parte, quienes dicen no haber recibido ninguna inducción expresan la necesidad de este proceso para una adaptación exitosa:

“ninguno, siento que es muy deficiente y uno aquí entra como las vacas sin ayuda de alguien que lo oriente y para aprender tenemos que llevar golpes para aprender” (estudiante Administración de Empresas).

... “No, me hubiera sido de mucha ayuda saber antes de entrar, como era que funcionaban el sistema de buses del TEC, el que utilizo normalmente lo conocí gracias a que lo veía de casualidad en la mañana, pero sino no hubiera sabido del transporte directo. Esto deberían mejorarlo para que la gente que del todo no considera entrar al TEC por culpa de la distancia, vean que el servicio de bus es muy amplio y ayuda bastante” (estudiante Ing. Computación).

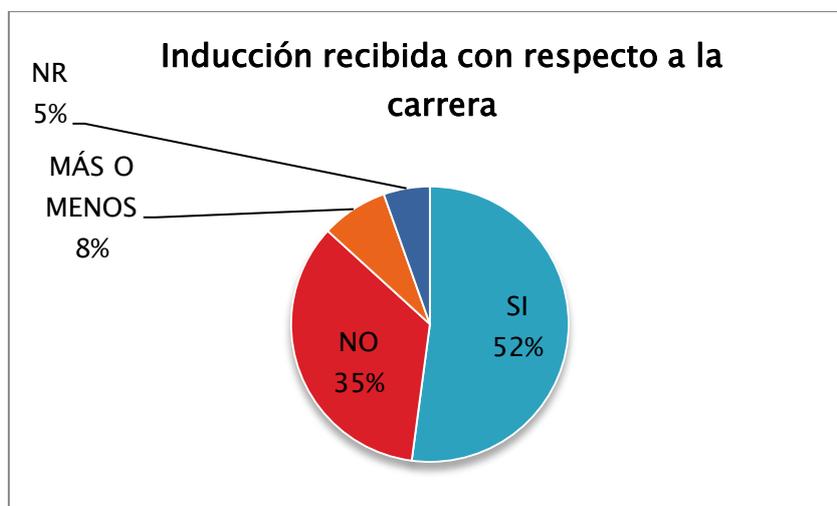
“No. Hasta la fecha no sé cómo funciona la clínica que hay en el Tec, tuve que indagar sobre las horas que está abierta la soda institucional y el salón de fuerza” (estudiante Ing. Mecatrónica).

5. Inducción recibida con respecto a la carrera

Como se observa en el siguiente gráfico un 52% (87 estudiantes) manifiesta haber recibido inducción específica hacia su carrera, principalmente a través de las siguientes acciones:

- Actividades de bienvenida realizadas por las Asociaciones Estudiantiles y las escuelas (26 estudiantes).

- Actividades de prebienvenida (11 estudiantes).
- Charlas y acciones generales realizadas por las escuelas (9 estudiantes).



Fuente: elaboración propia.

Este tipo de acciones parecen ser percibidas por los estudiantes como clave para una buena adaptación:

“Si, por parte de nuestra Asociación recibimos varias charlas sobre en qué consiste la carrera, que retos conlleva y cuál debe ser nuestro norte en cuanto al futuro, así mismo se motivó a los estudiantes a no aflojar en ningún momento los esfuerzos dentro” (estudiante Ing. Computadores)

“Si recibí motivación por parte de un estudiante a punto de graduarse, lo cual me ayudo a identificarme con la carrera, me dio fuerzas para salir mejor en los cursos, y siento que una buena motivación por la carrera es la esencia de la confortabilidad, ya que nuestra atención está en la carrera, olvidándonos de la familia, los amigos, y cosas por el estilo; no digo que sea bueno olvidarse de esas cosas, pero es mejor en estas circunstancias” (estudiante Ing. Construcción)

De los 58 estudiantes que indican no haber recibido inducción, 4 afirman que sí se ofreció el espacio, pero por diversas razones no pudieron asistir. Mientras tanto 13 estudiantes destacan que la inducción recibida fue insuficiente.

Ambos grupos coinciden en que este proceso sería importante reforzarlo para mejorar la adaptación a la vida universitaria:

“no y me hubiera gustado y más como que me hubieran dicho cuales materias era mejor matricular ver el horario y saber un poco más sobre las materias y a lo que va uno” (estudiante Ing. Diseño Industrial).

“Más o menos, no es muy detallado la verdad eso lo deben mejorar...” (estudiante Administración de Empresas).

“Maso menos, la malla curricular me ayudó bastante, aunque de igual forma ya tenía conocimiento lo que era mi carrera. Pero siempre sería bueno mejorar la explicación de las carreras que viene en el catálogo de estas que se le da a uno en el colegio, y pienso que explicarlas en términos más conocidos por los colegiales”. (estudiante Ing. Diseño Industrial).

6. Trámites que se deben conocer

Como se observa en el siguiente gráfico los principales trámites que los participantes consideran que debe conocer un estudiante de primer ingreso son los relacionados con Admisión y Registro y el Departamento de Trabajo Social.



Fuente: elaboración propia.

