

Hábitos de estudios en los estudiantes de secundaria de las instituciones educativas del municipio de Valledupar.

Cuesta Soracá Juliana Del Carmen – Yépez Guzmán Karen Yerania

Facultad de ciencias políticas y sociales, Universidad Popular del Cesar

102932: Psicología

Trabajo de grado presentado como requisito para obtener el título de psicólogas

Baleta Palomino Aixa Enic

Director(a) de Monografía

2023



TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN.....	3
Contextualización del tema	3
Problema de investigación.....	4
Pregunta de investigación.....	9
Objetivo.....	9
Justificación.....	10
Limitaciones y alcances.....	12
DESARROLLO TEMÁTICO.....	13
Antecedentes	13
METODOLOGÍA	25
DISCUSIÓN.....	26
CONCLUSIÓN.....	28
REFERENCIAS	30

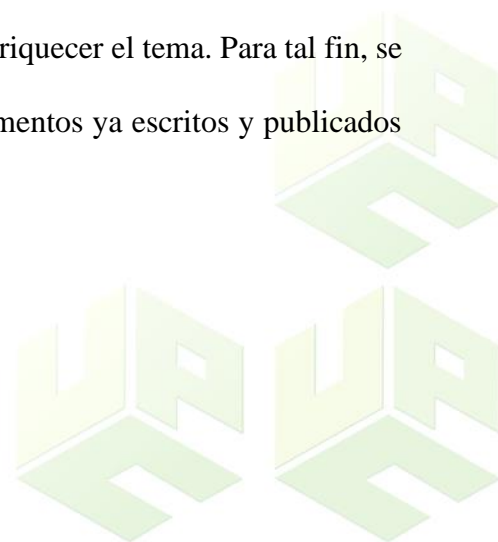


INTRODUCCIÓN

Contextualización del tema

El hecho de estar estudiando en cualquiera de los niveles académicos (básica primaria, secundaria, profesional, técnico y demás) trae consigo una responsabilidad y un orden que necesita de métodos, técnicas y una serie de rutinas para culminar con éxito el proceso educativo del estudiante; de aquí radica la importancia de tener unos buenos hábitos de estudios establecidos. Los hábitos de estudio es un fenómeno que ha sido estudiado en diferentes contextos, a nivel internacional y nacional, sin embargo, a nivel local o regional son pocas las indagaciones que se han llevado a cabo.

En Colombia, la educación es un derecho que actualmente se ve regulado en las normas establecidas en la ley 115 del 94. Mediante esta regulación, el estudiante se vuelve protagonista del proceso de enseñanza-aprendizaje y todas las actividades de evaluación se realizan teniendo en cuenta al estudiante como centro, es decir que, el docente prioriza las capacidades, destrezas y conocimientos requeridos por el estudiante antes que los intereses pedagógicos, he ahí la importancia de la implementación de unos buenos hábitos de estudios. Los hábitos de estudios son un proceso de aprendizaje que permite al estudiante implementar estrategias para captar mejor la información recibida de su entorno educativo. Esta investigación se centra principalmente en conocer cómo son los hábitos de estudio de los estudiantes de secundaria del municipio de Valledupar, con el fin de aportar información que contribuya a enriquecer el tema. Para tal fin, se pretende hacer una revisión y recopilación bibliográfica de documentos ya escritos y publicados anteriormente.



Problema de investigación

Los hábitos de estudio permiten que los estudiantes puedan crear rutinas y acciones que se van ejecutando y llevando a cabo diariamente, ya que a través de estos pueden ir generando espacios de aprendizaje, aún más, si se siguen manteniendo con frecuencia los horarios en que se realiza el estudio. La duración de estas permitirá obtener resultados óptimos en la academia, dado que genera el buen desarrollo y adquisición del hábito de forma permanente. Por lo tanto, es fundamental que, en las instituciones educativas, los docentes creen espacios para fomentar y promover los hábitos de estudio, dando a conocer la importancia de la temática en mención para lograr las metas académicas.

Respecto a lo anterior, Capuno et al., (2019), llevó a cabo un estudio acerca de las actitudes, hábitos de estudio y rendimiento académico de estudiantes de secundaria en matemáticas, los encuestados fueron los 177 estudiantes de noveno grado, a los cuales se les solicitó que respondieran un cuestionario de encuesta estandarizado para evaluar sus actitudes y hábitos de estudio. Por lo tanto, la investigación reveló que los encuestados tenían actitudes positivas hacia las matemáticas en términos de su valor, mientras que tenían una actitud neutral en lo que respecta a la confianza en sí mismos, el disfrute y la motivación por las matemáticas, además, que las actitudes de los estudiantes y sus hábitos de estudio son factores significativos que inciden en su desempeño en matemáticas.

Asimismo, García y Subia (2019), ejecutaron una investigación acerca de la motivación, hábitos de estudio, autodisciplina y rendimiento académico de atletas de secundaria, la muestra fue de 83 atletas. Se obtuvo como resultado en cuanto a los hábitos de estudio que los atletas dieron su mejor esfuerzo en los exámenes y pruebas, participando en las actividades y discusiones de clase y en la presentación de todos los requisitos académicos que han faltado

justo después de la competencia. No obstante, ellos necesitan mejorar en completar las tareas a tiempo y en trabajar de forma independiente en las tareas y otros proyectos escolares.

Por otra parte, Escajadillo (2019), realizó una investigación acerca del estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto año de secundaria de la Institución educativa 2095 Herman Busse de la Guerra, con una muestra de 235 adolescente entre los 14 a 16 años de edad, a los cuales se les aplicó el Inventario CASM-85 y se determinó que la relación entre las variables estrés académico y hábitos de estudio existe, ya que se encontró una asociación estadística significativa.

También, Criollo (2022), realizó una investigación sobre la motivación y hábitos de estudio en estudiantes de quinto grado de secundaria de una Institución Educativa de Tacna, la cual estuvo conformada por 114 estudiantes y a quienes se les aplicó la Escala de Motivación (EMA) y el Inventario de Hábitos de Estudio (CASM-85). Teniendo en cuenta lo anterior, los resultados mostraron que la motivación y los hábitos de estudio se encuentran relacionadas significativamente, en la que se observa que en cuanto a los hábitos de estudio el 11% de los estudiantes alcanzaron un nivel muy positivo en la aplicación de hábitos de estudio, un 46% en nivel positivo, un 27% en tendencia positiva, un 10% en tendencia negativa, un 4% en nivel negativo y un 1% en nivel muy negativo.

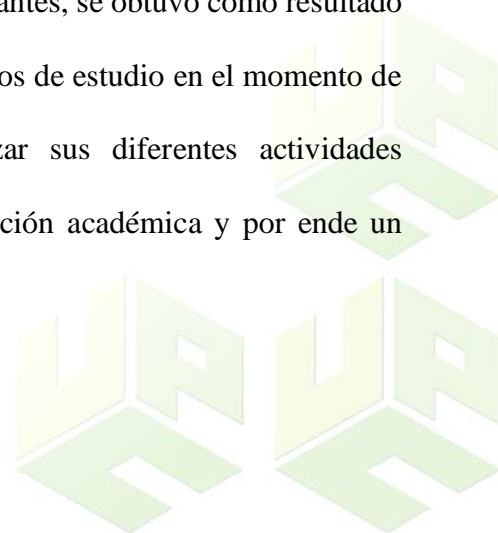
De igual manera, Ortega (2022) realizó un estudio en Lima- Perú con respecto a los hábitos de estudio en estudiantes de educación secundaria de la Institución Educativa Privada Dios es Amor, con una muestra de 191 alumnos a los cuales se les aplicó un cuestionario sobre hábitos de estudio que contiene dimensiones de formas de estudiar, desarrollo de las tareas, actitud frente a los exámenes, formas de escuchar la clase y acompañamiento al momento de estudiar. Dentro de los resultados se evidencia resultados similares, es decir, el nivel que

predomina es el nivel medio; excepto, en la dimensión Acompañamiento en el momento de estudiar donde el nivel predominante es el nivel alto.

