

## HÁBITOS DE ESTUDIO Y ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE EN ALUMNOS DE NIVEL SUPERIOR. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN POSPANDEMIA

STUDY HABITS AND LEARNING STRATEGIES IN HIGHER LEVEL STUDENTS.

POST-PANDEMIC INTERVENTION PROPOSAL

Andrea Patricia Náñez Juárez, María Teresa Dávalos Romo,

Miguel Omar Muñoz, Domínguez Claudia Adriana Clavillo Ríos

Universidad Autónoma de Zacatecas, México.

*Correspondencia:* andreananez@uaz.edu.mx

### RESUMEN

Los hábitos de estudio y las estrategias de aprendizaje son aspectos de la educación que permiten mejorar la calidad del aprendizaje. Este trabajo desarrolla una propuesta para que los docentes apoyen a los alumnos en cuanto los hábitos de estudio a partir de las estrategias de aprendizaje que ya poseen. El método consiste en la aplicación del Cuestionario de Motivación y Estrategias de Aprendizaje (CMEA) a 112 estudiantes de la licenciatura de Psicología, de Ingeniería en Computación y de Ingeniería en Comunicaciones y Electrónica, de la Universidad Autónoma de Zacatecas. Los resultados significativos se encuentran en la subprueba de Repetición con puntaje alto, y con puntaje bajo el Trabajo con compañeros, para ello los alumnos contestaron de manera voluntaria el instrumento una vez solicitada su participación. Como conclusión, se hace una propuesta para apoyar a los profesores con actividades que logren mejorar los hábitos de estudio.

**Palabras clave:** Hábitos de estudio, estrategias de aprendizaje, educación superior.

## ABSTRACT

Study habits and learning strategies are aspects of education that improve the quality of learning. This work develops a proposal for teachers to support students in terms of study habits based on the learning strategies they already have. The method consists of applying the Motivation and Learning Strategies Questionnaire (CMEA) to 112 undergraduate students in Psychology, Computer Engineering, and Communications and Electronics Engineering at the Autonomous University of Zacatecas. The significant results are found in the Repetition subtest with a high score, and with a low score in Work with peers, for which the students voluntarily answered the instrument once their participation was requested. In conclusion, a proposal is made to support teachers with activities that improve study habits.

**Keywords:** Study habits, learning strategies, higher education.

## INTRODUCCIÓN

Dentro de la educación existen dos términos que apoyan en la comprensión de las habilidades que poseen los alumnos para trabajar o estudiar de forma autónoma, y poder adquirir conocimientos, ya sea prácticos o teóricos, estos términos son los hábitos de estudio y las estrategias de aprendizaje; la relación de estos conceptos de manera práctica puede ayudar a los docentes para propiciar ambientes educativos y actividades en clase que mejoren la capacidad de estudio y el aprendizaje por parte de los alumnos. Este trabajo toma como referencia a los estudiantes de educación superior, de los cuales se sospecharía, que por tener un mínimo de 18 años dentro del sistema educativo en México, y por ser alumnos de nivel superior, ya cuentan con hábitos estudio y estrategias de aprendizaje bien definidas, pero en ocasiones no es así.

El planteamiento anterior, y la situación de aislamiento por la que el mundo está pasando referente a la pandemia por COVID-19 y modalidad de la educación a distancia, ha cambiado la perspectiva del proceso de enseñanza aprendizaje, y muchos se han preguntado ¿se está teniendo calidad educativa?, los alumnos ¿están aprendiendo?, entre otros cuestionamientos comunes. Muchos llegan a la conclusión de que la educación a distancia, o al menos como se está desarrollando a nivel superior en México, ha dejado muchos vacíos en los conocimientos que los alumnos deberían de haber adquirido.

Por ello se propone considerar como punto de partida los resultados obtenidos en la investigación realizada antes del aislamiento, en la cual se identificó la realidad de las estrategias de aprendizaje que los alumnos poseen y las que no. El procedimiento inició con la solicitud de los alumnos para que, de manera voluntaria apoyaran contestando el cuestionario de Motivación y Estrategias de Aprendizaje (CMEA), al acceder, se les pedía que asistieran a una hora y lugar específicos; Llegado el día de la cita se les entregó el instrumento. En promedio los alumnos tardaron de 30 a 35 minutos en responder el cuestionario.

En total se consultaron a 112 alumnos de la Universidad Autónoma de Zacatecas, específicamente de la Licenciatura de Psicología, de la Ingeniería en Computación y de la Ingeniería en Comunicación y Electrónica, de esta muestra se identificaron a 75 sujetos del sexo femenino y 37 masculinos, con edades de los 18 a los 40 años. Los resultados arrojados por el instrumento aplicado titulado Cuestionario de Motivación y Estrategias de Aprendizaje (CMEA), apoyarán a plantear sugerencias para que, los profesores tomen en cuenta algunos aspectos y puedan diseñar y realizar actividades que mejoren los hábitos de estudio tomando en cuenta las estrategias de aprendizaje.

