

6. Diversidad de factores psicosociales que inciden en el aprendizaje y el rendimiento de los estudiantes universitarios

PALOMA DANIELA GÓMEZ ÁLVAREZ*

ENEIDA OCHOA ÁVILA**

DOI: <https://doi.org/10.52501/cc.274.06>

Resumen

En los últimos años, el interés por estudiar a los universitarios ha ido incrementando, puesto que son los futuros individuos que se encargarán de la economía y el crecimiento del país. Es por ello que el presente trabajo se centra en analizar cómo existen diversos factores psicosociales que inciden de alguna forma en el rendimiento académico y el aprendizaje estudiantil, así como poder visualizar cómo la variedad de ellos detona alguna problemática entre los individuos y cómo se correlacionan éstas variables entre ellas. Se concluye que existen diversos factores que intervienen de manera positiva y negativa en el rendimiento y el aprendizaje académico, y que las universidades deben fomentar programas inclinados a la calidad de vida para que los estudiantes puedan sobrellevar las problemáticas que estos factores puedan detonar.

Palabras clave: *Factores psicosociales, aprendizaje, rendimiento académico.*

* Maestra en Gestión Organizacional. Estudiante del programa de Doctorado en Investigación Psicológica, Instituto Tecnológico de Sonora, México. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4064-1369>

** Postdoctorado en Administración de Negocios. Profesora de tiempo completo del Instituto Tecnológico de Sonora. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6510-8552>

Introducción

Los estudiantes universitarios han sido el centro de atención entre los investigadores, dado el desarrollo y la formación que se les está dando y la respuesta que se percibe en su trayecto académico; sin embargo, se ha encontrado que existe una variedad de factores que pueden incidir en su rendimiento. Para algunos autores (Godínez *et al.*, 2016), los constantes cambios en los sistemas educativos llegan a traer consigo repercusiones positivas y negativas en los estudiantes. Como bien se sabe, son diversos los factores psicosociales (*fp*) que interfieren en la adquisición o entorpecimiento del aprendizaje estudiantil, así como en el rendimiento académico (RA); estos factores son desatados a causa de dichos cambios en las instituciones, tal y como la desmotivación, la falta de apoyo por parte de las escuelas y las indiferencias de los estudiantes hacia temas difíciles, lo que provoca el cansancio mental.

Pero no todo se debe a las instituciones, ya que existen, existen varias investigaciones enfocadas al estudio de estos factores que, similarmente, llegan a interferir en el proceso de aprendizaje y el RA de los jóvenes, entre ellos se encuentran cuestiones psicológicas y psiquiátricas (Peláez *et al.*, 2014; Apaza *et al.*, 2021), el consumo de drogas (Silva-Gutiérrez y De la Cruz-Guzmán, 2017), factores personales (Berkhout *et al.*, 2015; López y Castaño, 2017; McEown y Sugita-McEown, 2018), la relación que se tiene con el docente o el apoyo que percibe de él (Lau, 2013; McEown y Sugita-McEown, 2018), cuestiones relacionadas con la familia (Chalela-Naffah *et al.*, 2021; McEown y Sugita-McEown, 2018) o el factor económico (Peláez *et al.*, 2014), el cual, de acuerdo con Tomaszewski *et al.* (2017), más que interferir en el aprendizaje, llega a obstaculizar a los jóvenes con un nivel socioeconómico bajo y reduzca sus posibilidades de ingreso en una universidad, restringiéndoles el acceso hacia la enseñanza.

Por lo tanto, el objetivo del presente trabajo es analizar la variedad de FP que se han relacionado con el aprendizaje y el RA, desde factores que inducen un bajo RA hasta los que permiten al estudiante crecer educativamente en el contexto universitario.

Rendimiento Académico

El RA se ha clasificado como el resultado del alumno en el ámbito académico, considerado considerando al estudiante como el protagonista o el actor (Gómez-Álvarez y García-Valenzuela, 2022), quien se encuentra inmerso en una esfera educativa compleja al relacionarse con las actividades de productividad y de calidad que tienen en la educación (Morales *et al.*, 2016).

