

Dónde, cuándo y cómo estudiar: la vigencia del diagnóstico sobre técnicas y hábitos de estudio en universitarios

José Eduardo Cambrón García¹, Joanna Koral Chávez López¹
y David Ulises Llamas Abarca¹

Resumen

La preocupación por los hábitos de estudio de los estudiantes universitarios sigue vigente, no obstante, actualmente se caracteriza por un renovado interés, en gran medida como resultado de la extensión del sistema educativo, las altas tasas de fracaso escolar y la baja eficiencia terminal de los profesionistas que egresan de las diferentes disciplinas. El propósito del estudio que se presenta en este documento responde a identificar los hábitos de estudio de los estudiantes del tercer semestre de la Licenciatura en Psicología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo (UMSNH), a través del cuestionario “¿Cómo estudian?”. Así, se analiza la relación entre los hábitos y técnicas de estudio que utilizan de forma autónoma y fuera del aula para gestionar su aprendizaje. Se utilizó un diseño no experimental de alcance descriptivo con una muestra de 200 es-

1 Facultad de Psicología, Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo (UMSNH).

tudiantes de nivel superior, conformada por 14% hombres y 86% mujeres, con una edad de entre 18 y 22 años. Como resultado sobresaliente, se localizó que 61% de los estudiantes utiliza las mismas técnicas de estudio de forma indiferenciada para aprender sobre los contenidos de todas las asignaturas. Por el contrario, 27% las utiliza por demanda de los profesores y 12% busca utilizarlas sólo previo al momento de evaluación.

Palabras clave: factores ambientales, rendimiento académico, planificación de estudio, hábitos de estudio.

Introducción

La preocupación por los hábitos de estudio de los alumnos viene de tiempo atrás, no obstante, en nuestro tiempo esta cuestión ha adquirido un renovado interés, en gran medida por la extensión de la educación, así como por las altas tasas de fracaso escolar. Diversas investigaciones se orientan a conocer con exhaustividad los procesos de aprendizaje y a valorar en qué grado influyen los hábitos y técnicas de estudio en el rendimiento académico. Ahora bien, llama la atención la escasez de prospecciones o exploraciones de este tipo en universitarios, posiblemente porque se anticipa que los estudiantes que ingresan a la universidad han desarrollado hábitos de estudio favorables para gestionar su aprendizaje.

Sin embargo, la experiencia demuestra que un gran número de estudiantes de nivel superior presenta bajo rendimiento académico, por lo que no todos hacen frente con éxito a los nuevos desafíos que la universidad plantea, tales como los indicadores de calidad de los trabajos académicos, considerar que el estudiante universitario se dedica de tiempo completo a su formación, la competencia de ser autodidacta, entre otros. Así, es bien sabido por varias investigaciones que el rendimiento académico es un fenómeno complejo en cuyo resultado intervienen diversos factores. Herrera (1999) menciona que el mejor rendimiento académico se identifica en alumnos con un alto rendimiento en la educación media, con una elevada valoración en sus hábitos de estudio, asistencia regular a clase y, también, manifiestan un notable grado de satisfacción por la disciplina se-

leccionada, además de que son motivados culturalmente por su ámbito familiar, desarrollando una actitud positiva hacia la universidad y con un compromiso que se refleja en la autoeficacia.

En consecuencia, es importante tener claro lo que implica hablar de rendimiento escolar para que se tenga presente que éste no es sinónimo de capacidad intelectual, de aptitudes o competencias, sino tal y como lo menciona Torres (2006): el rendimiento escolar va más allá de ello y están involucrados diversos factores que influyen tajantemente en el mismo, ya sea de manera positiva o negativa. Así, podemos decir que el rendimiento escolar es el producto de los procesos de enseñanza y aprendizaje, en el cual no se pretende ver cuánto ha memorizado el estudiante acerca de algún tema en particular, sino que se busca identificar cómo aquellos conocimientos aprendidos se presentan a través de su participación activa para la resolución activa en diferentes situaciones (Castro, 1998).

Posteriormente, la mayoría de las investigaciones enfocadas a determinar el éxito o fracaso en el ámbito académico, han reducido el concepto de rendimiento a la certificación académica o a las calificaciones (Gonzales Tirados, 1989; Salvador y García Valcárcel, 1989; Álvaro Page *et al.*, 1990; Latiesa, 1992; Solano *et al.*, 2004.) Como lo refiere el Ministerio de Educación (2002): el rendimiento se puede identificar de manera más práctica con los resultados, ya sea con rendimientos inmediatos, determinados éstos por las calificaciones que obtiene el alumno durante toda la carrera hasta la obtención del título correspondiente, los cuales se definen en términos de éxito/fracaso en relación a un determinado periodo temporal. Por otro lado, el rendimiento diferido, que hace referencia a su conexión con el mundo del trabajo en términos de eficacia y productividad, se vincula, sobre todo, con criterios de calidad de la institución.

Con base en lo expuesto con anterioridad, se reconoce que existen diversas variables que se relacionan con el rendimiento académico de los estudiantes de los diferentes niveles educativos, por lo que los universitarios no son la excepción. Aunque existen estudios como los de Hernández, Rodríguez y Vargas (2011), en el que se refleja que los alumnos tienen problemas por la organización y planeación del estudio, las técni-

cas de memorización, la comprensión de lectura, el estudiar en casa y la carencia de estrategias para incrementar la motivación y la autoestima. Por otro lado, Mena, Golbach y Véliz (2009) muestran en su investigación que los estudiantes no tienen en general el hábito de distribuir sus horas de estudio de acuerdo con la complejidad de la materia. Además, un alto porcentaje manifiesta su falta de organización para el estudio diario, su dedicación y planificación del mismo. Para efectos de este trabajo, se retoma a los hábitos y técnicas de estudio como uno de los aspectos que influyen en los resultados académicos de universitarios mexicanos. Así, después de acordar el concepto sobre rendimiento académico, resulta pertinente diferenciar qué son los hábitos (prácticas constantes de las mismas actividades) y las técnicas (procedimientos o recursos).

Uno de los objetivos constantes de la pedagogía es el mejoramiento del estudio, y también hay que tener presente las contribuciones que ha hecho la psicología desde el enfoque conductista y cognitivo. Como Hernández y García (1991) mencionan:

El paradigma conductista considera al estudio como una compleja secuencia de acciones: elección del tema, organización del material, lectura del texto, adquisición de contenidos. Algunos de los puntos que ofrece este paradigma y que se deben considerar son que las condiciones del estudio deben ser apropiadas, se debe dar a conocer al alumno técnicas de estudio, estructurar la tarea de estudio, tener en cuenta la curva del aprendizaje, incluir periodos de descanso que permitan disminuir el cansancio y potenciar el aprendizaje, potenciar la motivación del alumno por el estudio y utilizar refuerzos que faciliten y consoliden los hábitos y técnicas de estudio.

Como puede observarse, desde esta perspectiva se busca promover hábitos y técnicas de estudio que favorezcan la obtención de resultados satisfactorios, cumpliendo con las demandas de los planes de estudio en todos los niveles educativos. Es decir, el proceso de enseñanza y aprendizaje en la universidad no se encuentra exento de demandas que puedan ser atendidas a través de la utilización de hábitos y técnicas de estudio eficientes,

eficiencia que corresponde a la resolución de la tarea, en conjunto con la obtención de los resultados anticipados por los sistemas de evaluación de los planes de estudio de cada disciplina.

Ahora bien, para Hernández y García (1991), el paradigma cognitivo se centra sobre todo en el aprendizaje de contenidos y, por tanto, enfatiza la importancia de la memoria, la codificación y la recuperación informativa. Las principales aportaciones de este paradigma son: la memorización de contenidos informativos, estructuras y procesos cognitivos, estructuras mentales, ciertas operaciones cognitivas, etc.

Como se observa, ambos paradigmas ofrecen postulados conceptuales relevantes para la comprensión del proceso de enseñanza y aprendizaje en contextos de educación. Por lo tanto, su utilidad radica en servir como marcos conceptuales y analíticos para la comprensión y explicación de la oportuna relevancia, vigencia y utilidad del uso de escalas para explorar los hábitos y técnicas de estudio en contextos universitarios. Ahora bien, entre los diferentes factores explicativos del rendimiento que se correlacionan con los paradigmas cognitivo y conductista, se localizan los rasgos de personalidad e inteligencia; los rasgos aptitudinales; las características personales; trayectorias académicas; estilos de aprendizaje; aspiraciones y expectativas; métodos pedagógicos, condiciones en las que se desarrolla la docencia, etc.

De acuerdo con Álvarez, García y Gil (1999), desde la perspectiva del alumno, el éxito académico puede ser consecuencia del interés por los contenidos, asistencia a clase, dedicación, saber buscar información bibliográfica, razonar y no sólo memorizar el contenido académico o visto en clase, expresión oral y escrita de forma correcta, escuchar sin limitarse a copiar, extraer durante la clase ideas clave para desarrollarlas posteriormente, si no se pudo asistir a clases, conocer o averiguar qué se dijo en clase, tener iniciativa en el trabajo, cumplir con las tareas encomendadas y contar con habilidad artística, creatividad y cultura general.

Por otro lado, también Álvarez, García y Gil (1999) refieren que los factores que provocan un bajo rendimiento académico son por falta de preparación, falta de un nivel de conocimientos,

desarrollo inadecuado de aptitudes específicas acordes con el tipo de carrera elegida, aspectos de índole actitudinal, falta de métodos de estudio o técnicas de trabajo intelectual, y estilos de aprendizaje no acordes con la carrera elegida. Aunado a lo anterior, un factor que puede afectar el rendimiento académico visto desde una experiencia de trabajo con estudiantes, es el factor ambiental que va desde el lugar de estudio, haciendo énfasis en el mobiliario, la luz, ventilación, temperatura con la que se estudia, así como si se realiza una planificación del estudio, refiriéndose a en qué momento del día se estudia y la distribución del tiempo de estudio.

De igual manera, García-Jimenéz, Rojas-Pérez y Ruiz-Ruísánchez (2012) refieren que con las técnicas se puede identificar una serie de estrategias y procedimientos de naturaleza cognitiva y metacognitiva relacionada al aprendizaje. Entendiendo como cognición a cómo se procesa la información a partir de la percepción y la experiencia. En cambio, la metacognición se refiere a la reflexión del proceso del pensamiento, así como a las estrategias que nos permiten aprender, procesar información e identificar y conocer cómo es que aprendemos.

Con base en lo anterior, la presente investigación responde a identificar, a través del cuestionario “¿Cómo estudian?”, cuáles son las técnicas y hábitos de estudio utilizados por estudiantes de tercer semestre de la Licenciatura en Psicología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo (UMSNH). Realizar un diagnóstico sobre dicho tema, permite analizar la oportuna utilidad de este instrumento para realizar una acción que favorezca el desempeño de los estudiantes al utilizar hábitos y técnicas de estudio efectivas en sus actividades fuera del aula, para gestionar de forma autónoma su aprendizaje.

Método

El presente estudio se basó en un diseño no experimental de alcance descriptivo.

Participantes

La muestra fue conformada por 200 estudiantes del tercer semestre de la Licenciatura en Psicología de la UMSNH; se localizan estudiantes de ambos géneros, 14% fueron hombres y 86% fueron mujeres, con una edad promedio de 20 años.

Instrumentos

Para la obtención de los datos se utilizó el cuestionario “¿Cómo estudias?”, de López (2011), el cual nos muestra la forma de estudiar de los estudiantes, es decir, las condiciones de su silla, mesa, lugar de estudio, así como los tiempos y formas de trabajo, permitiendo observar los hábitos de estudio empleados por los estudiantes, de ahí que permita pronosticar un ambiente bueno hasta muy poco favorable para estudiar. Dicho cuestionario está conformado por 33 reactivos con opción de respuesta sí y no, un grupo de reactivos están agrupados para identificar las condiciones físicas del lugar de estudio, la distribución del tiempo de estudio y las técnicas de estudio utilizadas con mayor frecuencia. Los datos obtenidos se organizan con base en una plantilla en la cual se marcan con un signo + aquellas respuestas de los estudiantes que coincidan, y finalmente se realiza la suma de los mismos para poder ubicar en categorías y anticipar los recursos con los cuales el estudiante cuenta y que pueden impactar su rendimiento en favorable o no favorable.

Procedimiento

A fin de conocer los factores ambientales bajo los cuales los alumnos estudian e identificar con ello sus hábitos de estudio y técnicas aplicadas, se procedió a solicitar su consentimiento para la aplicación del cuestionario “¿Cómo estudias?”. Enseguida, se aplicó el cuestionario en la fase de diagnóstico en la asignatura de Estadística Inferencial, siendo esta asignatura considerada, desde la perspectiva de los estudiantes, difícil y, dentro de la institución, una de las asignaturas con alto índice de reprobación. Posteriormente, se organizaron los datos a través del programa estadístico SPSS 20, obteniendo resultados que dan cuenta de las condiciones de estudio, técnicas utilizadas y la distribución del tiempo para estudiar fuera del salón de clase.

Resultados

Si bien se reconoce que son diferentes los factores que influyen en el aprendizaje y en el rendimiento del estudiante, para responder al objetivo de este trabajo se retomaron las respuestas a partir de agruparlas en tres categorías para su análisis, la primera categoría refiere al lugar de estudio, la segunda a la organización del tiempo para el estudio y la tercera a las técnicas de estudio utilizadas.

El cuestionario explora las condiciones del lugar de estudio mediante reactivos como: “¿Estudias en un lugar ventilado y alejado de ruidos?”, “En la habitación en la que estudias, ¿dispones de iluminación adecuada de modo que fuerces la vista?”, “¿Dispones de una mesa amplia para estudiar y que guarde proporción con la altura de la silla y tu estatura?”, “¿La silla para estudiar es de respaldo y asiento duros?”. Con base en los datos obtenidos, se identificó que las condiciones que los estudiantes tienen para realizar actividades de estudio son escasas a las asociadas con un lugar favorable. Así, respecto a las condiciones del área de trabajo, lo que mayor sobresale es que 3% señala tener una mesa amplia y en buenas condiciones, así mismo, 13% cuenta con una silla cómoda en buenas condiciones para poder durar largos periodos de trabajo, y tan sólo 2% menciona contar con un lugar especial con iluminación, ventilado y sin ruido de música o televisión (Figura 1).

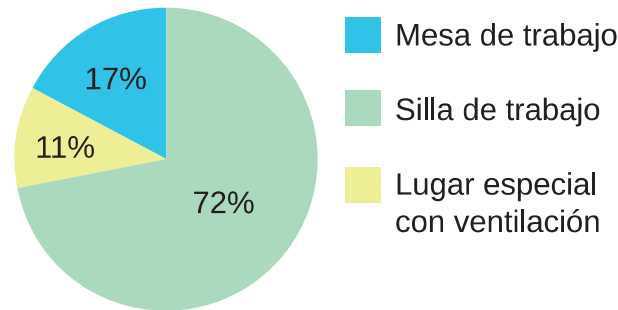


Figura 1. Condiciones del área de trabajo

En lo que respecta a la planificación de estudio, el cuestionario tiene reactivos como: “¿Sueles tomar en clases notas o apuntes sobre lo que explica el profesor?”, “¿Tienes por costumbre pedir o fotocopiar los apuntes de tus compañeros?”, “En cada sesión de estudio, ¿terminas las tareas y el trabajo que te propusiste?”, “¿Organizas tu tiempo de acuerdo con la dificultad de la asignatura?”, “Cuando estudias, ¿subrayas las ideas importantes?”, “¿Tienes organizados tus apuntes por asignatura?”, etc. De los resultados de dicho reactivo, se observó que 80% respondió que sí descansa después de una o dos horas de estudiar, así mismo, 63% sí organiza su tiempo de acuerdo a la asignatura. En sentido opuesto, 71% comentó no preparar sus clases y 86% no tiene un horario fijo para estudiar (Figura 2).

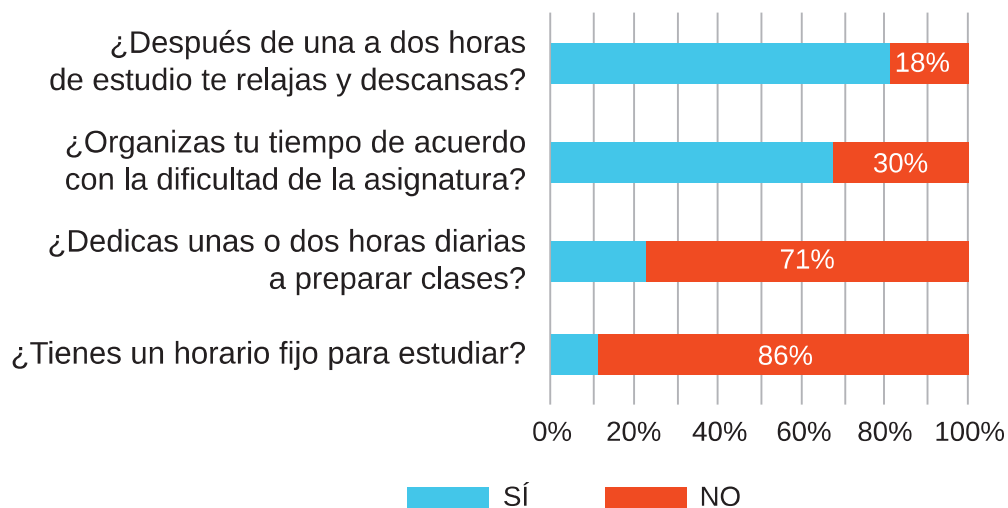


Figura 2. Organización de tiempos

Sobre las técnicas de estudio utilizadas, algunos de los reactivos que se retoman son: “Cuando estudias, ¿subrayas las ideas importantes?”, “¿Haces esquemas de las lecciones que estudias?”. De tal manera, los estudiantes reportan que 48% realiza esquemas de las lecciones que estudia, por otro lado, 46% menciona emplear esta estrategia de estudio, así mismo, y lo que mayor sobresale en un 93%, es que subrayan las ideas de las lecturas a trabajar. Pudiéndose ver que las técnicas de estudio utilizadas son el subrayado, el resumen y el esquema.



Figura 3. Técnicas de estudio

Ahora bien, con base en los lineamientos de evaluación del cuestionario, la suma de los resultados en las tres categorías permite reconocer que 61% de los estudiantes no cuenta con técnicas ni hábitos de estudio, lo que conlleva a anticipar que esto se asocia como pronóstico poco favorable para un rendimiento satisfactorio. Asimismo, 27% de los estudiantes cuenta con algunos elementos, permitiendo realizar un pronóstico medianamente favorable para realizar una actividad tan importante en su papel como estudiante, y finalmente, 12% en quienes se reconoce un pronóstico favorable para estudiar (Figura 4).

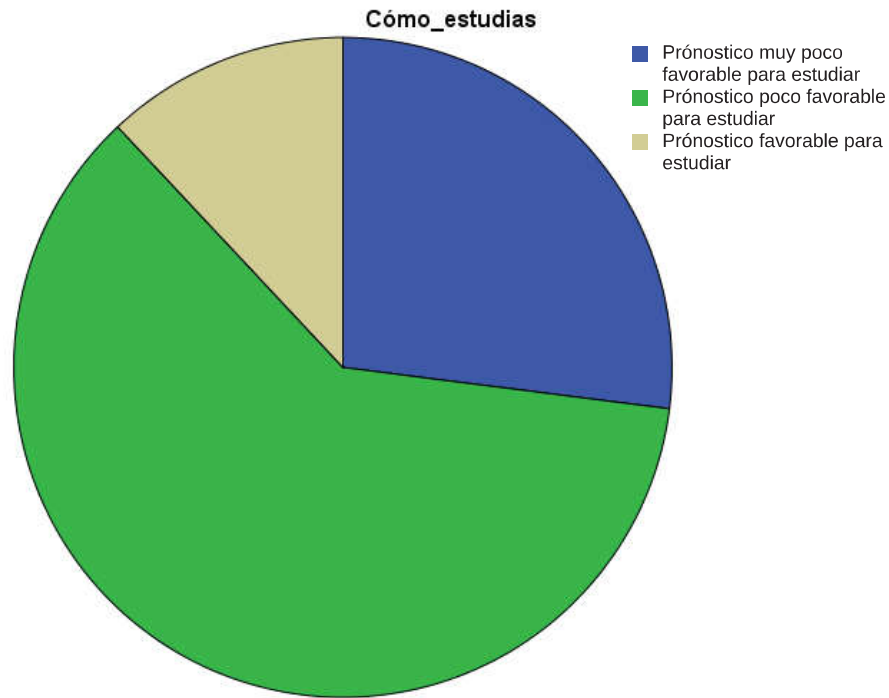


Figura 4. Pronóstico de estudio

Como se observa, son diversos los factores que pueden influir en el rendimiento académico, de tal manera, tanto los docentes como los estudiantes requieren contar con herramientas de enseñanza y aprendizaje que favorezcan el rendimiento académico de los estudiantes. Dentro de las herramientas que permiten lograr el acceso a los conocimientos de determinados conceptos, procesos y procedimientos específicos de cada saber disciplinar, se ubican las técnicas y los hábitos de estudio. Por lo que resulta indispensable disponer de recursos como el cuestionario “¿Cómo estudias?”, que permitan identificar elementos como dónde, cómo y cuándo estudian los universitarios para, a partir de ello, configurar estrategias que promuevan capacidades, destrezas y habilidades ligadas al proceso de enseñanza y aprendizaje (González, 2010).

Discusión

Se afirma que es importante que los estudiantes tengan conocimientos previos y formación dentro de lo que constituyen las

llamadas técnicas de estudio. La relevancia de esto es que en el transcurso de los años los estudiantes utilizan técnicas inapropiadas no sólo a su estilo de aprendizaje, sino al contenido de la materia y al momento de aprendizaje, motivo por el cual la utilización de toda técnica de estudio conlleva al auto sabotaje que se refleja en la obtención de una calificación no aprobatoria. Asimismo, se van formando profesionistas que en su momento “memorizaron” y casi inmediatamente olvidaron la información que se supone es relevante en cada una de las distintas áreas, no obstante un elemento de mayor relevancia en el indiscriminado uso de las técnicas de estudio y la irrelevancia que le otorgan al desarrollo de hábitos de estudio saludables.

Así, la relevancia de gestionar con los estudiantes la ubicación de un espacio adecuado para estudiar, tanto en la casa como en las instituciones educativas, recae en que, como Torres y Rodríguez (2006) mencionan, la importancia de establecer vínculos entre las universidades y las familias de los estudiantes contribuye al beneficio de la actividad educativa y a la deserción de los estudiantes.

Finalmente, cabe mencionar que no toda la responsabilidad es del alumno, también es necesario que los docentes asuman un rol activo, realizando diagnósticos no sólo de los saberes previos de los estudiantes sobre el contenido de la asignatura, sino que también resulta importante la apertura para conocer los recursos con los que cuenta el estudiante para gestionar su aprendizaje fuera del aula. Todo lo anterior requiere de un esfuerzo tanto de estudiantes como de profesores, si lo que se pretende es formar profesionistas de calidad y no en cantidad. Estudios como el que se presenta en este documento, invitan a reflexionar sobre la posibilidad e idoneidad de reconocer la vigente utilidad que tienen recursos de exploración sobre técnicas y hábitos de estudio en la universidad para promover el autoaprendizaje de los estudiantes y, al mismo tiempo, poder planear estrategias de enseñanza fundamentadas en las posibilidades y necesidades de los estudiantes.

Referencias

- Álvaro P., M., Calleja S., J. A., Jiménez S., S. C., Juárez, J., Cerdán, V., Echeverría C., M. J., García L., M. del C., Gaviria S., J. L., Gómez, B. C., Sánchez R., A., López P., B., Martín-Javato, L. Mínguez C., A. L., Trillo M., C. (1990). *Hacia un modelo causal del rendimiento académico*. Madrid: CIDE.
- Castro, M. H. G. (1998). *Avaliação do sistema educacional brasileiro: tendencia e perspectivas*. Brasilia: Ministerio da Educação e Cultura-INEP.
- De Miguel, M. y Arias, J. M. (1999). La evaluación del rendimiento inmediato en la enseñanza universitaria. *Revista de Educación*, 320, 353-377.
- García-Jiménez, E. P., Rojas-Pérez, E. M. y Ruiz-Ruisánchez, A. (2012). Técnicas de estudio para mejorar el aprendizaje en la residencia médica. *Revista Mexicana de Anestesiología*, 35, Supl. 1, 242-244.
- González, M. (2010). *¿Qué importancia tienen las técnicas y estrategias de aprendizaje dentro de las acciones para evitar el fracaso escolar?* Recuperado de: <http://www.educaweb.com>.
- González Tirados, R. M. (1989). *Análisis de las causas del fracaso escolar en la Universidad Politécnica de Madrid*. Madrid: MEC-CIDE.
- Hernández Herrera, C. A., Rodríguez Perego, N. y Vargas Garza, A. E. (2011). Los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje de los alumnos en tres carreras de ingeniería. Publicaciones ANUIES. Recuperado de: http://publicaciones.anuiem.mx/pdfs/revista/Revista163_S1A3ES.pdf.
- Hernández, P. y García, L. (1991). *Psicología y enseñanza del estudio*. Madrid: Pirámide.
- Herrera, M. E. (1999). Factores implicados en el rendimiento académico de los alumnos. *Revista de Investigación Educativa*, 17(2), 413-421. Recuperado de: <http://www.iesjovellanos.com/archivos/ManualTécnicasEstudio.pdf>.
- Latiesa, M. (1992). *La deserción universitaria. Desarrollo de la escolaridad en la enseñanza superior. Éxitos y fracasos*. Madrid: cis., en coedición con Siglo XXI de España Editores.

- López, M. (2011). *Manual de Técnicas de Estudio*. Departamento de Orientación. Recuperado de: <http://www.iesjovellanos.com/archivos/ManualTecnicaEstudio.pdf>.
- Mena, A., Golbach, M. y Véliz, M. (2009). Influencia de los hábitos de estudio en el rendimiento de alumnos ingresantes. Recuperado de: <http://www.soarem.org.ar/Documentos/48%20Mena.pdf>.
- Ministerio de Educación. (2001). *Evaluación del rendimiento en la enseñanza superior: resultados entre alumnos procedentes de la LOGSE y del COU*. Centro de Investigación y Documentación Educativa (Madrid), 596. ISBN: 843693590X.
- Salvador, L. y García-Valcárcel, A. (1989). *El rendimiento académico en la Universidad de Cantabria*. Madrid: CIDE.
- Solano, J. C., Frutos, L. y Cárceles, G. (2004). Hacia una metodología para el análisis de las trayectorias académicas del alumnado universitario. El caso de las carreras del ciclo largo de la Universidad de Murcia. *Revista Española de Investigaciones*, 105, 217-235.
- Torres V., L. E. y Rodríguez S., N. Y. (2006). Rendimiento académico y contexto familiar en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 11(002), 255-270. Recuperado de: <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/pdf/292/29211204.pdf>.