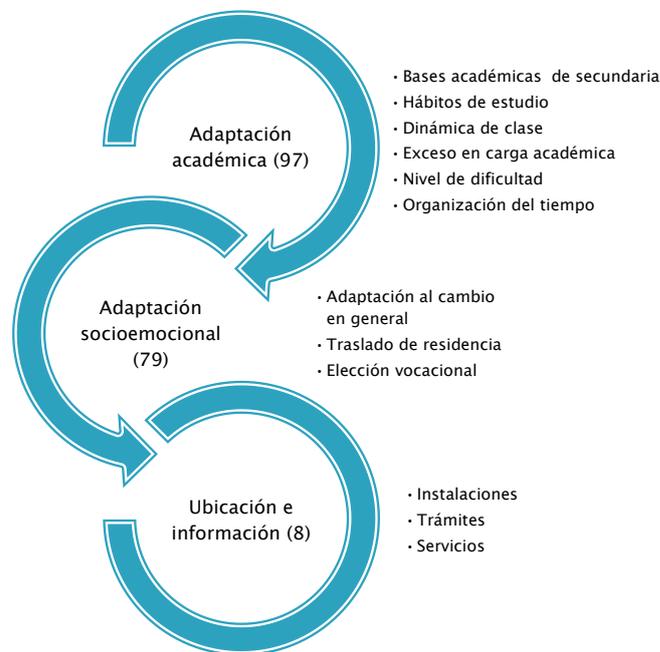
Por otro lado, se señala la importancia de conocer información sobre:

- El Tec en general: 6
- Levantamiento de requisitos: 5
- Carrera: 5
- Comedor: 5
- Organización del tiempo: 3
- Intercambios: 2
- Nivelación: 2
- Transporte: 2
- Asociaciones: 1
- Entrada de carros: 1

- Fechas: 1
- Psicología: 1
- Tec Digital: 1
- Tutorías: 1
- Verano: 1

7. Principales retos que debe enfrentar el estudiante de primer ingreso

Los principales retos que según la opinión de los participantes debe enfrentar la población de primer ingreso son los siguientes:



Fuente: elaboración propia.

• **A nivel académico (97 personas)**

- Debilidades en bases académicas de secundaria

“Poder adaptarse al Tec ya que es mucho más estudio y es totalmente diferente al colegio, más que todo por las bases que se traen especialmente en matemática (estudiante Enseñanza de la Matemática).”

- Hábitos de estudio inadecuados

“El cambio de venir relajado del colegio, pasar los exámenes sin haber estudiado, en el TEC eso simplemente no es posible, y lamentablemente a muchos estudiantes de primer ingreso nos pasa que a principio de semestre estamos así,”

ya luego uno se da cuenta de que no es así, ya sea por las buenas o las malas” (estudiante Ing. Computadores).

- Dificultades en la dinámica de clase (didáctica, relación docente-estudiante, etc)

“que algunos profesores piensan que uno tiene la experiencia o el conocimiento que un estudiante que tenga 5 años estudiando y a veces usan un vocabulario que no se entiende” (estudiante Ing. Producción Industrial).

“el enfrentarse a profesores los cuales no les interesa que tan bien te sientes en clases” (estudiante Ing. Electrónica).

- Exceso en la carga académica

“El cambio en carga académica, saber que antes tenías lecciones para practicar y ahora todo depende de lo que hagas en tu tiempo “libre”; afrontar eso es como lo más difícil” (estudiante ATI)

“Enfrentarse a la carga académica que no estamos acostumbrados algunos de nuestros colegios no ser tan duros al principio” (estudiante Administración de Empresas).

“Pasar el bloque completo de materias que por error (o emoción) matricula... al final uno pierde varias y eso ya es trauma porque aún se tiene la mentalidad de que perder un curso es lo más malo; como en el cole” (estudiante Ing. Computación).

- Dificultad de los cursos

“Adaptarse al nivel de dificultad y trabajos que implica los diferentes cursos del TEC” (estudiante Ing. Computadores).

- Organización del tiempo

“Aguantar los trabajos sin dormir y cumplir sus expectativas” (estudiante ATI).

“El tema tiempo y efectividad ya que cuesta mucho disciplinarse con el estudio, saber organizarse con todo” (estudiante Administración de Empresas).

- **A nivel socioemocional (79 estudiantes)**

- Adaptación al cambio en general

“primero es un cambio muy grande, así que ahora sí las cosas son de verdad y a entrar en mi caso sin conocer a nadie y volver a hacer amigos, acomodarse a los profes etc...” (estudiante Ing. Diseño Industrial).

“Perder a sus amiguitos, a las wilitas (sic), las partys (sic), las buenas titis (sic), ya me entiende?perder todo lo bueno de la vida, olvidarse del mundo” (estudiante Ing. Electrónica)

“Dejar de lado la "costumbre" de la vida del colegio, debido a que la mayor parte de los estudiantes que ingresan al TEC son estudiantes que en sus colegios de procedencia no presentaban grandes dificultades en su rendimiento académico por lo que no requerían mucho esfuerzo para mantener notas de excelencia, pero dentro del sistema del TEC y de cualquier universidad, eso no funciona, siempre debe darse el 100% desde el principio” (estudiante Ing. Computadores).

○ Traslado de residencia

“No devolverse para su casa por no aguantar la presión que se tiene de estar en esta institución” (estudiante Ing. Producción Industrial).

“Creo que el más difícil es alejarse de la familia, sentir soledad a pesar de estar rodeado de muchas personas” (estudiante Ing. Agronegocios).

○ Elección vocacional

“darse cuenta que realmente está estudiando lo que le apasiona” (estudiante Ing. Mantenimiento Industrial).

“Acostumbrarse y estar seguro que es la carrera adecuada” (estudiante Ing. Computadores).

