

UCUENCA

Universidad de Cuenca

Facultad de Psicología

Carrera de Psicología Educativa

**Hábitos de estudio en el primer ciclo de la Licenciatura en Psicología de la
Universidad de Cuenca, en el periodo 2022- 2023**

Trabajo de titulación previo a la
obtención del título de Psicóloga
Educativa


Autores:

Camila Elizabeth Vélez Valverde

Katherine Adriana Zhiña Quilli

Director:

María Virginia Cordero Cordero

ORCID:  0000-0001-6378-1287

Cuenca, Ecuador

2023-07-14

Resumen

Los hábitos son conductas que se repiten constantemente por las personas, sin embargo, no son innatos, sino que se adquieren a través del aprendizaje acorde a las necesidades y desarrollo del individuo. Varias investigaciones demuestran que los hábitos de estudio útiles como: planificación y condiciones ambientales del estudio, utilización de material y asimilación de contenidos mejoran la calidad de aprendizaje dependiendo de cómo lo pongan en práctica los estudiantes. Por tanto, esta investigación planteó como objetivo general, describir los hábitos de estudio según las variables sociodemográficas de los estudiantes de primer ciclo de la Licenciatura en Psicología de la Universidad de Cuenca en el periodo 2022 – 2023, así como identificar el perfil de hábitos de estudio y describir los hábitos de estudio con mayor puntaje de esta población. El estudio tuvo un enfoque cuantitativo, tipo de diseño no experimental, de corte transversal y de alcance descriptivo. Se trabajó con una población de 145 estudiantes de primer ciclo de la Facultad de Psicología. El instrumento que se aplicó fue el Inventario de Hábitos de Estudio de Fernandez Pozar y la ficha sociodemográfica realizada por las autoras. Como resultados se obtuvo la descripción de los hábitos de estudio mayor puntuados y el perfil de los mismos, lo cual puede servir para futuras investigaciones y proyectos que permitan desarrollar las categorías detectadas en los análisis realizados, aproximándonos así a mayores investigaciones en relación a nuestro entorno y comunidad.

Palabras clave: hábitos de estudio, estudiantes, variables sociodemográficas



El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Cuenca ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por la propiedad intelectual y los derechos de autor.

Repositorio Institucional: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/>

Abstract

Habits are behaviors that are constantly repeated by people, however, they are not innate, but are acquired according to the needs and development of the individual. Several investigations show that useful study habits such as: Planning and Environmental Conditions of the Study, Use of Material and Assimilation of Contents improve the quality of learning depending on how students put it into practice. Therefore, this research proposed as a general objective, to describe the study habits according to the sociodemographic variables of the first cycle students of the Degree in Psychology of the University of Cuenca in the period 2022 - 2023, as well as to identify the profile of study habits. study and describe the highest rated study habits of the students of the Faculty of Psychology of the University of Cuenca. The study had a quantitative approach, a non-experimental type of design, cross-sectional and descriptive in scope. We worked with a population of 145 first cycle students of the Faculty of Psychology. The instrument that was applied was the Study Habits Inventory of Fernandez Pozar and the sociodemographic file made by the authors. As results, the description of the highest rated study habits and their profile was obtained, which can be used for future research and projects that allow the development of the categories detected in the analyzes carried out, thus approaching further research in relation to our environment. and community.

Keywords: study habits, students, sociodemographic variables



The content of this work corresponds to the right of expression of the authors and does not compromise the institutional thinking of the University of Cuenca, nor does it release its responsibility before third parties. The authors assume responsibility for the intellectual property and copyrights.

Institutional Repository: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/>

Índice de contenido

Resumen.....	2
Abstract.....	3
Fundamentación teórica.....	7
Proceso metodológico.....	15
Participantes y contexto	15
Criterios de inclusión y exclusión	15
Técnicas e instrumentos de recolección	16
Procesamiento de datos.....	16
Consideraciones éticas	16
Presentación y análisis de los resultados.....	17
Conclusiones.....	24
Recomendaciones y limitaciones	25
Anexos	29

Índice de figuras

Figura 1.....	20
Figura 2.....	21
Figura 3.....	23

Índice de tablas

Tabla 1.....	17
Tabla 2.....	18
Tabla 3.....	20
Tabla 4.....	21
Tabla 5.....	23

Fundamentación teórica

Cuando hablamos de hábitos se hace referencia a todo aquello que realiza una persona como práctica constante. El estudio, siendo una actividad que realiza el ser humano, también presenta una práctica cotidiana, por lo que se puede mencionar que adquieren ciertos hábitos de estudio cuando entran en el proceso educativo ya que hace más productivo el aprendizaje. Estas prácticas no son las mismas en todos los estudiantes, diferenciándose de acuerdo a distintos factores determinados por las actividades que cada persona va adquiriendo con la experiencia, y que, por lo general, facilitan a cada quien su actividad de estudio (Cárdenas et al., 2018).

Los hábitos de estudio forman parte de una de las problemáticas fundamentales tanto para la pedagogía como para la Psicología Educativa, en cuanto a la adquisición de hábitos de estudio que en nuestro contexto aún es deficiente, por tanto, es importante identificar su origen y en qué aspectos se manifiestan, por ejemplo, la falta de logros académicos en los estudiantes por bajo rendimiento académico, ausentismo, deserción, indisciplina, entre otros (Cabrera, 2019). Entre los niveles educativos de análisis se encuentra la educación superior, que sin duda atraviesa desafíos constantes como la deserción estudiantil y los bajos índices de eficiencia terminal, que se relacionan directamente con aspectos personales como establecimiento de espacio y tiempo de estudio, organización de actividades académicas y sociales, cuidado personal, entre otros (Mondragón et al., 2016). A esto se suma la etapa de cambios debido a la edad de los estudiantes, quienes se encuentran en la adultez emergente, que según Papalia y Martorell (2017), es una etapa entre los 20 y 30 años, en la que se encuentran todavía insertos en la familia de origen, pero empiezan a crecer sus expectativas de autoconfianza y autonomía.

Según Pozar (2002), la actividad del estudio se rige por un conjunto de hábitos intelectuales que contribuyen a adquirir y transformar la cultura. De acuerdo a ello, se puede afirmar que, los hábitos que se adquieren para estudiar, contribuyen o dificultan dicho proceso, ya que podrían ser adecuados o inadecuados para el logro del aprendizaje. De igual manera, Hernández et al. (2012), en su trabajo titulado: "Los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje de los alumnos en tres carreras de ingeniería, realizado con 414 alumnos de un tecnológico Federal de México", concluyeron que los alumnos tienen dificultades para organizar y planear su estudio, desarrollar técnicas de memorización y comprensión al estudiar en casa, además, la escasez de estrategias para incrementar la autoestima y motivación.

En concordancia con lo anterior, Cruz Nuñez y Quiñones Urquijo (2010), en su estudio desarrollado con 79 estudiantes de la carrera de enfermería de la Facultad de Enfermería Poza Rica-Tuxpan, México, precisó los hábitos de estudio por medio del "Inventario de

Hábitos de Estudio”, creado en 2003 por Gilbert Wreenn. Este clasifica los hábitos de estudio en cuatro escalas: técnicas de lectura y apuntes, distribución del tiempo de estudio, prácticas de concentración y actitudes generales para estudiar. El estudio mencionado enlaza cada una de las escalas con el nivel de rendimiento encontrado, logrando establecer que, a mejores hábitos de estudio, el rendimiento académico es mayor, obteniendo un nivel de relación estadísticamente significativa entre las variables estudiadas (Cruz y Quiñones, 2011).

En cuanto a cifras generales, en la Universidad de Cuenca, en una investigación realizada en el año 1992, con 1900 estudiantes de las 10 Facultades, se indica que el 25,21 % desertaron en diferentes etapas y que la eficiencia terminal se amplía, la duración media de los diversos planes de estudio es de 9 semestres y se estima que los estudiantes culminan sus estudios en 11,27 semestres, es decir un 17,8 % adicional al plazo ideal. Con estos datos, se puede identificar que existen índices considerables de fracaso académico debido a varios causales, entre ellos el déficit de hábitos de estudio, que no son considerados como parte de la formación académica de ningún nivel en el Ecuador. Sin embargo, este déficit en los hábitos de estudio genera dificultades de aprendizaje que van más allá de los índices y refleja las deficiencias en la calidad educativa, ya que el estudiante al no tener una base sólida de hábitos de estudio, afecta de manera negativa en las actividades que el estudiante lleve a cabo tanto en su formación personal, académica y profesional (Bravo et al. 2020).

Las autoras del presente trabajo identificaron como problema de investigación que, no existen datos confirmatorios probados científicamente dentro de nuestra provincia que indiquen que la falta o déficit de hábitos de estudio puede desencadenar un bajo rendimiento académico causando la repetición o deserción de la universidad. Además, el trabajo se centró en la identificación y descripción de los hábitos de estudio en los estudiantes de primer ciclo de la Licenciatura en Psicología de la Universidad de Cuenca, en el periodo 2022-2023, ya que contribuyen de manera importante en el desarrollo armónico de los estudiantes durante sus estudios y posterior carrera.

