

**Estrategias Psicológicas para Mejorar la Motivación y el
Rendimiento Académico en Estudiantes de Secundaria**
**Psychological Strategies to Improve Motivation and Academic
Performance in High School Students**

AUTORES

Lisette Estefania Alulema Telenchana

Universidad Indoamérica
Tungurahua - Ecuador

lilaalulema94@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0005-0772-1614>

Sofía Lorena Castañeda Cedeño

Unidad Educativa María Angélica Idrobo.
Pichincha - Ecuador

sofycdocente@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0002-2724-4243>

Hipolito Antonio Rizzo Barco

Unidad Educativa Juan Emilio Murillo Landin
Guayas - Ecuador

hipolitoa.rizzobarco@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0006-6955-2630>

Janett Elizabeth Vera Velez

Unidad Educativa Soldado Monge
Guayas - Ecuador

veraeliza731@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0009-5503-7349>

Mayra Catalina Criollo Segovia

Unidad Educativa Fiscal Clemente Yerovi Indaburu
Guayas - Ecuador

criollo@educacion.gob.ec
<https://orcid.org/0009-0006-9205-2781>

Como citar:

Estrategias Psicológicas para Mejorar la
Motivación y el Rendimiento Académico en
Estudiantes de Secundaria.
(2025). *Prospherus*, 2(1), 261-
274. <https://doi.org/10.63535/dwtc9m51>

Fecha de recepción: 2025-01-25

Fecha de aceptación: 2025-02-22

Fecha de publicación: 2025-03-21



CC BY-NC-ND 4.0

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Resumen

Las estrategias psicológicas mejoran la motivación de los estudiantes lo que a su vez impacta en el rendimiento académico. El objetivo de la investigación fue describir las estrategias psicológicas utilizadas por los docentes para mejorar la motivación y el rendimiento académico en estudiantes de secundaria. Se empleó un diseño no experimental, de campo, bajo un nivel descriptivo. La población estuvo representada por 60 docentes del Liceo José Ortega y Gasset, Ecuador. Se utilizó la técnica de la encuesta para recopilar información, en cuanto al instrumento, se elaboró un cuestionario con varias alternativas tipo escala de Likert, se utilizó como técnica de análisis la estadística descriptiva. Para el fortalecimiento de la autoestima, la estrategia más utilizada fue la creación de oportunidades; en el establecimiento de metas, la definición conjunta de objetivos; en el refuerzo positivo, la retroalimentación constructiva y en la motivación intrínseca, la conexión con intereses personales. Se concluye que la interrelación entre la autoestima, el establecimiento de metas, el refuerzo positivo y la motivación intrínseca es fundamental para el mejorar la autoestima y el rendimiento académico de los estudiantes. Se recomienda buscar un equilibrio en la aplicación de todas las estrategias analizadas, de manera que se complementen mutuamente y se adapten al contexto particular de cada grupo de estudiantes.

Palabras clave: Estrategias psicológicas; Motivación; Rendimiento académico; Estudiantes de secundaria.

Abstract

Psychological strategies improve student motivation, which in turn impacts academic performance. The objective of the research was to describe the psychological strategies used by teachers to improve motivation and academic performance in secondary school students. A non-experimental, field-based design with a descriptive level was employed. The population consisted of 60 teachers from the José Ortega y Gasset High School in Ecuador. The survey technique was used to collect information, and a questionnaire with several Likert scale alternatives was developed as the instrument. Descriptive statistics were used as the analysis technique. For strengthening self-esteem, the most used strategy was the creation of opportunities; in goal-setting, the joint definition of objectives; in positive reinforcement, constructive feedback; and in intrinsic motivation, the connection with personal interests. It is concluded that the interrelation between self-esteem, goal-setting, positive reinforcement, and intrinsic motivation is fundamental for improving students' self-esteem and academic performance. It is recommended to seek a balance in the application of all the strategies analyzed so that they complement each other and adapt to the particular context of each student group.

Keywords: Psychological strategies; Motivation; Academic performance; Secondary school students.

Introducción

La motivación y el rendimiento académico son pilares fundamentales en el proceso educativo, especialmente en estudiantes de secundaria, quienes enfrentan no solo exigencias académicas, sino también desafíos emocionales y sociales propios de su etapa de desarrollo. Comprender los factores que los impulsan a aprender y rendir de manera efectiva no solo es crucial para su éxito educativo, sino también para su bienestar integral, en este contexto, las estrategias psicológicas desempeñan un papel esencial para fortalecer ambos aspectos.