● **Información y ubicación con respecto a instalaciones, servicios y trámites (8 personas)**

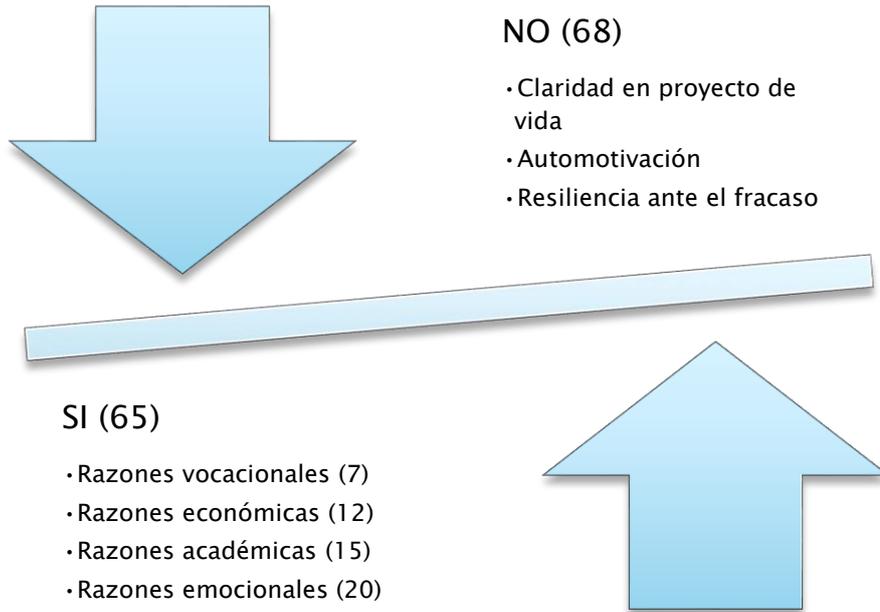
“Conocer la metodología de todas las cosas del TEC como la soda, la biblioteca o el servicio de buses a san jose. La verdad yo anduve perdido las 2 primeras semanas con respecto a eso” (estudiante Ing. Computación).

En este punto es importante resaltar que la población de modalidad nocturna presenta necesidades particulares que deben ser abordadas:

“Que le llegue la información en el momento oportuno, considero que el flujo de la información es una debilidad especialmente en la noche, es como si existiera otro TEC” (estudiante Administración de Empresas Nocturna)

8. Posibilidad de deserción

Ante la pregunta: “¿Durante este semestre has pensado en abandonar la Institución?” 68 estudiantes respondieron que No, 65 que sí y 36 no respondieron.



Fuente: elaboración propia.

Entre quienes aseguran no haber considerado abandonar la situación destacan los siguientes aspectos:

- **Automotivación**

“Claro que no, rotundamente estoy 100% segura de que estar acá es lo mejor que me pudo pasar y era lo que deseaba, fijo no voy a dejar pasar la oportunidad y el esfuerzo tanto mío como de mi familia y los profesores que me prepararon para estar donde estoy” (estudiante Ing. Forestal).

“no, saco título porque lo saco” (estudiante Ing. Producción Industrial).

“No, por más difícil que sea es una decisión que se toma, si se quiere estudiar o no, además que nada se obtiene gratis y sin esfuerzo en esta vida. También por más duro que sea al final se obtiene una gran recompensa que es una educación de calidad” (estudiante Ing. Computación).

- **Resiliencia**

“no, soy muy terco, aunque me caiga me levanto de nuevo” (estudiante Ing. Mantenimiento Industrial).

“No, la verdad a pesar de que mi rendimiento no es el mejor, solo me inspira a aprender de los errores cometidos en este semestre para llegar a ganarle al que viene y superarme y superar al TEC” (estudiante Ing. Computación).

- **Ambiente agradable**

“Ninguno!!!!!! Yo sé que los primeros semestres son suaves y que todo lo ve color de rosa, pero simplemente me encanta todo, el campus, la gente, los funcionarios, la mayoría de las personas son muy amables, me encanta que haya tanto árbol, que sea tan tranquilo, siendo un lugar tan verde lo relaja a uno, no es por rechazar otros campus, pero no me gusta los lugares tan urbanos, la naturaleza puede llegar a ayudar en los momentos más grandes de estrés” (estudiante Ing. Mantenimiento Industrial).

Es importante resaltar que varios estudiantes, aunque señalan que no desean abandonar la institución sí han experimentado dificultades en su adaptación a la vida universitaria.

“no, pero si he pasado mucha frustración debido a no dar la talla como quisiera hacerlo” (estudiante ATI).

“no lo he pensado debido a que quiero lograr sacar la carrera, pero si me he sentido decepcionado porque me esforzado bastante en mate y no he salido bien” (estudiante Ing. Mantenimiento Industrial).

“No lo he pensado, ...sin embargo se me ha complicado muchísimo por estarme trasladando de mi lugar de trabajo los fines de semana al TEC, pero tengo mis intenciones es que me aprueben el traslado que solicité para seguir estudiando en esta institución” (estudiante Enseñanza de la Matemática).

Por otro lado, en quienes afirman haber considerado la posibilidad de abandonar la institución destacan los siguientes aspectos:

- **Dificultades en adaptación académica**

“Por momentos me han dado muchas ganas y esto se debe a lo que estoy sufriendo con la matemática y el nivel de preparación que recibí en el cole que no me sirvió para nada” (estudiante Administración Empresas).

“Si. Como lo puse anteriormente, casi toda la materia hay que buscarla por cuenta propia, los profesores medio explican ciertas cosas y para las tareas "cortas" hay que buscar a alguien más avanzado que le explique. Yo creía que a la universidad se iba a aprender no a que yo me encargue de buscar todo. Además, hay casos de profesores que no se les puede preguntar nada si no entendió porque le responden de mala manera. Y un punto que me parece muy importante es que en introducción a la programación y taller de programación van muy rápido, por ejemplo, en mi grupo casi que solo van a pasar estudiantes que vienen de colegios técnicos en donde ya tenían conocimientos muy avanzados en programación” (estudiante Ing. Computación).