En lo concerniente al ámbito nacional, Villamizar et al., (2019) en su estudio tuvo como objetivo determinar los principales hábitos de estudio en alumnos de educación media de dos instituciones educativas públicas, por medio de la aplicación del Inventario de Hábitos de Estudio de CASM 85 en una muestra de 146 participantes entre los 12 y 18 años del municipio de Floridablanca. Los resultados generales indicaron que los estudiantes se encuentran en un nivel promedio, es decir, el 38% están en tendencia positivo, por lo que, los estudiantes poseen hábitos y técnicas de estudio y el 34% con tendencia negativo, es decir, tienen un mal manejo de estos.

Por su parte, Prada et al., (2020), realizaron un estudio sobre hábitos de estudio y ambiente escolar: determinantes del rendimiento académico en estudiantes de básica secundaria. Por lo cual, se consolidó un grupo de 86 informantes quienes diligenciaron el cuestionario de hábitos y técnicas de estudio – CHTE, los resultados evidenciaron que los alumnos no relacionan los elementos aprendidos con otros contextos cotidianos, de este modo, si se mejoran los hábitos de estudio, se puede incrementar el nivel de logro del aprendizaje significativo en los estudiantes.

De igual forma, De La Hoz (2021), indagó sobre hábitos de estudio como herramienta para el mejoramiento del rendimiento académico de los estudiantes de grado 6 de la Institución Educativa Distrital la Unión, utilizando una muestra de 18 participantes, se obtuvo como resultado que en su gran mayoría los estudiantes hacen uso de algunos hábitos de estudio en el momento de estudiar y demuestran emplear una planificación para realizar sus diferentes actividades académicas, pudiendo así de esta manera lograr una autorregulación académica y por ende un aprendizaje autorregulado.



Respecto al tema, Fontecha et al., (2022) en su investigación sobre los Hábitos de estudio en los estudiantes de sexto y séptimo grado de una institución educativa de Floridablanca. A partir de los resultados se puede concluir que los estudiantes no tienen buenos hábitos de estudios, no cumplen con una buena organización de sus horarios no tienen buen hábito de lectura, y tampoco se esfuerzan por realizar técnicas de estudio además de esto presentan actitudes negativas hacia las clases mostrando desinterés y poca motivación estas son unas de las razones por la cuales los estudiantes tienen un bajo rendimiento.

No obstante, Castro (2022) en su estudio de hábitos de estudio en estudiantes universitarios de Palmira, realizado a 8 estudiantes activos en el programa de odontología. Tuvo como resultado que estos presentan “técnicas para leer inadecuadas”, pero son conscientes de las fallas que presentan. Tienen malos “hábitos de concentración”, principalmente por falta de un espacio de aprendizaje adecuado, y tiempo que demoran en empezar a estudiar. Presentan mala “distribución del tiempo y relaciones sociales”, se dejan alcanzar en el tiempo, principalmente por las redes sociales y tiempo de entretenimiento, teniendo posteriormente que priorizar lo que es más importante para estudiar. Los estudiantes tienen “hábitos y actitudes generales de trabajo” moderados, principalmente en relación al desarrollo de los exámenes. siendo malos hábitos en relación a repasar temas aprendidos.

Finalmente, Tamayo (2017), analizó los estilos de aprendizaje e identificó las técnicas y hábitos de estudio y las estrategias de aprendizaje, en edades comprendidas entre los 12 a 17 años a una población de 31 participantes, mediante la aplicación del cuestionario el cuestionario de técnicas y hábitos de estudio de González y Fernández. Los resultados indicaron que el 87% de los participantes evidencian aspectos negativos que inciden en el

estudio, asimismo, se evidencia buena disposición e interés, finalmente, se logra evidenciar una correlación entre las técnicas y hábitos de estudio y la estrategia de apoyo.

Del mismo modo, Vega (2021) en su investigación para el fortalecimiento de la motivación y los hábitos de estudio en estudiantes con bajo rendimiento académico de básica secundaria y media de la Institución Educativa Casimiro Raúl Maestre De Valledupar. Evidencio en sus resultados la necesidad de tener en cuenta varios aspectos en cuanto a los hábitos de estudios como brindar estrategias para la organización y planificación del tiempo de manera tanto manual como por medio de herramientas digitales tales como aplicaciones o plataformas para esto, por parte que los métodos de estudio contemplen el contenido del tema, haciendo hincapié en la variedad de técnicas que existen y en la incorporación y adaptación de una rutina en los estudiantes.

Igualmente, Bello (2019) en su estudio realizado en Valledupar- Cesar sobre e hábitos y técnicas de estudio en estudiantes de psicología y facultad de ingeniería de la fundación universitaria del área andina, con 120 estudiantes del programa de psicología. Tuvieron como resultado que los estudiantes del programa de psicología y la facultad de ingeniería utilizan diversas técnicas y hábitos de estudio, por ende, el 19% de estos presentan hábitos normales, el 69% hábitos muy buenos y solo el 12% hábitos de estudio excelentes. Igualmente, se realizó una comparación de los hábitos y técnicas de estudio entre los estudiantes del programa de psicología y a facultad de ingeniería.

El abordaje realizado, deja ver que es indudable la importancia de fomentar y promover los hábitos de estudio en las instituciones educativas en la ciudad de Valledupar, dado que se han evidenciado escasas investigaciones realizadas sobre esta temática. Por otra parte, mediante los resultados que se obtengan en la presente investigación, se buscará incentivar a los estudiantes a

poner en práctica los hábitos de estudio, debido a que estos ayudan a que descubran de qué manera pueden aprender mejor y potenciar sus diferentes habilidades, teniendo en cuenta que, esto les facilitará poder identificar cómo estudiar, donde es oportuno hacerlo, que tiempo se debe emplear y que estrategias son relevantes para generar hábitos que contribuyan con su desempeño académico.

Pregunta de investigación

¿Cuáles son los hábitos de estudios en los estudiantes de secundaria de las instituciones educativas del municipio de Valledupar?

Objetivo

Identificar los hábitos de estudios en los estudiantes de secundaria de las instituciones educativas del municipio de Valledupar.



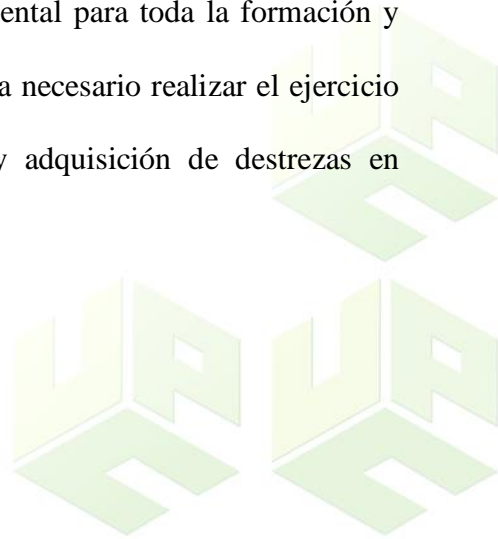
Justificación

Mediante el actual trabajo de investigación, se trata un tópico de interés que ha sido abordado a nivel mundial, tales como lo son los hábitos de estudio. Sobre este tema, se puede decir que se conocen como aquellos comportamientos que se presentan de manera mecánica en diferentes situaciones específicas; y, que, terminan siendo de gran utilidad en los estudiantes para un desempeño académico óptimo.

De acuerdo a lo anterior, surge la motivación por realizar esta investigación con la variable mencionada, debido a que se ha generado un interés significativo dentro del ámbito científico, constituyéndose de tal forma como un tema potencial de estudio durante los últimos años debido al valor adquirido en el área pedagógica y en el campo de la psicología educativa.

Por esta razón, mediante el presente estudio, se busca ahondar de manera teórica, metodológica y científica en la temática, enfocándose específicamente en la descripción de las principales características y propiedades específicas de los hábitos de estudio. Esto a su vez, se constituye como novedad en esta investigación debido a que, en Valledupar, son muy pocos los registros académicos de trabajos que aborden este concepto, lo cual, generará un valioso aporte para la comunidad académica y actores educativos de la ciudad.