Pero para poder comprender detalladamente el RA, es necesario reflexionar que existen diversos factores que intervienen en él y no es únicamente un desempeño individual. Es por ello que Chong (2017) considera que esté se ve influenciado por los pares, el aula, el contexto educativo, las capacidades personales y el contexto social; y entre las variables que explican el RA se encuentra el nivel socioeconómico y cultural, el apoyo de los docentes y las expectativas por parte de los padres, las cuales darán paso al éxito o al fracaso escolar.

Aprendizaje

Por su parte, el aprendizaje se analiza desde la teoría de aprendizaje social de Bandura, la cual, ha considerado que el aprendizaje es el resultado de un proceso de socialización que tiene cada individuo, que consta de la ejecución de conductas que se observan en otras personas y con el paso del tiempo las conductas se van reforzando hasta lograr una autorregulación (Rodríguez, 2014). Ante ello, Zimmerman (1986) establece que el aprendizaje en el contexto educativo debe pasar por un proceso de autorregulación que utiliza estrategias cognitivas, conductuales, motivacionales y metacognitivas para transformar lo aprendido y reforzar las habilidades y los conocimientos con el apoyo de ciertas estrategias para incrementar su rendimiento y desempeño (Cabero y Lorente, 2015). Por lo tanto, el aprendizaje universitario se da mediante la socialización entre profesor-alumno y se apoya con diversas estrategias que permiten reforzar el conocimiento adquirido, impactando en el RA.

Factores psicosociales en el contexto educativo

Respecto a los FP, se han considerado como aquellas condiciones que se presentan en ciertas situaciones. Por decir, en el contexto laboral se relacionan con las organizaciones, el trabajo, las actividades que deben desarrollarse; mientras que en el contexto educativo se enfoca en esas condiciones que interfieren en el ambiente de aprendizaje, asociándose con los contenidos, las actitudes, relaciones afectivas, estrategias didácticas, entre otras, las cuales pueden llegar a afectar el bienestar y la salud de los estudiantes (Godínez *et al.*, 2016). Esta variedad de factores también puede incidir en el incremento del RA, sin embargo, Peláez *et al.* (2014) consideran que incluso pueden llegar a incrementar los índices de violencia y vandalismo, impactando en la vida de las personas.

De esta forma es como los FP se han presentado como eventos favorables o desfavorables que interfieren en las personas, y que llegan a dar una determinada respuesta ante ciertas situaciones; entre los problemas que pueden desencadenar, se posicionan aquellos relacionados con el ambiente social, el contexto educativo, el grupo de apoyo primario y económico (Peláez *et al.*, 2014). A continuación, se presentan los FP que se han considerado para el presente análisis:

Factores psicológicos

De acuerdo con Apaza-Panca *et al.* (2021) y López (2022), algunos de los factores psicológicos que pueden desarrollarse entre los estudiantes son el estrés, la ansiedad, irritabilidad y la depresión, los cuales también se detonan por causas externas y ambientales, como fue la pandemia de Covid-19. Estos factores repercuten tanto en el rendimiento de los jóvenes como en cuestiones físicas, al presentarse problemas de sueño o mayor necesidad por dormir, así como el aumento o disminución del apetito. Rivas *et al.* (2014), por su parte, definen al estrés académico como una reacción que interviene en el estado emocional, fisiológico, cognitivo y conductual que se presenta al estar frente a estímulos y eventos académicos; surgen como un mecanismo de defensa

y causan un efecto negativo entre las personas, además de provocar somatización e incluso trastornos mentales (Peláez *et al.*, 2014), sobre todo en los procesos de enseñanza.

Se estima que alrededor del 25% de estudiantes mexicanos, sobre todo en las carreras de la salud y enfermería, sufren de estrés, manifestándose en problemas de concentración, depresión, bloqueo mental, desgano, insomnio, dolor de cabeza, colitis, entre otros; su detección en el contexto académico es útil para adecuar metodologías que ayuden a los jóvenes, como las consejerías estudiantiles (Rivas *et al.*, 2014), las cuales sirven de orientación para un mejor manejo de las emociones, sentimientos y otras problemáticas.