“A veces ya que en algunas ocasiones en ciertas materias los profesores se exageran con lo que ponen de trabajos y porque otros no explican por más que se le pida” (estudiante Ing. Computadores).

Es importante resaltar que lo académico se relaciona directamente con lo emocional, ya que como mencionan varios estudiantes la presión de los cursos, exámenes y trabajos en ocasiones genera estrés, tristeza, frustración y desesperanza.

“Sí, porque muchas veces me pierdo en las clases y no comprendo la materia entonces siento que no estoy aprendiendo nada, siento muchas veces que la carrera no es para mí” (estudiante Ing. Computación).

“Sí, muchas veces, me he sentido muy presionada y triste ya que he tenido muy malas notas. Pero la verdad amo mi carrera y prefiero seguir” (estudiante Ing. Mecatrónica).

“Sí, sentía que no iba a poder y me sentía muy cansada siempre por más que me esforzaba no veía resultados. Y los profesores que me tocaron dejaban siempre muchos trabajos y me consumía mucho tiempo... no podía nunca descansar y eso me llegó a estresar demasiado (estudiante Ing. Computación).

- **Dificultades a nivel emocional**

“Si, algunas veces porque me parecía que no valía la pena dar mi salud física y emocional a una carrera...SOLO ESTUDIO” (estudiante ATI).

“Si. En un momento difícil más que todo por estar lejos de todo y venir a un entorno diferente, estar encerrado dentro de 4 paredes fue lo más difícil ya que en mi antigua residencia pasaba haciendo cosas más dinámicas, más activas” (estudiante Ing. Mantenimiento Industrial).

“pues si pensé en ello hace dos meses porque mi padre falleció y eso me ha afectado mucho, y me está afectando” (estudiante Ing. Mecatrónica).

- **Dificultades económicas**

“Si, porque en estos momentos mi familia necesita de mi aporte económico (un trabajo) y la verdad que ha sido difícil continuar, pero aquí sigo y voy a luchar para evitar salir de esta increíble universidad” (estudiante Ing. Mantenimiento Industrial).

“Si por que perdí una materia y tengo beca entonces tengo que usar una concesión por no aprobar los 12 créditos” (estudiante Ing. Computación).

- **Dudas vocacionales**

“Si. Aún no sé si la carrera es la que quiero. No me siento al nivel de los otros estudiantes en cuanto a notas” (estudiante Ing. Ambiental).

“Sí. Sería para ir a estudiar otra carrera (pediatría) en la UCR, solo porque en Tec no hay facultad de medicina” (estudiante Ing. Mecatrónica).

“Sí, porque la carrera de Diseño Industrial a pesar de ser una de las mejores me gustó mucho, sin embargo, no llenaba mis expectativas acerca de lo que me gustaría hacer para trabajar durante toda mi vida” (estudiante Ing. Mantenimiento Industrial).

9. Factores que hubiesen ayudado en el proceso de inducción

Se destacan los siguientes aspectos como posibles apoyos en el primer año universitario:

- **Programa inducción (78)**
 - Líderes (11)
 - Información (26)
 - Charlas (9)
 - Actividades (14)
 - Apoyo, motivación (4)

“tener una persona a mi lado que me aconsejara y también el entrar al PAR porque se dice que estos son los estudiantes más privilegiados de la institución y al parecer por los demás no se preocupan para nada” (estudiante Administración de Empresas).

“Las actividades culturales-deportivas sean como algo que te distraigan más. No que te quiten tiempo, sino sólo hacer algo diferente, sin que sea algo estresante” (estudiante Ing. Electrónica).

“Que algunos días antes nos hubiesen citado a un proceso de inducción cambio colegio-universidad” (estudiante Ing. Computadores).

“Que el programa de matrícula en la compu tuviera una guía que te vaya diciendo paso x paso. Tal vez para la primera matrícula no se me dificultó porque la verdad todo lo hizo la muchacha, y yo sin saber q cliqueaba, pero ahora para la segunda matrícula, ¡sí voy a estar perdida!” (estudiante Administración de Empresas).

“Algún tipo de charla sobre el manejo del estrés y la presión. PARA MI ESO SERÍA TOTALMENTE IMPORTANTE” (estudiante Ing. Electrónica)

“actividades culturales semanales, o mensuales, tipo peña en donde se reúna las personas para poder socializar mejor. Con música, arte, etc...” (estudiante Ing. Construcción).

“Personas capacitadas dispuestas a escuchar y orientarme para evitar tantos miedos provocados por la inexperiencia” (estudiante Administración de Empresas).

- **Nada (26)**

“No se me ocurre una mejor forma de integrarme a una institución, a como lo hice este semestre, el ambiente en el TEC es muy cálido y muy acogedor, las deportivas y las culturales son de gran ayuda para conocer más gente de otras carreras” (estudiante Ing. Computación).

- **Nivelación académica (7)**

“Una mejor ayuda por parte de los profesores, y no nos tratara como si ya estuviéramos ahí, mucho tiempo, sino que empezara realmente desde 0” (estudiante ATI).

“Que la dificultad de los cursos aumentará gradualmente, así tal vez sería un proceso más fructífero, porque el cambio se va realizando gradualmente y no de golpe” (estudiante Ing. Computación).

- **Mapa (6)**

“Creo que un mapa para ubicarme, después de eso siento que todo fue hecho lo mejor posible para que me integrase” (estudiante ATI).

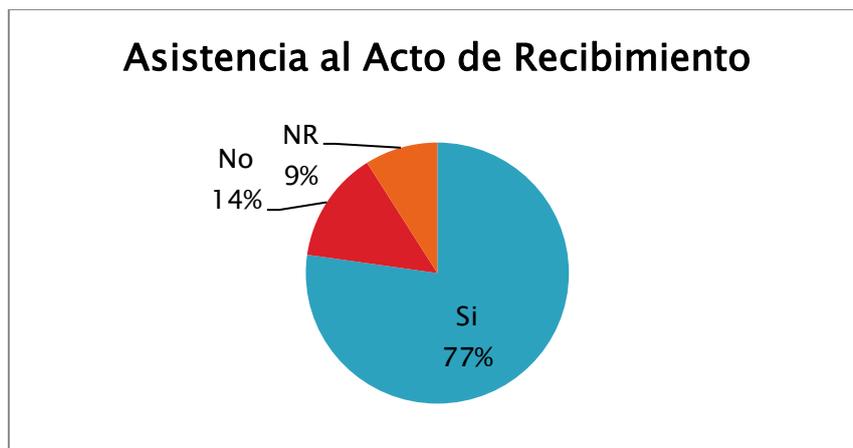
- **Mejor trato de profesores (5)**

- **Otros**

- Becas.
- Brindar servicios en la noche.
- Mejor educación secundaria.
- Ambiente más ameno.
- Vivir más cerca.

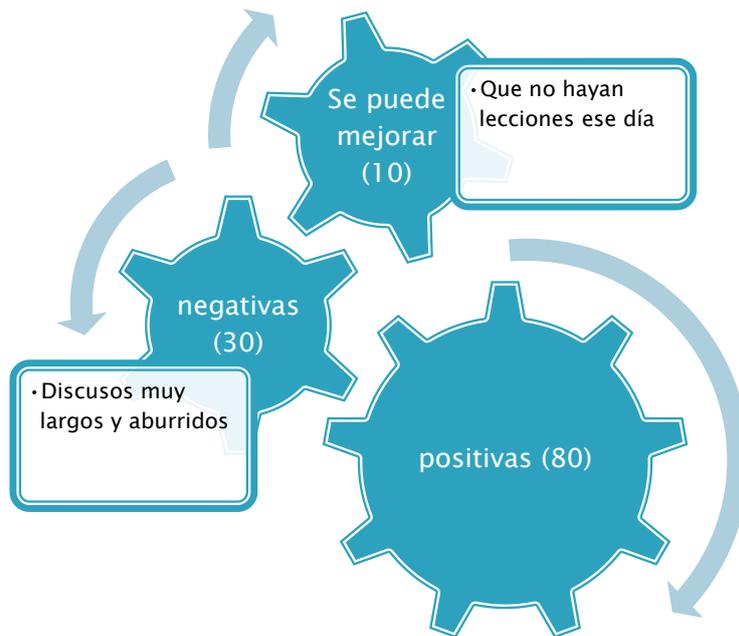
10. Acto de recibimiento

La mayoría de los participantes afirma haber asistido al Acto de Recibimiento (77%)



Fuente: elaboración propia.

80 estudiantes dan opiniones favorables con respecto a este Acto, mientras que 30 alertan sobre aspectos negativos y 10 afirman que estuvo bien, pero podría mejorarse.



Fuente: elaboración propia.

11. Apoyo de líderes

80 estudiantes señalan haber recibido apoyo por parte de estudiantes líderes (iniciativa del proyecto IntegraTEC):

“Esa persona me ha dado mucha ayuda. Me contesta todas mis dudas y a veces me dice algo que no me pude haber dado cuenta sin él. Hasta me invita con sus amigos a jugar futbol en el planché. Es muy amable” (estudiante Ing. Producción Industrial).

“Si, se me asignó un tutor el cual ha sido de muchísima ayuda. Me ha facilitado material de estudio, orientación en muchos trámites o dudas que tenía y de vez en cuando me sirvió para desahogarme” (estudiante Ing. Diseño Industrial).

“Si claro y hasta la fecha todavía nos sigue dando apoyo, nos explicó dudas sobre la carrera, aspectos que se ven en algunas materias” (estudiante ATI).

“sí claro, me llamaron para ver si estaba cómodo a mi estadía para el acto de recibimiento (ELECTROMECAÁNICA), además del transporte” (estudiante Ing. Electromecánica).

“¡Sí, cada duda que tenía le enviaba un mensaje de texto vía celular o Facebook y me respondía amablemente! ¡Fue de mucha ayuda!” (estudiante Administración de Empresas).

“Sí!! excelente iniciativa, y un gran líder, muy comprometido con ayudarnos a integrarnos” (estudiante Ing. Computación).

Por su parte, 32 estudiantes afirman que no recibieron ningún tipo de apoyo:

“no honestamente ni siquiera sé quiénes son los líderes, a electrónica le falta mejor integración con sus estudiantes” (estudiante Ing. Electrónica).