Ahora bien, el impacto de las estrategias psicológicas a diferencia de enfoques puramente académicos, se orientan en modificar creencias, emociones, patrones de pensamiento y procesos cognitivos que, a menudo de forma inconsciente, limitan la motivación y el rendimiento; en este sentido, es importante considerar el papel de las emociones en la motivación, que de acuerdo a Pekrun (2006), influyen directamente en el proceso de aprendizaje y en la capacidad de los estudiantes para mantenerse motivados las cuales pueden actuar como potenciadores o como barreras para el rendimiento académico; al abordar estas dimensiones emocionales, las estrategias psicológicas complementan y enriquecen los enfoques académicos, creando un ambiente integral de aprendizaje que considera al estudiante en su totalidad: mente, emociones y acciones.

Así mismo, el rendimiento académico no depende únicamente de habilidades cognitivas, sino también de competencias emocionales y psicológicas. Bandura (1986), señala que el refuerzo positivo, basado en reconocer y valorar el esfuerzo de los estudiantes, contribuye a la construcción de una autoimagen positiva y fortalece su motivación intrínseca, esto resulta fundamental para que los estudiantes desarrollen confianza en sus capacidades, enfrentando con mayor éxito los retos escolares.

Por otro lado, las estrategias psicológicas que promueven la autorregulación del aprendizaje tienen un impacto significativo en el éxito educativo, según Zimmerman (2002), enseñar a los estudiantes a planificar, monitorear y evaluar sus propias acciones les permite tomar un control más activo de su proceso de aprendizaje. Esta capacidad no

solo mejora el rendimiento, sino que también refuerza su motivación intrínseca al sentir que son protagonistas de su propio éxito.

Por lo antes expuesto, es esencial reflexionar sobre cómo los docentes, a través de diversas acciones, se enfocan en mejorar la motivación y el rendimiento académico en estudiantes, González y Ortega (2021), señalan que estrategias como el uso del refuerzo positivo y la construcción de relaciones empáticas entre docente y estudiantes son elementos centrales para fomentar actitudes positivas hacia el aprendizaje. Por tal motivo, la presente investigación se enfocó en describir las estrategias psicológicas utilizadas por los docentes para mejorar la motivación y el rendimiento académico en estudiantes de secundaria en el Liceo José Ortega y Gasset, Ecuador.

Material y métodos

Material

Para alcanzar el objetivo de describir las estrategias psicológicas utilizadas por los docentes para mejorar la motivación y el rendimiento académico en estudiantes de secundaria en el Liceo José Ortega y Gasset, Ecuador, se diseñó una metodología basada en un enfoque cuantitativo. La población objetivo estuvo formada por los docentes de secundaria del Liceo José Ortega y Gasset, para garantizar la representatividad, se seleccionará una muestra intencionada de 50 docentes, considerando criterios como experiencia laboral, área de enseñanza y nivel académico.

El instrumento de recolección de datos utilizado fue un cuestionario estructurado, diseñado específicamente para recopilar información sobre las estrategias psicológicas implementadas por los docentes, el instrumento será validado mediante un juicio de expertos; Hernández Fernández y Baptista (2010), destacan que este concepto alude al grado de correspondencia entre lo que el instrumento pretende evaluar y lo que realmente evalúa.

Métodos

La investigación se enmarcó en un diseño no experimental, de campo; en tal sentido, se tomaron los datos directamente de la realidad sin alterar las condiciones existentes; así



mismo en cuanto al nivel se define como descriptivo, en el cual de acuerdo a Hernández *et al.* (2010), intentan detallar las propiedades, características y perfiles de individuos, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se analice, de este modo el presente estudio se centró describir las estrategias psicológicas utilizadas por los docentes para mejorar la motivación y el rendimiento académico en estudiantes de secundaria en el Liceo José Ortega y Gasset, Ecuador.

Como método de análisis de los datos, se empleó técnicas de estadística descriptiva, las cuales resultaron fundamentales para organizar y presentar la información de manera clara y comprensible. En esta etapa, se procedió a calcular tanto la frecuencia absoluta como la relativa de los datos, permitiendo una evaluación detallada de cada dimensión correspondiente a las variables objeto de estudio.

