

La generación Z y los desafíos de su formación universitaria



¿Qué tan independientes son los jóvenes que están llegando a las universidades hoy en día? ¿Cuáles son sus diferencias con las generaciones anteriores? ¿Qué pueden hacer los profesores para motivarlos a aprender?

Fueron algunas reflexiones que **Jean Twenge**, profesora y psicóloga de la Universidad Estatal de San Diego, compartió a docentes del [Tec de Monterrey](#) durante su conferencia magistral “*Engaging the i-gen*”.

“Casi todos nuestros **estudiantes universitarios de pregrado son de la generación Z**. Me gusta llamarlos **iGen** porque son la primera generación en pasar toda su adolescencia en la era de los teléfonos inteligentes, los iPhones y las iPads”, comentó.

También compartió un análisis sobre las diferencias entre estos jóvenes y los de otras generaciones con base en varias tendencias culturales.

Dijo que la generación z siente mayor soledad y depresión; **requieren más apoyo** y orientación, **son menos independientes** y sugirió a los maestros **cambiar sus estrategias para entregarles contenido**.

La **generación Z**, también conocidos como **centennials**, son aquellos que **nacieron entre 1997 y 2012**, con edades que hoy van desde los 10 hasta los 25 años.

La psicóloga y autora Jean Twenge fue conferencista en la Reunión Nacional de Profesores 2022.
width="900" loading="lazy">

Generación Z requiere más apoyo y orientación

En el marco de la [Reunión Nacional de Profesores 2022](#) Twenge reflexionó sobre las diferencias de crecer hoy en día como parte de la generación Z, y lo que fue para jóvenes de generaciones previas, como la generación X o los millennials.

*“Lo primero que vemos en ellos es **la velocidad de desarrollo**, qué tan rápido o lento crecen los niños y adolescentes. Un ejemplo de eso es cómo **los niños ya no son tan independientes**”,* expuso la ponente.

“En los años 70s y 80s era muy común que los niños caminaran solos a la escuela; hoy es mucho más probable que los padres los lleven, incluso si viven a la misma distancia”, añadió.

Citó que se debe a un fenómeno cultural que la psicóloga definió como **estrategia de vida lenta**. La educación tarda más en terminar y, por ejemplo, los adultos deciden tener menos hijos y criarlos con más cuidado.

“Los estudiantes universitarios son generación Z. Son la primera generación en pasar toda su adolescencia en la era de los teléfonos inteligentes”.

La profesora compartió estudios que indican que entonces los jóvenes se ven obligados a **acelerar su desarrollo al llegar a la universidad**, pero tienen **menos experiencia e independencia** al comienzo de su edad adulta y por ello comento a los docentes:

“Es importante como profesores empatizar con su experiencia. Esta generación necesita más apoyo y orientación.

“Es un trabajo difícil porque los estudiantes vienen a nosotros con menos experiencia en la toma de decisiones y **debemos guiarlos en un viaje más extenso y con indicaciones claras, deletreadas**”, dijo.

En México, los niños y niñas de la generación Z tienen mayor sentimientos de soledad.
width="900" loading="lazy">

¡Atención! Generación Z siente mayor soledad y depresión

De acuerdo a la profesora Twenge, hace aproximadamente 10 años comenzó a ver **cambios en la salud mental y bienestar** de los adolescentes.

“Decían que sentían que no podían hacer nada bien, que su vida no era útil o que no disfrutaban de la vida, **síntomas clásicos de la depresión**. El nivel clínico de depresión se ha duplicado entre los jóvenes de 12 a 17 años desde 2011”, explicó.

Citó que esa tendencia, que se registró incluso antes de la pandemia, también se percibe en la **población de estudiantes universitarios con edades de entre 18 y 25 años**.

En este fenómeno notó un patrón de cambio alrededor de 2012 el cual tuvo un **aumento considerable en atenciones de ansiedad y depresión severas**.

“Los estudiantes pasan mucho más tiempo con las pantallas y menos tiempo leyendo libros. Leen en línea, pero fragmentos”.

“Encontré en la estadística que a finales de 2012 fue la primera vez que la mayoría de las personas tenían un teléfono inteligente.

“Los teléfonos inteligentes pasaron de ser usados por la mitad de las personas a poseer uno en solo 5 años y medio. Esa es la adopción más rápida de cualquier tecnología en la historia humana”, reflexionó la psicóloga.

Refirió que **los jóvenes pasan hasta 6 u 8 horas mirando la pantalla de sus teléfonos y navegando en las redes sociales y dedican menos tiempo a actividades para relacionarse con los demás**.

“Debemos prestar atención a las necesidades de salud mental de los estudiantes y tener recursos para prestarles ayuda o terapia profesional, promover su descanso, un mejor estilo de vida y relaciones sociales cara a cara”, comentó.

Estudiantes universitarios generación Z conferencia Jean Twenge width="900" loading="lazy">

Sugiere a docentes cambios en la entrega de contenidos
Para la psicóloga el que los estudiantes pasen más tiempo ante las pantallas de sus celulares provoca que **descuiden otros aspectos, como la lectura de libros para la enseñanza**.