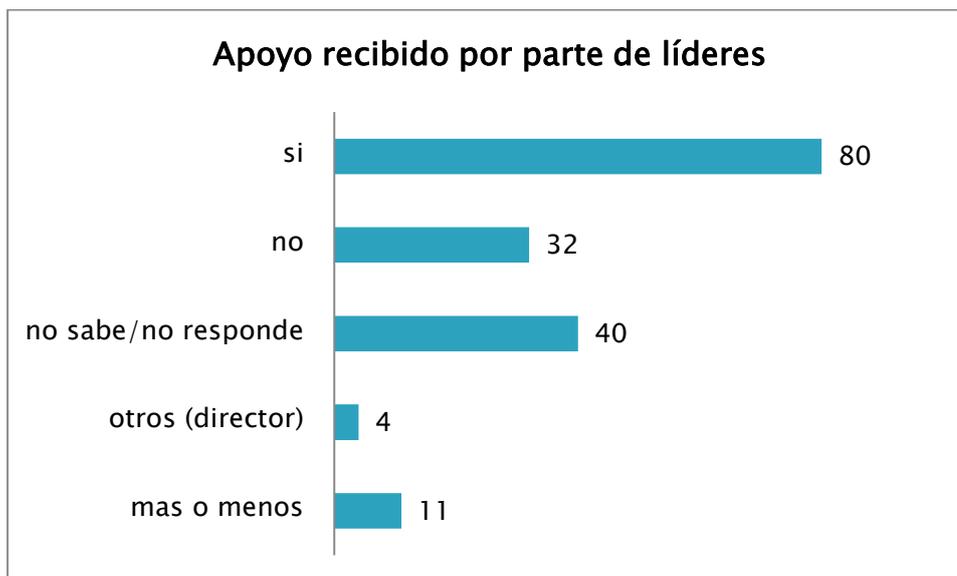
“NO. Sí hay líder, pero no ayuda mucho, debería preguntar si alguien ocupa ayuda no solo esperar a que uno la consulte” (estudiante Ing. Forestal).

“Nombres! más bien me agüevó (sic) todo, me dijo que el programa de electrónica duraba 5 años pero que ni el hijoe ´cristo (sic) pasa electrónica en el Tec con menos de 7 añitos (estudiante Ing. Electrónica).

Mientras tanto, 11 estudiantes opinan que el apoyo fue insuficiente:

“Sólo en el primer día se mostraron muy interesados. Pero después de ahí nunca más se volvieron a contactar” (estudiante Ing. Producción Industrial)

“Se supone que nos asignaron a un estudiante, pero este parece ser muy tímido y no se interesaba mucho, seguro era la primera vez de este estudiante pero que se espabile para que nos ayude en el proceso como se debe” (estudiante Administración de Empresas)



Fuente: elaboración propia.

Finalmente, 4 estudiantes mencionaron el apoyo recibido por parte de su director de carrera:

“Sí. El director de carrera organizó una actividad para nosotros y nos ayudó a comprender aspectos de la carrera. Además, nos explicó mucho acerca de la carrera que escogimos” (estudiante Ing. Agrícola)

“Si, (...) el director de la escuela nos apoyó mucho y nos motivó para entrar y seguir adelante con este camino universitario” (estudiante Ing. Mantenimiento Industrial)

12. Sugerencias para el Departamento de Orientación y Psicología

Entre las sugerencias dadas por los participantes al D.O.P destacan las siguientes:

- **Programa/charlas de inducción: (50 personas)**

- Charlas (proyecto de vida manejo del estrés, motivación, organización del tiempo, adaptación a la vida universitaria, técnicas de estudio) (27)
- Ampliar alcance de Programa IntegraTEC (7)
- Grupos de apoyo (2)
- Programa inducción en general (14)

“El día de la matrícula hacer grupos en los cuales se les presente la vida del Tec y cómo será el nuevo reto que inician, por medio de una dinámica que no conlleve más de 30min para que el estudiante se impulse y puedan aclarar todas las dudas sobre sus estudios, horarios, formas de pago, etc” (estudiante Administración Empresas)

“En el caso del Tec creo que las charlas se enfocan mucho en la parte académica y creo que deben incluir más la parte cultural y deportiva ya que el estudiante necesita un plus para que su vida estudiantil no gire sólo entorno a lo académico comentar más sobre las ferias o actividades que se realizan durante el año” (estudiante Ing. Forestal)

“Un proceso previo al ingreso a la Universidad donde se puedan evacuar los millones de dudas q uno tiene en ese momento y crear centros virtuales de confluencia de primeros ingresos (unos de carrera y otros generales) para que a la hora de entrada uno no sentirse tan solo y “abandonado por la vida” (estudiante Ing. Diseño Industrial)

“Charlas motivacionales, mucha gente las necesita, donde se abarquen tantos temas donde se le haga conocer al estudiante que el TEC no es nada fácil, sin embargo, el esfuerzo vale la pena” (estudiante Ing. Computadores)

“Que se den más inducciones en general y en específico a los que estudiamos de noche ya que la mayoría de los programas de integración son de día” (estudiante Administración de Empresas Nocturna)

- **Información (28 personas)**

“Dar más información que colabore en agilizar la ambientación de los estudiantes y dedicarse más tiempo en entender cómo se siente un estudiante al ingresar y que necesita para desenvolverse mejor” (estudiante Ing. Mecatrónica)

“Lamentablemente el estudiante de primer ingreso no se cree en capacidad de hacer alguna crítica a la institución o algún departamento, por consiguiente, no hacen uso de todos los beneficios que el TEC ofrece (ya que a la vez los desconocen), por tanto, sería conveniente que el Departamento de Orientación y Psicología aumente su proyección e invada el campo de visión de los estudiantes de primer ingreso. Una forma sencilla de lograr esto es, incorporando en el sobre de matrícula un documento que contenga información importante y que ayude a los estudiantes (de forma muy puntual) porque, es de creerse que el estudiante verdaderamente interesado en ingresar al TEC, lee TODA la información que le llega; al menos yo, lo hice así” (estudiante Ing. Construcción)

“En realidad sólo es cuestión de tiempo, pero lo indispensable sería que le indiquen a uno como funciona el TEC x dentro, que diablos es el IAIMI, que uno lo puede usar cuando quiera, que la Feitec reparte horarios de buses, adonde voy si tengo dudas acerca de tal cosa. Todo eso lo deberían brindar” (estudiante Ing. Producción Industrial)

- **Actividades extracurriculares: (21 personas)**

“Ayuda en general a todos los estudiantes. Salirse más de las oficinas porque no todos los estudiantes acuden a ella, hacer actividades para invitar a los jóvenes a formar parte de este reto” (estudiante Ing. Agrícola)

“Mi sugerencia es que realicen más actividades para que los estudiantes se integren con sus compañeros y claro que sigan realizando encuestas sobre lo que la población nueva siente y necesita” (estudiante Ing. Agrícola).