Sin embargo, antes de avanzar en el análisis, se deben definir tanto los hábitos de estudio como las estrategias de aprendizaje. Los hábitos de estudio también se les conocen como hábitos y técnicas de estudio o bien hábitos eficaces de estudio. Para delimitar la conceptualización, se considerará que un hábito, se refiere a la realización continua y cotidiana de una actividad específica, así que la palabra se puede combinar con muchas otras, en este caso será al contexto del estudio. Los hábitos de estudio se refieren a las prácticas cotidianas de que los alumnos aplican al momento de realizar sus tareas, o bien al prepararse para un examen, una exposición o al momento de hacer lecturas de comprensión.

Unos de los autores más relevantes sobre el tema de los hábitos de estudio es José Luis Díaz Vega, que en su libro *Aprender a estudiar con éxito* realiza una propuesta para adquirir o bien, mejorar los hábitos de estudio, la cual consiste en una autoevaluación inicial y 7 unidades en donde se desarrollan los hábitos de uno por uno. Díaz Vega en su programa aborda los hábitos de distribución de tiempo, motivación para el estudio, distractores durante el estudio, cómo tomar notas en clase, optimización de la lectura, cómo preparar un examen y actitudes y conductas productivas para el estudio (Díaz, 2011).

Esta propuesta ha sido aplicada por muchos profesores y alumnos, sin embargo, poco se consideran las particularidades de cada uno, ya que los estudiantes presentan diferentes intereses, motivaciones y canales de aprendizaje de preferencia e inteligencias múltiples si se considera lo propuesto por Howard Gardner (2015). Por ello más allá de hacer un mapeo general con los grupos se deben considerar las particularidades de los alumnos, así como las nuevas tendencias de la educación, que cada vez, implican más el uso de herramientas tecnológicas.

El otro concepto en cuestión son las estrategias de aprendizaje del cual Díaz Barriga y Hernández en 1998 proponen que, tanto las estrategias de aprendizaje, como las estrategias de enseñanza dependen una de la otra:

*Ambos tipos de estrategia de enseñanza y de aprendizaje, se encuentran involucradas en la promoción de aprendizajes significativos a partir de los contenidos escolares; aún cuando en el primer caso el énfasis se pone en el diseño, programación, elaboración y realización de los contenidos a aprender por vía oral o escrita (lo cual es tarea de un diseñador o de un docente), y en el segundo caso la responsabilidad recae en el aprendiz. (Díaz Barriga y Hernández, 1998, p. 69)*

Por lo anterior es que los profesores deben identificar en los alumnos cuales son las estrategias de aprendizaje que poseen, para tomar decisiones en cuanto a las mejores estrategias de enseñanza que pueden utilizar para mejorar calidad de aprendizaje y para este estudio el desarrollo en el aula de los hábitos de estudio.

A continuación, se presenta la propuesta de Días Barriga y Hernández sobre las estrategias de enseñanza que se pueden utilizar en un aula, considerando que este trabajo se enfoca en nivel educativo superior, se tomará como dato de partida que los alumnos ya poseen antecedentes o nociones para poder aplicarlas en su ámbito académico:

### *Cuadro 1. Estrategias de enseñanza*

Objetivos	Enunciado que establece condiciones, tipo de actividad y forma de evaluación del aprendizaje del alumno. Generación de expectativas apropiadas en los alumnos.
Resumen	Síntesis y abstracción de la información relevante de un discurso oral o escrito. Enfatiza conceptos clave, principios, términos y argumento central.
Organizador previo	Información de tipo introductorio y contextual. Es elaborado con un nivel superior de abstracción, generalidad e inclusividad que la información que se aprenderá. Tiende un puente cognitivo entre la información nueva y la previa.
Ilustraciones	Representación visual de los conceptos, objetos o situaciones de una teoría o tema específico (fotografías, dibujos, esquemas, gráficas, dramatizaciones, etcétera).
Analogías	Proposición que indica que una cosa o evento (concreto y familiar) es semejante a otro (desconocido y abstracto o complejo).
Preguntas intercaladas	Preguntas insertadas en la situación de enseñanza o en un texto. Mantienen la atención y favorecen la práctica, la retención y la obtención de información relevante.
Pistas tipográficas y discursivas	Señalamientos que se hacen en un texto o en la situación de enseñanza para enfatizar y/u organizar elementos relevantes del contenido por aprender.
Mapas conceptuales y redes semánticas	Representación gráfica de esquemas de conocimiento (indican conceptos, proposiciones y explicaciones).
Uso de estructuras textuales	Organizaciones retóricas de un discurso oral o escrito, que influyen en su comprensión y recuerdo.

Fuente: Díaz Barriga Arceo, F. y Hernández Rojas, G. (1998). *Estrategias docentes para un aprendizaje significativo. Una Interpretación constructivista*. México. McGrawHill

Con respecto a las estrategias de aprendizaje que se evalúan en el instrumento aplicado para esta investigación (CMEA), se describen como conceptos las subescalas del apartado correspondientes a las estrategias de aprendizaje que son, repetición, elaboración, organización, pensamiento crítico, autorregulación metacognitiva, administración del tiempo y del ambiente, regulación del esfuerzo, aprendizaje con compañeros y búsqueda de ayuda.

Estas subescalas se agrupan en dos áreas, las estrategias metacognitivas y estrategias de manejo de recurso. Dentro de las estrategias metacognitivas se encuentran:

- a) Repetición.- se refiere a la estrategia que utilizan los alumnos para pensar o decir la información a aprenden en varias ocasiones hasta asimilar y recordar la información, por lo general es utilizada para preparación de exámenes o presentaciones. En complemento también los profesores al momento de impartir sus cátedras, aplican la repetición, sobre todo al mencionar y enfatizar en las ideas clave del tema que se esté abordando, esperando que la información se memorice a corto plazo y de manera paulatina la información se aloje en la memoria a largo plazo.
- b) Elaboración.- esta estrategia de aprendizaje se refiere a la capacidad del alumno de relacionar los nuevos aprendizajes con los previos, prácticamente se refiere al andamiaje que Vigotsky (2016) plantea dentro de su teoría del aprendizaje. Existen dos niveles de elaboración, el simple que se refiere a la asociación superficial de la información y el complejo, donde se realiza una relación más compleja de los conocimientos. Dentro de la educación superior, los profesores deben potencializar la elaboración compleja como estrategia de enseñanza, ya que esto permite tener alumnos más críticos y analíticos.
- c) Organización.- Se refiere a la capacidad del alumno para transformar la información de un formato a otro, lo que le permite al alum-

no entender a su manera los contenidos que se requiere aprender. La organización de la información se puede presentar de acuerdo a lo propuesto por Julio Pimienta en 2008 a manera de:

- I. Cuadro sinóptico
  - II. Diagrama radial
  - III. Diagrama de árbol
  - IV. Mapa semántico
  - V. Cuadro comparativo
  - VI. Matriz de clasificación
  - VII. Línea del tiempo
  - VIII. Mapas cognitivos (sol, telaraña, nubes, aspectos comunes, ciclos, secuencias, agua mala, tipo panal, comparaciones, categorías, escalones, cadena, arcoíris, cajas, calamar, algoritmo, tipo satélites)
  - IX. Mapa conceptual
  - X. Mapas mentales
- d) Pensamiento crítico.- se refiere a la capacidad de los alumnos para discriminar la información o contenidos vistos en clase o a partir de los documentos leídos, aplicando el razonamiento y tomando conciencia de lo que pudiera ser falso o verdadero, considerando las perspectivas de varios autores o sujetos que aborden las ideas.
- e) Autorregulación metacognitiva.- el aprendizaje que realizan los alumnos de manera autónoma debe contar con una organización específica para cumplir el objetivo planteado, al igual que considerar los factores como el esfuerzo que implica la actividad y los recursos cognitivos con los que cuenta el alumno para poderla re-

alizar. Esta estrategia de aprendizaje es indispensable cuando se estudia en línea o a distancia, debido a que el éxito, depende en un 90% del alumno.

*[...] describe un proceso de tres fases: la de planificación del aprendizaje, la de desempeño o control volitivo que se refiere al tiempo en que se realiza el aprendizaje, y la de reflexión que es la revisión y valoración de todo el proceso con la finalidad de realizar ajustes y adaptaciones para experiencias de aprendizaje futuras. Durante todo el proceso el estudiante reflexiona y controla su propio aprendizaje involucrándose en todo ello. (González, Veas, Fernández, Jover, Navarro, Priore, González y García, 2017, p. 851)*

Dentro de las estrategias de manejo de recursos son las siguientes:

- f) Administración del tiempo y del ambiente .- tomar la regularización del tiempo como estrategia de aprendizaje es muy importante, sobre todo a nivel de educación superior, ya que los alumnos tiene una cantidad mayor de actividades, que en algunos casos implica la atención a la familia y/o la realización de un trabajo, es por ello que se debe tomar en cuenta que cantidad de tiempo y en qué momento el alumno puede realizar sus tareas, sin tener que sacrificar las otras ocupaciones que también son importante para un desarrollo global adecuado.

Con respecto al ambiente es importante considerar que el entorno influye en la concentración que el alumno pueda o no tener para dedicarse al aprendizaje, cabe mencionar, que el entorno adecuado para el aprendizaje no siempre tiene las mismas características no siempre resultan efectivas para todos los estudiantes, algunos prefieren un ambiente tranquilo, y otros requieren de escuchar música

o ver una película, para poder concentrarse; estos dos aspectos, el temporal y el ambiente son cruciales para la educación en línea, antes de comprometerse al estudiar en este formato se deben analizar estos factores para tener el mejor de los éxitos.

- g) Regulación del esfuerzo.- el alumno observa su desempeño y la información que se le proporciona en clases, a partir de ello valora el tipo de lectura que debe realizar y si requiere de investigar más allá del o los texto (s) proporcionado (s) en clases, esto le permite tener satisfacción debido a que se encuentra conforme con lo aprendido, actúa con compromiso esforzándose por cumplir con los objetivos, ya sean de la asignatura o personales.
- h) Aprendizaje con compañeros.- es una estrategia que permite a los alumnos socializar el aprendizaje, retroalimentar, discutir o confirmar los conocimientos, los compañeros puede fungir como guías o ejemplos. Existen varios tipos de formas en las que se puede aprender con compañeros, entre ellas se identifican:
  - I. Mentorías
  - II. Grupos de estudio
  - III. Parejas rotatorias
  - IV. Estudio en pares
- i) Búsqueda de ayuda- se trata de solicitar apoyo de especialistas o bien consultar a sujetos que consideren pueden tener conocimiento del tema con el cual se esté teniendo problemas para entenderlo, en la actualidad podemos recurrir a:
  - I. Tutorías académicas
  - II. Consultas de material bibliográfico especializado
  - III. Recurrir a videos tutoriales

Para sustentar la importancia del desarrollo de los hábitos de estudio en universitarios se consultó la investigación realizada por Torres Narváez , Tolosa Guzmán, Urrea González y Monsalve Robayo (2009), refieren a la relación entre los hábitos de estudio y el fracaso académico, estos autores tomaron en cuenta para la evaluación la asignatura *Toma de decisiones IV* dentro del Programa de Fisioterapia en la Facultad de Rehabilitación y Desarrollo Humano de la Universidad de Rosario, los resultados se obtuvieron mediante la aplicación del Inventario de hábitos de Estudio, donde 33 % de los estudiantes consideran que el ambiente o entorno de aprendizaje no son satisfactorio, el 41% consideran que la planificación en el tiempo para dedicarlo al estudio no es el suficiente, el 61% de los estudiantes considera que los materiales son indispensables para el aprendizaje, y por último el 93% consideran que la revisión de aspectos teóricos llevados a la práctica es ejercicio valioso para la asimilación de los contenidos.

Torres Narváez , Tolosa Guzmán, Urrea González y Monsalve Robayo (2009) concluyen la investigación afirmando que la realización de actividades dentro del aula para desarrollar los hábitos de estudio, apoyan para la disminución de la reprobación y deserción de los estudiantes de educación universitaria, lo cual coincide con la propuesta que se plantea en el trabajo a desarrollar, con respecto a tomar las estrategias de aprendizaje que los alumnos ya poseen o están desarrollando como elemento inicial para el diseño estrategias didácticas de dentro de clase que apoyen a los hábitos de estudio, mejorando así las habilidades para la adquisición del aprendizaje.

Cárdenas Zúñiga, Jaén Azpilicueta y Palomino Arpi en 2018 mencionan que los hábitos de estudio en alumnos de primer año de universidad en Perú,

específicamente de la Universidad Nacional de San Agustín Arequipa, varían en función del sexo y área de estudio. El instrumento que utilizaron para su investigación fue el Inventario de Hábitos de Estudio de Pozar. La muestra correspondía a 393 alumnos de primer año, cuya edad promedio era de 18 años, de ellos el 49.4% fue del sexo masculino y el 50.6% fueron del sexo femenino. Los resultados arrojaron que el 25% de los estudiantes desarrollan un bajo nivel en sus hábitos de estudio. Los datos en función del sexo ubican a las mujeres con 6 puntos más que los hombres. Por último, las diferencias de hábitos de estudio tomando en cuenta las áreas de conocimiento, indican que los estudiantes de ciencias fácticas tienen mayor puntuación que los estudiantes de ciencias sociales, en lo que respecta a los hábitos de estudio que implican el manejo de materiales.

## **MÉTODO**

*Participantes.* Los sujetos que apoyaron para contestar el instrumento fueron un total de 112 alumnos: 76 de la Licenciatura de Psicología, 26 de Ingeniería en Computación y 10 de Ingeniería en Comunicaciones y Electrónica, todos de la Universidad Autónoma de Zacatecas. De los cuales 75 son del sexo femenino y 37 masculino, de cuyas edades oscilan de los 18 y 40 años. La selección de la muestra fue no probabilística intencional, cuyo criterio de inclusión fue ser alumno de nivel superior.