Para facilitar este proceso, se utilizó la herramienta de hojas de cálculo de Microsoft Excel, un software ampliamente reconocido por su capacidad para manejar, procesar y analizar grandes volúmenes de información. A través de Excel, se generaron gráficos que ayudaron a visualizar los resultados, identificar tendencias y resaltar patrones relevantes, lo que contribuyó significativamente a la interpretación sistemática de los hallazgos obtenidos en la investigación.

Resultados

Análisis de los Resultados



CC BY-NC-ND 4.0

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

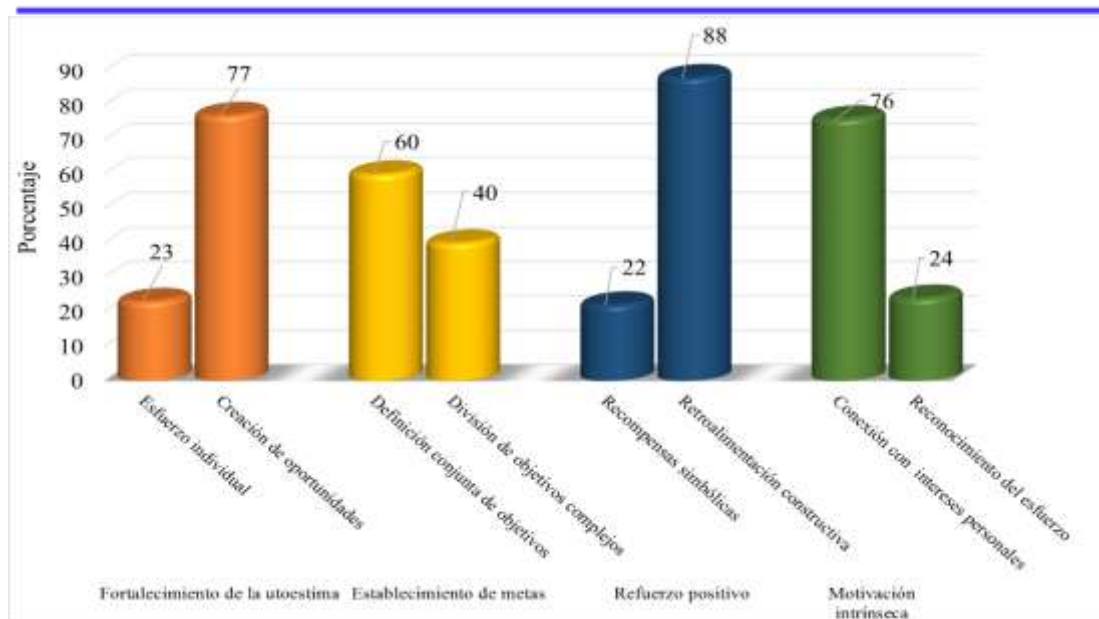


Figura 1. Estrategias psicológicas para mejorar la motivación y el rendimiento académico en estudiantes de secundaria

Interpretación: En cuanto al *Fortalecimiento de la Autoestima*: los resultados indican que, aunque se reconoce la importancia del esfuerzo individual por parte del 23% de los docentes en la construcción de la autoestima, su implementación en las prácticas académicas es moderada. Esto sugiere una necesidad de enfocar la formación del profesorado en estrategias que ayuden a los estudiantes a reconocer y valorar su propio esfuerzo, a identificar sus fortalezas y a gestionar de manera constructiva las dificultades.

Por otro lado, la alta puntuación en creación de oportunidades (77%), indica que los docentes están utilizando con relativa frecuencia estrategias que permiten a los estudiantes asumir retos y desarrollar nuevas habilidades; factores cruciales para una autoestima sana y robusta. De manera general, se puede inferir la creación de oportunidades de aprendizaje por parte de los docentes, pero no se está enfatizando suficientemente la importancia del esfuerzo personal en la consecución de metas.