Factor económico

El estatus económico del estudiante está relacionados con los factores psicológicos, y llega a desencadenar niveles altos de estrés entre los universitarios, además de desencadenar trastornos mentales, violencia y vandalismo (Peláez *et al.*, 2014). Por otra parte, Silva-Gutiérrez y De la Cruz-Guzmán (2017) mencionan que el estado económico de los estudiantes incita a que quitar tengan que buscar opciones en el mercado laboral, lo que hace que sugiero eliminar combinen su tiempo entre la escuela y un trabajo para poder costear su vida universitaria, en ocasiones, aportar con gastos de alimentación en sus hogares, lo cual les reduce las horas de estudio fuera de la universidad, o bien, es una de las causas de elegir cargas académicas con menos materias.

Incluso, en ocasiones, el apoyo financiero a la familia se considera un factor que interve en el RA, llevando al alumno a tomar decisiones como la deserción escolar. Chalela-Naffah *et al.* (2021) reportan que, a mayor sustento económico familiar, mayor será el grado de escolaridad alcanzado por el alumno. Por lo tanto, el estatus económico es considerado un predictor de alto impacto en el rendimiento estudiantil, y no solo por el hecho de contar con altos o bajos ingresos, sino por la cuestión de tiempo, es decir, las personas menos afortunadas económicamente deben gestionar su tiempo entre estudios y trabajo para lograr sus objetivos.

Factores familiares

Respecto al contexto familiar, también se ha asociado con el bajo o alto RA, dentro de este margen se encuentran aspectos claves, como el apoyo que reciben los estudiantes por parte de su familia (McEown y Sugita-McEown, 2018), los problemas familiares, las obligaciones que desempeñan dentro de la familia y el nivel de estudio de los padres. Es así como Chalela-Naffah *et al.* (2021) lo consideran un factor de alto impacto, dado que, a mayor grado académico de los padres, junto con la motivación que propicien, el alumno tendrá mayores posibilidades de obtener estudios completos.

De forma similar, Rodríguez-Rodríguez y Guzmán-Rosquete (2019) demostraron que, si los papás de los alumnos cuentan con títulos académicos y esperanza hacia los hijos, los estudiantes tendrán mayor RA. Es así como la familia se vuelve un pilar sólido y muy importante en la vida de los estudiantes, la cual, en ocasiones, no solo llega afectar el rendimiento, sino que provoca la deserción, o, por el contrario, aumenta el RA y la iniciativa propia de los jóvenes hacia el aprendizaje. Por lo tanto, es factible mencionar que la familia es una causa del nivel de RA entre los jóvenes, así como el aprendizaje al tener familiares preocupados e interesados por una educación con calidad entre sus hijos.

Factores personales

En cuanto a los factores personales, se ha encontrado a las emociones desarrolladas en las personas junto con la motivación que tienen de seguir adelante. De acuerdo con López y Castaño (2017), los estudiantes llegan a obtener notas más altas si se encuentran motivados por sí mismos y por la idea y la creencia de éxito, además de plantearse las metas personales que se proponen por alcanzar (McEown y Sugita-McEown, 2018), la autonomía experimentada y las oportunidades que ellos mismos se crean (Berkhout *et al.*, 2015), volviéndose predictores positivos para los procesos de aprendizaje, o, por el contrario, perjudicándolo.

Ante esto, Cid-Sillero *et al.* (2020) consideran que dentro de este factor se ubica la autoestima, la cual tiene una relación directa con el RA de los jóvenes, al igual que las emociones y la motivación (Rodríguez-Rodríguez y Guzmán-Rosquete, 2019), las cuales llegan a impactar el aprendizaje y los procesos de enseñanza que reciben (Oriol-Granado, 2017). Es decir, si los jóvenes tienen pensamientos y emociones positivas por sí mismos, el porcentaje de éxito académico será más elevado, ya que sus instintos de superación serán alcanzados gracias a la creencia de éxito; por el lado contrario, si los estudiantes no cuentan con emociones y pensamientos positivos, el rendimiento puede llegar a disminuir, así como el interés por el aprendizaje.

Relación y apoyo del docente

Otro factor que ha sido muy estudiado es la relación que mantienen los estudiantes con los docentes, o bien, el apoyo y la motivación que reciben de ellos, dado que desempeñan un papel muy importante para el desarrollo del estudiante (Chong, 2017; McEown y Sugita-McEown, 2018). Por ejemplo, Lau (2013), en un estudio mixto con profesores y alumnos chinos, encontró que si los maestros están abiertos a la idea de incrementar el aprendizaje entre sus alumnos y aceptar las nuevas instrucciones, éstos llegan a potencializar el desarrollo del aprendizaje autorregulado, ya que modifican sus instrucciones de enseñanza. Sin embargo, factores relacionados a la cultura llegan a afectar algunas percepciones, dado que se rigen mucho por los métodos tradicionalistas.

Por su parte, McEown y Sugita-McEown (2018) coinciden en que el apoyo que brindan los maestros es indispensable para desarrollar la autonomía entre los estudiantes, además de considerarlo como un predictor positivo para el desarrollo de los procesos de aprendizaje autorregulado en universitarios. Similarmente, Chalela-Naffah *et al.* (2017) consideran que la relación entre docente y alumno es crucial, incluso si no se llega a tener una reacción positiva entre éstos, ya que los jóvenes no solo pueden tener problemas en su rendimiento, sino que pueden optar por desertar académicamente.

Consumo de drogas

El consumo de sustancias (legales e ilegales) también ha sido considerado un factor que afecta el RA y el aprendizaje o da paso al fracaso escolar; no obstante, también llega a perjudicar la economía, el aspecto laboral, la salud y la convivencia familiar de las personas consumidoras. Es por ello que Silva-Gutiérrez y De la Cruz-Guzmán (2017) consideran que las instituciones de educación superior deben fomentar programas que promuevan estilos de vida saludables, dado que la prevalencia de consumo oscila entre los 18 y 24 años. Ortiz *et al.* (2018), por su parte, menciona que el promocionar programas de la salud es indispensable, ya que las universidades tienen la función de formar individuos con competencias para la toma de decisiones y resolución de problemas, es así que deben intervenir en temas dirigidos al consumo responsable de alcohol y la evitación de consumo de tabaco y marihuana.

Factores ambientales

Sin duda, el Covid-19 ha sido una de las enfermedades más destacadas en el último siglo. A raíz de ello, se encontró un aumento en problemas de salud mental (ansiedad, depresión y estrés) en los universitarios, donde la autoeficacia, el aprendizaje y el RA se vieron afectados por los cambios de enseñanza al pasar de un contexto presencial a uno virtual (Romero-Rodríguez *et al.*, 2021) y al confinamiento social (Apaza-Panca *et al.*, 2021). Similarmente, Suárez *et al.* (2021) encontraron que el rendimiento en estudiantes españoles y argentinos había bajado, dado el exceso de videoconferencias, tareas y, sobre todo, el estrés ante la brecha digital en ciertos hogares; a diferencia de González *et al.* (2020), quienes consideraron que el rendimiento había incrementado gracias a la enseñanza virtual. Ante esto, se evidencia que los factores externos, como los ambientales, pueden perjudicar en alguna medida a los universitarios, o, por el lado contrario, algunos pueden llegar a desarrollar su máximo potencial al verlo como una oportunidad.

Conclusión

Los motivos que causan alto o bajo rendimiento estudiantil o problemas en el aprendizaje son multifactoriales y no individuales. Estas causas se han analizado a través de los PF que llegan a intervenir en la vida estudiantil de los universitarios. El objetivo era analizar los diversos FP que impactan en el RA y el aprendizaje de universitarios; entre ellos se analizaron los psicológicos, económicos, familiares, personales, el apoyo del docente, consumo de drogas y factores ambientales. Cabe mencionar que existen muchos más, sin embargo, este análisis solo contempla los mencionados anteriormente. Se encontró que los factores están correlacionados de alguna manera, por ejemplo, factores contextuales o ambientales pueden desencadenar problemas psicológicos que influyen en el RA y el aprendizaje entre los estudiantes.

Se ha encontrado que esta influencia puede variar, ya sea incrementando o afectando el RA; por otra parte, también se ha demostrado que la influencia de pares puede interferir en ello, lo cual, a su vez se relaciona con el consumo de drogas; ante esto, Silva-Gutiérrez y De la Cruz-Guzmán (2017) mencionan que llega a darse por la misma influencia de los pares. Se concluye que existe una variedad de factores que interfiere en el RA y el aprendizaje estudiantil; sin embargo, los jóvenes deben ser capaces de dominar sus emociones y pensamientos para no dejarse llevar por ellos, ya que puede ocasionar problemáticas en su desempeño estudiantil. Por otra parte, es recomendable que las instituciones implementen programas de calidad de vida, donde se les oriente a los jóvenes para tener una mejor manera de sobrellevar sus emociones y temas relacionados con la salud mental y el consumo de drogas.

Bibliografía

Apaza-Panca, C., Maquera-Luque, P., Huanca-Frías, J., Supo-Quispe, L., Távara-Ramos, A., Dextre-Martínez, W. y Saldaña-Acosta, O. (2021). Factores psicosociales en estudiantes universitarios de Loreto, Ancash, Moquegua y Puno durante el confinamiento por el Covid-19, Perú. *Cuestiones Políticas*, 39(68), 51-69. DOI: <https://doi.org/10.46398/cuestpol.3968.02>

- Berkhout, J., Helmich, E., Teunissen, P., van den Berg, J., van der Vleuten, C. y Jaarsma, A. (2015). Exploring the factors influencing clinical students' self-regulated learning. *Medical Education*, 49(6), 589-600. DOI: 10.1111/medu.12671
- Cabero, J. y Llorente, M. (2015). Tecnologías de la información y la comunicación (TIC): escenarios formativos y teorías del aprendizaje. *Revista Lasallista de Investigación*, 12(2). http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1794-44492015000200019&script=sci_arttext
- Chalela-Naffah, S., Valencia-Arias, A., Ruiz-Rojas, G. y Cadavid-Orrego, M. (2021). Factores psicosociales y familiares que influyen en la deserción en estudiantes universitarios en el contexto de los países en desarrollo. *Revista Lasallista de Investigación*, 17(1), 103-115. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1794-44492020000100103&script=sci_arttext
- Chong, E. (2017). Factores que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad Politécnica del Valle de Toluca. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 47(1), 91-108. <http://ri.iberomx.com/handle/iberomx/4886>
- Cid-Sillero, S., Pascual-Sagastizabal, E., y Martínez-de-Morentin, J. I. (2020). Influencia de la autoestima y la atención en el rendimiento académico del alumnado de la ESO y FPB. *Revista de Psicodidáctica*, 25(1), 59-67. <https://doi.org/10.1016/j.psicod.2019.06.001>
- Cogollo-Milanés, Z., Arrieta-Vergara, K., Blanco-Bayuelo, S., Ramos-Martínez, L., Zapata, K. y Rodríguez-Berrio, Y. (2011). Factores psicosociales asociados al consumo de sustancias en estudiantes de una universidad pública. *Revista Salud Pública*, 13(3), 470-479. <https://www.scielosp.org/pdf/rsap/v13n3/v13n3a09.pdf>
- Godínez, G., Reyes, J., García, M. y Antúnez, T. (2016). Los factores psicosociales como impacto en el bajo rendimiento escolar de los estudiantes de la Universidad Autónoma de Guerrero. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 17(13). https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-74672016000200107&script=sci_arttext
- Gómez-Álvarez, P. y García-Valenzuela, V. (2022). Análisis correlacional entre el rendimiento académico y el bienestar psicológico de estudiantes universitarios de Sonora, México. *Eureka*, 19(2), 234-251. <https://ojs.psicoeureka.com.py/index.php/eureka/article/view/68/71>
- González, T., de la Rubia, M. A., Hincz, K. P., Comas-López, M., Subirats, L., Fort, S., y Sacha G. M. (2020). Influence of COVID-19 confinement on students' performance in higher education. *PLoS ONE*, 15(10), 1-23. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239490>
- Lau, K. (2013). Chinese language teachers' perception and implementation of self-regulated learning-based instruction. *Teaching and Teacher Education*, 31, 56-66. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2012.12.001>
- López, J. (2022). Factores psicosociales que influyen en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. *Anuario de Investigación: Universidad Católica de El Salvador*, 11(1), 51-63. <https://www.camjol.info/index.php/aiunicaes/article/view/15164>
- McEown, M. & Sugita-McEown, M. (2018). Individual, parental and teacher support factors of self-regulation in Japanese students. *Innovation in Language Learning and Teaching*, 13, 389-401. <https://doi.org/10.1080/17501229.2018.1468761>

- Morales, L. A., Morales, V., y Holguín, S. (2016). Rendimiento escolar. *Revista Electrónica Humanidades, Tecnología y Ciencia*, 1-5. https://revistaelectronica-ipn.org/ResourceFiles/Contenido/16/HUMANIDADES_16_000382.pdf
- Oriol-Granado, X., Mendoza-Lira, M., Covarrubias-Apablaza, C. G. y Molina-López, V. M. (2017). Emociones positivas, apoyo a la autonomía y rendimiento de estudiantes universitarios: el papel mediador del compromiso académico y la autoeficacia. *Revista de Psicodidáctica*, 22(1), 45-53. [https://doi.org/10.1016/S1136-1034\(17\)30043-6](https://doi.org/10.1016/S1136-1034(17)30043-6)
- Ortiz, M., Gogeoascoechea-Trejo, M., Blázquez-Morales, M., Pavón-León, P., Barreto-Bedoya, P. y Pérez-Prada, M. (2018). Factores psicosociales asociados al consumo de drogas en estudiantes de dos universidades de América Latina. *Revista de Salud Pública*, 22(1), 41-52. <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/RSD/article/view/18655/19601>
- Peláez, L., Londoño, A., Gartner, C., Agudelo, C., Martínez, L., Tirado, A., Loaiza, E., Lopera, J., Rojas, S., Builes, J., Manrique, A. y Ortiz, I. (2014). Eventos estresores y factores psicosociales en estudiantes de una universidad privada de Medellín, Colombia. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 6(2), 111-120. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/psicologia/article/view/23386/19219>
- Rivas, V., Jiménez, C., Méndez, H., Cruz, M., Magaña, M. y Victorino, A. (2014). Frecuencia e intensidad del estrés en estudiantes de licenciatura en enfermería de la DACS. *Horizonte Sanitario*, 13(1), 162-169. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=457845146002>
- Rodríguez, J. (2014). Los recursos TIC favorecedores de estrategias de aprendizaje autónomo: el estudiante autónomo y autorregulado. *In Crescendo*, 5(2), 233-251. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5127645>
- Rodríguez-Rodríguez, D. y Guzmán-Rosquete, R. (2019). Rendimiento académico de adolescentes declarados en situación de riesgo. *Revista de Investigación Educativa*, 37(1), 147-162. <https://doi.org/10.6018/rie.37.1.303391>
- Romero-Rodríguez, J., Hinojo-Lucena, F., Aznar-Díaz, I. y Gómez-García, G. (2021). Digitalización de la Universidad por Covid-19: impacto en el aprendizaje y factores psicosociales de los estudiantes. *RIED-Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 25(2), 153-172. <https://doi.org/10.5944/ried.25.2.32660>
- Silva-Gutiérrez, B. y De La Cruz-Guzmán, U. (2017). Análisis de los factores psicosociales de estudiantes universitarios que trabajan. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 8(15), 923-945. <https://doi.org/10.23913/ried.v8i15.327>
- Suárez Lantarón, B., García-Perales, N. y Elisondo, R. C. (2021). La vivencia del alumnado en tiempos COVID-19: estudio comparado entre las universidades de Extremadura (España) y Nacional de Río Cuarto (Argentina). *Revista Española de Educación Comparada*, 38, 44-68. <https://doi.org/10.5944/reec.38.2021.28936>
- Tomaszewski, W., Perales, F. & Xiang, N. (2017). Career guidance, school experiences and the university participation of young people from low socio-economic backgrounds. *International Journal of Educational Research*, 85, 11-23. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2017.06.003>
- Zimmerman, B. J. (1986). A social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of Educational Psychology*, 81(3), 329-339. DOI:10.1037/0022-0663.81.3.329