- **Apoyo, motivación y atención: (11 personas)**

“Di no se buscar maneras de motivar constantemente a los estudiantes” (estudiante Ing. Electrónica)

“la verdad me gustaría que le destinara más tiempo a los estudiantes y fuera llamando uno por uno para hablar con ellos para saber qué es lo que les está pasando en ese preciso momento porque uno vive muchas cosas que no debería de sufrir y muchas cosas más, pero la verdad que no terminaría de escribir” (estudiante Administración de Empresas)

- **Realizan un excelente trabajo: (11 personas)**

“La verdad siento que realizan un buen trabajo y que uno como estudiante es el que no lo aprovecha al máximo” (estudiante Ing. Electrónica)

“A mi opinión el sistema actual es muy eficiente, pienso que deben seguir así” (estudiante Ing. Biotecnología)

- **Mejoras en procesos internos (11 personas)**

- Divulgación 7
- Asignación de citas 2
- Horarios 1
- Innovar 1

“Ni siquiera sabía que existía un departamento de orientación, me gustaría que se dieran a conocer más” (estudiante Administración de Empresas)

“Son muy poco conocidos. Tal vez actividades para darse a conocer, y el horario de citas, cuando se busca a un psicólogo es para algo urgente e importante, hubo una vez

que realmente necesitaba de uno, pero me dieron una cita hasta dentro de quince días, o sea gracias, pero no....” (estudiante Ing. Forestal)

- **Mapa: (6 personas)**

“Entregar mapas o algo a los de primer ingreso para que no se pierdan tanto los primeros días” (estudiante Ing. Computación)

- **Coordinación de Asociaciones: (4 personas)**

“Que promuevan las asocias en las demás carreras para ayudar a los demás, y que manden más información sobre la convalidación de carreras” (estudiante Ing. Diseño Industrial)

“Más información, antes de ingresar, y después de haber ingresado, poner a trabajar a las asocias mejor y rápidamente” (estudiante Ing. Materiales)

- **Mejor trato y ambiente en el TEC: (3 personas)**

“un cambio de actitud por parte de cierto personal, capacitación para un mejor trato al estudiantado” (estudiante Ing. Electrónica)

“Mejorar el ambiente dentro de la universidad” (estudiante Ing. Mantenimiento Industrial)

- **Otros**

- Planes de estudio más personalizados
- Mejorar programa de becas
- Capacitación a docentes para mejorar trato hacia estudiantes
- Más orientadores
- Involucramiento de rectoría
- Orientación vocacional
- Continuar apoyando al PAR

“Pienso que el señor rector debería involucrarse más con los estudiantes, la única vez que lo he visto en persona fue el día del acto de bienvenida y de ahí en fuera nunca más, ni siquiera recuerdo como se llama, el dirigente de nuestra institución lamentablemente es una persona que pasa totalmente desapercibida por la población estudiantil pienso yo” (estudiante Ing. Mantenimiento Industrial)

CONCLUSIONES

- Las principales expectativas antes de ingresar al ITCR reportadas por los participantes se relacionan con la calidad académica, el prestigio institucional, ambiente y campus agradable, así como las posibilidades de vivir nuevas experiencias.
- La mayoría de estudiantes (136 para un porcentaje de 81.43%) menciona haber experimentado algún temor antes de su ingreso a la institución relacionados específicamente con las siguientes áreas:
 - Académica (94 estudiantes)
 - Posibilidad de perder los cursos
 - Nivel de exigencia muy alto
 - Dificultades en la relación docente-estudiante
 - Socioemocional (59 estudiantes)
 - Adaptación al cambio
 - Dificultades para encontrar amigos
 - Dificultades económicas
 - Abandono de actividades placenteras y de autocuidado
 - Estar lejos de casa
 - Que la carrera elegida no sea la adecuada
 - Que la institución no sea de su agrado
 - Dificultades para organizar el tiempo
 - Otras (sufrir rechazo por venir de una universidad privada, no ser escuchado por ser de primer ingreso, experimentar mucho estrés, dificultades para encontrar residencia)
- Se observa la presencia de estereotipos sociales alrededor del ITCR y sus carreras que permean los temores experimentados por la población de primer ingreso. En algunos casos se señala la disminución de estos temores conforme conocen más la institución.
- Casi la mitad de los entrevistados (49.10%) recuerda experiencias desagradables, incómodas, difíciles o negativas durante sus primeros días en la institución específicamente relacionadas con:
 - Desorientación, confusión (50 personas)
 - Soledad (15 personas)
 - Tristeza, frustración, temor (8 personas)
 - Presión académica (5 personas)
- En los recuerdos agradables reportados por el 35.92% se destacan:
 - Cálido recibimiento (20 personas)
 - Ambiente agradable en general (17 personas)
 - Motivación (13 personas)
- Un 44% (74) de los participantes reporta haberse trasladado de residencia, de los cuales 21 califican la experiencia como “positiva”, mientras 35 resaltan las siguientes dificultades:
 - Adaptación emocional
 - Organización del tiempo y tareas cotidianas
 - Encontrar una residencia adecuada
 - Adaptación a nivel interpersonal

- 41% de los estudiantes señaló que “sí” recibió una inducción apropiada con respecto a los servicios generales que ofrece la institución; igual cantidad indica que “no” la recibió mientras que 21 la califican como insuficiente.
- Entre las principales fuentes en el proceso de inducción recibido se destacan:
 - Actividades relacionadas con el programa IntegraTEC (20 estudiantes)
 - Inducción realizada en la Biblioteca (8 estudiantes)
 - Pre-bienvenida de carrera (2 estudiantes)
 - Acompañamiento de docentes (2 estudiantes)
 - Apoyo de amigos (2 estudiantes)
 - Feria Vocacional (1 estudiante)
- 52% considera haber recibido una inducción apropiada hacia su carrera principalmente a través de las siguientes acciones:
 - Actividades de bienvenida realizadas por las Asociaciones Estudiantiles y las escuelas (26 estudiantes)
 - Actividades de pre-bienvenida (11 estudiantes)
 - Charlas y acciones generales realizadas por las escuelas (9 estudiantes)
- Este tipo de acciones parecen ser percibidas por los estudiantes como clave para una buena adaptación universitaria.
- 35% afirma que no recibió inducción hacia su carrera, mientras que un 8% considera que la misma fue insuficiente.
- Los principales trámites que los participantes consideran que debe conocer un estudiante de primer ingreso son los relacionados con los Departamentos de Admisión y Registro, Trabajo Social y Financiero Contable.
- Los principales retos que según los participantes debe enfrentar un estudiante de primer ingreso son los siguientes:
 - Adaptación académica (bases académicas débiles de secundaria, hábitos de estudio inadecuados, dificultades en la dinámica de clase, exceso en carga académica, nivel de dificultad en los cursos, organización del tiempo).
 - Adaptación socioemocional (adaptación al cambio en general, traslado de residencia, elección vocacional).
 - Ubicación e información (trámites, instalaciones, servicios).
- Razones emocionales, académicas, económicas y vocacionales son señaladas como factores principales por 65 estudiantes que han considerado la posibilidad de abandonar la institución.
- Aspectos relacionados con la inteligencia emocional como claridad en el proyecto de vida, capacidad de automotivación y resiliencia ante el fracaso parecen ser ejes comunes entre quienes no han experimentado el deseo de desertar.
- El apoyo de un grupo de pares, información, charlas, actividades extracurriculares, motivación, nivelación académica, entrega de un mapa y mejor trato de profesores se perfilan como principales variables que, según los participantes, hubiesen ayudado a que su adaptación a la institución fuera mejor.
- La mayoría de los participantes afirma haber asistido al Acto de Recibimiento (77%), de los cuales 80 dan opiniones favorables con respecto a este Acto, mientras que 30 alertan sobre aspectos negativos y 10 afirman que estuvo bien, pero podría mejorarse, especialmente en lo referente a la duración de los discursos y el hecho de que haya lecciones ese día.

- 80 estudiantes señalan haber recibido apoyo por parte de estudiantes líderes (iniciativa del proyecto IntegraTEC) especialmente en lo referente a información, apoyo, motivación, escucha y compañía. Cercanía, empatía, conocimiento y disponibilidad para una comunicación fluida parecen ser las claves en la labor de los líderes.
- Algunos estudiantes (32) manifiestan no haber recibido apoyo de Red de Líderes, sea porque no asistieron a la actividad de recibimiento y no se les asignó ninguna persona o porque el estudiante líder no se involucró activamente. Timidez, falta de iniciativa y compromiso, así como la transmisión de mensajes negativos acerca de la carrera se perfilaron como las principales debilidades de algunos líderes.
- Dentro de las sugerencias hechas al Departamento de Orientación y Psicología (D.O.P) se destacan:
 - Programa/charlas de inducción: (50 personas)
 - Charlas (proyecto de vida manejo del estrés, motivación, organización del tiempo, adaptación a la vida universitaria, técnicas de estudio) (27)
 - Programa inducción en general (14)
 - Ampliar alcance de Programa IntegraTEC (7)
 - Grupos de apoyo (2)
 - Información (28 personas)
 - Actividades extracurriculares: (21 personas)
 - Apoyo, motivación y atención: (11 personas)
 - Realizan un excelente trabajo: (11 personas)
 - Mejoras en procesos internos (11 personas)
 - Mapa: (6 personas)
 - Coordinación de Asociaciones: (4 personas)
 - Mejor trato y ambiente en el TEC: (3 personas)

RECOMENDACIONES

- Favorecer el análisis del proceso de inducción a nivel institucional por parte de los diferentes sectores involucrados para unificar acciones y plantear nuevas iniciativas.
- Reforzar el programa IntegraTEC, específicamente en las siguientes acciones:
 - Involucrar a todas las Asociaciones Estudiantiles.
 - Capacitar a los líderes en un período previo al ingreso de los estudiantes.
 - Dar mayor seguimiento a la labor realizada por los líderes.
 - Facilitar en un formato accesible e innovador información relacionada con la adaptación universitaria exitosa.
- Realizar una investigación que profundice en los aspectos relacionados con el proceso de adaptación universitaria en el Instituto Tecnológico de Costa Rica.

REFERENCIAS

Barquero, J. (2010). *Estudio de los Movimientos de los/as Estudiantes asociados a las Condiciones de Matrícula según Carrera, Género y Tipo de Financiamiento de la Institución Educativa de Procedencia. (Cohortes 2008, 2009, 2010)*. Instituto Tecnológico de Costa Rica. Vicerrectoría de Vida Estudiantil y Servicios Académicos. Departamento de Orientación y Psicología. Cartago, Costa Rica.