*Material e instrumentos.* El instrumento aplicado fue el Cuestionario de Motivación y Estrategias de Aprendizaje (CMEA). Dicho cuestionario es una traducción, adaptación y validación del instrumento Motivated Scale Learning Questionnaire (MSLQ) (Pintrich, Smith, García y McKeachie, 1991; 1993). Adaptación realizada por Ramírez Dorantes, Canto y Rodríguez, Bueno Álvarez y Echazarreta Moreno (2013) y consta de 81 reactivos, divididos en dos escalas, la de Motivación compuesta por 31

ítems y la de Estrategias de Aprendizaje conformada por 50 ítems, cabe mencionar que para este trabajo solo se tomó en cuenta los resultados arrojados por la segunda escala, la cual se distribuye sus ítems en 9 subescalas que son:

- Repetición con 4 ítems
- Elaboración con 6 ítems
- Organización con 4 ítems
- Pensamiento crítico con 5 ítems
- Autorregulación metacognitiva con 12 ítems
- Administración del tiempo y del ambiente con 8 ítems
- Regulación del esfuerzo con 4 ítems
- Aprendizaje con compañeros con 3 ítems
- Búsqueda de ayuda con 4 ítems.

Las respuestas están estructuradas en una escala Likert de 7 puntos en las que se señala el acuerdo o desacuerdo con las afirmaciones planteadas en cada uno de ellos, siendo el número 1 “nada cierto para mí” y 7 “totalmente cierto para mí”. En la tabla 1 se muestra la distribución de las escalas de Motivación y de Estrategias de Aprendizaje, así como las subescalas y el número de reactivo que pertenece a cada una de ellas.

**Tabla 1.** Distribución de subescalas, variables y número de reactivos de la escala de motivación y las estrategias de aprendizaje

Escala	Áreas	Subescalas	Reactivos	Total	
Escala de Motivación	Componentes de valor	Orientación a metas intrínsecas (OMI)	1, 16, 22, 24	31	
		Orientación a metas extrínsecas (OME)	7, 11, 13, 30		
	Valor de la tarea (VT)		4, 10, 17, 23, 26, 27		
	Componentes de expectativas	Creencias de control (CC)	2, 9, 18, 25		
		Autoeficacia para el aprendizaje (AEP/A)	5, 6, 12, 15, 20, 21, 29, 31		
Componentes afectivos	Ansiedad ante los exámenes (AE)		3, 8, 14, 19, 28		
Escala de aprendizaje	Estrategias metacognitivas	Repeticón (RF)	39, 46, 59, 72	50	
		Elaboración (ELA)	53, 62, 64, 67, 69, 81		
		Organización (ORG)	32, 42, 49, 63		
		Pensamiento crítico (PC)	30, 47, 51, 66, 71		
		Autoregulación metacognitiva (ARM)	33, 36, 41, 44, 54, 55, 56, 57, 61, 76, 78, 79		
	Estrategias de manejo de recursos	Administración del tiempo y del ambiente (ATA)			35, 43, 52, 65, 70, 73, 77, 80
		Regulación del esfuerzo (RF)			37, 48, 60, 74
		Aprendizaje con compañeros (AC)			34, 45, 50
		Búsqueda de ayuda (BA)			40, 50, 60, 75

Fuente: Ramírez Dorantes, M.C., Canto y Rodríguez, J.E., Bueno Álvarez, J.E. y Echazarreta Moreno, A. (2013). Validación Psicométrica del Motivated Strategies for Learning Questionnaire en Universitarios Mexicanos. *Electronic Journal of Reserch in Educational Psychology*, 11(1), 193-214.

## PROCEDIMIENTO

La participación de alumnos de la Universidad Autónoma de Zacatecas fue de forma voluntaria. Al contar con el apoyo, se programaba un lugar, fecha y horario específicos y se les entregaba el cuestionario. El tiempo promedio de aplicación fue de 30 minutos para contestar el instrumento, tomando en cuenta las instrucciones iniciales.

## ANÁLISIS DE DATOS

Se llevaron a cabo análisis descriptivos y Análisis de Varianza.

## Resultados

Durante el análisis de los resultados obtenidos en la Escala de Aprendizaje, se identificó que la puntuación máxima corresponde a la subescala de *Organización* (5.95), seguida de *Búsqueda de ayuda* (5.64), *Repetición* (5.13), *Autorregulación metacognitiva* (5.09), *Administración del tiempo y del ambiente* (4.95), *Elaboración* (4.86), *Pensamiento crítico* (4.76), *Regulación del esfuerzo* (4.70), y, *Finalmente, aprendizaje con compañeros* (4.32). Por tanto, se identifica que la estrategia de aprendizaje más empleada es la realización de mapas, esquemas, diagramas, tablas, búsqueda de ideas principales en las lecturas y la toma de notas durante o al terminar las clases. En contraparte, los alumnos reportan que no suelen reunirse con sus compañeros para alimentar, complementar o reforzar los contenidos abordados en clases (ver tabla 2).