En la actualidad, el tema adquiere gran relevancia ya que las Instituciones de Educación Superior (IES) plantean un nuevo paradigma, a través del desarrollo de conocimientos y herramientas necesarias para aprovechar la diversidad, la convergencia de culturas, la gran cantidad de información disponible y nuevos descubrimientos que aportan la ciencia y la tecnología; por lo tanto, si el estudiante no cuenta con hábitos de estudio, se verá afectado en las actividades que lleve a cabo a lo largo de toda su formación (Mondragón et al., 2016). Por lo tanto, el estudio contribuyó con información valiosa al describir los hábitos de estudio, constituyendo una base de datos como punto de partida para posibles investigaciones

posteriores que colaboran a mejorar la calidad educativa y reducir problemas de salud mental, que podrían llevar al abandono de los estudios y bajo rendimiento académico.

Desde este punto de vista, fue imperante investigar sobre los distintos hábitos de estudio que mantienen los estudiantes de primer ciclo. Como indica una investigación, las carreras del área social culminan antes que carreras del área técnica, esto debido a varios aspectos, pero entre los principales están las estrategias frente al desarrollo académico (Bravo et al., 2020). Es por eso que fue pertinente establecer información actualizada de los hábitos de estudio de los estudiantes de primer ciclo de la Licenciatura en Psicología de la Universidad de Cuenca, para sentar pautas en futuros estudios, debido a que dentro de los derechos que tienen los estudiantes, según el Art 5, literal b de la Ley Orgánica de Educación Superior, “es derecho de los y las estudiantes el acceder a una educación superior de calidad y pertinente, que permita iniciar una carrera académica y/o profesional en igualdad de oportunidades” (Asamblea Nacional, 2018).

Por tanto, el presente trabajo aportó en generar un beneficio a los estudiantes porque la investigación fue innovadora, y estos tendrán mayor habilidad en el manejo y aplicación de los buenos hábitos de estudio al buscar respuestas alternativas y crear nuevos modelos de solución a los problemas al momento de aprender a solucionarlos como lo indica el plan nacional para el Buen Vivir. Según la Secretaria Nacional de Planificación y Desarrollo del Ecuador, la educación superior y la investigación asociada a ella deben concebirse como un bien público, en tanto su desarrollo beneficia a la sociedad en su conjunto más allá de su usufructo individual o privado (SENPLADES, 2017).

Cabe recalcar que el estudio respondió a la línea de investigación, Educación y Aprendizaje de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca, la cual apunta a contar con información empírica de problemáticas de la educación formal. Los participantes fueron estudiantes de esta universidad, lo que posibilita acceder al correo electrónico de estos y poder aplicar vía online los instrumentos sin tener que poner en riesgo la salud de ellos, ni de las investigadoras de este trabajo.

Por otra parte, el Inventario de Hábitos de Estudio de Fernández Pozar (1981), fue el instrumento a utilizar, el cual está estandarizado y validado, tanto a nivel internacional como nacional para evaluar las distintas dimensiones de los hábitos de estudio, esta, se encuentra en uso abierto y de fácil aplicación (online o presencial), por esta razón no se realizó ninguna prueba piloto. La sistematización de los resultados se realizó a través de la plataforma Excel para luego ser divulgados mediante la publicación de este trabajo de investigación.

A lo largo de la vida los estudiantes se presentan diferentes conductas y comportamientos, los cuales se desarrollan en el aula de clase e influyen positivamente en la consecución del logro académico durante el proceso de enseñanza - aprendizaje. A través del proceso de

aprendizaje, el sujeto deberá adquirir una serie de habilidades y contenidos que, internalizados en sus estructuras mentales, le permitirá aplicarlos en distintas situaciones y/o utilizarlos como recursos para adquirir nuevos conocimientos. Para lograr este tipo de conductas, la escuela debe proporcionar al alumno, diferentes metodologías de trabajo que impliquen técnicas de estudio variadas para que, con su adquisición, interiorización y aplicación constante, se desenvuelva en su vida académica (Núñez y Sánchez, 1991). Es ahí donde radica la importancia de los hábitos de estudio en los estudiantes, puesto que les permitirá adquirir conocimientos fuera y dentro del aula de clase, al respecto López (2009) y Valverde (2012) mencionan que los hábitos de estudio son mejores predictores del éxito académico que la medida de inteligencia, destacan en los resultados educativos, presentan buenos hábitos de trabajo, atención y concentración, siendo trascendental en la formación cognitiva de los estudiantes.

Según Gatica (2015), los hábitos de estudio no se miden por la cantidad de tiempo dedicado a estudiar, sino, es una cuestión de calidad del estudio. Además, son importantes en el transcurso del aprendizaje, ya que los estudiantes progresan a su ritmo, manejan la estructura del día y de las actividades, sin dejar de lado el hecho de que están guiados por reglas generales previamente establecidas para el desarrollo óptimo de sus actividades académicas, entre ellas el cumplimiento de tareas en un tiempo y horario establecido, asistencia a clases y desarrollo de diferentes actividades que contribuyan a su aprendizaje esto, se relaciona con la mejora de sus habilidades cognitivas e implica adquirir nuevos comportamientos como establecer apuntes sobre la clase, libros de textos con anotaciones y complementar con búsqueda adicional.

En tanto, Ortega (2012), afirma que la formación cognitiva fluida conlleva que el estudiante mejore su rendimiento académico y personal, en comparación con el estudiante que mantiene hábitos inadecuados los cuales se relacionan con un bajo rendimiento y mayor posibilidad de presentar estrés, ansiedad escolar y depresión. Así mismo, Vélez (2008), menciona que la formación de los buenos hábitos de estudio y las habilidades organizativas son un gran comienzo en el camino del éxito académico, debido a que se convierten en personas más eficientes y experimentan menos conductas desadaptativas. Claro está que, los hábitos de estudio son disposiciones humanas que nos permiten la adquisición de hábitos intelectuales. Cabe mencionar que, para entender teóricamente los hábitos de estudio, es necesario establecer definiciones y conceptos desde distintas corrientes y teorías que abordan los diferentes procesos superiores. Es válido mencionar que para convertir una acción en hábito tiene implicaciones cognitivas, psicológicas y sociales, es un paradigma teórico que responde al qué hacer y por qué hacer, asociado a la motivación y autoeficacia. Indica Covey (1989) que el hábito requiere la integración de tres elementos que responden a un área, en el caso

de los hábitos de estudio se refieren a factores personales o psicofísicos, ambientales e instrumentales. Para que estos sean efectivos es imprescindible que los tres mantengan interacción y cohesión. Los factores personales o psicofísicos engloban actitudes positivas y el deseo de aprender, la persistente organización personal incluye el bienestar físico y mental, entender el cuidado personal como herramienta óptima para rendir de manera adecuada, es decir, cuidar horarios de sueño, realizar actividad física, alimentación saludable y actividades de relajación.

García y Rodríguez (2017), afirman que las acciones implicadas en el desarrollo del hábito responden a teorías del aprendizaje como la teoría de procesamiento de información, que plantea una serie de principios vinculados a la psicología cognitiva sobre el funcionamiento de la memoria, que ofrece elementos sobre las condiciones que facilitan el aprendizaje e informa la planificación de la enseñanza. Dentro de esta corriente Piaget y Vigotsky (1980) señalan que el conocimiento no se hereda ni se adquiere por transmisión directa, al contrario, el conocimiento es la construcción del contexto en donde los estudiantes interactúan en actividades educativas para facilitar el desarrollo cognoscitivo.

Así también, la Teoría Cognoscitiva propuesta por Jean Piaget resalta la destreza innata del ser humano para adaptarse a su entorno social, que es el comienzo del desarrollo cognoscitivo y comprende la inteligencia como la capacidad del humano para adaptarse. Es así que, la teoría cognitiva indica que el aprendizaje es el resultado de la actividad y acción, es decir, el alumno debe aprender a planificar, utilizar recursos o estrategias que conlleven a una comprensión significativa del aprendizaje. En esa misma línea, David Ausubel resalta el aprendizaje significativo como un proceso de enseñanza activa y personal, siempre que el estudiante se apropie con éxito de los conocimientos a partir del desarrollo de habilidades y hábitos de estudio que generarían mejores resultados, dejando de lado la escuela tradicional, que se encargaba de memorizar y repetir. Cabe recalcar que para Ausubel los hábitos de estudio se adquieren al iniciar el proceso educativo y se van desarrollando a medida que sean estimulados por los diferentes actores del aprendizaje (Chalá y Sangoquiza, 2021).

De igual manera, en la Teoría del Procesamiento de la Información, propuesto por Gimeno y Pérez (1993) indican que el ser humano procesa información a través de la acción, en otras palabras, elabora y planifica mediante un sistema de recolección que almacena, manipula y recupera con agilidad. Matencio (2019), mantiene que la mente humana es como una computadora que adquiere información, realiza operaciones para cambiar su forma y contenido, la aglomera, sitúa y genera una respuesta, para que esto pase la actividad estudiantil debe ser activa, o sea, se deben establecer sistematizaciones como: resaltar, leer, analizar, subrayar, resumir, entre otras actividades que determinan buenos hábitos de estudio.

Según Domínguez (2016), las diferentes estrategias de estudio se dividen en cuatro dimensiones: cognitiva, física, psicológica y social; la primera se refiere a los procesos superiores de base, que adquiere a lo largo de la práctica y desarrollo académico; la segunda dimensión analiza las funciones sensorio-motoras para realizar diversas actividades que abarcan la planeación; la dimensión psicológica engloba aspectos y variables como la motivación, autoestima, autoconcepto, inteligencia emocional; dentro de esta las relaciones inter e intra personales con la comunidad educativa, así también el manejo adecuado de las emociones y sentimientos; y la dimensión social describe aspectos relacionados con la cultura y políticas educativas que tiene un país.

