



Hábitos de estudio de uso más generalizado por los estudiantes de la Universidad Nacional de Pilar

Ramona Portillo

Resumen

La realización exitosa de cualquier tarea exige una planificación previa y adecuada; este mismo principio se aplica al estudio: si falta un horario, un sitio para estudiar, si no se sabe dónde buscar la información necesaria, cómo procesarla, etc., ¿cómo se podrá realizar el trabajo de estudiante?

La importancia que tiene el saber estudiar trasciende de la vida estudiantil a la futura vida laboral y profesional, pues aunque incluya temas que aparentemente no guardan mucha relación con la vida laboral, el aprendizaje de los métodos de estudio supone también el aprendizaje de caminos ordenados para llegar a lo que se pretende, los cuales son transferibles a las diferentes etapas y situaciones de la vida cotidiana.

Este documento pretende identificar los hábitos de estudio más generalizados de los estudiantes de la Universidad Nacional de Pilar y se concluye que los alumnos requieren de mayor internalización de los hábitos de estudio, especialmente en los primeros años de escolarización.

Palabras claves

Hábitos de estudio – estudiante – planificación – técnica

Summary

The successful accomplishment of any task requires a previous and suitable planning; the same beginning is applied to learning: if a schedule, a site is absent to learning, if it is not known where to look for the necessary information, how to process it, etc., how will it be possible to do the student's work?

The importance that it has to know how to learn and that it goes out from the student life to the future labor and professional life, so though it includes themes that seemingly they do not guard many relation with the labor life, the learning of methods of study, it supposes also the learning of ways

arranged to arrive to what is claimed, which are transferable to the different stages and situations of the daily life.

This document tries to identify the habits of learning most generalized of the students of Pilar's National University and it concludes that the pupils need a major knowledge of the habits of learning, especially in the first years of education.

Key words

Habits of learning - student - planning - technology

Introducción

Muchos son los factores que inciden en la ausencia de hábitos de estudio adecuados y de la aplicación correcta de los métodos y las técnicas de estudio en los estudiantes, destacándose la falta de enseñanza sistematizada en este aspecto tan importante para la formación integral, la cual data incluso desde el primer ciclo de la Educación Escolar Básica.

La ausencia de hábitos de estudios en los estudiantes y el desconocimiento de los mismos, de los métodos y las técnicas más adecuados para el aprendizaje de las diferentes materias que componen el plan curricular de cada una de las carreras ofertadas por la Universidad Nacional de Pilar constituyen problemáticas que requieren una atención sistemática .

Sabido es que el objetivo del estudio es el aprendizaje, el que a su vez consiste en la ejecución de las actividades de comprender, reflexionar y expresar. En este marco, el fin primordial es lograr que las estrategias que se aprendan y las habilidades que se adquieran sirvan para que el estudiante se convierta en una persona autónoma, capaz de organizarse, de tomar decisiones, de preguntarse por las causas y consecuencias de los acontecimientos, de buscar información en las fuentes más actualizadas y fidedignas.

Muchos estudiantes ignoran su situación personal, sus obstáculos, sus dificultades, sus posibilidades de mejorar. Esta realidad exige al docente asumir su rol de orientador para ayudarles a encauzar positivamente sus esfuerzos y energías.

Desarrollo

Según Vargas (1990), la tarea de estudiar consiste en concentrar todos los recursos personales en la capacitación y asimilación de datos, relaciones y técnicas conducentes al dominio de un problema. Es una actividad que se realiza deliberadamente con el propósito de progresar en una determinada habilidad, obtener información, lograr comprensión de un tema o de una situación. Aprender, sin embargo, es obtener el resultado apetecido en la actitud del estudio; es adquirir nuevas conductas, nuevas habilidades, nuevas actitudes, o modificar respuestas antiguas. Es poder actuar con nuevas respuestas.

Sin embargo, el término aprender es más amplio que estudiar. Al respecto, Pérez Taboada (1996) sostiene que se aprende constantemente, desde que se nace y a lo largo de toda la vida; de manera asistemática como consecuencia del diario vivir y de manera sistemática en una institución educativa. Este aprendizaje sistemático es producto del proceso de estudio. Se estudia toda vez que se decide realizar algo con la información obtenida: retenerla, interpretarla, sacar conclusiones, aplicarla, etc. En todos estos procesos se realiza una actividad voluntaria que exige concentración y esfuerzo.