Por otra parte, partiendo del proceso de aprendizaje integral que se genera de forma activa en psicología, donde la investigación es una herramienta fundamental para toda la formación y además primordial en el campo aplicativo de la profesión, se torna necesario realizar el ejercicio práctico de búsqueda de información, análisis, interpretación y adquisición de destrezas en redacción y desarrollo de un pensamiento crítico.

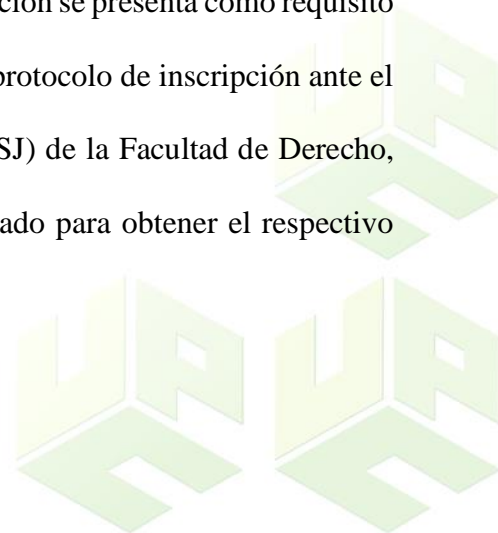


Por lo tanto, a nivel personal, al realizar esta investigación revisando algunas de las teorías, modelos o temas más relevantes de la psicología educativa, específicamente en hábitos de estudio, se favorece nuestro proceso de aprendizaje en lo que tiene que ver con habilidades de búsqueda de información, lectura y escritura científica, así como la capacidad de relacionar e integrar conceptos, teorías, técnicas y aspectos metodológicos.

Así pues, esta investigación es útil e importante a nivel social por focalizarse en una población con demandas, problemáticas y necesidades específicas, las cuales requieren ser abordadas mediante la indagación científica, en pro de ofrecer posibilidades y alternativas reales para la superación de las dificultades y el mejor aprovechamiento de la formación pedagógica, lo cual genera un beneficio para las instituciones educativas.

Por ende, también, son beneficiadas las personas cuyas necesidades sean similares a las que se están abordando en este proyecto y que tengan interés por adoptar las estrategias y herramientas necesarias para un mejor desarrollo en su contexto académico. Igualmente, se pretende que esta investigación alcance una trascendencia que esté basada en lograr un impacto positivo en la sociedad, donde los estudiantes en general adopten las herramientas y técnicas necesarias en su vida diaria y en su proceso formativo, logrando así, mejores resultados en el ámbito académico.

Por último, cabe mencionar que, este proyecto de investigación se presenta como requisito para optar por el título de psicóloga, basada en el artículo 10 del protocolo de inscripción ante el Centro de Documentación e Investigación Socio Jurídica (CEDISJ) de la Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales, el cual enuncia las opciones de grado para obtener el respectivo grado y en esta ocasión se ha optado por la Monografía.



Limitaciones y alcances

En lo relacionado a lo teórico, es importante destacar el acercamiento a los postulados y modelos que sustentan los instrumentos de medición y las categorías o dimensiones de la variable de estudio, pues esta es el pilar del acercamiento investigativo. Añadiendo que, con este trabajo se enriquecen las teorías a partir de resultados empíricamente obtenidos, así como se engrosa el espectro investigativo local en cuanto a lo psicológico. Mencionando que, a nivel regional-local, son pocos los estudios realizados sobre este tema.

De igual forma, este estudio también es viable en el sentido práctico del término, ya que identifica con base a estrategias evaluativas necesidades o dificultades propias de un contexto, e indaga y propone alternativas para producir un impacto fáctico y directo en la población estudiada.

Por último, respecto a la línea de investigación con la que se lleva a cabo este trabajo es la psicología educativa, puesto que, este proceso se origina desde una problemática identificada como lo son los hábitos de estudio ajustados a la sublínea de rendimiento. De igual manera, el contexto donde se desenvuelve este estudio es la ciudad de Valledupar y la población beneficiaria son los estudiantes las instituciones educativas.

También, es pertinente mencionar que, este trabajo es producto de una revisión bibliográfica, pues busca recopilar y anotar información importante que lleva por objetivo principal conocer los hábitos de estudio utilizado por los estudiantes de secundario en las instituciones educativas. Éste cuenta con una introducción, donde se pretende atraer y poner en contexto al lector; un desarrollo teórico, donde se detalla la información encontrada; la metodología, la cual proporciona el cómo se hizo; una discusión, en la que se comparan los hallazgos de las investigaciones recopiladas; unas conclusiones, donde se dan por escrito las

deducciones hechas y, por último, las referencias bibliográficas que sustentan cada una de las bases utilizadas en la investigación.

DESARROLLO TEMÁTICO

Antecedentes

Con la finalidad de desarrollar una búsqueda que contribuya con el conocimiento de diferentes hallazgos investigativos sobre hábitos de estudio, se revisan diversos antecedentes de investigación desde los contextos internacional, nacional, regional y/o local; los cuales, ayudan a dimensionar la problemática y a tener claridad sobre cómo ha sido abordada desde diferentes perspectivas.

Inicialmente, a nivel internacional, (Cardich, 2019), realizo una tesis como opción de grado de doctorado titulada “Hábitos de estudio y nivel de autoeficacia en el rendimiento escolar en estudiantes del nivel secundaria pertenecientes al Programa de Bachillerato Internacional”, la cual tiene como objetivo principal determinar la medida en que el Programa del Diploma del Bachillerato Internacional, modifica los hábitos de estudio y el nivel de autoeficacia en el rendimiento escolar de los estudiantes de los últimos años del nivel secundaria. En cuanto a la metodología es de tipo cuantitativo, dado que, que el problema planteado se aborda a través de la observación sistemática y el control de variables.

En cuanto , al tiempo estipulado del programa tuvo una durabilidad de 3 años, con una muestra poblacional de 73 estudiantes de un colegio particular de Lima; como resultados en relación con la Hipótesis General del trabajo destacan cambios paulatinos en el tiempo cuando se examinan las puntuaciones globales en relación a los hábitos de estudio de los participantes, los hallazgos estarían indicando que los estudiantes de manera general logran mejorar sus hábitos de

estudio después de haber participado en el programa, pero dichos cambios no son apreciados de manera inmediata. Mientras tanto, las puntuaciones obtenidas para la variable autoeficacia mostraron una disminución durante el desarrollo del programa (probablemente cuando los estudiantes tuvieron que hacer frente a las demandas académicas propias del sistema).

Asimismo, Tus (2020), realizó en Bulacán, Filipinas una investigación titulada “Influencia de las actitudes y los hábitos de estudio en estudiantes”. El objetivo principal fue determinar las actitudes de estudio y los hábitos de estudio de los estudiantes, los encuestados fueron estudiantes de secundaria de una escuela católica, un total de 130 sujetos de secundaria participaron en este estudio, asimismo, cabe mencionar que se utilizó una metodología cuantitativa con el diseño correlacional-descriptivo para describir el perfil de los encuestados en términos de sus actitudes de estudio y hábitos de estudio.

Se empleó la encuesta de hábitos de estudio y actitudes (SSHA-Formulario H) desarrollado por Holtzman y Brown, como instrumento principal que determinó las actitudes del estudio de los encuestados y hábitos de estudio. Los resultados estuvieron relacionados con los hábitos de estudio, donde el 4.24 – 3.55 interpretado como una muy calificación satisfactoria indicó que los encuestados creen que la tarea asignada es muy larga o inusualmente dura, abandonan o estudian sólo las partes más manejables de la lección.

Las puntuaciones medias oscilan entre 2,46 y 3,46, interpretado como calificación satisfactoria, indicó que piensan cuando tienen que ausentarse de clase, necesitan recuperar las lecciones perdidas sin ser recordado por el maestro y, finalmente, las puntuaciones medias de 2,12 a 2,45 se indican como bastante satisfactorio denota que los encuestados percepción sobre sus hábitos de estudio en términos de retraso evitación si les lleva mucho tiempo conseguir entusiasta para el trabajo de estudiar.