En base a lo mencionado, es fundamental entender que los hábitos de estudio se forman por acumulación y repetición de actos, pues mientras más estudiemos de manera regular, en el mismo lugar y hora, más se podrá arraigar el hábito de estudiar, pues los hábitos de estudio son conductas que manifiesta el estudiante en forma regular ante el acto de estudiar y que repite constantemente (Rondón, 1991).

Según la Secretaría de Educación Pública de México (2014), entre los tipos de hábitos de estudio se encuentran: hábitos útiles, improvisados y dominantes. Los útiles se refieren a aquellos que acompañan el desempeño en la vida diaria, por ejemplo, poner atención a la clase, tomar apuntes, investigar de manera extracurricular las diferentes temáticas, realizar preguntas sobre dudas e intercambiar opiniones sobre un tema o en casa la planificación de actividades referidas al estudio; en cuanto a los hábitos improvisados se refieren a aquellos que no están establecidos y que requieren de acciones espontáneas frente a situaciones, por ejemplo, cuando se acerca un examen sienten ansiedad, temor y preocupación constante debido a que mantienen un cúmulo de actividades por concluir o por leer, optan por acciones que atentan a su integralidad como establecer copia en exámenes o pruebas; y en cuanto a los hábitos dominantes se refieren a acciones exigentes e infieren en la vida cotidiana de manera estricta, rigen sus comportamientos a horarios estipulados y se vuelven compulsivos en la ejecución, estos se asocian con altos niveles de estrés.

Otras dimensiones que abarcan esta variable plantean las condiciones físicas y ambientales, planificación y conocimiento de técnicas básicas, uno de los instrumentos psicológicos que permite medir este aspecto se denomina Inventario de Hábitos de Estudio (IHE) de Fernandez Pozar (1981), que tiene un triple propósito; diagnosticar la naturaleza y grado de los hábitos, actitudes o condiciones con que el estudiante se enfrenta a su específica tarea de estudio; pronosticar las consecuencias que, en orden al aprendizaje académico o a la formación cultural, cabe esperar del influjo de estos hábitos, independientemente de la incidencia de otras variables; y por último, actuar, a partir del diagnóstico, en la dirección adecuada para modificar los hábitos defectuosos o favorecer la adquisición e incremento de los considerados

beneficiosos. En definitiva, se pretende ayudar al estudiante en su trabajo, estudiar, proporcionando fórmulas concretas de actuación.

Es una herramienta que se planteó por Fernández Pozar (1981), con la última actualización realizada en 2014 por el mismo autor, y cuenta con once factores agrupados en cuatro escalas: condiciones ambientales del estudio, abarca condiciones ambientales personales y físicas, comportamiento académico y rendimiento; planificación del estudio, hace referencia a los horarios y organización del mismo; utilización de material, referido al manejo de libros, lecturas, y subrayado – resúmenes; y, finalmente la asimilación de contenidos, comprende la memorización y personalización del contenido.

La investigación sobre hábitos de estudio converge en una perspectiva teórica sociocultural y cognitivo conductual, que en conjunto permiten una explicación de un fenómeno cultural que integra aspectos emocionales, conductuales y cognitivos. Así, desde el enfoque sociocultural de Vygotsky (1988), se resaltan dos importantes momentos en el desarrollo de las funciones mentales superiores. En un primer momento, el ámbito social y en un segundo momento, el plano individual. El paso del primero al segundo cobra importancia, gracias al proceso de interiorización, a través del cual una persona adquiere la posibilidad de actuar por sí misma y asumir la responsabilidad de su actuación, tomando en cuenta su contexto socio ambiental. Es así que los procesos cognitivos que contribuyen a la interiorización de estructuras de pensamiento se establecen a partir de la incorporación de una serie de operaciones y estrategias, en las que el tema social y psicológico es esencial, considerando al medio ambiente y a la cultura como elementos mediadores. En ese sentido, los cambios cognoscitivos, serán el resultado de utilizar elementos culturales en las interrelaciones sociales y a partir de ellos, facilitarán la aprehensión, interiorización y transformación de nuevas conceptualizaciones. Desde esta perspectiva, el individuo es analizado mediante aspectos sociales que influyen en su desarrollo académico y personal e instaura acciones y comportamientos que considera lógicos, coherentes y accesibles, por tanto, la naturaleza de la investigación busca un análisis cuantitativo centrado en aspectos cognitivos y conductuales de los estudiantes universitarios (Cardich, 2019).

A raíz de ello, se revisaron investigaciones a nivel internacional, nacional y local, que se relacionan con hábitos de estudio con diferentes variables como el rendimiento académico, autoestima, autoeficacia y la motivación, entre otras, todos implicadas en el proceso de estudio de una persona.

A nivel internacional, Mogollón Pinto (2015) presentó la investigación titulada Relación de los hábitos y técnicas de estudio en el desarrollo de las habilidades mentales primarias, llegando a las siguientes conclusiones; que algunos factores de los hábitos y técnicas de estudio se relacionan con las habilidades mentales primarias. En tanto que otro estudio de Perú,

Gonzales (2018) realizado con una población de estudiantes de primer semestre de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos 2015, acerca de Hábitos de estudio y rendimiento académico, encontró que hay una correlación positiva entre hábitos de estudio y rendimiento académico con un margen de error del 5%, que según la regla de decisión prueba la existencia de la relación de ambas variables.

Por otro lado, en Panamá, Espinoza de Valdés Zenideth (2012) realizó una investigación titulada el conocimiento no se hereda ni se adquiere por transmisión directa, al contrario, el conocimiento es la construcción del contexto en donde los estudiantes interactúan en actividades educativas para facilitar el desarrollo cognoscitivo. Hábitos de estudio como factor del éxito escolar, obtuvo los siguientes resultados; los estudiantes tienen dificultades en las estrategias de estudio, de las ocho estrategias mayormente utilizadas por los estudiantes, la muestra de estudiantes que lo contestó parece basarse más en estrategias pasivas ya que solo un 63% hace resumen, un 44 % realiza esquemas y un 36% hace mapas conceptuales. Los resultados también revelan que un 66,0% de los estudiantes utiliza la memoria como estrategia de aprendizaje y que solo un 44,0% explica el material de estudio. En cuanto a los hábitos de estudio se evidencia que los estudiantes en un porcentaje significativo, no parecen contar con hábitos para estudiar.

A nivel nacional, Freire (2012) en su investigación, “Los hábitos de estudio y su influencia en el rendimiento académico de los alumnos del centro de educación básica Federación Deportiva de Cotopaxi, Cantón la Maná, año 2011 -2012”, de tipo descriptivo, diseño no experimental, con una muestra de 246 participantes. Concluye que los hábitos de estudio influyen directamente en el rendimiento académico.

En Guayaquil, Sánchez et al. (2016), trabajaron en “la influencia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico de los estudiantes de una institución de educación media ecuatoriana”, en este estudio, contaron con la participación de veinte estudiantes de tercero de bachillerato general unificado, en una institución de Educación Media. Se hizo una triangulación entre el HE (Hábitos de Estudio), OP (Observación áulica) y ER (Entrevista realizada a los representantes de los estudiantes). Los resultados obtenidos concluyeron que, para un criterio de acercamiento de 0.5, la relación entre el rendimiento académico (promedios quimestrales) y hábitos de estudio es del 40%, mientras que, la relación entre el rendimiento académico (exámenes quimestrales) y hábitos de estudio es del 22%; evidenciando la relación entre rendimiento académico y hábitos de estudio. Por otro lado, en un estudio llevado a cabo con estudiantes universitarios se determinaron, que la mayoría usa técnicas y hábitos de estudio inadecuados, no comprenden, ni estudian adecuadamente (Contreras et al., 2008). Así también, Fernández y Rubal (2014) concuerdan con lo anterior, al considerar que los estudiantes poseen nulos hábitos de estudio que se relacionan con el

rendimiento académico deficiente, sumando a ello, se interponen factores como el estado físico y emocional, edad del estudiante, nivel de inteligencia, entre otros.

A nivel local, Benítez et al. (1992) en un estudio realizado sobre Hábitos de estudio de los estudiantes de la escuela de enfermería de la Universidad de Cuenca, matriculados en el periodo académico 1990- 1991, concluyen que la falta de hábitos de estudio incide en la escasa comprensión de los contenidos impartidos dentro del ámbito educativo.

Por lo antes expuesto, se planteó la siguiente pregunta de investigación: ¿cuáles son los hábitos de estudio de los y las estudiantes de primer ciclo de la Licenciatura en Psicología de la Universidad de Cuenca en el periodo septiembre 2022 - febrero 2023?

Para dar respuesta a la interrogante anterior, se plantearon los siguientes objetivos, siendo el objetivo general describir los hábitos de estudio según las variables sociodemográficas de los estudiantes de primer ciclo de la Licenciatura en Psicología de la Universidad de Cuenca en el periodo septiembre 2022 – febrero 2023; y los objetivos específicos, identificar el perfil de hábitos de estudio y determinar los perfiles de hábitos de estudio según las variables género, edad y estado civil de los estudiantes.

Proceso metodológico

La investigación tuvo un enfoque cuantitativo, puesto que buscaba identificar los hábitos de estudio según las variables sociodemográficas, de género, edad y estado civil, mediante el Inventario de Hábitos de Estudio (IHE) previamente estandarizado y validado. El estudio tuvo un alcance descriptivo, debido a que tenía como objetivo expresar aquellos hábitos que predominan en los estudiantes del primer ciclo de la Licenciatura en Psicología de la Universidad de Cuenca, en el periodo 2022-2023. El tipo de diseño fue una investigación no experimental, ya que no se pretendía manipular las variables intencionalmente, sino observar a los participantes en su contexto natural y, fue un estudio transversal, porque la recolección de datos se realizó en un periodo de tiempo determinado, para describir las variables y analizar su incidencia en un momento único (Hernández et al., 2014).

Participantes y contexto

El estudio se realizó en la Facultad de Psicología, de la Universidad de Cuenca, provincia Azuay, Ecuador, el cual constó de 145 estudiantes del primer ciclo de la Licenciatura en Psicología de la Universidad de Cuenca en el periodo septiembre 2022 – febrero 2023. Cabe recalcar que se trabajó con toda la población y no con una muestra, ya que no es una cifra muy elevada.

Criterios de inclusión y exclusión

Dentro de los criterios de inclusión se encuentran los estudiantes legalmente matriculados en primer ciclo de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca, en el periodo 2022-

2023, en tanto aquellos estudiantes que no hayan firmado el consentimiento informado, estarán excluidos de la investigación.

Técnicas e instrumentos de recolección

1. Ficha sociodemográfica: se empleó para explorar las variables biopsicosociales como género, edad y estado civil (Anexo 1)

2. Inventario de Hábitos de Estudio (IHE) de Fernández Pozar: Este inventario tuvo como finalidad la evaluación de los hábitos de trabajo y estudio de adolescentes de 12 años en adelante. Está compuesto por 90 elementos que se agrupan en cuatro escalas: condiciones ambientales del estudio, planificación del estudio, utilización de material y, finalmente la asimilación de contenidos. Incluye una escala de sinceridad, siendo esta la veracidad con la que ha contestado el estudiante. La herramienta fue creada en 1981 por Fernández en España y adaptada en México en el 2014. Las investigadoras trabajamos con la sexta edición, debido a que no se tiene acceso a la versión actualizada del 2014. Los 90 ítems que se valoraron es una escala tipo Likert donde sí, es (siempre o casi siempre), no (nunca o casi nunca) y un signo de interrogación ? (a veces o no hay respuesta). Las puntuaciones directas máximas de cada escala son: ambiente 33, planificación 24, materiales 24, asimilación 30 y sinceridad 30, posteriormente se graficó en la hoja de perfil las categorías descriptivas de cada escala, las cuales se clasifican en: mal, no satisfactorio, normal, bien y excelente. Su Alfa de Cronbach es de 0.85 (Fernández Pozar, 1981) (Anexo 2).

Procesamiento de datos

Para el procesamiento de la información recopilada se utilizó el programa Microsoft Excel, en el cual primero se realizó una base de datos con la información obtenida y se registraron los datos obtenidos depurando los resultados no válidos. Se aplicó la estadística descriptiva para el análisis e interpretación de los datos. Para determinar los hábitos de estudio, se empleó las medidas de la desviación estándar, para obtener los puntajes que permitirán la clasificación por niveles. Los resultados se presentaron en tablas y figuras. Se calculó también el alfa de Cronbach de este instrumento en la población objeto de estudio para medir su confiabilidad, obteniendo un coeficiente de 0,80; equivalente a la categoría Bueno.

Consideraciones éticas

Esta investigación partirá del cumplimiento de los principios generales éticos de la American Psychological Association (APA, 2010). De tal manera, que las investigadoras asumen la responsabilidad de garantizar el riesgo mínimo y el derecho a la privacidad, confidencialidad y a la autodeterminación. Para cumplir con lo antes mencionado se procedió a codificar a los participantes con un código específico y no por sus datos personales. Los beneficios para los estudiantes serán a largo plazo, ya que, mediante la información recolectada, la institución podrá desarrollar propuestas con la finalidad de incrementar y fortalecer los hábitos de estudio

dentro y fuera del entorno académico. Esta información se encuentra dentro del consentimiento informado, en el que se detalla el estudio, riesgos y beneficios de su participación, así como sus derechos durante la investigación. Los resultados de este estudio fueron devueltos a la Facultad de Psicología, mediante una charla o presentación por escrito para que los docentes y autoridades puedan proceder a futuro.

Para evitar conflictos de interés, una vez concluido el estudio, las autoras de la presente investigación declararon que no se podrá utilizar la base de datos por una de ellas sin el consentimiento de la otra, ni para presentación en eventos, ni para publicaciones. Además, se expresaron los consentimientos de ambas autoras en las dos cláusulas que se plasmaron al inicio del documento final del Trabajo de Titulación II, una vez sustentado, en relación con la licencia y autorización para la publicación del trabajo de investigación en el repositorio institucional de la Universidad de Cuenca y, la de propiedad intelectual, donde se manifiesta que todas las ideas, opiniones y contenidos son de exclusiva responsabilidad de las autoras.

Presentación y análisis de los resultados

En la tabla 1 se muestra los datos demográficos de los participantes en la investigación, misma que se realizó con 145 estudiantes entre 18 años y 33 años que están matriculados en primer ciclo de la Licenciatura en Psicología, de los cuáles la mayoría de los evaluados son de género femenino (104), y de estado civil soltero (142).

Tabla 1

Características sociodemográficas de la población

Características	Indicadores	Número	Porcentaje
Género	Femenino	104	71,7
	Masculino	40	27,6
	Otro	1	0,7
Edad	18-22	142	97,9
	23-27	1	0,7
	28-32	2	1,4
Estado Civil	Casado/a	1	0,7
	Soltero/a	142	97,9
	Unión Libre	2	1,4
Total		145	100,0

A partir de estos datos, se puede señalar que los sujetos de esta investigación se encuentran dentro del rango de la adultez emergente que, según Papalia y Martorell (2017), en términos cronológicos, se corresponde con la etapa entre los 18 y 29 años de edad. Muchas personas

que se encuentran en esta etapa todavía están insertas en la familia de origen, pero empiezan a crecer sus expectativas de autoconfianza y autonomía.

Por tanto, se puede considerar que los estudiantes al encontrarse en esta etapa de vida están en un periodo de exploración que abarca una fase crucial para la toma de decisiones y la construcción de su proyecto de vida, por ejemplo: la carrera escogida, el vivir solos, o participar de actividades en la universidad; sumado a esto, la construcción de su propia identidad que les permitirá alcanzar mayor independencia, autonomía y estabilidad en las áreas emocional, académica y social, pues en consonancia con lo planteado por Nuñez y Sánchez (1991), para que se fortalezcan las diferentes áreas del desarrollo de estos individuos, es necesario aplicar diferentes metodologías de trabajo que impliquen técnicas de estudio variadas para que, con su adquisición e interiorización los estudiantes se desenvuelvan en su vida académica.

Así mismo, Tanner y Arnett (2009), a través de su concepto de Recentramiento, hacen referencia a la tarea psicosocial propia de la Adulthood Emergente, como un proceso que alude a la interdependencia del desarrollo, y la consideración del individuo en su contexto.

Este proceso ocurre en los primeros años universitarios, pero al pasar el tiempo los estudiantes reportan sentirse más maduros y adquirir progresivamente mayor autonomía, lo cual favorece su disposición a enfrentar compromisos, roles y responsabilidades duraderas dentro del ámbito educativo.

Tabla 2

Perfil General de Hábitos de Estudio IHE

Escala	Calificación	Categoría
Condiciones ambientales del estudio	5	Normal
Planificación del estudio	2	No satisfactorio
Utilización de materiales	7	Bien
Asimilación de contenidos	5	Normal
Sinceridad	4	Normal

En cuanto al perfil general la puntuación directa obtenida por los estudiantes, se encuentra dentro de las categorías, bien, normal y no satisfactorio, es decir poco significativo, debido a que la población estudiada no pone en práctica buenos hábitos de estudio, sin embargo, se puede evidenciar una prevalencia del 39 % en cuanto a la utilización de materiales. Por tanto, los estudiantes deben mejorar en todos los aspectos, pues sus hábitos de estudio son deficientes, así estén algunas de las categorías en el rango positivo.

Por su parte, la escala de las condiciones ambientales del estudio, que se refleja en el perfil de los estudiantes de la Licenciatura en Psicología, se posiciona en un nivel normal. Sin embargo, Fernández Pozar (1981) afirma que una categoría Normal no es tan aceptable como lo son la Buena y la Excelente, por ende, el entorno en que se encuentran los estudiantes para su aprendizaje es un determinante que afecta el desempeño en cualquier ámbito, siendo fundamental procurar tener un espacio adecuado para realizar las tareas académicas, porque en concordancia con lo expresado por Covey (1989) el hábito de estudio requiere la integración de tres elementos, entre ellos, el ambiente que es importante para establecer un mejor aprendizaje, tanto dentro como fuera del lugar de estudio.

La planificación de estudio es el punto más crítico de los hábitos de estudio en el grupo, pues su posición en el perfil es de no satisfactorio, pese a que hay estudiantes que se encuentran dentro de la categoría Normal. En realidad, es preocupante que los estudiantes no organicen su tiempo y recursos para alcanzar con eficiencia y eficacia mayores logros académicos; esta situación puede darse por diferentes factores, entre ellos, ocupaciones en otras actividades, y la falta de habilidad organizacional. Como menciona la Teoría Cognoscitiva, el alumno debe aprender a planificar, utilizar recursos o estrategias que conlleven comprensión significativa del aprendizaje.