**Tabla 2.** Puntajes medios y desviación estándar en las subescalas de la Escala de Aprendizaje

Escala	Áreas	Sobescalas	Media	Desviación estándar
Escala de aprendizaje	Estrategias metacognitivas	Repetición (RE)	5.13	1.124
		Elaboración (ELA)	4.86	1.110
		Organización (ORG)	5.95	1.337
		Pensamiento crítico (PC)	4.76	1.070
		Autorregulación metacognitiva (ARM)	5.09	.747
	Estrategias de manejo de recursos	Administración del tiempo y del ambiente (ATA)	4.95	.707
		Regulación del esfuerzo (RE)	4.70	.786
		Aprendizaje con compañeros (AC)	4.32	1.268
		Búsqueda de ayuda (BA)	5.64	.811
		Promedio global de estrategias de Aprendizaje	5.04	.600

Fuente: Elaboración propia, 2021

Los puntajes medios de las subescalas de Estrategias de aprendizaje en relación con la licenciatura, se observa que los alumnos de Ingeniería obtienen puntajes medios mayores en la estrategia de administración del

tiempo y del ambiente (5.09) y en regulación del esfuerzo (4.83). Por su parte, los alumnos de Psicología muestran puntajes medios mayores en la estrategia de repetición (5.29), elaboración (4.92), organización (5.96), pensamiento crítico (4.77), aprendizaje con compañeros (4.36) y búsqueda de ayuda (5.71). Al llevar a cabo el análisis de varianza, se observa una diferencia estadísticamente significativa en la estrategia de aprendizaje de repetición, ésta a favor de la licenciatura de Psicología (ver tabla 3 y 4).

**Tabla 3.** Medias y desviación estándar por la licenciatura y subescalas de Estrategias de aprendizaje

Subescalas	Licenciatura	Media	Desviación estándar
Repetición (RE)	Psicología	5.2993	1.01079
	Ingeniería	4.7770	1.27724
Elaboración (ELA)	Psicología	4.9211	1.07030
	Ingeniería	4.7315	1.19674
Organización (ORG)	Psicología	5.9638	1.27848
	Ingeniería	5.9444	1.47371
Pensamiento crítico (PC)	Psicología	4.7711	1.02270
	Ingeniería	4.7556	1.17897
Autorregulación metacognitiva (ARM)	Psicología	5.1250	.69275
	Ingeniería	5.0301	.85870
Administración del tiempo y del ambiente (ATA)	Psicología	4.8882	.66004
	Ingeniería	5.0903	.79091
Regulación del esfuerzo (RE)	Psicología	4.6382	.76528
	Ingeniería	4.8333	.82592
Aprendizaje con compañeros (AC)	Psicología	4.3640	1.31676
	Ingeniería	4.2315	1.17330
Búsqueda de ayuda (BA)	Psicología	5.7138	.71729
	Ingeniería	5.5139	.98006
Promedio global de estrategias de aprendizaje	Psicología	5.0708	.59823
	Ingeniería	5.0044	.83624

Fuente: Elaboración propia, 2021

**Tabla 4.** Grados de libertad, media cuadrática, F y nivel de significancia según las subescalas de Estrategias de aprendizaje y la licenciatura

Subescala	Gf	Media cuadrática	F	Sig.
Repetición (RE)	1	6.645	5.466	.021*
Elaboración (ELA)	1	.070	.710	.401
Organización (ORG)	1	.009	.005	.943
Pensamiento crítico (PC)	1	.006	.005	.943
Autoregulación metacognitiva (ARM)	1	.220	.392	.533
Administración del tiempo y del ambiente (ATA)	1	.998	2.012	.159
Regulación del esfuerzo (RE)	1	.931	1.510	.222
Aprendizaje con compañeros (AC)	1	.429	.265	.608
Búsqueda de ayuda (BA)	1	.976	1.488	.225
Promedio global de estrategias de aprendizaje	1	.108	.230	.632

Fuente: Elaboración propia, 2021

*Nota:* Se señalan con un asterisco (\*) las puntuaciones estadísticamente significativas ( $p < 0.05$ ).

## CONCLUSIONES

En primer lugar, es necesario aclarar que los hábitos de estudio para la propuesta de intervención en el aula, serán los desarrollados por Díaz Vega (2011). Tomando en cuenta los resultados encontrados en esta investigación sobre las estrategias de aprendizaje, se puede hacer una propuesta a los profesores para la formación de hábitos de estudio en los alumnos de nivel superior durante el desarrollo de las clases. Sobre la estrategia de Organización de la información, la cual es un elemento indispensable para el procesamiento de esta, en el cual se desarrolla la capacidad de reflexionar sobre los contenidos académicos, se recomienda como herramienta didáctica el uso de la tecnología, un ejemplo sencillo y al que la mayoría tienen acceso, es la consultar de información en Google académico, donde podrán analizar e identificar información pertinente para apoyar los contenidos abordados en clases.

El hábito de estudio en este caso propicia que la toma de apuntes sea más reflexiva. Por otro lado, si la consulta de la información se logra realizar en un centro de cómputo en un cubículo de la biblioteca, se logra también apoyar a los alumnos con respecto al hábito de eliminar distractores durante el estudio.