De igual manera, (Gutiérrez G, Huerta C, & Landeros V, 2020), realizaron un estudio titulado “relación entre funciones ejecutivas y hábitos de estudio con la procrastinación académica de estudiantes de bachillerato”, tuvo como objetivo determinar la relación entre la procrastinación académica con los hábitos de estudio y las funciones ejecutivas autoinformadas en estudiantes de bachillerato. A 52 estudiantes se les aplicaron los instrumentos: Escala de Procrastinación Académica (EPA), Inventario de Hábitos de Estudio (IHE), Inventario de Calificación de Comportamiento de la Función Ejecutiva (BRIEF) y la ansiedad a través del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI).

Dentro de los hallazgos, se evidenciaron que los estudiantes del bachillerato tuvieron puntajes moderados de procrastinación que se correlacionaron negativamente con los puntajes obtenidos en IHE. También se encontró una correlación significativa entre el EPA y las escalas asociadas al índice de metacognición que mide el BRIEF. Se concluye que los estudiantes que procrastinan tienen dificultades para organizar, planear y asimilar los contenidos escolares, por lo que requieren la implementación de estrategias en los hábitos de estudio, con impacto en su metacognición.

A nivel nacional, (Pinto, 2021), en Bogotá realizó una tesis titulada “Hábitos de estudio como herramienta para el mejoramiento del rendimiento académico de los estudiantes de grado 6 de la Institución Educativa Distrital la Unión”, tiene como objetivo de investigación analizar la incidencia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico de los estudiantes de grado 6 de la Institución Educativa Distrital La Unión, la cual se plantea desde una perspectiva metodológica de tipo cualitativo (hermenéutico)

Dentro de los resultados, se muestran que los estudiantes hacen uso de algunos hábitos de estudio y emplean alguna planificación para realizar las actividades académicas, además

reconocen la importancia de los mismos en el rendimiento académico. También se pudo observar que son muchos los factores influyentes de tipo endógeno y exógeno en el rendimiento académico de los estudiantes, dentro de los cuales encontramos: autoestima, condición cognitiva, carácter, familia, los amigos, la edad, así como también factores como un lugar, horario, condiciones físicas para el estudio, técnicas y métodos empleados al momento de estudiar. En conclusión, los hábitos de estudio pueden incidir de manera significativa en el rendimiento académico de los estudiantes de grado 6.

Seguidamente, Ramírez y Gutiérrez (2018), realizaron en Neiva, Colombia una investigación titulada “Métodos y hábitos de estudio y su influencia en el desarrollo de habilidades inferenciales del pensamiento crítico en estudiantes del grado sexto de una institución educativa del Huila”. Su objetivo fue determinar la influencia de hábitos y métodos de estudio en el desarrollo de las habilidades del pensamiento crítico en el área de lenguaje, se utilizó una metodología cuantitativa y descriptiva, y se contó con la participación de 40 adolescentes entre hombres y mujeres que generalmente acuden a la asignatura de lenguaje, quienes respondieron un cuestionario de 61 ítems acerca de los hábitos de estudio y método que utilizan para ello. En cuanto a sus resultados, se obtuvo que cuando se cuenta o se implementan hábitos de estudio y un método efectivo, los estudiantes lograron mejorar y afianzar las habilidades inferenciales del pensamiento crítico.

De igual manera, Torres (2018), realizó en Facatativá, Colombia una investigación titulada “Hábitos y técnicas de estudio desde el aprendizaje significativo en estudiantes”. El objetivo fue diseñar el programa de hábitos y técnicas de estudio a partir del diagnóstico y la teoría del aprendizaje significativo para el desarrollo de competencias en la población estudiantil. La metodología fue cuantitativa con diseño no experimental, descriptivo y de corte transversal.

Se obtuvo una muestra de 140 estudiantes de grado quinto jornada tarde de la institución educativa Juan Luis Londoño de la Cuesta, Mosquera, a quienes se les aplicó el cuestionario de hábitos y técnicas de estudio (CHTE). Para el análisis de los resultados se usaron estadísticos descriptivos y tablas de frecuencia, se analizaron los resultados del cuestionario aplicado CTHE para medir los hábitos y técnicas de estudio de la población seleccionada, por lo cual se identificó que el 64% de la población estudiantil de grado quinto tiene la edad de 11 años, el 50% comprende una edad de 10 años y el 26% tiene una edad de 12 años.

Los resultados reflejaron en cuanto a actitud general frente al estudio el 81,60% de los estudiantes se les dificulta concentrarse a la hora de estudiar y desarrollar tareas o actividades académicas, el 79,45% refiere que el lugar de estudio habitual para hacer sus deberes académicos, se ve afectado por elementos y personas distractores. El 77,42% de la población estudiantil no planifica y estructura el tiempo para el estudio de acuerdo con el número de materias y su dificultad, por último, el 77,42% de la población estudiantil no planifica y estructura el tiempo para el estudio de acuerdo con el número de materias y su dificultad.

En lo correspondiente al ámbito regional y/o local, Amaya y Rivera (2018), realizaron en Valledupar, realizaron una investigación titulada “Estilos de aprendizaje, hábitos y técnicas de estudios que influyen en el rendimiento académico de los estudiantes de décimo grado de la institución educativa Técnico Upar de la ciudad de Valledupar-Cesar”. Tuvo como objetivo determinar la relación de los estilos de aprendizaje, hábitos y técnicas de estudio con el rendimiento académico de los estudiantes. Para tal fin, fue utilizado el enfoque cuantitativo de tipo descriptivo correlacional.

Participaron 40 estudiantes de ambos sexos (28 femenino y 12 masculino), en edades comprendidas entre los 15 y 17 años de edad, los cuales se encontraban cursando décimo grado

en la institución educativa; a quienes se les aplicó el cuestionario de hábitos y técnicas de estudio (CHTE) de Álvarez-Fernández y el cuestionario de Honey-Alonso sobre estilos de aprendizaje (CHAEA). Los resultados indicaron que no se encontró correlación entre los estilos de aprendizaje y el rendimiento académico, sin embargo, se logró conocer que los estudiantes manejan los diversos estilos, mostrando preferencia por el estilo pragmático y teórico. Respecto a los hábitos de estudio y rendimiento académico sí existió una correlación positiva.

Por su parte, Salcedo et al. (2018), realizó en Pivijay, Colombia una investigación titulada “Hábitos de estudio en estudiantes”. Donde el objetivo del estudio correspondió a fortalecer el hábito de estudio a través del mejoramiento de la lectoescritura en los estudiantes. Metodológicamente la investigación fue de tipo cuantitativo-descriptivo. La unidad de análisis estuvo constituida por 60 estudiantes pertenecientes a los grados tercero y quinto, entre las edades de 7 a 12 años de dos sedes de la institución educativa Departamental Rural de Media Luna en Pivijay, Magdalena con los cuales se utilizó el inventario CAMS-85.

Los resultados derivados dan cuenta de los procesos de mejoramiento y fortalecimiento de los hábitos de estudio en los estudiantes involucrados en el proceso investigativo a través del uso de las TIC. A través del proceso investigativo se puede concluir que como estrategia de enseñanza aprendizaje es positivo la implementación de las TIC a fin de mejorar los resultados obtenidos por los estudiantes en las pruebas locales y nacionales. Los resultados obtenidos en este estudio comprueban que el mejoramiento de los hábitos de estudio en los escolares se manifiesta como fruto en productos de pruebas y evaluaciones posteriores, por tal motivo, es importante el estudio de esta variable ya que incide sobremanera en el éxito escolar.