La estrategia *Establecimiento de Metas*, integrada por definición conjunta de objetivos, representó el 60% de los docentes que la utilizan, indicando que se involucra a los estudiantes en la definición de sus metas académicas con una regularidad aceptable. Esto promueve la apropiación del proceso de aprendizaje por parte del estudiante, aumentando su compromiso y motivación. El resultado del 40% en división de objetivos complejos,

sugiere que la descomposición de metas ambiciosas en pasos más pequeños y manejables se utiliza con menor frecuencia que la definición conjunta de objetivos. Es crucial un balance más adecuado entre la definición conjunta de objetivos y su efectiva descomposición para maximizar el impacto de la estrategia Establecimiento de Metas.

El análisis de la estrategia *Refuerzo Positivo*, con un resultado en retroalimentación constructiva en un 88%, revela que su porcentaje de utilización es una práctica docente que prioriza la retroalimentación específica y orientada a la mejora. Este enfoque es altamente positivo, pues el feedback constructivo ayuda a los estudiantes a comprender sus errores, a identificar áreas de mejora y a desarrollar estrategias de aprendizaje más efectivas. Se promueve así un aprendizaje profundo y significativo, más allá de la simple obtención de una calificación. Por otro lado, las recompensas simbólicas son utilizadas por el 22% de los docentes, lo que indica que utilizan recompensas como la alabanza, el reconocimiento público o las celebraciones de logros, lo que contribuye a crear un ambiente de aprendizaje positivo y motivador, estas recompensas refuerzan el comportamiento deseado y fortalecen la autoestima del estudiante.

La estrategia *Motivación Intrínseca*, compuesta por conexión con intereses personales (76%) y reconocimiento del esfuerzo (24%), muestra una fuerte inclinación hacia la conexión con los intereses de los estudiantes. El alto porcentaje (76%) en conexión con intereses personales indica una práctica docente que busca adaptar el aprendizaje a las necesidades y preferencias individuales, lo cual es altamente positivo. Esto fomenta un aprendizaje más significativo y atractivo, aumentando la participación activa y la motivación intrínseca de los estudiantes. Sin embargo, el 24% de los docentes utilizan el reconocimiento del esfuerzo como estrategias de motivación, lo que indica que reconocen y valoran el esfuerzo individual, incluso cuando el resultado no sea el esperado. Este reconocimiento es fundamental para fortalecer la resiliencia y la perseverancia de los estudiantes.

Discusión

Estrategias para el Fortalecimiento de la Autoestima



CC BY-NC-ND 4.0

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

El fortalecimiento de la autoestima, es un componente esencial para el éxito académico, ya que influye directamente en la autoconfianza y en la capacidad del estudiante para enfrentar desafíos. Los resultados indican que, aunque se reconoce la importancia del esfuerzo individual, su implementación en las prácticas docentes es limitada; esto podría deberse a la falta de estrategias específicas o a una menor priorización dentro del aula. Según Vargas et al. (2024), fomentar la autoestima implica ayudar al estudiante a identificar sus fortalezas y logros, mejora el rendimiento académico y su desarrollo.

La creación de oportunidades para que los estudiantes asuman retos y desarrollen nuevas habilidades, por otro lado, muestra un impacto positivo en la construcción de una autoestima sana. Como argumentan Correa *et al.* (2024), el éxito en tareas desafiantes fomenta una percepción más sólida de autoeficacia, un componente crucial de la autoestima. Sin embargo, una combinación equilibrada entre reconocer el esfuerzo individual y ofrecer retos podría maximizar estos efectos, ya que ambos factores se complementan para el crecimiento personal y académico.

Estrategia para el Establecimiento de Metas

El establecimiento de metas, específicamente a través de la definición conjunta de objetivos, fomenta el compromiso y la apropiación del aprendizaje por parte del estudiante. Los resultados muestran que esta práctica es utilizada con regularidad aceptable, y su impacto en la motivación se alinea con las conclusiones de Chiecher (2017), quien destaca que involucrar a los estudiantes en la definición de sus metas académicas genera un sentido de responsabilidad y dirección clara. Sin embargo, la descomposición de objetivos complejos en pasos más pequeños y manejables no recibe la misma atención, Locke y Latham, (2002), destaca que este enfoque no solo puede reducir la ansiedad, sino que también ofrece un camino más claro hacia el éxito, especialmente para aquellos estudiantes que enfrentan desafíos significativos.