Por otro lado, la utilización de materiales es la escala en la que los estudiantes mejor reportan su desempeño, pues se encuentran dentro de la categoría Bien, lo que supone la práctica de hábitos relacionados con el empleo de materiales donde los estudiantes lean, subrayen, anoten y elaboren esquemas y resúmenes que generen un buen nivel de comprensión de aquello que aprenden.

Siguiendo esta línea, la última escala analizada es la asimilación de contenidos, que debe estar en concordancia con el nivel de las tres escalas descritas anteriormente -condiciones ambientales, planificación y utilización de materiales-, y es por ello que se ubica en una categoría Normal, ya que se evidencia que existe comprensión, memorización y personalización favorable de los contenidos, sin embargo, hace falta reforzar las tres escalas anteriores a partir de ejercicios como: memorización, trabajo en equipo y desarrollo del trabajo individual con mayor actitud para conseguir un mejor nivel de asimilación.

Finalmente, si bien es cierto la escala de sinceridad dentro del cuestionario no es asumida como un factor de hábitos de estudio, es un gran determinante para saber qué tan honestos fueron los estudiantes al momento de dar sus respuestas. Para el caso, se puede evidenciar un nivel normal, lo cual resulta inquietante para la investigación, debido a que la población no fue completamente honesta al momento de responder el cuestionario.

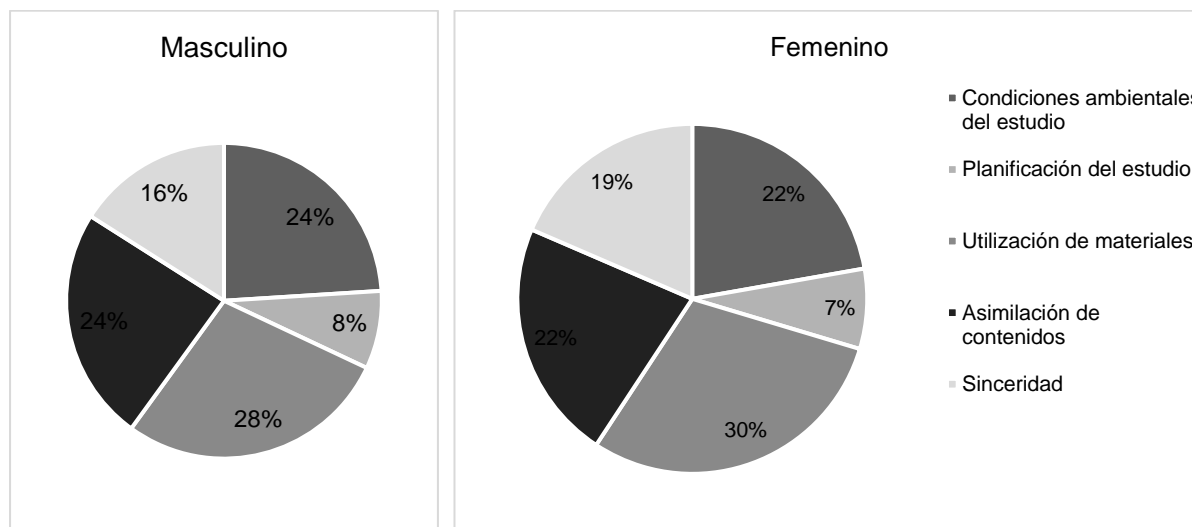
Tabla 3

Distribución por género en la escala de valoración del IHE

Variables	Escala	Media	Desviación
Femenino	Condiciones ambientales del estudio	20.88	5.41
	Planificación del estudio	10.39	4.87
	Utilización de materiales	17.80	4.16
	Asimilación de contenidos	20.83	3.50
	Sinceridad	20.71	3.45
Masculino	Condiciones ambientales del estudio	20.72	4.08
	Planificación del estudio	10.38	3.69
	Utilización de materiales	17.30	4.20
	Asimilación de contenidos	21.43	3.10
	Sinceridad	18.00	5.52

Figura 1

Proporción por género en las escalas de valoración del IHE



Al revisar de manera detallada las escalas evaluadas en relación al género de los participantes, tanto hombres como mujeres presentan los siguientes resultados, condiciones ambientales, asimilación de contenidos y sinceridad, se ubican en la categoría Normal (16% - 24%), utilización de materiales se encuentra en la categoría Bien (28% - 30%); en tanto que, en planificación del estudio en la categoría No Satisfactorio (7%), de tal manera que no existe una diferencia significativa entre hombres y mujeres con respecto a los hábitos de estudio debido a que no es parte de su práctica común tener hábitos de estudio que le permitan a los estudiantes mejorar su calidad educativa y de aprendizaje. Cabe recalcar que existe un

participante que de identifica con otro género, mismo que no es tomado en cuenta dentro del análisis, puesto que no es un dato significativo.

El valor de la desviación típica (4,60), tanto en el género masculino y femenino se encuentra cerca de la media (10,39), en lo que refiere a la escala de planificación del estudio, mientras que, en las demás escalas la desviación está alejada de la media, lo que quiere decir que la distribución de datos es más dispersa.

En una investigación realizada por Seder y Villalonga (2016) se encontró que las mujeres presentan una puntuación más alta, de hasta 6 puntos más, en los hábitos de estudio a diferencia de los varones, debido a que las mujeres poseen más herramientas de estudio y emplean un mayor número de técnicas para estudiar mediante la práctica de lecturas, toma de apuntes, resúmenes, subrayados entre otros. Sin embargo, García y Martínez (2003) afirman que dentro de la educación no existen diferencias, son realmente construcciones sociales, ya que tanto hombres como mujeres tienen las mismas posibilidades y capacidades de desarrollar hábitos de estudio, pudiendo evidenciar que no existe desigualdad en cuanto al desarrollo de las escalas del instrumento.

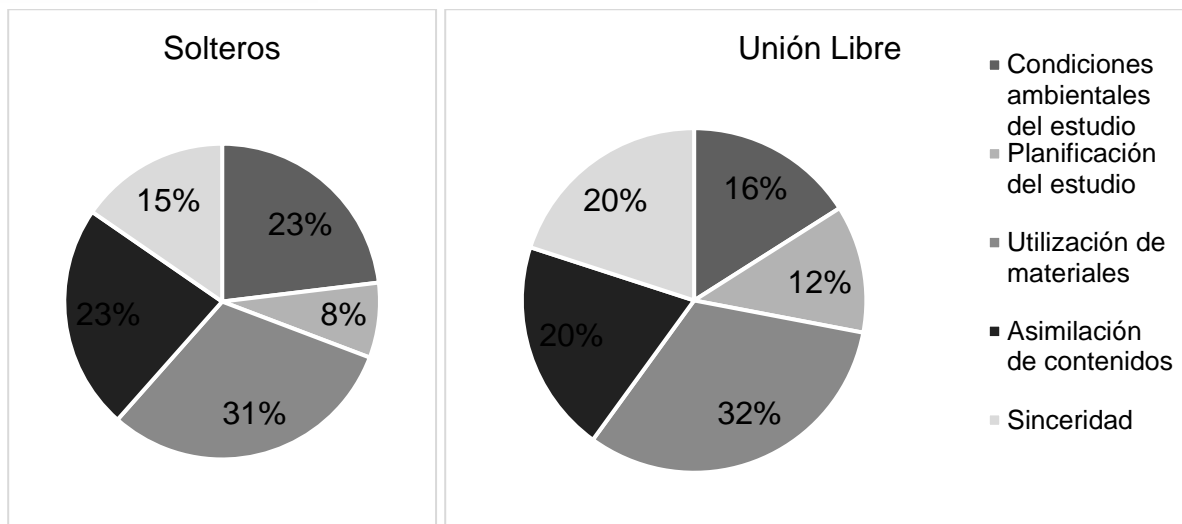
Tabla 4

Distribución por estado civil en la escala de valoración del IHE

VARIABLES	ESCALA	Media	Desviación
Soltero/a	Condiciones ambientales del estudio	20.88	5.09
	Planificación del estudio	10.31	4.60
	Utilización de materiales	17.61	4.20
	Asimilación de contenidos	21.00	3.41
	Sinceridad	20.40	4.17
VARIABLES	ESCALA	Media	Desviación
Unión Libre	Condiciones ambientales del estudio	18.00	2.82
	Planificación del estudio	11.00	0.70
	Utilización de materiales	18.00	2.12
	Asimilación de contenidos	20.25	2.47
	Sinceridad	20.50	2.12

Figura 2

Proporción por estado civil en las escalas de valoración del IHE



En cuanto a la variable estado civil, en las escalas evaluadas del instrumento hábitos de estudio se muestra que tanto los solteros como aquellos en unión libre se sitúan en la misma categoría y se distribuyen de la siguiente manera: condiciones ambientales, asimilación de contenidos y sinceridad se ubica en la categoría Normal (15% - 23%); planificación del estudio en la categoría No Satisfactorio (8% - 12%) y utilización de materiales en la categoría Bien (32%). Lo anterior demuestra que no existe una disparidad en esta variable respecto a los hábitos de estudio. Cabe recalcar que existe prevalencia de 32% en la utilización de materiales en ambos estados civiles. Referente al estado civil casado, al existir un solo participante, no es un dato significativo para el análisis.

La desviación típica (4.60) de soltero se posiciona cerca de la media (10.31) en lo que refiere a la escala de planificación del estudio, sin embargo, en las demás escalas la desviación está alejada de la media, lo que significa que la distribución de datos es dispersa.