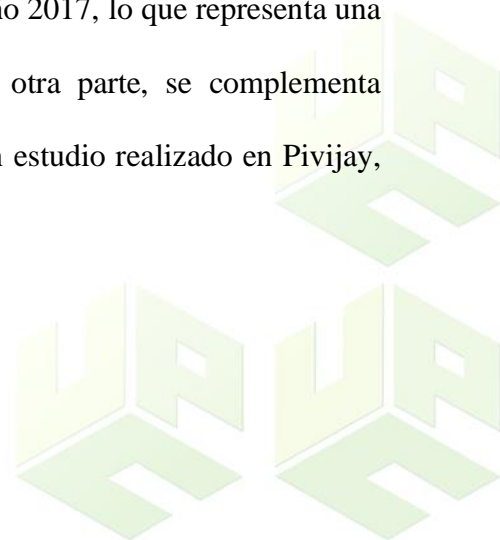
Por último, Tamayo (2017), realizó en Valledupar Colombia una investigación titulada “Evaluación de los estilos y estrategias de aprendizaje, las técnicas y hábitos de estudio en

estudiantes. El objetivo de este estudio fue analizar los estilos de aprendizaje e identificar las técnicas y hábitos de estudio y las estrategias de aprendizaje, la correlación entre éstos y el rendimiento académico de los estudiantes en edades comprendidas entre los 12 a 17 años.

Se diseñó un estudio cuantitativo, descriptivo y correlacional, mediante la aplicación del cuestionario Honey-Alonso CHAEA y CHAEA-Junior diferenciados en cuatro estilos: activo, reflexivo, teórico y pragmático, a una población de 31 participantes. En los resultados obtenidos se observó que, de los 31 estudiantes, 14 muestran una preferencia a un estilo activo (45,1%), 7 evidencian una preferencia tanto para el estilo teóricos (22,5%) como para el pragmático (22,5%) y en cuanto al estilo reflexivo se observa una preferencia baja (3 estudiantes que equivalen a un 9,6% de la muestra).

La mayor parte de los estudiantes presentan 3 o más estilos de aprendizaje con puntaje superior o igual a moderado. Se observó que dentro de la muestra las combinaciones preferentes de estilos, son hacia un tipo activo/pragmático, activo/teórico y activo/reflexivo. Así, las combinaciones de más de dos estilos suponen que los estudiantes evidencian una preferencia por el estilo activo/teórico/reflexivo y activo/pragmático/reflexivo.

Finalmente, es de precisar que la búsqueda de antecedentes sobre hábitos de estudio en la ciudad de Valledupar y en el departamento del Cesar, arrojó solo dos referencias dentro de la vigencia permitida (5 años), en la cual, una fue publicada en el año 2017, lo que representa una limitante en cuanto a la búsqueda de trabajos recientes. Por otra parte, se complementa ampliando la búsqueda a nivel regional con una referencia de un estudio realizado en Pivijay, Magdalena.



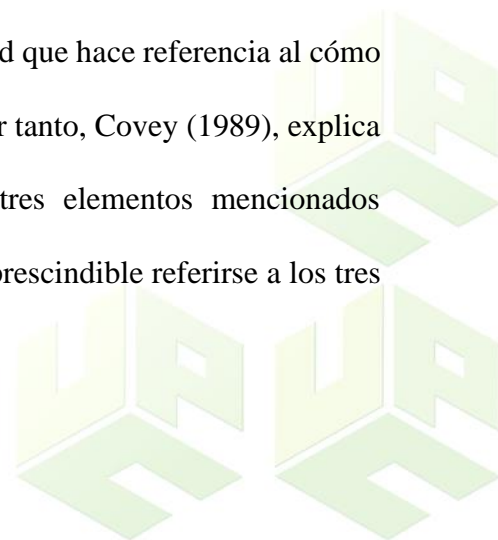
Aspectos teóricos y conceptuales de los hábitos de estudio

Hábitos de estudio

Respecto a los hábitos de estudio, es preciso decir que, la importancia de su concepto radica en que hace referencia a las formas o maneras en las cuales el estudiante se enfrenta a los retos y actividades relacionadas al saber. Por ende, teorizar este fenómeno implica indagar por la forma en que el individuo se organiza en cuanto a métodos, técnicas, espacio, tiempo y demás hechos concretos para hacer más provechoso el estudio (Hereira, 2017). Asimismo, la conceptualización de hábitos de estudio se refiere a un patrón o rasgo conductual adquirido, es decir, derivado del aprendizaje, que se presenta ante situaciones específicas rutinarias relacionadas al ámbito pedagógico (Villamizar et al., 2017).

En ese sentido, Covey (1989), define el hábito de estudio como una interacción de la puesta en práctica acciones, tareas y rutinas de estudio, que junto al uso de técnicas adecuadas para los procesos de enseñanza y aprendizaje puede ser el factor que logre inclinar la balanza hacia el éxito académico y laboral de los estudiantes, cuando se adquiere en las etapas iniciales de escolaridad.

En su postulado teórico, Covey (1989), enfatiza en que los hábitos de estudio son una trilogía, donde se encuentra en primera instancia el conocimiento, el cual da respuesta al qué y por qué se aprende, en segunda instancia se encuentra la capacidad que hace referencia al cómo se aprende y finalmente el deseo que implica querer aprender; por tanto, Covey (1989), explica que para convertir algo en un hábito se requiere de éstos tres elementos mencionados anteriormente. Asimismo, para hablar de hábitos efectivos es imprescindible referirse a los tres

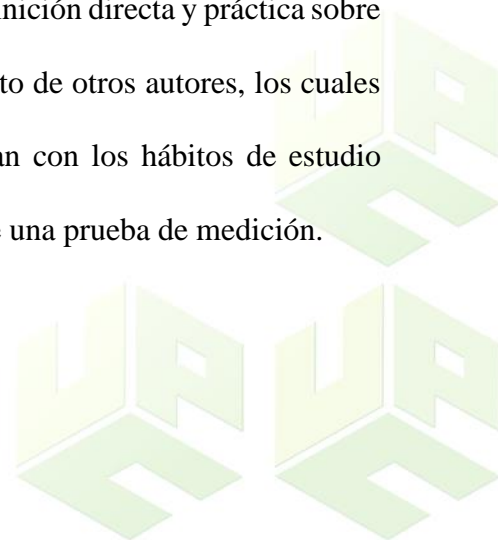


aspectos, donde cada uno de ellos responde a un área importante, sin dejar de lado la cohesión e interacción que debe existir en cada uno de ellos.

Por otra parte, Vicuña (1998) como se citó en Ortega (2012), menciona que un hábito de estudio es un patrón conductual aprendido que se presenta mecánicamente ante situaciones específicas generalmente de tipo rutinaria, donde el individuo ya no tiene que pensar ni decidir sobre la forma de actuar. En consecuencia, el individuo manifiesta un conjunto de conductas en las cuales el aprendizaje se refuerza selectivamente dependiendo de aspectos esenciales de los hábitos de estudio, tales como la técnica, la organización, el tiempo y la distractibilidad (Vicuña, 1998 como se citó en Ortega, 2012).

De igual manera, conviene decir que, los hábitos de estudio se relacionan con procesos psicológicos como la atención, la memoria y la motivación, el lenguaje y el pensamiento; también de aspectos conductuales o comportamentales determinados por la persona, tales como la actitud y el compromiso, los cuales son a su vez determinantes en el desempeño escolar y rendimiento académico (Mondragón et al., 2016).

Teniendo en cuenta lo abordado hasta aquí, la postura teórica de Vicuña (1998), citado en Ortega, (2012), se considera apropiada para el presente estudio, ya que además de conceptualizar el constructo de una forma más completa, también sustenta el instrumento de medición para evaluar esta variable, debido a que presenta una definición directa y práctica sobre los hábitos de estudio y sus dimensiones; a diferencia del concepto de otros autores, los cuales integra procesos psicológicos variados, que si bien se relacionan con los hábitos de estudio suponen un abordaje mucho más amplio y el diseño así mismo de una prueba de medición.