Según Salas Parrilla (1991) la motivación al estudio está constituida por aquellos factores que le otorgan al alumno la energía necesaria para comenzar a estudiar y, una vez comenzado, la fuerza de voluntad para mantenerse en él hasta conseguir los fines previstos.

Existen diferentes tipos de factores motivantes, pero la mayoría de las veces se realiza la tarea de estudiar porque a través del estudio se espera conseguir otros objetivos como: terminar una carrera, conseguir un puesto de trabajo, mejorar el status social, etc.

Vargas (1990) sostiene que el estudio es el procedimiento más sencillo que tiene el hombre para llegar al saber; por tanto, todo aprendizaje ha de ser activo, es decir requiere esfuerzo y perseverancia.

Para González (1981) algunos fundamentos del estudio constituyen: pasar un examen, evitar un fracaso, permanecer en el sistema educativo, para el orgullo de los padres, para lograr la realización personal y vocacional.

Condiciones para el Estudio

Con relación a las condiciones que determinan la calidad del estudio pueden agruparse en: físicas y fisiológicas, ambientales y mentales o psicológicas.

Condiciones físicas y fisiológicas

Respecto a las condiciones físicas y fisiológicas Vargas (1990) considera importantes la atención a la alimentación, el descanso, la salud y la actividad física.

La alimentación: Debe ser bien balanceada, rica en proteínas, grasas, carbohidratos, minerales, vitaminas y agua. Es conveniente seguir una dieta adecuada para conseguir una buena recuperación de energía.

La actividad física: Salas Parrilla (1991) concede gran protagonismo al ejercicio físico para una vida estudiantil sana. El desarrollo físico-motor sirve de base y favorece el desarrollo intelectual, afectivo y social.

A través de las experiencias corporales que el ejercicio proporciona, el sujeto puede conocerse mejor a sí mismo, a los objetos y al entorno que le rodea. Ello le da capacidad para desenvolverse con mayor independencia y seguridad en su ambiente.

Condiciones Ambientales

Según Salas Parrilla (1991) los factores ambientales inciden directamente sobre el rendimiento psicofísico al actuar sobre la concentración y la relajación del estudiante y crear un ambiente adecuado o inadecuado para la tarea de estudiar. La atención a las condiciones ambientales comprende el lugar de estudio, la temperatura, el silencio, la iluminación, la ventilación y calefacción y el mobiliario y la postura.

Condiciones Mentales o Psicológicas

Entre estas condiciones Vargas (1990) distingue el autoconocimiento y la serenidad.

- **El autoconocimiento:** Tiene como finalidad apreciar con sencillez la capacidad intelectual. Es importante descubrir las propias capacidades y el tipo de memoria predominante, sea ésta visual, auditiva, verbal, motora, mixta, sintética o analítica, y una vez descubiertos, el rendimiento será mejor.

- **La serenidad:** El dominio sereno de la imaginación, el equilibrio en los afectos, el control en la voluntad son necesarios para mantener en armonía las facultades del individuo.

Condiciones materiales

Entre las condiciones materiales de mayor influencia en la tarea de estudiar, Ramírez (2004) considera los materiales de estudio y el tiempo destinado a la actividad de estudiar.

Creación de buenos hábitos de estudio

El proceso de formación o creación de hábitos de estudio requiere la observación y práctica de reglas que evidencian la autodisciplina formada para enfrentar el proceso de estudio y aprendizaje. En este sentido, Pauk (1971) hace referencia a la necesidad del estudiante de mantenerse al día, el hábito de tomar apuntes en clase y de estudiar para los exámenes.

- La necesidad de mantenerse al día: En las disciplinas de carácter acumulativo es absolutamente imprescindible; caso contrario, el estudiante quedará rezagado y le resultará sumamente difícil ponerse nuevamente a la par por haber escatimado el trabajo de ejercitación necesario para desarrollar el conocimiento y la comprensión. . Igualmente importante es mantener las mismas horas de estudio para todos los días.

- Los apuntes de clase: La cantidad de apuntes debe ser lo más reducido posible; se deben anotar las ideas fundamentales y evitar reproducir todos los detalles y ejemplos. Asimismo, se puede tener abierto el libro de texto y anotar en sus páginas la información complementaria o aclaratoria.