Con respecto a la estrategia de Repetición en los alumnos, puede ser desarrollada con la ayuda de los profesores mediante el fortalecimiento de las áreas de memoria a corto y largo plazo, realizando ejercicios de reafirmación de la información. Si se toma en cuenta la estrategia de aprendizaje para trabajar con compañeros o de manera individual esto en forma opcional, favorecerá el hábito de la motivación para el estudio, ya que los alumnos podrán repetir los contenidos a otros o, a ellos mismos, según se sientan más cómodos.

Una de las estrategias de aprendizaje que debe estar presente en los alumnos de nivel educativo superior, es la de Pensamiento crítico, que dota a los estudiantes de elementos que les permiten, de manera autónoma, organizar, valorar, analizar e interpretar la información que han obtenido a partir de lectura, diálogos o videos sobre un tema específico; esto abre la posibilidad de reflexionar sobre la información y aportar ideas originales recuperando los aprendizajes previos. En este caso, los hábitos de estudio que se involucran son el desarrollo de la optimización de la lectura y la distribución de tiempo, donde los profesores pueden designar momentos determinados dentro de clases para la lectura, compartir ideas, debatir, etc. Un hábito de estudio en el que los alumnos deben identificar cómo se preparan para un examen o una evaluación, se relaciona con la estrategia de aprendizaje denominada Búsqueda de ayuda, ya que se puede abordar motivando y guiando a los alumnos para acercarse a las tutorías académi-

cas, las mentorías, la consulta a investigadores externos, el trabajo en pares etc., esto les permitirá de manera hacer consultas regulares para entender mejor o reafirmar los contenidos, evitando problemas en el momento de la evaluación.

Los resultados de Cárdenas Zúñiga, Jaén Azpilicueta y Palomino Arpi (2018) respecto a la diferencia que existe en las áreas de conocimiento de ciencias sociales y ciencias fácticas en los hábitos relacionados al uso de materiales, al igual que lo propuesto por Hernández y Vargas (2012) donde los estudiantes de las áreas de ciencias sociales obtienen mayor puntaje que los estudiantes de ciencias fácticas en los hábitos relacionados con la comprensión lectora, memorización y toma de apuntes.

Tomando en cuenta estas investigaciones previas y os datos obtenidos en esta investigación, el desarrollar hábitos de estudio en los alumnos de nivel superior, y reactivar las estrategias de aprendizaje con las que contaban antes de la educación a distancia, implican que los profesores de cada área deben tener en cuenta que, a pesar de cursar el mismo nivel educativo, las áreas de estudio, por su misma naturaleza, unas habilidades están más presentes que otras, por ejemplo: en las licenciaturas de ciencias sociales y humanidades la repetición y la elaboración se desarrollan más en los alumnos, ya que los profesores, por lo general la utilizan como estrategias de enseñanza; Con referencias a las ingenierías, las administración del tiempo, del ambiente y del esfuerzo tienen mayor presencia, debido a que las asignaturas son más prácticas.

## REFERENCIAS

- Aguilar Rivera, M.C. (2010). Estilos y estrategias de aprendizaje en jóvenes ingresantes a la universidad. *Revist de Psicología*, 28(2), 207-226.
- Cárdenas Zúñiga, M.C., Jaén Azpilicueta, O. C., y Palomino Arpi, F. J. (2018). Hábitos de estudio en estudiantes de primer año de una universidad peruana estatal. *Summa Psicológica UST*, 15( 1) pp. 71 – 79.
- Díaz Barriga Arceo, F. y Hernández Rojas, G. (1998). *Estrategias docentes para un aprendizaje significativo. Una Interpretación constructivista*. México. McGrawHill
- Díaz Vega, J. L. (2011). *Aprende a estudiar con éxito*. México. Trillas.
- Giry, M. (2010). *Aprende a razonar, aprende a pensar*. México. Siglo XXI Editores.
- González Gómez, C., Veas Iniesta, A., Fernández Carrasco, F., Jover Mira, I., Navarro Sorai, I. Priore, A. A. González Armario, M. M., García Muñoz, D. (2018). Los procesos cognitivos de autorregulación clave para la mejora de la calidad en los diferentes aprendizajes en el ámbito universitario: la atención ejecutiva. Una experiencia en el aula. En Roig-Vila, R. (Cord.) *Memorias del Programa de Redes-I3CE de calidad, innovación e investigación en docencia universitaria. Convocatoria 2017-18*. (pp. 847.- 864) España. Universidad de Alicante
- Hernández, C., Rodríguez, N. y Vargas, A. (2012). Los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje de los alumnos en tres carreras de ingeniería en un tecnológico federal de la ciudad de México. *Revista de la educación superior*, 41(163), 67-87. Recuperado de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S018527602012000300003&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S018527602012000300003&lng=es&tlng=es).
- Pimienta Prieto, J. H. (2008). *Constructivismo: Estrategias para aprender a aprender*. México. Pearson Educación.
- Pintrich, P. R. (2000). The role of goal orientation in self-regulated learning. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich y M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (p. 451–502). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50043-3>