Por consiguiente, se puede señalar que los hábitos de estudio son esas técnicas, métodos y estrategias que los estudiantes implementan de forma rutinaria para la adquisición del conocimiento y desarrollo del aprendizaje. En ese orden de ideas, en la investigación se fija posición con Vicuña, porque en sus conceptos permite indagar a mayor profundidad esta variable. Por lo tanto, con relación a lo que plantea el autor del instrumento, la variable hábitos de estudio se divide en 5 dimensiones que se deben ser abordadas, tales como:

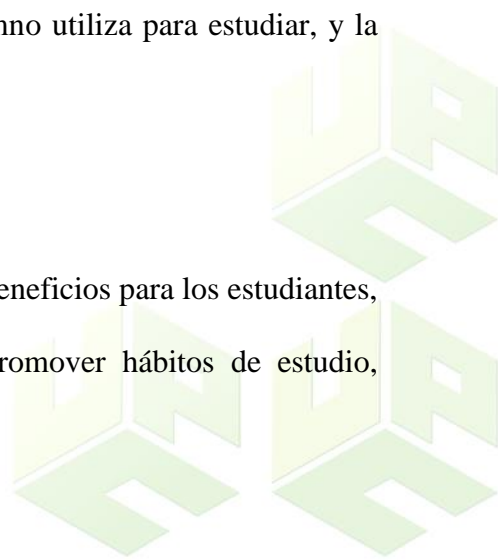
Forma de estudio

Según Choque y Zanga (2011), se define como técnica de estudio, la cual hace referencia a aquellos métodos o procedimientos en el que los alumnos emplean como herramientas para aprender y dar respuesta a sus actividades académicas. Es decir, son las estrategias que los estudiantes ponen en práctica para estudiar, y que, a su vez, contribuyen al mejoramiento de los procesos de aprendizaje y favorecen el rendimiento académico.

Sobre esta dimensión, los autores hacen referencia, las estrategias que el estudiante implementa para conseguir el éxito a nivel académico y que son esenciales para la adquisición de conocimientos en el transcurso de la vida académica, dado que implica el desarrollo de hábitos adecuados como resumir, escuchar, analizar la información, hábito de la lectura, comparación de términos, entre otros. De este modo, Vicuña, como se citó en Soto (2020), menciona que las formas de estudio son las técnicas que el alumno utiliza para estudiar, y la manera en cómo las implementa para adquirir el conocimiento.

Resolución de tareas

De acuerdo con Daza (2014), el desarrollo de tareas trae beneficios para los estudiantes, ya que permite adquirir habilidades académicas, reforzar y promover hábitos de estudio,



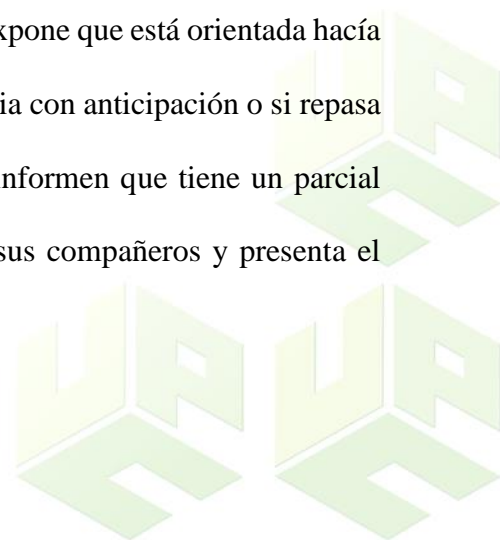
incentiva al estudiar a investigar, a planear y organizar su tiempo, favoreciendo así la responsabilidad y el desarrollo de la autonomía. Aquí, el autor hace referencia a que los estudiantes cuando ejecutan de forma adecuada sus tareas e investigan, fortalecen sus conocimientos y obtienen resultados positivos a nivel académico.

Razón por la cual Vicuña, como se citó en Soto (2020), afirma que este componente permite conocer la forma en la que el estudiante actúa frente a las tareas que debe desarrollar, dicho de otra forma, si tiene sentido de responsabilidad con las actividades o prefiere que otro estudiante las resuelva por él, si termina las tareas a tiempo, realiza búsqueda en diferentes fuentes y si se preocupa más por lo que debe presentar que por lo que ha comprendido.

Preparación de exámenes

Para Useche (2015), tiene como objetivo que los estudiantes desarrollen la capacidad de explicar de forma breve en sus palabras, una temática o un texto al ser evaluado para sus parciales, para ello los estudiantes utilizan estrategias como tomar apuntes en clase y la elaboración de resúmenes que permiten darle sentido a lo desarrollado en clases. Por lo que, el autor alude a que prepararse para un examen requiere totalmente de la disposición, esfuerzo, empeño, dedicación y la implementación de diversas técnicas o estrategias por parte del estudiante que favorezcan y faciliten el proceso de adquisición de conocimientos.

Es así como Vicuña (1999) como se citó en Soto (2020), expone que está orientada hacia cómo el alumno se prepara antes de presentar un examen, si estudia con anticipación o si repasa constantemente durante las clases. También, si espera a que le informen que tiene un parcial para ponerse a estudiar o si en vez de repasar realiza copia de sus compañeros y presenta el examen sin haber estudiado.



Forma de escuchar la clase

Explica Cárdenas (2019), que esta característica debe estar fundamentada en la escucha activa, dado que esta permite que los estudiantes presten atención y se concentren en el mensaje que una persona quiere transmitir, desarrollando así la capacidad de análisis, de comprensión y a su vez, favoreciendo un ambiente escolar adecuado que promueva el mejoramiento del aprendizaje. Así pues, escuchar de forma activa es fundamental no solo en el ámbito académico si no en cualquier contexto en el que se encuentre la persona, ya que si no se implementa pueden presentarse barreras que limitan la adquisición de conocimiento y el rendimiento académico de los estudiantes.

En concordancia de lo anterior, Vicuña (1999) como se citó en Soto (2020), menciona que está orientada en una serie de conductas o comportamientos que los estudiantes desarrollan durante las clases, donde se puede evidenciar si el alumno toma apuntes de forma ordenada sobre lo que considera importante, se concentra en la clase o se distrae fácilmente, también si prefiere platicar con sus compañeros y si se mantiene pensando que hará apenas finalice la clase.

Acompañamiento al estudio

Los autores Flórez et al. (2017), indican que la familia es el primer contacto que tiene el estudiante con la formación académica, asimismo, permite que en el núcleo familiar se amplíen conocimientos y se establezcan objetivos que permitan diseñar alternativas de solución que orienten a cada uno de los miembros a lograr sus propósitos. En este sentido, la familia es esencial en los diferentes ámbitos en los que se desarrolla el individuo, debido a que contribuyen en el proceso de formación del aprendizaje y promueve el desarrollo actitudes, habilidades y capacidades de los estudiantes. Ante esto, Vicuña (1999) como se citó en Soto (2020), explica

que está orientada a los actos que los estudiantes ejecutan en el tiempo en el que están estudiando, así, por ejemplo, si estudian escuchando música o en silencio, viendo televisión, si prenden la radio y si tienen alguna interrupción mientras estudian, ya sea por amigos o familiares.

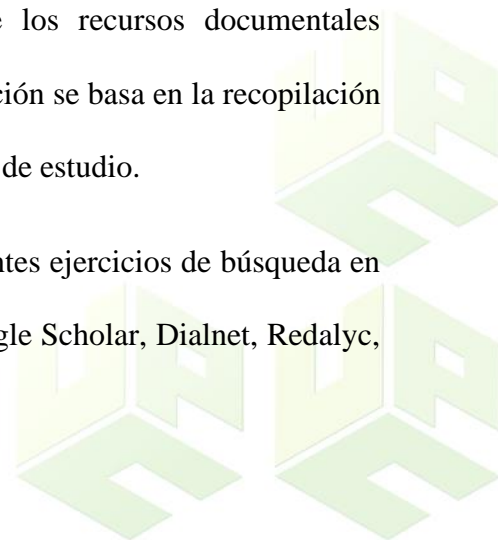
METODOLOGÍA

La presente investigación es de modalidad no interactiva, citando a Escudero, C., & Cortez, L. (2018), que mencionan que, las modalidades de investigación no interactivas, son aquellas indagaciones que estudian conceptos y sucesos históricos a través de procesos de análisis de documentos. En concordancia con lo mencionado, en esta investigación se pretende realizar una recopilación de información y posterior a ello un análisis.

En cuanto al enfoque, es de tipo cualitativo que, según Bejarano, M. A. G. (2016), este enfoque se centra en comprender y profundizar los fenómenos, analizándolos desde el punto de vista de los participantes en su ambiente y en relación con los aspectos que los rodean. En relación a lo anterior esta investigación busca indagar en los hábitos de estudios de estudiantes de Valledupar, tratando de describir cómo son dichos hábitos.