Estrategias para el Refuerzo Positivo

La retroalimentación constructiva se presenta como una herramienta fundamental en el ámbito educativo, no solo para el desarrollo académico, sino también para el crecimiento personal de los estudiantes; puesto que, al permitirles reconocer sus áreas de mejora y

diseñar estrategias para corregir errores, se fomenta un aprendizaje consciente y responsable. De acuerdo a Hattie (2009), la retroalimentación es una de las estrategias más efectivas en el proceso de aprendizaje y en el rendimiento escolar. No obstante, se observa que las recompensas simbólicas, como el reconocimiento público, son menos frecuentes, a pesar de su impacto positivo en el fortalecimiento emocional de los estudiantes y en la creación de un ambiente motivador.

Ambas dimensiones, la retroalimentación constructiva y las recompensas simbólicas, son esenciales para fortalecer el refuerzo positivo en el ámbito educativo. Mientras que la retroalimentación constructiva proporciona a los estudiantes orientaciones claras y específicas para superar sus desafíos, las recompensas simbólicas refuerzan el esfuerzo y el comportamiento deseado a través del reconocimiento emocional. Estas estrategias, cuando se integran de manera equilibrada, no solo maximizan el impacto del aprendizaje, sino que también contribuyen a crear un ambiente en el que los estudiantes se sienten valorados y motivados, su complementariedad fomenta tanto el desarrollo académico como la formación de habilidades socioemocionales.

Estrategia para la Motivación Intrínseca

La conexión con los intereses personales de los estudiantes es una de las estrategias más destacadas para fomentar la motivación intrínseca, esta práctica permite que los estudiantes encuentren significado en su aprendizaje, lo que aumenta su compromiso y participación activa. Como señala Orbegoso (2016), el fomento de la motivación intrínseca debe ir de la mano con reformas en las instituciones educativas, enfocándose en establecer una relación más horizontal entre profesores y estudiantes, en el sentido que la misma surge de la satisfacción de determinadas necesidades, una relación más democrática en el ámbito educativo ayudará a potenciarla. Por otro lado, el reconocimiento del esfuerzo, aunque fundamental, es menos implementado por los docentes; en tal sentido, se debe valorar el esfuerzo individual y la capacidad del estudiante para superar obstáculos.

La conexión con los intereses personales y el reconocimiento del esfuerzo son dos dimensiones clave para fortalecer la motivación intrínseca en los estudiantes, ya que ambas promueven el aprendizaje significativo y el desarrollo de habilidades



socioemocionales. Por un lado, la conexión con los intereses personales permite que el aprendizaje sea percibido como relevante y valioso para los estudiantes, aumentando su compromiso y participación activa en el proceso educativo; por otro lado, el reconocimiento del esfuerzo cumple un papel fundamental en el desarrollo de la perseverancia y la resiliencia; pues al valorar el esfuerzo, los estudiantes comprenden que el proceso de aprendizaje es tan significativo como los resultados obtenidos lo que refuerza una mentalidad de crecimiento, donde las dificultades son vistas como oportunidades para mejorar, en lugar de como fracasos.

Conclusiones

El fortalecimiento de la autoestima se revela como un pilar fundamental para mejorar la motivación y el rendimiento académico en estudiantes de secundaria. La autoconfianza permite enfrentar desafíos académicos que, de otro modo, se pueden percibir como insuperables. Al desarrollar habilidades en un entorno seguro y alentador, los estudiantes no solo aprenden en términos académicos, sino que también construyen una imagen positiva de sí mismos que fomenta aún más su autoestima.

La práctica de establecer metas conjuntas entre docentes y estudiantes resulta ser una herramienta valiosa que fomenta el compromiso y la apropiación del aprendizaje. Cuando los estudiantes participan activamente en la definición de sus objetivos académicos, sienten un sentido de responsabilidad y conexión con su aprendizaje. Esto no solo aumenta su motivación, sino que también promueve un aprendizaje más significativo. Sin embargo, es crucial complementarla con la descomposición de objetivos complejos en pasos más manejables; pues al dividir tareas más grandes en etapas más pequeñas y alcanzables permite que los estudiantes experimenten pequeñas victorias a lo largo del proceso, lo que puede ser inmensamente gratificante.

Las estrategias de refuerzo positivo, que incluyen la retroalimentación constructiva y el reconocimiento simbólico, son esenciales para el desarrollo académico y emocional de los estudiantes. La retroalimentación constructiva no solo ofrece orientaciones específicas que pueden ayudar a los estudiantes a identificar áreas de mejora, sino que también valida sus esfuerzos y progresos. Por otro lado, el reconocimiento simbólico, como elogios

públicos o premios, puede servir como un poderoso motivador, fomentando un ambiente donde los estudiantes se sientan valorados y estimulados a esforzarse aún más.