- Pintrich, P. R., Smith, D. A. F., Garcia, T. y McKeachie, W. J. (1993). Reliability and predictive validity of the Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ). *Educational and Psychological Measurement*, 53, 801–813.
- Pintrich, P. R., Smith, D. A., García, T. y McKeachie, W. J. (1991). *A manual for the use of the Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ)*. Ann Arbor, MI: NCRIPAL - The University of Michigan.
- Pintrich, P. y García, T. (1993). Intraindividual differences in student's motivation and selfregulated learning. *Gennan Journal of educational psychology*, 7(3), 99-107.
- Torrano Montalvo, F., & González Torres, M. (2004). El aprendizaje autorregulado: presente y futuro de la investigación. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 2 (1), pp.1-33.
- Torres Narváez, M. R., Tolosa Guzmán, I. Urrea González, M. C., Monsalve Robayo, A. M. (2009) hábitos de estudio vs. Fracaso académico. *Revista Educación*, 33 ( 2) pp. 15-24

**Envió dictamen:** 9 febrero 2022

**Reenvió:** 31 de marzo 2022

**Aprobación:** 18 abril 2022

**Andrea Patricia Náñez Juárez** Doctora en Estudios Novohispanos por la Universidad Autónoma de Zacatecas, obtuvo la Maestría en Filosofía e Historia de las Ideas por la Universidad Autónoma de Zacatecas, Master en Educación y Docencia por la UTEL, Licencia en Psicopedagogía por la Universidad de Tolosa Zacatecas. Docente de la Licenciatura en Psicología y de la Maestría en Psicología Infantil de la Unidad Académica de Psicología de la Universidad Autónoma de Zacatecas; Coordinadora de la Licenciatura de Psicología de la UAZ en el Campus Jerez (2008-2025). Actualmente en perfil PRODEP, pertenece al grupo de investigación Psicología, educación y sociedad. y miembro de la Mesa Educativa de la Cátedra de Psicología “Julieta Heres Pulido” del CUMex.

**Correo electrónico:** andreananez@uaz.edu.mx

**María Teresa Dávalos Romo** Doctora en Psicología por la Universidad Autónoma de Madrid, obtuvo la Maestría en Psicología por la misma institución y la Licenciatura en Psicología en la Universidad Autónoma de Aguascalientes. Se desempeña como Docente Investigador de tiempo completo en la Unidad Académica de Psicología de la Universidad Autónoma de Zacatecas, extensión Jalpa. Actualmente es Perfil PRODEP, líder del Cuerpo Académico Consolidado: Psicología y Contexto Educativo (UAZ-CA-213); miembro del Sistema Nacional de Investigadores del Conacyt, nivel 1; y miembro de la Mesa Educativa de la Cátedra de Psicología “Julieta Heres Pulido” del CUMex.

**Correo electrónico:** teresa.davalos@uaz.edu.mx

**Miguel Omar Muñoz Domínguez.** Doctor en Ciencia Política, Maestro en Población y Desarrollo, Especialista en Tecnologías Informáticas Aplicadas a la Educación y Licenciado en Psicología por la Universidad Autónoma de Zacatecas. Actualmente es profesor investigador de dicha institución

en la Unidad Académica de Psicología en el programa de Licenciatura en Psicología y de la Unidad Académica de Docencia Superior en el programa de Maestría en Tecnología Informática Educativa. Se ha desempeñado en cargos administrativos como responsable del Centro de Información Institucional de la Coordinación de Informática y Telecomunicaciones de la UAZ (2008-2012) y actualmente como Responsable de Programa de la Licenciatura en Psicología (2021-2025). Posee el nombramiento de Perfil Deseable por parte de PRODEP, y es miembro del SNI (Candidato a Investigador Nacional). Su campo de investigación ha sido en Estudios sociales de ciencia y tecnología, universidad, y desarrollo.

**Correo electrónico:** [omunoz@uaz.edu.mx](mailto:omunoz@uaz.edu.mx)

**Claudia Adriana Clavillo Ríos.** Doctora en Psicología con acentuación en personalidad diagnóstico y psicoterapia por la Universidad Autónoma España de Durango. Maestría en Educación en el área de docencia e Investigación. Licenciatura en psicología por la Universidad Autónoma de Zacatecas.

Docente Investigador, titular “C” de tiempo completo de la Universidad Autónoma de Zacatecas. Adscrita a la Unidad Académica e Psicología. Cuenta con Perfil deseable en el PRODEP. Integrante de la Mesa de Psicología de la Salud “Julieta Heres Pulido” del CUMéx. Certificación de Competencia Laboral en el Estándar de Competencia CONOCER.

**Correo electrónico:** [claudiacalvillo@uaz.edu.mx](mailto:claudiacalvillo@uaz.edu.mx)