El tipo es documental o bibliográfico analítico, debido a que según, Reyes-Ruiz, L., & Carmona Alvarado, F. A. (2020), este tipo de investigaciones se centran en todos aquellos procedimientos que conllevan el uso práctico y racional de los recursos documentales disponibles en las fuentes de información. Y pues, esta investigación se basa en la recopilación de material escrito y ya publicado respecto al tema de los hábitos de estudio.

Para el presente trabajo investigativo se realizaron diferentes ejercicios de búsqueda en los motores académicos empleados para tal fin, tales como: Google Scholar, Dialnet, Redalyc,



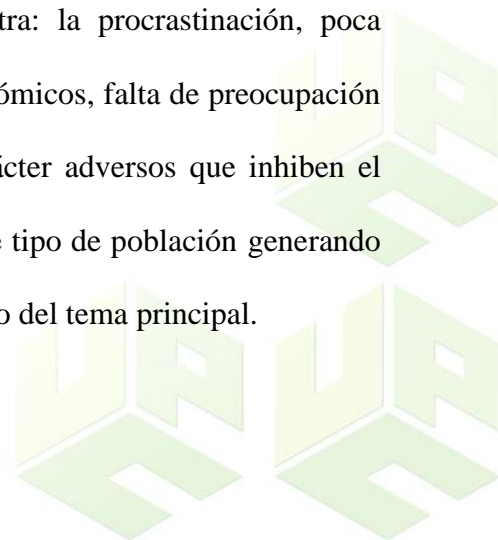
Scielo, ScienceDirect, Emerald, EBSCO y Alicia, de los cuales se escogieron un aproximado entre 15 y 30 documentos pertenecientes a tesis, artículos y revistas científicas, a nivel internacional, nacional y regional-local. Para la búsqueda de los documentos mencionados se hizo necesario identificar y plasmar palabras claves como “hábitos”, “escuela”, “instituciones”, “Valledupar”, “rendimiento académico”, “psicología” con el fin de ser lo más precisos en los resultados.

DISCUSIÓN

El objetivo principal del presente estudio monográfico es identificar los hábitos de estudio en los estudiantes de secundaria de las instituciones educativas en el municipio de Valledupar.

En relación con lo anterior, los autores referenciados concluyen que los estudiantes de las instituciones educativas manejan hábitos de estudio en un nivel medio debido, a que la mayoría de los educandos manifiestan no contar con unas bases sólidas en cuanto a la realización y ejecución de tareas, presentar dificultad para concentrarse a la hora de estudiar y desarrollar actividades extraescolares, no planifican y estructuran el tiempo de estudio, tienen retraso en cuanto a la entrega de trabajos asignados, abandonan las clases o estudian solo por partes, etc.

Asimismo, tras la revisión bibliográfica se evidencian factores externos relacionados con los hábitos de estudios, dentro de los cuales se encuentra: la procrastinación, poca motivación intrínseca, problemas familiares, bajos recursos económicos, falta de preocupación de los padres, entre otros. Se consolidan como hábitos de carácter adversos que inhiben el fomento del estudio de una forma correcta y satisfactoria en este tipo de población generando en muchos casos un bajo rendimiento escolar y un uso inadecuado del tema principal.



Lo que coincide con el estudio de Mejía (2020) realizado en Perú, el cual afirma dentro de sus hallazgos que el 63% de los estudiantes poseen un grado medio de hábitos de estudio, mientras que el 24% poseen un nivel alto de motivación académica; este resultado se confirmó al obtenerse una correlación positiva, moderada y estadísticamente significativa ($r = 0.606$; $p = 0.000$). Por lo anterior, los autores recomiendan promover la adquisición de los hábitos de estudios positivos entre los estudiantes, siendo principal responsabilidad de los mismos alumnos y padres de familia y al mismo tiempo reforzar la motivación intrínseca de los mismos.

Del mismo modo, Villamizar et al., (2019) confirma los hallazgos obtenidos dentro de la presente monografía, ya que en sus resultados generales indican que los estudiantes se encuentran en un nivel promedio, es decir, el 38% están en tendencia positivo, por lo que, los estudiantes poseen hábitos y técnicas de estudio y el 34% con tendencia negativo, es decir, tienen un mal manejo de estos. Además, estos autores afirman que todo esto se debe a factores externos como el nivel socioeconómico ya que, un niño de origen social alto tiene mayor probabilidad de ser exitoso en la escuela, porque posee una mayor cantidad de recursos culturales, heredados de sus padres, que le ayudan a dominar el currículo escolar, a diferencia del niño procedente de una familia con menor estatus social.

Por otra parte, en cuanto a los estudios realizados en Colombia este trabajo encuentra una relación con las investigaciones llevadas a cabo por Moreno y Coronel (2018) y Torres (2018), los dentro de sus resultados llegan a la conclusión de que los hábitos de estudios inadecuados se encuentran altamente influenciados o afectados por la ocupación laboral de los estudiantes, la tendencia de retrasar las actividades o situaciones que deben atenderse de forma inmediata, el fomento de la lectura, falta de concentración a la hora de estudiar y desarrollar tareas, la no planificación y estructura con respecto a los tiempos de estudio, entre otros.

A nivel local, Salcedo et al., (2018) dentro de sus resultados describe que el mejoramiento de los hábitos de estudio en los escolares se manifiesta como producto de pruebas y evaluaciones posteriores lo que garantiza el éxito escolar. Es decir, que cuando se tienen en cuenta varios aspectos como brindar estrategias para la organización y planificación del tiempo de manera tanto manual como por medio de herramientas digitales tales como aplicaciones o plataformas, el instaurar métodos de estudio que contemplen el contenido del tema, haciendo hincapié en la variedad de técnicas que existen y en la incorporación y adaptación de una rutina en los estudiantes existe no solo un mejor rendimiento escolar en los mismos, sino unos hábitos adecuados de estudio.

CONCLUSIÓN

Finalmente, se puede decir que los hábitos de estudio son esenciales en el proceso de aprendizaje de los educandos, debido a que al utilizarlos adecuadamente genera en ellos un mejor provecho de los contenidos educativos y un mayor rendimiento académico. Puesto que, muchos de los problemas relacionados con el éxito en la escuela giran alrededor de los buenos hábitos de estudio y las expectativas en relación con las tareas en casa. En este sentido, los padres pueden desempeñar un papel importante ayudando a sus hijos en la realización de los diferentes contenidos temáticos.

No obstante, este tipo problemáticas se constituye como un tema importante para abordar desde el campo educativo, ya que el identificar las diversas formas de organización y planeación, situaciones ambientales, así como las técnicas y hábitos de estudio en los estudiantes permite favorecer el éxito académico e incentivar a los alumnos a una comprensión activa sobre el material que se ha estudiado a tener presente la creatividad y dedicar el tiempo necesario a las actividades. En resumen, el tener hábitos adecuados de estudio genera el éxito o fracaso escolar.

Frente a esto y teniendo en cuenta los resultados arrojados tras la revisión bibliográfica del tema podemos dar cumplimiento al objetivo planteado en el estudio, el cual consiste en conocer los hábitos de estudio utilizado por los estudiantes de secundaria en las instituciones educativas. Donde se encontró que a nivel internacional, nacional y local los estudiantes manejan un nivel medio en los hábitos de estudio, puesto que manifiestan no contar con unas bases sólidas en cuanto a la realización y ejecución de tareas, presentar dificultad para concentrarse a la hora de estudiar y desarrollar actividades extraescolares, no planifican y estructuran el tiempo de estudio, tienen retraso en cuanto a la entrega de trabajos asignados, abandonan las clases o estudian solo por partes, etc.

Por lo tanto, desde el accionar psicológico es necesario crear conciencia sobre esta problemática con el fin de mejorar las falencias no solo en cuanto a la realización y ejecución de tareas, sino mejorar los procesos que nos competen como psicólogos entre los cuales podemos encontrar: la memoria, atención, percepción, pensamiento, motivación, entre otros. que juegan un papel indispensable en el logro de objetivos y desenvolvimiento de los estudiantes.