“Los estudiantes pasan mucho más tiempo con las pantallas y menos tiempo leyendo libros y otros textos extensos, incluso revistas, artículos periodísticos. Sí leen en línea, pero por lo general fragmentos.

“Hay que reconocer esta baja en la lectura, especialmente texto de formato largo porque, cuando llegan a la universidad lo primero que hacemos es que les entregamos un libro de texto de 700 páginas. Esperamos que lo lean y no lo hacen”, comentó.

Para **promover la lectura entre los estudiantes sugirió el uso de ebooks**, que los jóvenes puedan consultar desde su celular, incluso en el autobús, con un acceso constante, como Google, y que sean **interactivos, con quizzes, actividades y videos cortos**.

“Estudios muestran que los estudiantes que solo ven la tecnología colectiva al frente de la clase les va mejor en los exámenes”.

Además recomendó que sean relativamente cortos, con un **estilo de lectura casual e informal, que les hable de “tú”**, y los invite a seguir leyendo.

“Cuando comencé a usar ebooks y asignar pruebas, temía que mis alumnos lo odiaran, pero les gustaron porque podía tomarlos inmediatamente después de leer el material y comparar sus resultados con los demás”, dijo.

En las aulas **sugirió implementar el uso de tecnología de manera colectiva**, por ejemplo, mostrar **videos de menos de 3 minutos**, o pedir a los estudiantes que utilicen sus celulares para **crear videos cortos** para luego proyectar en clase.

Por otro lado, sugirió motivar a los estudiantes a **evitar el uso de tecnología de manera individual**, por ejemplo, a guardar sus **smartphones**, e incluso computadoras que los **pueden distraer constantemente con notificaciones de sus redes sociales**.

*“Hay estudios que muestran que **los estudiantes que solo ven la tecnología colectiva al frente de la clase, pero no tienen su propio dispositivo personal, les va mejor en los exámenes**”.*

La psicóloga compartió algunos consejos a los profesores Tec para conectar con sus estudiantes.

Buscar una motivación hacia el estudio

Los estudiantes de la generación Z, **tienden a centrarse en una motivación extrínseca** que en una intrínseca, como ocurría con jóvenes de generaciones pasadas, señaló la psicóloga.

En su opinión se debe a que esta generación como la de los millennials han sido **impactada por la recesión** y una **desigualdad de ingresos**; además de que **las redes sociales generan inseguridad** y los llevan a compararse con otros y a fijarse objetivos con valor extrínseco.

*“Más estudiantes actuales **dicen que irán a la universidad para ganar más dinero** y menos dicen que van a obtener una educación y apreciación de las ideas o desarrollar una filosofía de vida significativa.*

“También vemos que menos dicen que les gustan las escuelas o que son agradables, que sus cursos son interesantes o que su trabajo escolar es significativo e importante”, comentó.

“Como profesores debemos hallar equilibrio y adaptarnos para dar a los estudiantes lo que quieren y lo que necesitan a largo plazo”.

Jean Twenge sugiere tratar de **entender la perspectiva de los jóvenes**, quienes buscan **saber si prepararse les ayudaría a lograr sus objetivos de vida**. y ya no solo aprender por aprender.

También propone **desarrollar en los estudiantes una motivación intrínseca**, por ejemplo con un sistema de **evaluación de puntos igual** que en el gaming, así como actividades como videos y debates sobre problemas reales para recordar el material y disfrutar el aprendizaje.

“Sabemos que si están intrínsecamente motivados y disfrutan lo que hacen su desempeño será mejor y podrán obtener una mejor calificación para acercarse a ese objetivo profesional”, señaló.

Finalmente citó que la pregunta es... *¿cuánto va a cambiar al mundo para esta generación y cuánto se va a adaptar una generación para adaptarse al mundo?*

"Como profesores debemos hallar equilibrio y adaptarnos para dar a los estudiantes lo que quieren y lo que necesitan a largo plazo".

Estudiantes universitarios generación Z conferencia Jean Twenge width="900" loading="lazy">

Reunión Nacional de Profesores

La RNP es una jornada que organiza el Tec de Monterrey de forma anual. En ella los profesores de los 25 campus y de las sedes de **EGADE Business School** y la **Escuela de Gobierno y Transformación Pública** se reúnen, y al respecto Juan Pablo Murra, rector de Profesional y posgrado comentó:

"Las y los profesores comparten espacios de inspiración, diálogo y colaboración para detectar nuevas oportunidades y mejores prácticas, así como inspirarse e idear proyectos que enriquezcan la experiencia de aprendizaje de nuestros estudiantes".

La edición 2022 tuvo 4 sedes presenciales: campus Monterrey, campus Ciudad de México, campus Guadalajara y campus Querétaro.

Jean Twenge es **autora de 6 libros y profesora de Psicología de la [San Diego State University](#)**, con **más de 140 artículos científicos** publicados.

Su investigación ha sido cubierta por medios como el **The New York Times, The Washington Post, Time y Newsweek**, además, ha tenido apariciones en **CBS, FOX y NBC** entre otras cadenas.

En su libro [iGen](#), aborda el cómo **la generación Z** está súper conectada, es menos rebelde y más tolerante, pero menos feliz y **poco preparada para la edad adulta**.

LEE TAMBIÉN: