

Artículo Científico

Hábitos y técnicas de estudio que utilizan los estudiantes del 2do semestre de las diferentes carreras de la Universidad Privada del Valle – La Paz

Study habits and techniques used by students of 2nd semester in different careers at the Universidad Privada del Valle – La Paz

Virginia Hidalgo Maynaza¹.

1. Licenciada en Psicología. Docente a Tiempo Completo de la carrera de Psicología en la Universidad Privada del Valle, subsede de La Paz. vhidalgom@univalle.edu; <https://orcid.org/0000-0001-5096-0892>

RESUMEN

El presente artículo hace referencia a la importancia de las técnicas y los hábitos de estudio, considerados como elementos fundamentales para el aprendizaje de cualquier estudiante. Los índices de deserción y fracaso estudiantil en las instituciones educativas generan la necesidad de brindar a los estudiantes universitarios herramientas que les permitan mejorar su rendimiento académico. Los hábitos de estudio son la manera en que el individuo se enfrenta cotidianamente a su quehacer académico, como el tiempo, el espacio, etc. En cambio, las técnicas son los métodos que se utilizan para estudiar y así asimilar o retener información nueva.

La presente investigación describe las diferentes técnicas y hábitos de estudio que utilizan los estudiantes del segundo semestre de las diferentes carreras de la Universidad Privada del Valle, subsede La Paz. Para el logro de este objetivo, se utilizó un enfoque cuantitativo-descriptivo-deductivo; el diseño fue no experimental-transeccional; el muestreo, no probabilístico estratificado simple, de 213 estudiantes. El instrumento fue un cuestionario con la escala de Likert de 31 preguntas.

Palabras clave: Estudiantes. Hábitos de estudio. Técnicas de estudio.

ABSTRACT

This article refers to the importance of study techniques and habits, considered as fundamental elements for the learning of any student. Dropout rates and student failure in educational institutions generate the need to provide university students with tools that allow them to improve their academic performance. Study habits are the way in which the individual faces daily his academic work, such as time, space, etc. Instead, techniques are the methods used to study and thus assimilate or retain new information.

This research describes the different techniques and study habits used by the students of the second semester of the different careers of the Universidad Privada del Valle, La Paz. To achieve this objective, a quantitative-descriptive-deductive approach was used; the design was non-experimental-transectional; simple stratified non-probabilistic sampling of 213 students. The instrument was a questionnaire with the Likert scale of 31 questions.

Keywords: Students. Study habits. Study techniques.

INTRODUCCIÓN

Los hábitos y técnicas de estudio son todas las estrategias y las conductas que un estudiante de cualquier nivel educativo utiliza para obtener los mejores resultados en sus estudios. Estos permiten ordenar el trabajo, priorizar, aprovechar los recursos disponibles de mejor modo y además también posibilitan desarrollar nuevas técnicas y modos de enfrentar el conocimiento a futuro (Bembibre, 2014). El uso de las técnicas de estudio varía de acuerdo con el nivel educativo (primario, secundario, universitario); el objetivo de este es que el estudiante desarrolle habilidades o aptitudes que le permitan encarar mejor cada actividad o tarea.

Durante la etapa universitaria, se tiene no sólo más contenido y niveles de exigencia, sino también menos control externo; se reduce la supervisión por parte del entorno inmediato, y además el estilo pedagógico es diferente (menos exámenes y controles periódicos). Comenzar la universidad exige a los estudiantes mejorar sus estrategias de organización del tiempo, su habilidad para tomar notas, sus técnicas de búsqueda y selección de información, su atención y concentración prolongadas (Galindo, 2011).

Las técnicas de estudio tienen una importancia fundamental para conseguir unos buenos resultados académicos, puesto que simplifican los contenidos y optimizan el aprendizaje (VIU, 2015).

La pregunta que motiva la presente investigación es la siguiente: *¿Cuáles son los hábitos y técnicas de estudio que utilizan los estudiantes de 1er año de las diferentes carreras de la Universidad del Valle?* Lo que nos interesa es conocer si estos se organizan, planifican su tiempo, el ambiente de estudio, su motivación, y utilizan las técnicas del subrayado, realizan esquemas, etc.

MATERIALES Y MÉTODOS

La metodología utilizada en la siguiente investigación tuvo un enfoque cuantitativo-descriptivo-deductivo. El diseño fue no experimental-transaccional. El muestreo fue no probabilístico estratificado simple de 1.013 estudiantes del 2do semestre; se seleccionó una muestra de 213 alumnos, con una confianza del 99%. El instrumento fue un cuestionario en escala de Likert de 31 preguntas.

RESULTADOS

A continuación, se presentan los resultados más relevantes de la investigación realizada:

a) Lugar de estudio



GRÁFICO N°1

Fuente: Elaboración propia, 2019.

En el gráfico N° 1, se puede observar que el 56% de los estudiantes del 2do semestre, solo a veces decide estudiar en algún lugar aislado de ruidos; en cambio el 33% sí estudia en un lugar aislado de ruidos. Por último, 11% estudian en lugares con mucho ruido.

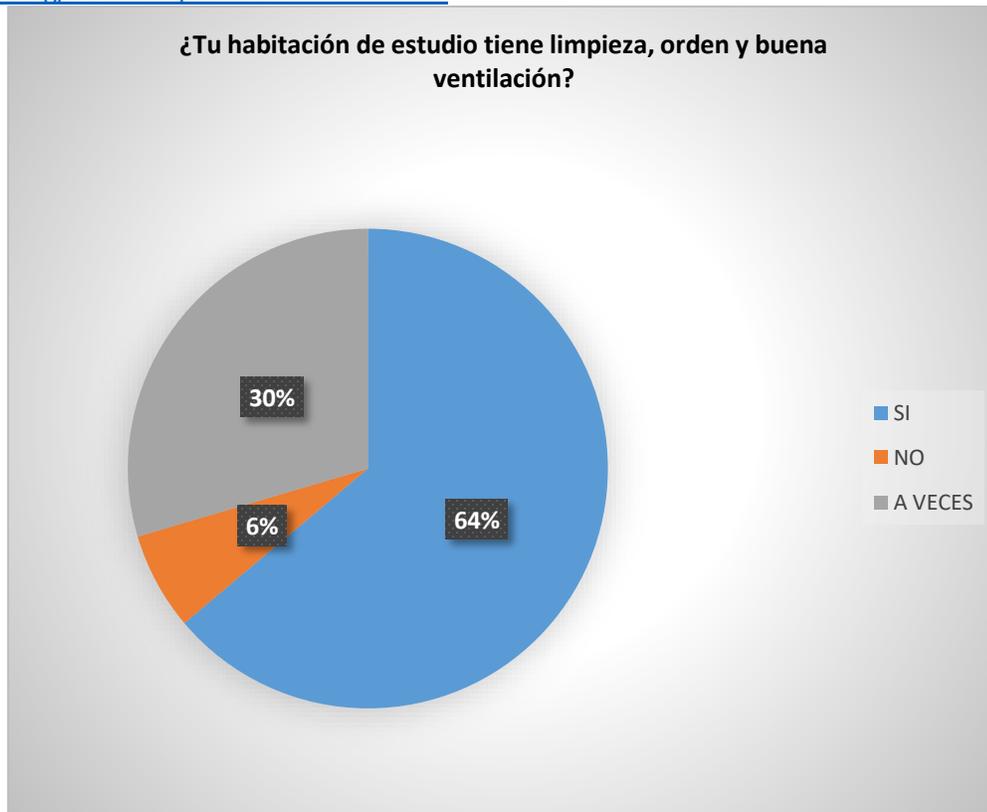


GRÁFICO N°2

Fuente: Elaboración propia, 2018.

En el gráfico N° 2 se observa que el 64% de los estudiantes sí utilizan una habitación limpia y ordenada con buena ventilación; en cambio, el 30%, a veces mantiene una habitación limpia, ordenada y ventilada. El 6% no cumple con estos criterios.

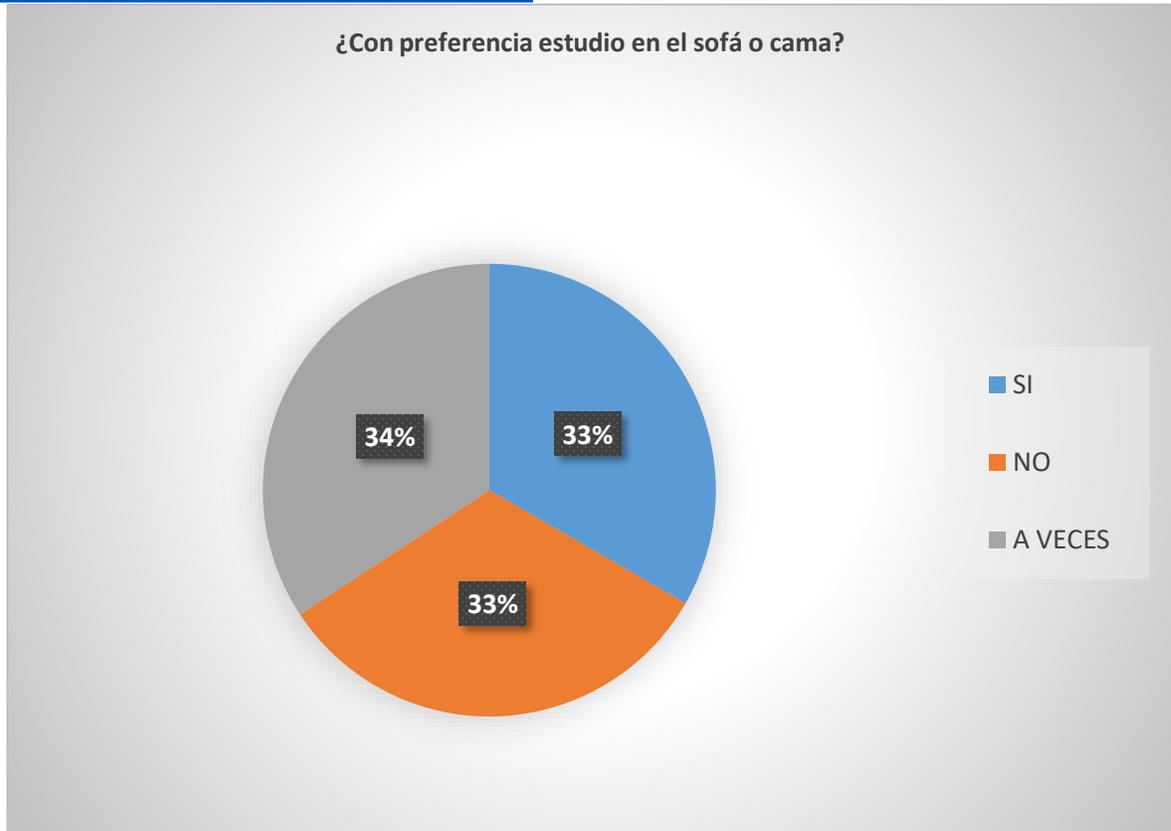


GRÁFICO N° 3

Fuente: Elaboración propia, 2019.

En el gráfico N° 3 se muestra que el 34% de los estudiantes a veces estudia en el sofá y la cama; en cambio el 33% sí prefiere desempeñar esta tarea en el sofá o la cama, por separado. El 33% prefiere estudiar en otros espacios.

b) Planificación del estudio

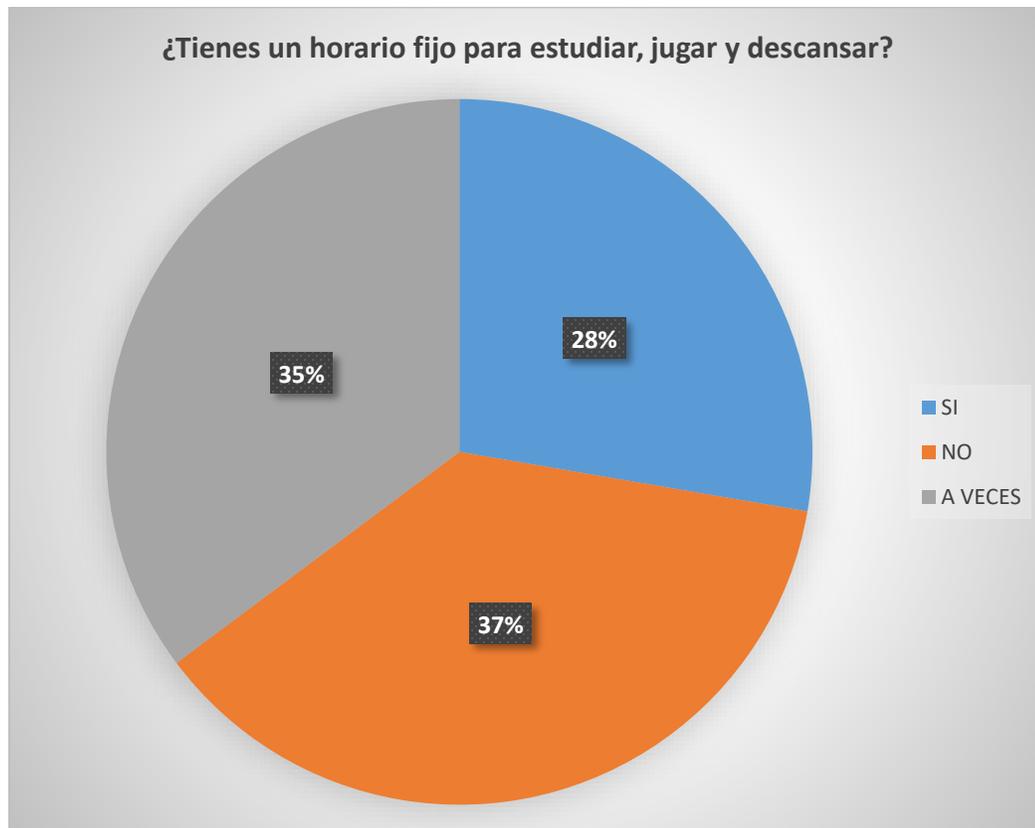


GRÁFICO N°4

Fuente: Elaboración propia, 2019.

En el gráfico N° 4 se evidencia que el 37% de los estudiantes no tienen un horario fijo para realizar sus actividades. En cambio, el 35% solo en ocasiones organiza su tiempo para realizar otras actividades diarias. Por último, el 28% sí organiza su tiempo.

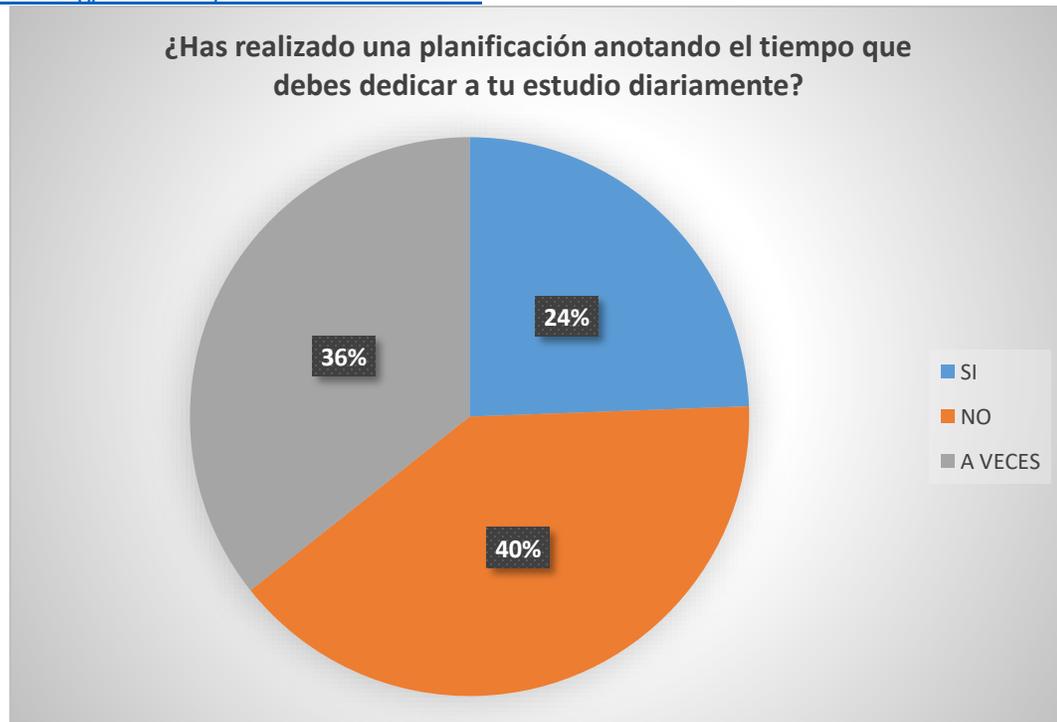


GRÁFICO N°5

Fuente: Elaboración propia, 2019.

El gráfico N° 5 muestra que el 40% de los estudiantes sí planifica el tiempo que debe dedicar a su estudio diariamente, mientras que el 36% sólo lo hace a veces, y el 24% directamente no planifica.

c) Atención en la sala de clases

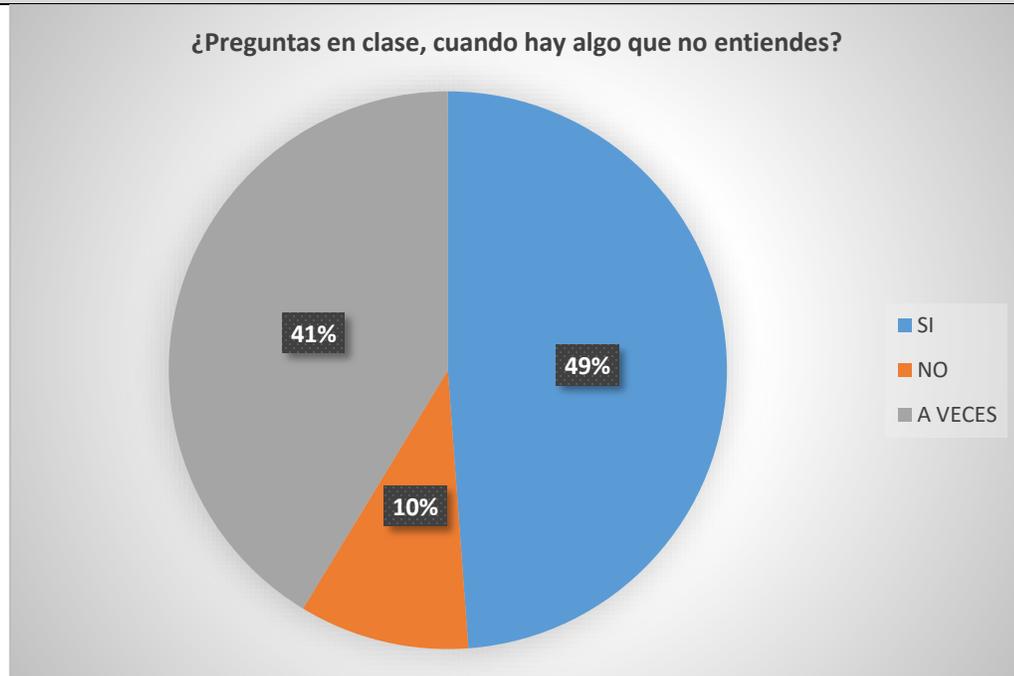


GRÁFICO N°6

Fuente: Elaboración propia, 2019.

El gráfico N° 6 muestra que el 49% de los estudiantes realizan preguntas a sus docentes cuando no entienden alguna explicación durante las clases; en cambio, el 41% solo a veces pregunta. Y, por último, el 10% no aclara sus dudas.



GRÁFICO N°7

Fuente: Elaboración propia, 2019.

En el gráfico N° 7, se observa que el 73% de los estudiantes sí toma apuntes en clase, mientras que el 21% solo a veces lo hace. Finalmente, el 6% no realiza ningún apunte durante la clase.

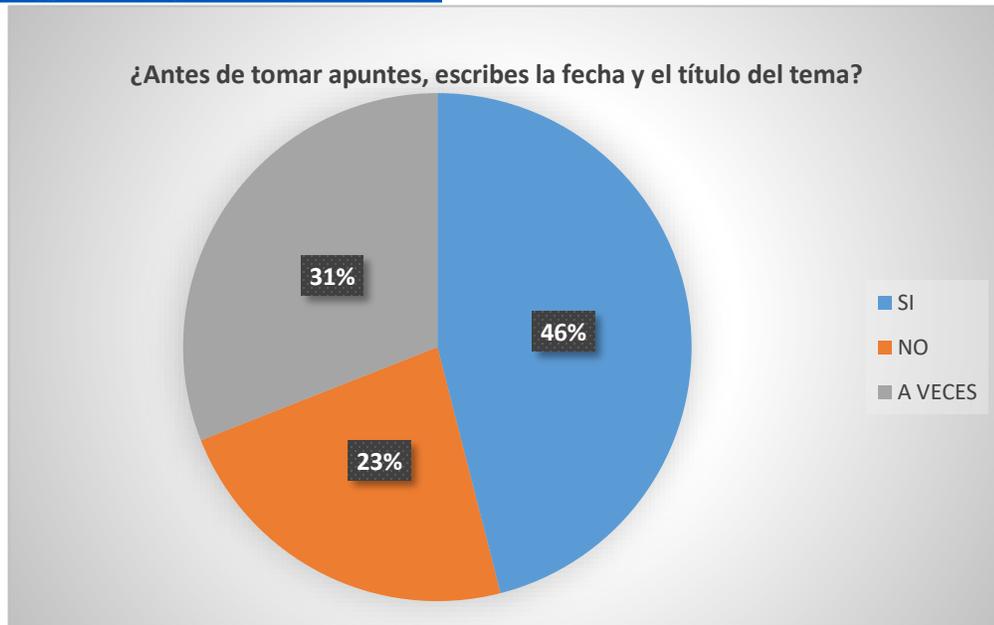


GRÁFICO N°8

Fuente: Elaboración propia, 2019.

En el gráfico N° 8, se muestra que el 46% de los estudiantes escriben al inicio de las clases la fecha y el título del tema al momento de tomar apuntes; en cambio el 31% solo a veces lleva a cabo esa actividad. Y el 23% no coloca en sus apuntes la fecha, ni el título.

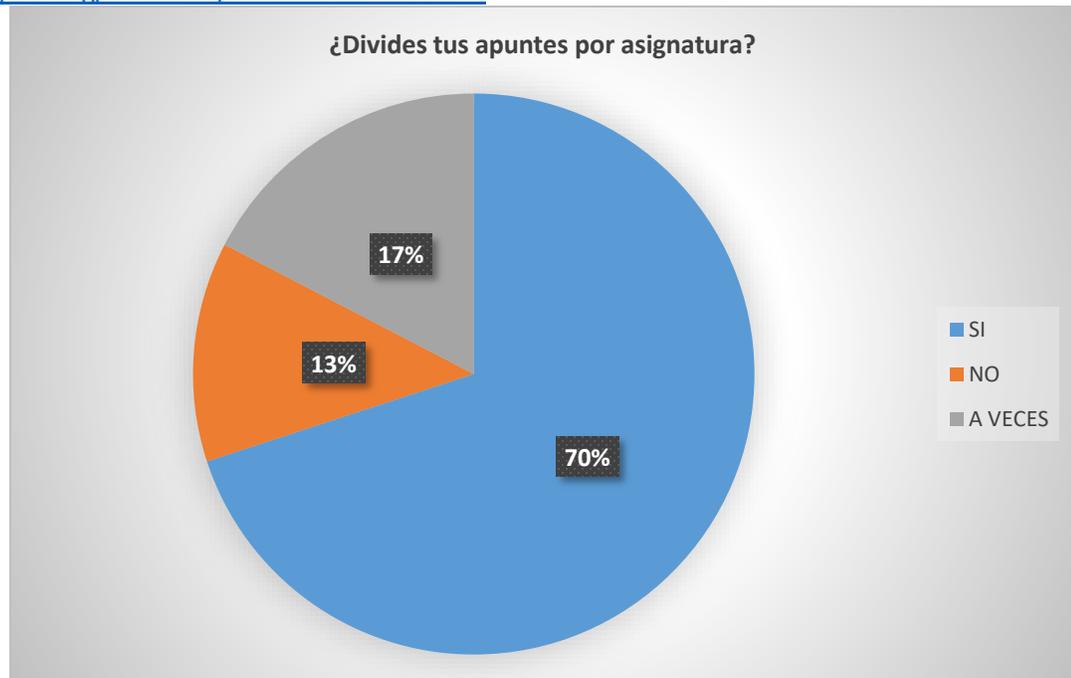


GRÁFICO N°9

Fuente: Elaboración propia, 2019.

El gráfico N° 9 evidencia que el 70% de los estudiantes divide sus apuntes por asignatura; en cambio, el 17% lo hace a veces y el 13% no realiza la división de materias o asignaturas.

d) Técnicas de estudio

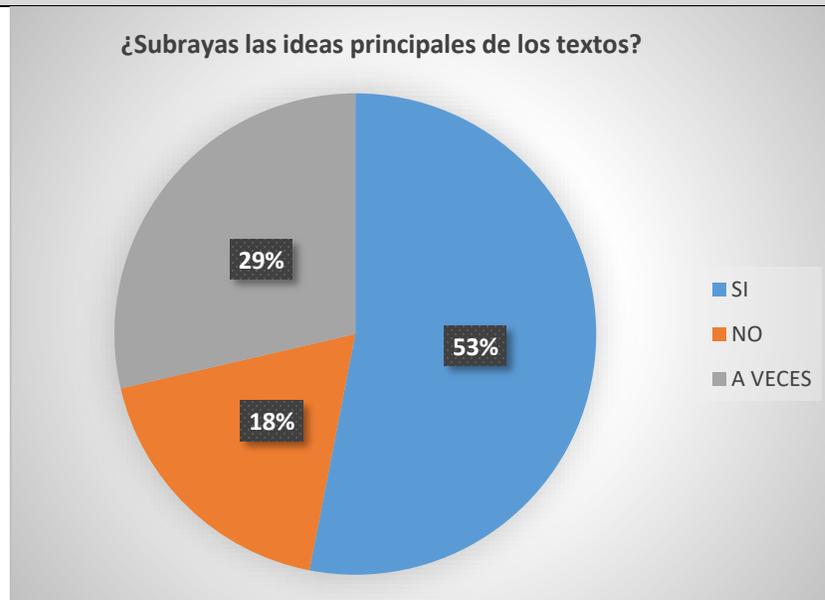


GRÁFICO N°10

Fuente: Elaboración propia, 2019.

En el gráfico N° 19, se puede ver que el 53% de los estudiantes subraya las ideas principales de los textos que estudia; en cambio el 29% solo lo a veces, y el 18% no subraya.



GRÁFICO N° 11

Fuente: Elaboración propia, 2019.

En el gráfico N° 20, se observa que un 43% de estudiantes a veces utiliza esquemas, cuadros, gráficos, etc. Un 34% sí lo hace; y el 23% no emplea estos métodos.

DISCUSIÓN

La presente investigación encontró datos importantes sobre los hábitos y técnicas de estudio que poseen los estudiantes del 2do semestre; a continuación, se describen y analizan los mismos:

- **En relación con el lugar de estudio:** se concluye que el 56% de los alumnos del segundo semestre 'sólo a veces' estudia en algún lugar aislado de ruidos; el 33% sí evita este problema acústico al momento de estudiar y el 11% prefiere el mismo. Además, el 72% de los alumnos sí prefiere estudiar en un lugar con iluminación; el 24%, a veces; y el 5% no lo considera importante.

El 64% de los estudiantes sí tiene su habitación limpia, en orden y con buena ventilación; el 30%, a veces; y el 6% no la tiene en estas condiciones. Asimismo, el 51% acostumbra a tener el material de estudio necesario, el 36% solo a veces y el 13% no lo considera necesario.

Por otro lado, el 65% de los estudiantes sí cuenta con una silla apropiada a la altura de la mesa de trabajo; el 18%, a veces; y el 17% no lo considera importante. Otro dato importante es que el 34% a veces estudia en el sofá o la cama; el 33% sí prefiere estudiar estos lugares; y 33% no usan estos ambientes.

En conclusión, se deberá explicar a los estudiantes la importancia de estudiar siempre en un lugar aislado de ruidos, para mejorar su concentración. Asimismo, este espacio debe contar con una buena iluminación, ventilación, y, sobre todo, es escenario que se mantenga ordenado y limpio. También resulta conveniente concientizar sobre la importancia de los recursos de escritorio para el estudio; y acerca de lo inapropiado que es estudiar en el sofá o en la cama.

- En lo que refiere a la **Planificación del estudio**: el 37% de los estudiantes no tiene un horario fijo para estudiar, jugar y descansar; el 35% lo planifica a veces; y solo el 28% sí organiza su tiempo. Asimismo, el 40% de los alumnos dedica un tiempo al estudio diariamente, el 36% a veces y el 24% no lleva a cabo esa planificación.

Otro dato importante es que el 47% de los alumnos a veces estudia y revisa sus apuntes después de clases, el 31% no lo hace y solo el 22% sí lo considera importante. En conclusión, es importante que los alumnos aprendan a distribuir su tiempo con relación al estudio y ocio. Asimismo, es importante motivarlos a que diariamente revisen sus apuntes y notas de clase, para no perder el hilo del tema avanzado en clase y evitar que se olviden de una tarea o trabajo a realizar.

- En lo concerniente a la **Atención en la sala de clases**: El 49% de los estudiantes refieren que sí preguntan cuando tienen dudas al docente de la clase, el 41% a veces y el 10% no lo hace. Dentro del aula, el 50% sí participa, el 39% a veces y el 11% no lo hace.

El 73% de los estudiantes sí toma apuntes en clase, en cambio el 21% solo a veces y el 6% no lo realiza. Así también, el 70% de los alumnos divide sus apuntes por asignatura, el 17% a veces y 13% no realiza esta actividad.

Asimismo, el 43% de los estudiantes sí anota las palabras que desconoce, el 31% a veces y el 26% no muestra ningún interés. Y, por último, el 42% no se interesa por revisar y completar sus apuntes de clases, el 34% sí los realiza y al 24% no muestre interés al respecto.

En conclusión, se considera importante motivar a los estudiantes para que pregunten en clases si no entienden algún tema explicado, para que anoten las palabras que desconocen en las lecturas que realizan, y para que participen en actividades grupales.

Otros puntos que se consideraron fueron:

- **Cómo estudian**

El 74% de los estudiantes al momento de estudiar se apoyan en los apuntes tomados en clase, el 19% los utiliza a veces y el 7% no recurre a ellos. En referencia a las técnicas que utilizan, por ejemplo, el subrayado es empleado por el 53% de los estudiantes, el 29% subraya en ocasiones y solo 18% no utiliza esta técnica.

Asimismo, en relación con otras técnicas, el 43% de los estudiantes a veces utiliza esquemas, cuadros y gráficos para comprender las lecturas o tareas a realizar. Un dato poco alentador: sólo el 34% sí emplea estas técnicas, y el 23% no las utiliza en absoluto.

En relación con las tareas, el 45% de los estudiantes a veces utiliza el diccionario para aclarar el significado o la ortografía de las palabras que no conoce, y sólo el 28% sí utiliza el diccionario. Por último, cuando presentan trabajos prácticos, el 56% de estudiantes lo revisa antes de su entrega al docente, teniendo en cuenta la coherencia, sintaxis, redacción y ortografía. Y el 35% lo revisa a veces y 9% no revisa el documento. En conclusión, las técnicas de estudio que se deberían fortalecer en los estudiantes son la elaboración de esquemas, mapas conceptuales, el subrayado y el uso del diccionario, ya sea en formato físico o digital.

- **Actitud ante el estudio o carrera**

El 79% de los estudiantes indica tener claras las razones de por qué estudian, el 16% a veces y solo un 5% no está seguro. Asimismo, el 83% de los estudiantes considera el estudio como un medio para aprender, el 12% a veces lo piensa así a veces y el 5% opina que no.

Por otro lado, el 65% de los estudiantes procura informarse sobre las actividades realizadas durante la clase después de haber faltado a las mismas, el 29% se informa a veces y el 6% no se interesa. El 74% de los alumnos intenta superar su estado de ánimo cuando obtiene una mala calificación, el 21% a veces y el 5% no logra hacer frente a esa decepción. Por último, el 76% de los estudiantes realiza su máximo esfuerzo para obtener un buen resultado académico, el 23% a veces y el 3% no le interesa tener buenas calificaciones. En conclusión, se considera importante fortalecer la motivación hacia la carrera que estudian los alumnos, y recomendar la importancia de informarse por diferentes medios sobre las actividades realizadas en clases y, por último, reforzar a los estudiantes para que den su máximo esfuerzo en su formación profesional.

Después de esta descripción y análisis se considera importante tener una segunda fase donde se realicen propuestas que vayan en beneficio de los alumnos y tengan como objetivo fomentar la motivación, el interés hacia el estudio y su carrera, desarrollando la cooperación, el trabajo en equipo, autonomía en su aprendizaje, para que sea menos dependientes y que su creatividad e iniciativa ante su vida personal y laboral sea de excelencia.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alcalá, R. (2011). ¿Los hábitos de estudio, útiles ante el fracaso escolar? Innovación y Experiencias Educativas. Obtenido desde http://www.csicsif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_41/ROCIO_ALCALA_CABRERA_01.pdf.
- Ayma, G. (1996). Curso: Enseñanza de las Ciencias: Un enfoque constructivista. Instituto de Física y Facultad de Educación. Sao Paulo, Brasil: Universidad de Sao Paulo.
- Berbibre, C; (2014) Técnicas de Estudio. Sitio: Importancia.org. Fecha: 18/12/2014. URL: <https://www.importancia.org/tecnicas-de-estudio.php>

- Galindo, L. & Galindo, R. (2011). Hábitos de estudio, hábitos higiénicos y condiciones materiales de alumnos con reprobación en una escuela metropolitana del nivel medio superior. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 1(1), 93-102.
- Gómez, P., García, A., Alonso, P. (1991). Procedimientos para aprender a aprender. Recuperado de www.uclm.es/profesorado/dverastegui/DOCUMENTOS/ambiente.PDF.
- González, M. (2008). Organización de contenidos - Uso de Mapas conceptuales. Recuperado de http://didacticauned.wikispaces.com/file/view/hacer_mapas_conceptuales_paso_a_paso.pdf
- Gutiérrez, J. (2008). Estrategias de autoaprendizaje. México: Editorial Trillas.
- Hernández, F. (1996). Metodología de la Investigación. Bogotá, Colombia: Editorial McGraw-Hill.
- Jiménez, J., González, J. (2006). Técnicas de estudio para bachillerato y universidad. Madrid: Tébar.
- Leal, I. (2011). La técnica del subrayado mentefacto. Obtenido de <http://www.slideshare.net/Jesikar/mentefactos-9227574>
- Maddox, H. (1980). Cómo estudiar. Barcelona, España: Editorial Oikos-tau.
- Martín, E., García, L. A., Torbay, A. & Rodríguez (2007). Estructura factorial y fiabilidad de un cuestionario de estrategia de aprendizaje en universitarios: CEA-U. *Anales de Psicología*, 23, 1-16.
- Salas, M. (1993). Técnicas de estudio para enseñanzas medias y universidad. Madrid, España: Alianza Editorial.
- Universidad Internacional de Valencia (2015). Funcionamiento y beneficios de las técnicas de estudio interactivas. Estudio realizado por grupo de expertos. Recuperado el 10/01/2020. <https://www.universidadviu.es/funcionamiento-y-beneficios-de-las-tecnicas-de-estudio-interactivas/>
- Vales, A. (1999). Técnicas de estudio. Lima, Perú: Libro Amigo.

COMPÁS EMPRESARIAL N° 30

Vol. 10 – 1ER SEMESTRE 2020

ISSN: 2075-8960

Universidad Privada del Valle - Bolivia

<https://doi.org/10.52428/20758960.v10i30.122>

Fuentes de financiamiento: Esta investigación fue financiada con fondos de la autora.

Declaración de conflicto de intereses: La autora declara que no tiene ningún conflicto de interés.

Copyright (c) 2020 Virginia Hidalgo Maynaza



Este texto está protegido por una licencia [Creative Commons 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Usted es libre para Compartir —copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato— y Adaptar el documento —remezclar, transformar y crear a partir del material— para cualquier propósito, incluso para fines comerciales, siempre que cumpla la condición de:

Atribución: Usted debe dar crédito a la obra original de manera adecuada, proporcionar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que tiene el apoyo del licenciante o lo recibe por el uso que hace de la obra.

[Resumen de licencia](#) - [Texto completo de la licencia](#)