La conexión con los intereses personales de los estudiantes es una estrategia ampliamente utilizada y efectiva, ya que fomenta un aprendizaje significativo. Sin embargo, el reconocimiento del esfuerzo individual, fundamental para el desarrollo de la resiliencia, requiere mayor atención por parte de los docentes.

La interrelación entre la autoestima, el establecimiento de metas, el refuerzo positivo y la motivación intrínseca es fundamental para el crecimiento personal y académico de los estudiantes. Al integrar y equilibrar estas estrategias, se puede maximizar su impacto en el aprendizaje.

Con base en las conclusiones obtenidas, se proponen las siguientes recomendaciones prácticas: Desarrollar programas de formación para docentes que integren estrategias específicas para el reconocimiento del esfuerzo individual y la división de metas en pasos más manejables; Crear herramientas y materiales que faciliten la personalización del aprendizaje, como guías para adaptar contenidos a los intereses personales de los estudiantes y estrategias para proporcionar retroalimentación constructiva efectiva; Incrementar el uso de recompensas simbólicas, como el reconocimiento público de logros, para fortalecer el ambiente motivador y emocionalmente seguro en el aula y Buscar un equilibrio en la aplicación de todas las estrategias analizadas, de manera que se complementen mutuamente y se adapten al contexto particular de cada grupo de estudiantes.

Referencias bibliográficas



- Bandura, A. (1986). Fundamentos sociales del pensamiento y la acción: una teoría cognitiva social. Prentice-Hall. <https://psycnet.apa.org/record/1985-98423-000>.
- Correa, M., Tobar, M., Muñoz, D. y Ramírez, M. (2024). El rol de la autoeficacia en el proceso de aprendizaje: estrategias para potenciarla en estudiantes de primaria. *Journal of Development*, 5, (8). <https://doi.org/10.46932/sfjdv5n8-022>.
- Chiecher, A. (2017). Metas y contextos de aprendizaje. Un estudio con alumnos del primer año de carreras de ingeniería. *Innovación educativa*, 17(74), 61-80. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-26732017000200061.
- Hattie, J., y Timperley, H. (2007). El poder de la retroalimentación. *Review of Educational Research*, 77(1), 81-112. <https://translate.google.com/website?sl=en&tl=es&hl=es&prev=search&u=https://doi.org/10.3102/003465430298487>
- Hernández, S., Fernández, C., y Baptista, L. (2010). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw Hill. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>.
- Locke, E. y Latham, G. (2002). Construyendo una teoría prácticamente útil sobre el establecimiento de metas y la motivación para las tareas: una odisea de 35 años. *American Psychologist*, 57(9), 705-717. <https://psycnet.apa.org/record/2002-15790-003>
- Jennings, P. y Greenberg, M. (2009). El aula prosocial: la competencia socioemocional del docente en relación con los resultados de los estudiantes y del aula. *Review of Educational Research*, 79(1), 491-525. <https://doi.org/10.3102/0034654308325693>.

Orbegoso, A. (2016). La motivación intrínseca según Ryan & Deci y algunas recomendaciones para maestros. *Lumen Educare*, 2(1)75- https://doi.org/93.10.19141/2447-5432/lumen.v2.n1.p.75-93.

Pekrun, R. (2006). El impacto de las emociones en el aprendizaje y el rendimiento: Hacia una teoría de los mediadores cognitivos/motivacionales. *Psicología Aplicada* 41(4):359-376. “https://doi.org/ 10.1111/j.1464-05971992tb00712.x.

Vargas, M., Moreira H., Cabrera M., y Bonilla, J. (2024). Estrategias psicológicas para mejorar la autoestima y el rendimiento académico en estudiantes de Educación General Básica. Ciencia Latina, 8 (5) https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i5.14112

Zimmerman, B. (2002). Convertirse en un estudiante autorregulado: Una visión general. *De la teoría a la práctica*, 41, (2) 64-70. http://dx.doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2



Conflicto de intereses:

Los autores declaran que no existe conflicto de interés posible.

Nota:

El artículo no es producto de una publicación anterior.