- El estudio para los exámenes: El mejor modo de estudiar para un examen es mantenerse al día con el trabajo de clase durante todo el curso. De este modo, al aproximarse el examen el alumno puede concentrar sus esfuerzos en la consolidación de todo lo que ya aprendió. El repaso debe iniciarse con suficiente anticipación y prestar particular atención a los temas más difíciles, de tal forma que se tenga oportunidad de solicitar ayuda al profesor si es necesario. Luego de la corrección del examen, es aconsejable revisar nuevamente los apuntes relacionados con los errores cometidos, ya que ésta constituye una de las más valiosas experiencias de aprendizaje y gravitará sobre su desempeño en las siguientes evaluaciones.

Conclusión

De acuerdo a los resultados obtenidos tras la aplicación de las técnicas de cuestionario y la entrevista para identificar los hábitos de estudio de uso más generalizado en los estudiantes del nivel universitario, se presentan las conclusiones atendiendo a los indicadores de esta variable.

Se destaca que los estudiantes del nivel universitario de la Universidad Nacional de Pilar desconocen efectivamente las estrategias de aprendizaje más adecuadas para aprender y que la utilización repetida de las mismas técnicas y, en algunos casos, pasos aislados de las mismas, juntamente con el uso persistente de la memoria, les limita en su futura formación personal y profesional.

Atendiendo los resultados obtenidos se plantean algunas **recomendaciones** para que la Universidad Nacional de Pilar, a través del funcionamiento eficiente de cada una de sus unidades académicas, apunte a la formación integral de profesionales permeados por las competencias definidas en el perfil de egreso de cada una de las carreras.

Las recomendaciones van dirigidas a los diferentes actores del hecho educativo y son aplicables, incluso, en los diferentes niveles del sistema educativo, ya que el conocimiento y la adquisición y práctica de hábitos y de métodos y técnicas de estudio deben ser objeto de atención sistemática desde los primeros años de la escolarización.

Por lo tanto, resulta importante considerar los siguientes aspectos:

- ✓ Propiciar situaciones para enseñar al alumno, de forma paralela, el desarrollo de habilidades técnicas y de una mayor capacidad de esfuerzo, persistencia, organización y aprovechamiento del tiempo.

- ✓ Atender la dimensión motivacional del alumno en las intervenciones que pretendan mejorar el estudio; de este modo, se puede mediar entre el conocimiento de una estrategia y su puesta en práctica.

- ✓ Implementar medidas que vayan concienciando al alumno de las dificultades crecientes que trae consigo el avance en la carrera, pues la necesidad que le surge al estudiante de mejorar o cambiar todo su proceso de estudio y aprendizaje es inminente y relacionada con la demanda de información y exigencias por parte del estudio de la carrera.

✓ Enseñar a aprender, dotar al alumno de estrategias de aprendizaje que posibiliten la apropiación del saber cuando se precise. Esto implica secuenciar procedimientos, técnicas y habilidades para la adquisición, almacenamiento y utilización personal de los conocimientos.

✓ Asumir la responsabilidad de desarrollar estrategias de aprendizaje, creando el marco idóneo para su práctica curricular en el cotidiano quehacer educativo y atendiendo a las exigencias y naturaleza de las asignaturas. Esto supone la asunción de diferentes y nuevas concepciones respecto de los procesos, métodos, técnicas y dinámicas conducentes al logro de aprendizajes significativos y permanentes.

Bibliografía

- ✓ Barisani, Blás (1979). *Metodología del estudio y Comprensión de textos*. Texto auxiliar para la tarea de aprendizaje. Buenos Aires: Estrada.
- ✓ Carman, R.A. y Royce, W. (1976). *Habilidad para estudiar*. Guía práctica para mejorar el rendimiento escolar. 1ª Edición. México: Limusa.
- ✓ Gasalla, Adriana (2011). *Aprendizaje autónomo: un saber para la vida*. Curso de Educación a Distancia. Buenos Aires: CIP.
- ✓ González, Pedro Chico (1981). *Sabes... Quieres... Puedes... Estudiar*. Salamanca: Centro Vocacional La Salle.
- ✓ Pérez Taboada de Tappatá, Nilda (1996). *Cómo estudiar eficazmente*. 1ª Edición. Buenos Aires: El Ateneo.
- ✓ Ramírez, Gastón (2004). *Guía para aprender a estudiar*. 1ª Edición. Buenos Aires: Plaza Dorrego
- ✓ Salas Parrilla, Miguel (1991). *Técnicas de estudio para enseñanzas medias y universidad*. Madrid: Alianza.
- ✓ Vargas Otálora, Tobías (1990). *Como Leer para Aprender*. 2ª Edición. Buenos Aires: Espacio