

## **CARACTERÍSTICAS DE LOS HÁBITOS DE ESTUDIO EN BACHILLERES DE LOS VALLES CENTRALES DE OAXACA <sup>1</sup>**

### **CHARACTERISTICS OF BACHELORS' STUDY HABITS IN CENTRAL VALLEYS OF OAXACA**

---

Rosalba Otilia Carrasco-Moreno y Alary Pereyra-Martínez <sup>2</sup>  
Universidad Autónoma "Benito Juárez" de Oaxaca.  
México

#### **RESUMEN**

Una de las principales causas de los altos índices de fracaso académico en México es el inadecuado desarrollo de los hábitos de (Galindo y Galindo, 2011, p. 4). El presente estudio tuvo como objetivo determinar las características de los hábitos de estudio de bachilleres de los Valles Centrales de Oaxaca, México; se trató de un estudio descriptivo transversal a través de la aplicación de encuestas. Se trabajó con un total de 250 alumnos inscritos en el primer semestre de un bachillerato, que formaban parte de toda la población de nuevo ingreso en la institución seleccionada, para recabar información se aplicó el test de hábitos de estudio de Díaz (2014), el cual consta de 70 ítems que permiten visualizar los hábitos que tienen los participantes, los datos fueron analizados y permitieron obtener medidas de frecuencia relativa. Los resultados muestran la necesidad y la urgencia de realizar acciones que permitan compensar las deficiencias en los hábitos de estudio de los participantes. Entre el 50 y 40% de los estudiantes evaluados no cuentan con los hábitos de estudio esperados. Se discute sobre los roles que deben tomar las instituciones educativas, los docentes, los padres de familia y los estudiantes al respecto.

#### **ABSTRACT**

One of the main causes of the high rates of academic failure in Mexico is the inadequate development of study habits (Galindo y Galindo, 2011, p. 4). This study aimed to determine the characteristics of bachelors' study habits in Central Valleys of Oaxaca, Mexico; it was a descriptive study through the use of surveys. We worked with a total of 250 students enrolled in the first semester of a high school, which were part of the entire population of new entries in the selected Institution, to gather information the test study habits by Diaz was applied (2014), which consists of 70 items that allow viewing the participants' habits, data was analyzed and allowed to obtain measurements of relative frequency. The results show the necessity and urgency of actions to compensate the deficiencies in the study habits of the participants. Between 50 and 40% of the tested students did not have the expected study habits. It discusses the roles that should take the Educational Institutions, teachers, parents and students about it.

#### **PALABRAS CLAVE**

Hábitos de estudio, estudiantes, bachillerato.

#### **KEYWORDS**

Study habits, students, school.

---

<sup>1</sup> Recibido el 05 de marzo y aceptado el 09 de marzo de 2016.

<sup>2</sup> E-mail: a160903@gmail.com

Los hábitos de estudio pueden ser entendidos como el conjunto de distintas acciones emprendidas de manera constante por el estudiante en su quehacer académico, que le permiten aprender permanentemente, acciones la forma en la que el estudiante se organiza en cuanto a tiempo, espacio, técnicas y métodos que utiliza para estudiar y que facilitan la adquisición de conocimientos cada vez más complejos (Cruz y Quiñones, 2011, p. 3).

Son un factor importante para la determinación de los logros académicos, mucho más que el grado de cociente intelectual o la capacidad de memoria de la persona. Según Galindo y Galindo (2011), una de las principales causas de los altos índices de fracaso académico en México es el inadecuado desarrollo de los hábitos de estudio en los niños en su temprana edad (p. 4). Pozar (como se citó en Galindo y Galindo, 2011) afirma que “este factor tiene gran poder predictivo del rendimiento académico, mayor incluso que las aptitudes intelectuales” (p. 5), otorgando así mayor trascendencia a la disciplina y a la formación de hábitos, que a las capacidades y habilidades cognitivas. Quintero (como se citó en Galindo y Galindo, 2011) menciona de igual forma que:

El fracaso escolar es un problema que enfrentan la mayoría de las instituciones educativas. Una de las principales causas es la falta de motivación e interés real de los alumnos hacia el estudio por el desconocimiento de hábitos y técnicas efectivas para lograr sus objetivos (p. 5).

Serafini (como se citó en Galindo y Galindo, 2011), por su parte ha mencionado que “los estudiantes que más dificultades poseen son también los menos capaces para administrar el tiempo que tienen a su disposición” (p. 8), la afirmación anterior permite pensar en un vínculo directo (no necesariamente el único) entre los estudiantes con bajo índice de aprovechamiento y la inexistencia de hábitos.

En este sentido, los hábitos de estudio propician el desarrollo de las competencias básicas, ya que las técnicas para leer mejor y comprender, tomar los apuntes de clase, memorizar fechas y conceptos,

prepararse para exámenes, distribuir el tiempo, establecer un lugar de estudio y mantenerse motivado para dicha labor, favorece significativamente la adquisición de las mismas.

Díaz (2014) menciona que después de haber concluido la educación básica, una persona debería tener la capacidad para aprender; y que el hecho de ser o no un buen o excelente estudiante se debe quizá a que la persona no cuenta con acciones eficaces de estudio (p. 7). Considera siete elementos fundamentales en el desarrollo de hábitos de estudio que facilitan a los estudiantes su paso por la educación, cualquiera que sea el nivel: (a) distribución de tiempo (DT); (b) motivación para el estudio (ME); (c) distractores durante el estudio (DE); (d) cómo tomar notas en clase (NC); (e) optimización de la lectura (OL); (f) cómo preparar un examen (PE); y (g) actitudes y conductas productivas ante el estudio (AC).

Existe una diversidad de trabajos en los que se demuestra que los hábitos de estudio constituyen un factor importante en el rendimiento académico de los alumnos (Martínez y Pantevis, 2010), y que las conductas habituales específicas de los alumnos de bajo rendimiento académico, son diferentes a las de los estudiantes que poseen un buen rendimiento (Mena, Golbach y Véliz, 2009); por lo que se ha recomendado que las instituciones promuevan estas habilidades en los estudiantes, para lo cual se ha sugerido a los docentes que en cada una de sus materias desarrollen acciones que contribuyan al fortalecimiento de los hábitos escolares (Cruz y Quiñones, 2011; Gómez, Oviedo y Martínez, 2011); que faciliten la formación de un individuos autogestivos y autónomos en el aprendizaje” (Reyes y Jaimes, 2008).

Por lo anterior el presente estudio tuvo como objetivo realizar un diagnóstico de los hábitos de estudio que poseen los estudiantes de nuevo ingreso en un bachillerato de la ciudad de Oaxaca, en el Sur de México, para lo cual se utilizó la siguiente metodología.

---

## MÉTODO

### PARTICIPANTES

Se trabajó con 250 alumnos que conforman el total de la matrícula de estudiantes de primer semestre de un bachillerato; participaron alumnos de ambos sexos, en edades que oscilaron entre 14 y 20 años.

### MATERIALES

Para determinar las características de hábitos de estudio de estudiantes de un bachillerato, se aplicó el test de hábitos de estudio de Díaz (2014), el cual consta de 70 ítems que permiten visualizar los hábitos que tienen los participantes, desarrollados a partir de los siguientes indicadores: (a) distribución de tiempo (DT); (b) motivación para el estudio (ME); (c) distractores durante el estudio (DE); (d) cómo tomar notas en clase (NC); (e) optimización de la lectura (OL); (f) cómo preparar un examen (PE); (g) actitudes y conductas productivas ante el estudio (AC). El estilo de las respuestas se basa en una escala tipo Likert, a las cuales se les asigna un valor numérico.

### TIPO DE ESTUDIO O DISEÑO

Se realizó un estudio descriptivo transversal a través de la aplicación de encuestas.

### PROCEDIMIENTO

Fase I.- Durante los talleres que forman parte del curso de inducción, se solicitó la participación voluntaria de todos los estudiantes de nuevo ingreso. La aplicación del instrumento se realizó de manera colectiva en grupos de 50 estudiantes.

Fase II.- Los resultados fueron analizados con estadística descriptiva obteniéndose frecuencias relativas.

## RESULTADOS

En la figura 1 se muestran los promedios alcanzados en cada una de las áreas valoradas. El porcentaje más elevado fue de 61% en el área de motivación para el estudio, enseguida cómo tomar notas en clase con un 59%, actitudes y conductas productivas ante el estudio también con el 59%, cómo preparar un examen alcanzó el 58%, distractores durante el estudio obtuvo el 56%, las áreas con menor porcentaje fueron: la distribución del tiempo con 53% y la de optimización de la lectura con el 52%.