REFERENCIAS

- Amaya, Z y Rivera, S. (2018). *Estilos de aprendizaje, hábitos y técnicas de estudios que influyen en el rendimiento académico de los estudiantes de décimo grado de la institución educativa Técnico Upar de la ciudad de Valledupar-Cesar*. Valledupar, Colombia.
- Bejarano, M. A. G. (2016). La investigación cualitativa. *INNOVA Research Journal*, 1(2), 1-9.
- Bello C. (2019). HÁBITOS Y TÉCNICAS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA Y FACULTAD DE INGENIERÍA DE LA FUNDACIÓN UNIVERSITARIA DEL ÁREA ANDINA EN LA CIUDAD DE VALLEDUPAR-CESAR. Obtenido de <https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/4346/Proyecto%20de%20grado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cardich, R. H. (2019). Hábitos de estudio y nivel de autoeficacia en el rendimiento escolar en estudiantes del nivel secundaria pertenecientes al Programa de Bachillerato Internacional. *Universidad Nacional Mayor de San Marcos*.
- Cárdenas, M. (2019). *La escucha activa como estrategia para fortalecer la comunicación asertiva entre los estudiantes del grado sexto del colegio club de leones de Cúcuta. Licenciatura en lengua castellana y literatura*. Universidad Santo Tomas, Cúcuta.
- Castro A. (2022). Hábitos de estudio en estudiantes universitarios de Palmira. Análisis cualitativo.
- Choque, E y Zanga, M. (2011). Técnicas de estudio y rendimiento académico. *Scientia*; 22.
- Covey, S. (1989). *Los siete hábitos de la gente altamente efectiva*. Argentina Editorial Paidós.
- Castro A. (2022). Hábitos de estudio en estudiantes universitarios de Palmira. Análisis cualitativo. Obtenido de http://repositorio.uan.edu.co/bitstream/123456789/7457/2/2022_AngieCarolinaCastro.pdf
- Capuno, R; Necesario, R; Olores, J; Espina, R; Padillo, G y Manguilimotan, R. (2019). attitudes, study habits, and academic performance of junior high school students in mathematics. *International Electronic Journal of Mathematics Education*; e-ISSN: 1306-3030. 2019, Vol. 14, No. 3, 547-561. Filipina.
- Daza, T. (2014). Importancia de las tareas dentro del entorno escolar. *Licenciatura en Humanidades*. | UniMinuto, Bogotá.
- De La Hoz, G. (2021). Hábitos de estudio como herramienta para el mejoramiento del rendimiento académico de los estudiantes de grado 6 de la Institución Educativa Distrital la Unión. [Tesis de Pregrado]. Corporación Universitaria Minuto de Dios. Bogotá, Colombia.

- Escajadillo, V. (2019). Estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto año de secundaria de la Institución educativa 2095 Herman Busse de la Guerra - Los Olivos. [Tesis de Pregrado]. Universidad Cesar Vallejo. Perú.
- Escudero, C., & Cortez, L. (2018). Técnicas y métodos cualitativos para la investigación científica. Editorial Utmach.
- Fontecha F, Escobar M y Velásquez Y. (2022). Hábitos de estudio en los estudiantes de sexto y séptimo grado de una institución educativa de Floridablanca. Obtenido de <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/41493e24-743b-4f46-9a8f-b6a98cab482b/content>
- Flórez, G; Villalobos, J y Londoño, D. (2017). El acompañamiento familiar en el proceso de formación escolar para la realidad colombiana: de la responsabilidad a la necesidad. *Psicoespacios*; 25.
- García, M y Subia, G. (2019). High school athletes: Their motivation, study habits, selfdiscipline and academic performance. *International Journal of Physical Education, Sports and Health* 2019; 6(1): 86-90. Filipina.
- Hereira, A. (2017). Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes del grado undécimo de dos colegios adventistas del norte de Colombia. [Tesis de Maestría]. Universidad Montemorelos. Bogotá, Colombia.
- Mejía, V. (2020). Hábitos de estudio en la motivación académica de los estudiantes de la Universidad Peruana de Ciencias e Informática. Universidad Peruana de Ciencias e Informática. Lima, Perú: UPCI.
- Mondragón, C; Cardoso, D y Bobadilla, S. (2016). 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), 1 – 25.
- Moreno, E y Coronel, M. (2018). Hábitos que impiden la adaptación y adopción de la lectura en estudiantes de administración de empresas. *Revista Científica Profundidad*; 8.
- Gutiérrez G, A., Huerta C, M., & Landeros V, M. G. (2020). RELACIÓN ENTRE FUNCIONES EJECUTIVAS Y HáBITOS DE ESTUDIO CON LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA DE ESTUDIANTES DE BACHILLERATO. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*.
- Ortega D. (2022). Hábitos de estudio en estudiantes de educación secundaria de la Institución Educativa Privada Dios es secundaria de la Institución Educativa Privada Dios
- PEREZ E, QUINTERO A y ROJAS J. (2022). HáBITOS Y TÉCNICAS DE ESTUDIO EN LOS ESTUDIANTES DEL ÁREA DE CIENCIAS DE LA SALUD EN UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE CARTAGENA DURANTE LA PANDEMIA. Obtenido de <http://repositorio.unisinucartagena.edu.co>:

- Pinto, D. G. (2021). Hábitos de estudio como herramienta para el mejoramiento del rendimiento académico de los estudiantes de grado 6 de la Institución Educativa Distrital la Unión. *Corporación Universitaria Minuto De Dios* .
- Ramírez, F y Gutiérrez, M. (2018). *Métodos y hábitos de estudio y su influencia en el desarrollo de habilidades inferenciales del pensamiento crítico en estudiantes del grado sexto de una institución educativa del Huila*. 1-84.
- Reyes-Ruiz, L., & Carmona Alvarado, F. A. (2020). La investigación documental para la comprensión ontológica del objeto de estudio.
- Salcedo, P; Vargas, O; Urrea, A; Pérez, H; Gonzales, R; Martínez, Z; Caballero, N; Castañeda, I; Lobato, L; Charris, H; Cantillo, M; Cantillo, E; Lobato, E; Álvarez, O; Vargas, A; De Jesús, N; Lobato, D; Villalobos, Y; Polo, L; Pérez, H; Gómez, R; Altamar, F; Álvarez, J; González, A y Carbono, C. (2018). Fortalecimiento de hábitos de estudio a través de las tecnologías de la información y la comunicación. *Cultura, Educación y Sociedad*; 9(3), 169-178.
- Soto, W. (2020). *Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno*. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Nacional del Altiplano de Puno, Altiplano.
- Tamayo, L. (2017). *Evaluación de los estilos y estrategias de aprendizaje, las técnicas y hábitos de estudio que inciden en el rendimiento académico*. Universidad Internacional de la Roja. [Tesis de Pregrado]. Valledupar, Colombia.
- Torres, J. (2018). *Programa de hábitos y técnicas de estudio desde el aprendizaje significativo para I.E. Juan Luis Londoño de la Cuesta*. [Proyecto de Pasantía]. Universidad de Cundinamarca. Facatativá, Colombia.
- Tus, J. (2020). *The influence of study attitudes and study habits on the academic performance of the students*. Social science - subject area head, St. Paul College of Bocaue, Bocaue. Bulacán, Philippines.
- Useche, V. (2015). *Métodos de estudio. Herramientas para el asesor*. Universidad de La Sabana, Chía.
- Vega M. (2021). FORTALECIMIENTO DE LA MOTIVACIÓN Y LOS HáBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES CON BAJO RENDIMIENTO ACADÉMICO DE BÁSICA SECUNDARIA Y MEDIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA CASIMIRO RAUL MAESTRE DE VALLEDUPAR.
- Villamizar D, Galvis A y Medina K. (2019). Hábitos de estudio en alumnos de educación media de dos Instituciones Educativas Públicas de Floridablanca, Santander. Obtenido de <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/e98f3aa4-8482-41fc-a2d1-2f637accd323/content>