La mayoría de la población, entre solteros y los que se encuentran en unión libre, han demostrado que utilizan mayor cantidad de materiales para estudiar. Además, se encuentran en una categoría Normal en cuanto a condiciones ambientales y asimilación de contenidos, sin embargo, tienen una categoría No Satisfactoria para la planificación del estudio, lo cual podemos contrastar con el estudio de Lacarruba et al. (2011), quien menciona que las personas que se encuentran casadas tienen mejores hábitos de lectura, y son los que más asisten y atienden en clase. Mientras que los solteros leen muy poco, estudian solo para los exámenes y hacen más apuntes.

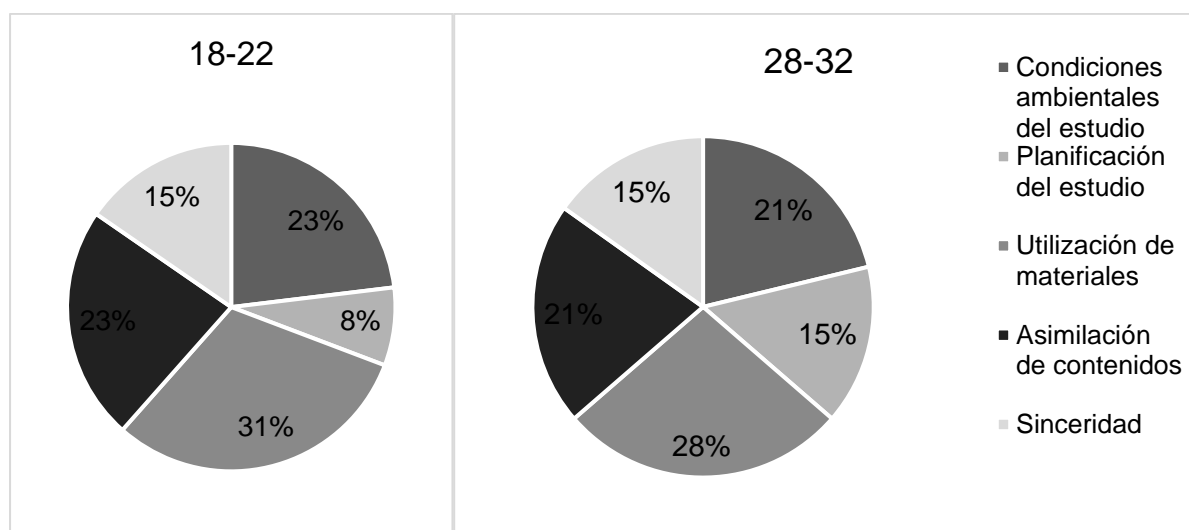
Tabla 5

Distribución por edad en la escala de valoración del IHE

Variables	Escala	Media	Desviación
18-22	Condiciones ambientales del estudio	20.76	5.09
	Planificación del estudio	10.31	4.57
	Utilización de materiales	17.56	4.16
	Asimilación de contenidos	20.97	3.34
	Sinceridad	20.40	4.17
28-32	Condiciones ambientales del estudio	23.00	4.24
	Planificación del estudio	14.25	5.30
	Utilización de materiales	21.75	3.18
	Asimilación de contenidos	23.25	6.71
	Sinceridad	21.00	1.41

Figura 3

Proporción por edad en las escalas de valoración del IHE



Por lo que corresponde a la edad, en las escalas evaluadas de hábitos de estudio se muestra que aquellos estudiantes que se encuentran entre las edades de 18 a 22 años y 28 a 32 años se sitúan en diferentes categorías. Los de 18 a 22 años en Condiciones Ambientales del Estudio, Asimilación de Contenidos y Sinceridad, están dentro de la categoría Normal (15% - 23%); mientras que, en Planificación del Estudio, dentro de No Satisfactorio (8% - 15%); y, Utilización de Materiales, en la categoría Bien (28% - 31%). Lo anterior demuestra que existe una diferencia significativa entre cada una de estas escalas respecto a la edad. Por otro lado,

en la edad entre 23 y 27 años existe un solo participante, por lo que no es un dato significativo que aporte al estudio.

La desviación típica (4,57) de los estudiantes entre 18 y 22 años se posiciona cerca de la media (10,31) en lo que refiere a la escala de Planificación del Estudio, sin embargo, en las demás escalas la desviación está alejada de la media, lo que quiere decir que la distribución de datos se encuentra dispersa o incongruente.

Así, Fernández y Rubal (2014) concuerdan, al considerar que la falta de hábitos de estudio está ligado a la edad cronológica de los estudiantes, puesto que no toman en cuenta diferentes estrategias de estudio para lograr un aprendizaje efectivo, como ha sido evidenciado en este estudio: los estudiantes no se plantean horarios de estudio, dejando de lado el ámbito estudiantil, lo que se ve reflejado en la calidad de su aprendizaje.

Es importante mencionar que cada una de las escalas que tiene el instrumento son de vital importancia para la adquisición óptima de conocimientos, destacando el aporte de Vélez (2008), quien menciona que una formación de buenos hábitos de estudio y habilidades organizativas son un comienzo hacia el éxito académico. Sin embargo, se halla una concordancia con el estudio de Hernández et al. (2012), realizado con 414 alumnos de un tecnológico Federal de México, en el cual menciona que los alumnos presentan dificultades en la organización y planeación del estudio, evidenciándose que con nuestra población de 145 estudiantes sucede lo mismo ya que existe una carencia en la escala planificación del estudio, lo cual no es distinto en hombres, mujeres y personas del género no binario ya que en los tres presenta estos problemas. En cuanto al estado civil, quienes se encuentran con problemas en esta escala son aquellos que están en unión libre.

Conclusiones

Para el desarrollo de esta investigación sobre hábitos de estudio se planteó como objetivo general describir los hábitos de estudio según las variables sociodemográficas de los estudiantes de primer ciclo de la Licenciatura en Psicología de la Universidad de Cuenca, en el periodo septiembre 2022 – febrero 2023. Conforme a ello, a lo largo de la ejecución del trabajo investigativo se encontraron ciertos aspectos sustanciales que, sin lugar a dudas, materializaron el propósito del proyecto.

Conforme al primer objetivo específico, que pretende identificar el perfil del hábitos de estudio, se encontró que los estudiantes de la Facultad de Psicología tienen como hábito frecuente la utilización de materiales, ya que esta se encuentra en una categoría alta; por el contrario, el hábito menos frecuente en los estudiantes de primer ciclo es la planificación del estudio, encontrándose en una categoría no satisfactoria, debido a que los estudiantes no poseen las herramientas necesarias para la formación de buenos hábitos de estudio, pues presuntamente consideran que estos no influyen en su rendimiento académico.

En cuanto al segundo objetivo, determinar los hábitos de estudio según las variables sociodemográficas, se encontró que no existe diferencia significativa en relación a la variable género, ya que tanto hombres como mujeres se encuentran en una categoría normal en la mayoría de escalas medidas; sin embargo, predominan las deficiencias en la escala de planificación del estudio.

Referente al estado civil existen diferencias entre solteros y aquellos que se encuentran en unión libre, siendo así, que los solteros presentaron mejores condiciones ambientales para el estudio, en contraste, los que se encuentran en unión libre tienen mayor prevalencia para la planificación del estudio, sin embargo, los resultados en las otras escalas son similares entre ambos estados civiles.

Por otra parte, en la variable edad, no hay diferencias relevantes en las escalas de condiciones ambientales del estudio, utilización de materiales y asimilación de contenidos, no obstante, los que se encontraron entre 28 y 32 años mostraron mayor desarrollo en la escala planificación del estudio, a diferencia, de los estudiantes que tienen entre 18 y 22 años, puesto que se encuentran en una etapa, donde no presentan mayores responsabilidades, están bajo la dependencia de sus padres y no desarrollan sus propias herramientas que les permitan fortalecer su aprendizaje. Así mismo, al estar en el ambiente universitario en donde no dependen de reglas u horarios establecidos para realizar sus tareas académicas, sino únicamente de su capacidad organizacional, están más propensos a no desarrollar hábitos de estudio.

Por tanto, el desarrollo académico de los estudiantes de primer ciclo presenta un déficit debido a la falta de hábitos de estudio, que puedan encaminar sus competencias y les permitan realizar su trabajo intelectual, resolver dificultades, reflexionar sobre una pregunta y seleccionar las mejores estrategias para ejecutar tareas medibles frente a la adquisición de sus habilidades.

Recomendaciones y limitaciones

Una de las limitaciones que se encontró durante la elaboración del estudio es la falta de diversidad en la población en cuanto a aspectos sociodemográficos, por lo que se recomienda ampliar el estudio dentro de la Facultad de Psicología, haciendo comparaciones con ciclos superiores.

Además, se recomienda que se ponga en práctica alternativas metodológicas como: resúmenes, mapas conceptuales, subrayado, entre otros, que permitan mejorar los hábitos de estudio de los estudiantes universitarios.