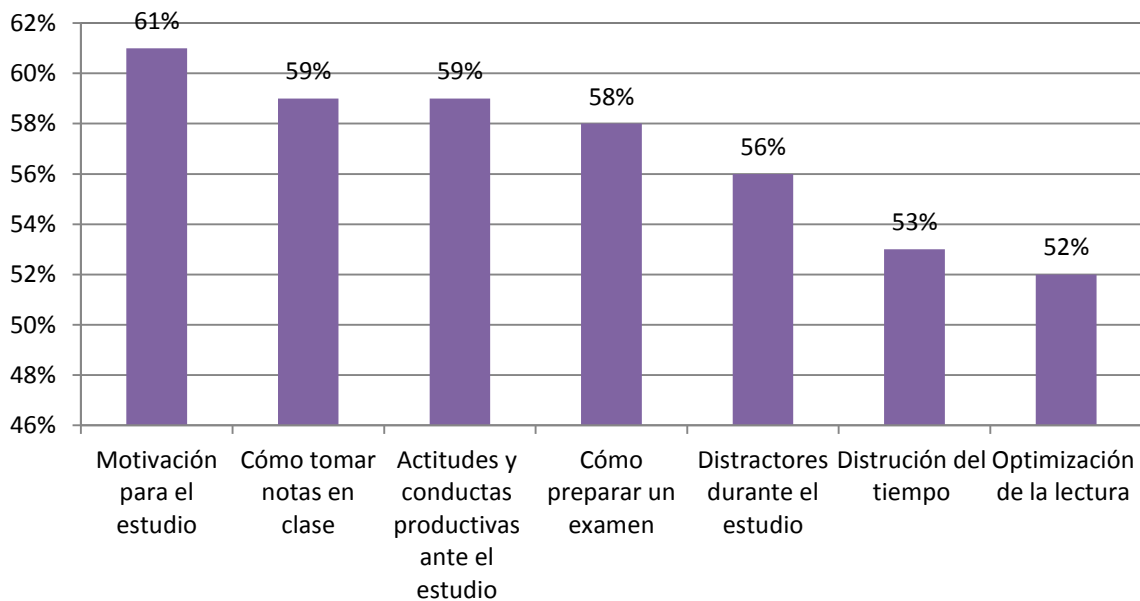


Figura 1. Hábitos de estudio en los bachilleres evaluados

## DISCUSIÓN

---

La realización de este estudio permite vislumbrar el escenario en el que se encuentran los estudiantes de bachillerato de la institución evaluada: en promedio los estudiantes reportaron un 56% en sus hábitos de estudio. Entre el 50 y 40% de los estudiantes no utiliza técnicas de optimización de la lectura, no distribuye su tiempo apropiadamente, tiene distractores, tiene dificultades para preparar exámenes y tomar notas en clase. Adicionalmente su nivel de motivación hacia el estudio es de apenas el 60%.

Los resultados invitan a los docentes a tomar un papel activo y propositivo en la mejora de su tarea educativa, de tal manera que enseñen estas habilidades básicas. Es recomendable que los docentes en este nivel educativo instruyan a sus estudiantes en la mejora de estos hábitos y realicen acciones que fortalezcan la motivación. En cuanto a los hábitos de estudio, deberían ser practicados diariamente en todas las asignaturas posibles hasta conseguir que el estudiante los utilice con espontaneidad. Respecto a la motivación sería conveniente que los docentes de este nivel educativo clarificaran con sus estudiantes los objetivos que pueden alcanzar con su actividad de tal manera que comprendan el propósito del estudio ya que sin orientación los esfuerzos pueden resultar nulos o estériles.

Ninguna persona nace con los hábitos de estudio o teniendo conocimiento de ellos, sino que los adquiere al iniciar su educación sistemática. Evidentemente los docentes y los padres de familia son los encargados y responsables de estimular y desarrollar en ellos hábitos de estudio que le permitan lograr el éxito en su aprendizaje. Cabe mencionar que debería realizarse esfuerzos tempranos en virtud de que la infancia es la etapa primordial para que los estudiantes adquieran y se apropien de cualquier tipo de hábito; si los padres cumplen con su tarea de supervisión y atención a sus hijos se puede dar por hecho que el niño y más tarde el bachiller no tendrá inconveniente para llevar cierta disciplina en sus labores escolares y también en las labores del hogar y de la comunidad en la que se desenvuelva.

Por lo pronto la tarea de la planta docente y de la institución en general debe ser desarrollar las habilidades de autoestudio (autodidactismo), de tal forma que se fomente en los jóvenes el aprendizaje autónomo.

Sin embargo, la ausencia de hábitos de estudio, es solo uno de tantas problemáticas que enfrentan los jóvenes bachilleres. Es más que necesario que en estos tiempos, las instituciones educativas tomen el papel protagónico y busquen las herramientas necesarias para conjuntar esfuerzos con toda la comunidad educativa (estudiantes, padres, sociedad, docentes y administrativos), para enfrentar cada una de las dificultades existentes.

## REFERENCIAS

---

- Cruz, F., & Quiñones, A. (2011). Hábitos de Estudio y Rendimiento Académico en Enfermería, Poza Rica, Veracruz. *Revista Actualidades Investigativas en Educación.*, 11(3), 1-17.
- Díaz, V. J. L. (2014). *Aprende a estudiar con éxito*. México: Trillas
- 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).
- Gómez, D., Oviedo, R., & Martínez, E. (2011). Factores que influyen en el rendimiento académico del estudiante universitario. *Tecnociencia.*5(2)-90-97.
- Martínez, J., & Pantevis, M. (2010). Hábitos de estudio: percepción de los estudiantes de pregrado para el desarrollo de competencias básicas. *Congreso Iberoamericano de Educación*. Buenos Aires. Recuperado de [http://www.adeepra.org.ar/congresos/Congreso%20IBEROAMERICANO/COMPETENCIASBASICAS/RLE2243\\_Martinez.pdf](http://www.adeepra.org.ar/congresos/Congreso%20IBEROAMERICANO/COMPETENCIASBASICAS/RLE2243_Martinez.pdf)

- Mena, A., Golbach, M., & Véliz, M. (2009). *Influencia de los hábitos de estudio en el rendimiento de alumnos ingresantes*. Argentina: Sociedad Argentina de Educación Matemática.
- Reyes, J. & Jaimes, M. J., (2008). Los Hábitos de Estudio y su Influencia en el Aprendizaje Significativo. UPIICSA 16(6).