Referencias

- Asamblea Nacional. (2 de agosto de 2018). *Ley Orgánica de Educación Superior, LOES*.
https://www.ces.gob.ec/lotaip/Anexos%20Generales/a2_Reformas/loes.pdf
- Benítez, B., Inga, R., Romero, M. y Sari, N. (1992). *Hábitos de estudio de los alumnos de la Escuela de Enfermería de la Universidad de Cuenca, matriculados en el período académico 1990-1991*. [Tesis de pregrado; Universidad de Cuenca].
<http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/26527>
- Bravo, F., Penao, M. y Illescas, L. (2020). Reprobación y abandono de estudiantes universitarios. *Unian des Episteme*, 7(4), 502-516.
<http://45.238.216.13/ojs/index.php/EPISTEME/article/view/1728/1320>
- Cabrera, S. (2019). *Análisis comparativo de los costos de formación del profesional en contabilidad en la universidad pública y privada de la ciudad de Cuenca período marzo - julio 2018*. [Tesis de maestría, Universidad de Cuenca].
<http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/33452>
- Cárdenas, M., Jaén, O. y Palomino, F. (2018). Hábitos de estudio en estudiantes de primer año de una universidad peruana estatal. *Summa Psicológica UST*, 15(1), 71-79.
10.18774/0719-448x.2018.15.376
- Chalá, J. y Sangoquiza, R. (2021). *Desarrollo de los hábitos de estudio de acuerdo a la teoría del aprendizaje significativo de David Ausubel y Joseph Novak*. [Tesis de licenciatura, Universidad Central del Ecuador].
<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/22790/1/T-UCE-0010-FIL-1089.pdf>
- Contreras, K., Caballero, C., Palacio Jorge, y Pérez, A. M. (diciembre de 2008). Factores asociados al fracaso académico en estudiantes universitarios de Barranquilla (Colombia). *Psicología desde el Caribe*, (Vol. 22), 110-135. [fecha de Consulta 18 de julio de 2022]. ISSN: 0123-417X. Disponible en:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21311866008>
- Covey, S. (1989). *Los 7 hábitos de la gente altamente afectiva*. Buenos Aires Paidós.
- Cruz, F. y Quiñones, A. (2011). Hábitos de estudio y rendimiento académico en enfermería, Poza Rica, Veracruz, México. *Revista electrónica Actualidades Investigativas en Educación*, 11(3), 1-17. <https://www.redalyc.org/pdf/447/44722178008.pdf>
- Domínguez, C. (2016). *Hábitos de estudio y rendimiento académico de la asignatura de biología en los estudiantes del II ciclo de medicina en una universidad particular de Trujillo, 2016*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo].
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/17572/dominguez_cc.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Espinoza de Valdés, Z. (2012). *Los hábitos de estudio como factor del éxito escolar*. [Tesis de maestría, Universidad Latina de Panamá].
- Fernández, M. y Rubal, N. (2014). *Los hábitos de estudio y el rendimiento académico en el primer año de la carrera de medicina*. <https://docplayer.es/24710634-Los-habitos-de-estudio-y-el-rendimiento-academico-en-el-primer-ano-de-la-carrera-de-medicina.html>
- Freire, A. (2012). *Los Hábitos de estudio y su incidencia en el rendimiento académico de los estudiantes del centro de educación básica Federación deportiva de Cotopaxi, cantón la Maná, período lectivo 2011-2012*. [Tesis pregrado, Universidad Técnica de Cotopaxi]. <http://repositorio.utc.edu.ec/bitstream/27000/1540/1/T-UTC-2112.pdf>
- Gatica, H. (2015). *Los hábitos de estudio en el rendimiento académico de los estudiantes de la escuela superior de formación artística público Lorenzo Luján Darjón de Iquitos*,

- durante el año 2011*. [Disertación doctoral, Universidad Nacional Mayor de San Marcos].
https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/5794/Ramirez_gh.pdf?sequence=3
- Gimeno, J. y Pérez, A. (1993). *Comprender y transformar la enseñanza*. Morata.
<https://www.terras.edu.ar/biblioteca/5/5GIMENO-SACRISTAN-Cap-3-Jose-PEREZ-GOMEZ-Angel-.pdf>
- González, E. (2018). *Hábitos de estudios y rendimiento académico en estudiantes del primer semestre de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional Mayor San Marcos -2015*. [Tesis de maestría, Universidad Mayor de San Marcos].
https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/8281/Gonzales_ae.pdf?sequence=3
- Hernández, C., Perego, N. y Vargas, A. (2012). Los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje de los alumnos en tres carreras de ingeniería. *Revista de la Educación Superior*, 3(163), 67-87. <http://www.scielo.org.mx/pdf/resu/v41n163/v41n163a3.pdf>
- López, J. (2009). *Relación entre los hábitos de estudio, la autoestima y el rendimiento académico de los estudiantes de la escuela profesional de medicina veterinaria de la Universidad Alas Peruanas*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle]. <https://es.scribd.com/doc/91907725/Tesis-Maestria-Habitos-de-Estudio-Autoestima-y-Rendimiento-Académico-Jose-Gilberto-Lopez-Vega>
- Matencio, G. (2019). *Hábitos de estudio y rendimiento académico en la asignatura de matemáticas de los estudiantes de primer semestre del Senati Centro de Formación Profesional San Ramón - 2016*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Cayetano Heredia].
https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/7764/Habitos_MatencioGeronimo_Gary.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Mogollón, H. (2015). *Relación de los hábitos y técnicas de estudio en el desarrollo de las habilidades mentales primarias*. [Tesis de maestría, Tecnológico de Monterrey].
<https://repositorio.tec.mx/bitstream/handle/11285/622489/02Henry+Mauricio+Mogoll%C3%B3n+Pinto.pdf?sequence=1>
- Mondragón, C., Cardoso, D. y Bobadilla, S. (2017). Hábitos de estudio y rendimiento académico. Caso estudiantes de la licenciatura en Administración de la Unidad Académica Profesional Tejupilco, 2016. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 8 (15).
<https://doi.org/10.23913/ride.v8i15.315>
- Ortega, V. (2012). *Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes de segundo de secundaria de una institución educativa del Callao*. [Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola].
<https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/4a05f3d4-746e-4250-97b2-289fbe7bca06/content>
- Palacios, S. (2017). *Hábitos de estudio en estudiantes de tercer grado de educación secundaria del colegio del alto rendimiento de Piura durante el año escolar 2016*. [Tesis pregrado, Universidad de Piura].
https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/3062/EDUC_054.pdf?sequence=1

- Papalia, D. E., & Martorell, G. A. (2017). *Desarrollo Humano*. Mexico: McGraw-Hill Global Education.
https://www.moodle.utecv.esiaz.ipn.mx/pluginfile.php/29205/mod_resource/content/1/libro-desarrollo-humano-papalia.pdf
- Ramírez, H. (2015). *Los hábitos de estudio en el rendimiento académico de los estudiantes de la escuela superior de formación artística pública Lorenzo Luján Darjón de Iquitos, durante el año 2011*. [Disertación doctoral, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. <https://hdl.handle.net/20.500.12672/5794>
- Rondón, C. 1991. Internalidad y hábitos de estudio. Tesis de Maestría. Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Instituto Pedagógico de Barquisimeto, Venezuela.
- Sánchez Balcázar, R. A., Flores Nicolalde, B. C., y Flores Nicolalde, F. (17 de febrero de 2016). Dialnet. Influencia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico de los estudiantes de una institución de educación media ecuatoriana.:
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5517258.pdf>
- Secretaría de Educación Pública. (2014). Manual para Impulsar Mejores Hábitos de Estudio en Planteles de Educación Media Superior. Yo No Abandono.
http://prepajocotepec.sems.udg.mx/sites/default/files/yna_manual_3.pdf
- SENPLADES. (2017). Consejo nacional de planificación. Plan nacional para el buen vivir:
<https://www.gobiernoelectronico.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/09/Plan-Nacional-para-el-Buen-Vivir-2017-2021.pdf>
- Terry, L. (2008). *Hábitos de estudio y autoeficacia percibida en estudiantes universitarios, con y sin riesgo académico*. [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Perú].
https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/650/TERRY_TORRES_LIZETH_H%c3%81BITOS%20DE%20ESTUDIO%20Y%20AUTOEFICACIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Torres, W. (2021). *Hábitos de estudio y rendimiento académico de los estudiantes de la asignatura del cálculo I de la Universidad Continental*. [Tesis de pregrado, Universidad Continental].
https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/9969/1/IV_PG_MEMDES_TE_Torres_Vivas_2021.pdf
- Valverde, M. (2012). Importancia de los hábitos de estudio para el éxito escolar. *Entre pasillos y aulas*. <http://entrepasillosyaulas.blogspot.com/2012/08/importancia-de-los-habitos-de-estudio.html>
- Vélez, A. (2008). La adquisición de hábitos como finalidad de la educación superior. *Revista Scielo*, 11(1), 167-180. <http://www.scielo.org.co/pdf/eded/v11n1/v11n1a10.pdf>

Anexos

Anexo A

Ficha Sociodemográfica

Género	Masculino
	Femenino
	Otro
Edad	18-22
	23-27
	28-32
	33 y más
Estado Civil	Soltero/a
	Casado/a
	Viudo/a
	Divorciado/a
	Unión Libre

Anexo B

Inventario de Hábitos de Estudio - Pozzar

Fecha:


Instrucciones:

En este cuestionario encontrará una serie de preguntas que se refieren a su FORMA DE ESTUDIAR.

Lea atentamente cada una de las preguntas y decida si, aplicada a Ud. mismo, indica su modo habitual de actuar. Luego conteste de la siguiente manera:

- Si lo que se dice en la pregunta, normalmente le ocurre, ponga una aspa (X) sobre el **SI**.
- Si lo que se dice en la pregunta, **NO** le ocurre, ponga un aspa (X) sobre **NO**.
- Si lo que se dice en la pregunta, **SOLO** le ocurre, o no SABE CONTESTAR, ponga un aspa (X) sobre el signo ?

Asegúrese de contestar todas las preguntas CON SINCERIDAD ABSOLUTA, pues no son difíciles ni hay nada malo en ellas. Una vez corregido este inventario le diremos en qué aspectos puede MEJORAR su estudio. Esto es muy importante. Si no ha comprendido algo, puede preguntarlo ahora.

	Marque con un aspa (X) el casillero correspondiente	SI	?	NO
1	¿Le agradaría disponer de un lugar totalmente a su gusto para estudiar?			
2	¿Procura dejar a un lado sus problemas personales cuando tiene que estudiar?			
3	¿Acostumbra a hacer resúmenes o esquemas de las lecciones que estudia?			
4	¿Estudia con agrado las asignaturas que le son antipáticas?			
5	¿Estudia con verdadera intención de aprender y de memorizar lo que está estudiando?			
6	¿Deja para última hora la preparación de la mayor parte de las asignaturas?			
7	¿Le resulta difícil prestar atención a ciertos profesores?			
8	¿Pregunta al profesor cuando no comprende algo?			
9	¿Sabe encontrar con rapidez cualquier tema en su libro acudiendo al índice?			
10	¿Ha dejado alguna vez sin concluir la tarea de trabajo estudio que se había propuesto?			
11	¿Le gustaría poseer otra forma personal de estudio más eficaz?			
12	¿Ha logrado hacer de su trabajo de estudio un verdadero hábito?			
13	¿Tiene algunos días más ganas de estudiar que otros?			
14	¿Obtendría mejores calificaciones si se lo propusiera?			
15	¿Acude a leer y comprender las llamadas que encuentra a través de sus lecturas?			
16	¿Le han enseñado cómo hacer resúmenes y esquemas de toda lección estudiada?			
17	¿Tiene confianza en su propia memoria?			

18	El tiempo que le dedica a cada asignatura, ¿Es proporcional a su importancia?			
19	¿Cree que leería mejor si diariamente hiciese prácticas de lecturas?			
20	¿Estudia en un lugar cómodo, con mesa, ventilación temperatura e iluminación adecuadas?			
21	¿Emplea el diccionario cuando encuentra alguna palabra que no comprende o sobre la que tiene dudas?			
22	¿Sabe desenvolverse bien en una biblioteca, buscando sin ayuda textos y autores que desea?			
23	¿Estudia y realiza a veces trabajos escolares formando parte de un equipo de compañeros de clase?			
24	¿Ha confeccionado Ud. su propio horario de estudios?			
25	¿Recuerda mejor aquello que aprendió con interés?			
26	¿Tiene un motivo fuerte capaz de hacerle estudiar con ilusión?			
27	¿Acostumbra a subrayar en sus libros y apuntes aquellas partes que considera importantes?			
28	¿Tiene voluntad firme para ponerse a estudiar?			
29	¿Procura poner en práctica y emplear lo que aprendió de memoria para así dejarlo aprendido?			
30	¿Le gustaría que sus profesores la trataran mejor?			
31	¿Cree que, en general, obtienen mejores calificaciones los que más trabajan y estudian?			
32	¿Piensa, antes de escribir en los exámenes, los puntos sobre los que va a tratar?			
33	Lee abarcando párrafos y no palabra a palabra?			
34	¿Le agrada que otras personas le revuelvan y descoloquen sus objetos de estudio?			
35	¿Le tratan sus profesores con justicia, exigiéndole según la medida de sus esfuerzos?			
36	¿Pierde tiempo cuando estudia por no haber preparado de antemano lo que necesitaba?			
37	¿Ha pensado alguna vez que los que estudian mucho son unos chancones?			
38	¿Estudia en buenas condiciones físicas, estando "En forma"?			
39	Cuando va a estudiar una lección, ¿Empieza leyendo la rápidamente para dar una idea general de ella?			
40	¿Cree que sus actuales horarios de estudio podrían mejorar bastante?			
41	¿Repite mecánicamente, sin pensar, palabras y frases que intenta aprender de memoria?			
42	¿Pasa con éxito de año, dado el número de horas que le dedica al estudio?			
43	¿Le agradaría estar organizado en sus estudios, de forma tal que obtuviera buen rendimiento de todo el tiempo de trabajo?			
44	¿Son sus calificaciones inferiores a su inteligencia?			
45	¿Emplea sus esquemas y resúmenes para preparar sus exámenes?			

46	¿Ha alcanzado la máxima perfección en su lectura?			
47	¿Deja espacios de descanso, si está cansado, antes de seguir insistiendo en aprender de memoria?			
48	¿Tiene una especie de "Archivo" donde están celosamente colocados sus apuntes, fichas, libros, etc.?			
49	¿Le resulta más fácil estudiar una lección con ayuda de un esquema o resumen realizado por Ud.?			
50	¿Sabe tomar apuntes durante las explicaciones de clase?			
51	¿Acude a alguna fuente de ayuda (biblioteca, amigos, etc.) cuando ha de estudiar, algo para lo que no dispone de material?			
52	¿Emplea el diccionario siempre que duda sobre el significado de una palabra?			
53	¿Colabora Ud. verdaderamente con su trabajo, opiniones, etc., cuando trabaja con un equipo de compañeros?			
54	¿Termina la tarea de trabajo y estudio que se asigna?			
55	¿Le gustaría aprender de memoria solo aquello que comprendiera perfectamente?			
56	¿Repasa sus exámenes escritos antes de entregarlos?			
57	¿Varía alguna vez su forma de lectura, cambiando de tono, ritmo, etc., para no aburrirse mientras estudia?			
58	¿Está convencido de que el estudio es una labor muy importante para su vida?			
59	¿Discute en equipo, junto a otros compañeros, sobre diversos trabajos y tareas escolares?			
60	¿Piensa que sus padres podrían ser más comprensivos respecto a sus estudios?			
61	¿Atiende alguna vez en clase porque teme a un profesor?			
62	¿Presta atención durante las explicaciones de los profesores?			
63	¿Vuelve atrás a releer, aunque le cueste, si no ha comprendido lo anterior?			
64	¿Le resulta fácil estudiar cuando está seriamente preocupado por algún problema?			
65	¿Se siente capaz de seguir el Año de Estudio, aprobando al final?			
66	¿Rendiría más si adoptara otro modo de aprendizaje?			
67	¿Rendiría más si sus profesores le trataran de una forma justa?			
68	¿Estudia en un lugar apropiado, sin ruidos y sin que le molesten?			
69	¿Lee los índices de sus libros para darse una idea del conjunto de toda la asignatura?			
70	¿Le agradaría estudiar solamente en aquellas horas que le pareciese mejor?			
71	¿Aprende de memoria las cosas que no comprende?			
72	¿Tiene distribuido su tiempo de estudio de forma tal que TODAS las asignaturas están en e1?			
73	¿Piensa alguna vez que sus profesores no son competitivos?			

74	¿Se desanima y deja lo que está estudiando si encuentra alguna dificultad que no comprende?			
75	¿Hace sus esquemas y resúmenes ayudándose de los puntos que subrayó como más importantes?			
76	¿Lee con agrado las asignaturas que le son antipáticas?			
77	¿Repasa a menudo lo que ha aprendido, para así “refrescar” y no olvidarlo totalmente?			
78	¿Estudia bien a diario y descansa totalmente los fines de semana?			
79	¿Le agradaría poseer una memoria más eficaz?			
80	¿Procura estar informado de su marcha en cada una de las asignaturas?			
81	¿Sabe distinguir las partes importantes cuando lee?			
82	¿Le agrada aprender de memoria lo que no comprende?			
67	¿Rendiría más si sus profesores le trataran de una forma justa?			
68	¿Estudia en un lugar apropiado, sin ruidos y sin que le molesten?			
69	¿Lee los índices de sus libros para darse una idea del conjunto de toda la asignatura?			
70	¿Le agradaría estudiar solamente en aquellas horas que le pareciese mejor?			
71	¿Aprende de memoria las cosas que no comprende?			
72	¿Tiene distribuido su tiempo de estudio de forma tal que TODAS las asignaturas están en e1?			
73	¿Piensa alguna vez que sus profesores no son competitivos?			
74	¿Se desanima y deja lo que está estudiando si encuentra alguna dificultad que no comprende?			
75	¿Hace sus esquemas y resúmenes ayudándose de los puntos que subrayó como más importantes?			
76	¿Lee con agrado las asignaturas que le son antipáticas?			
77	¿Repasa a menudo lo que ha aprendido, para así “refrescarlo” y no olvidarlo totalmente?			
78	¿Estudia bien a diario y descansa totalmente los fines de semana?			
79	¿Le agradaría poseer una memoria más eficaz?			
80	¿Procura estar informado de su marcha en cada una de las asignaturas?			
81	¿Sabe distinguir las partes importantes cuando lee?			
82	¿Le agrada aprender de memoria lo que no comprende?			
83	¿Cree que estudiando en equipo se resuelven cuestiones que uno solo no puede resolver?			
84	¿Estudia dejando pausas de descanso, aproximadamente cada hora?			
85	¿Le gustaría que le enseñaran bien como se debe estudiar y trabajar en equipo?			
86	¿Le animan en su casa, de forma que ello le ayuda a estudiar?			
87	¿Se preocupa Ud. por mejorar su calidad y velocidad de lectura?			
88	¿Le ayudan y animan sus profesores en materia de estudio?			

89	¿Procura relacionar, enlazar y pensar lo que ya sabe con lo que intenta aprender de memoria?			
90	¿Piensa que sus compañeros podrían ayudarle más?			