

Talleres educativos para contribuir al desarrollo de los hábitos de estudio en adolescentes

Educational workshops to contribute to the development of study habits in adolescents

Laritz Prieto Alfonso. Universidad de Ciencias Pedagógicas Enrique José Varona. Facultad Ciencias de la Educación, Carrera: Psicología – Pedagogía

laritzapa@ucpejv.edu.cu

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3812-9953>

Recibido: marzo 2022

Aprobado: abril 2022

RESUMEN

En la actualidad la investigación sobre los hábitos de estudio adquiere un renovado interés, en gran medida por la extensión de la educación, el impacto de la COVID – 19 en el proceso educativo y el fracaso escolar que se presenta sobre todo en los países pobres y subdesarrollados. Esta investigación ha detectado una tendencia al aprendizaje memorístico en los educandos, falta de organización ante el estudio, desconocimiento en técnicas y métodos que facilitan el aprendizaje. Este trabajo tiene como objetivo modelar talleres educativos que contribuyan al desarrollo de los hábitos de estudio en adolescentes. La perspectiva teórica a trabajar, se encuentra en el estudio de los hábitos de estudio y su importancia. Para ello realiza el diagnóstico de los hábitos de estudio para determinar su dominio. Sobre la base de los resultados obtenidos se elaboran los talleres educativos los cuales ofrecen cómo organizar su

ABSTRACT

At present, research on study habits is acquiring renewed interest, largely due to the extension of education, the impact of COVID-19 on the educational process, and school failure that occurs especially in poor and poor countries. This research has detected a tendency to rote learning in students, lack of organization before the study, lack of knowledge of techniques and methods that facilitate learning. This work aims to model educational workshops that contribute to the development of study habits in adolescents. The theoretical perspective to work is found in the study of study habits and their importance. To do this, it makes a diagnosis of study habits to determine their domain. Based on the results obtained, educational workshops are developed which offer how to organize their study time, how to develop habits that favor their learning process.

tiempo de estudio, la manera de desarrollar hábitos que favorezcan su proceso de aprendizaje.

Palabras clave: Hábitos, hábitos de estudio, adolescencia, desarrollo.

Keywords: Habits, study habits, adolescence, development.

INTRODUCCIÓN

El interés investigativo por este tema viene marcado por las inquietudes y demandas crecientes de algunos profesionales de la educación surgidas de la comprobación de algunas limitaciones que muestran muchos estudiantes en sus actividades y recursos cognitivos a la hora de enfrentarse a la resolución de alguna tarea y el empeoramiento de las mismas tras la pandemia.

En muchos casos, estas limitaciones están vinculadas con fallos relacionados con el no saber qué hacer ante una determinada tarea, no sentirse capaz de solucionarla o falta de planificación al intentar abordarla. Esto supone que, aunque se dispongan de los medios y recursos cognitivos necesarios, algunos estudiantes no tienen un funcionamiento adecuado en su proceso de aprendizaje y los resultados del mismo no sean los esperados.

La investigación será realizada desde un enfoque dialéctico-materialista analizando el fenómeno desde su complejidad. Los métodos de investigación empleados estarán determinados por la naturaleza de la investigación y las tareas desarrolladas a lo largo del proceso investigativo.

La categoría fundamental durante la investigación es hábitos de estudio, teniendo como principales referentes a Belaunde (1994); Correa (1998); Cartagena (2008); Andrade – Valle (2018), estas plantean que el desarrollo de ellos favorece al proceso educativo de los educandos y la eficiencia en el estudio.

El objetivo del presente trabajo: Modelar talleres educativos que contribuyan al desarrollo de los hábitos de estudio en adolescentes.

DESARROLLO

Para la investigación la autora trabajó con una muestra intencional de 24 estudiantes de séptimo grado de la Secundaria Básica Augusto César Sandino, dividido en 12 del sexo femenino y 12 del sexo masculino, con edades que oscilan entre 11 y 12 año. Esta selección viene dada por el criterio de la directora del centro y su profesora guía debido a la necesidad e importancia del desarrollo de hábitos de estudio tras la covid 19.

En la investigación fueron empleados métodos teóricos para el desarrollo de los fundamentos científicos, desde el método de análisis y síntesis en el estudio e integración de lo estudiado, el método inductivo en la recogida de material empírico de los fenómenos encontrados en la realidad educativa investigada y la modelación de los instrumentos de investigación y de los talleres educativos. Para la obtención de datos de las características de los hechos presentados, fue necesaria la intervención desde la observación científica participativa, natural y estructurada, la aplicación de encuestas, entrevistas y técnicas de cierre de sesiones, con el uso del método empírico.

Hábitos de estudio. Principales sustentos teóricos

Los hábitos son conductas adquiridas por repetición o aprendizaje y convertido en automatismo. Hay hábitos buenos y malos en la salud, alimentación y estudio. Los hábitos buenos ayudan a los individuos a lograr sus objetivos y metas, siempre que estos sean trabajados en forma adecuada a lo largo de la vida.

Hay hábitos buenos y malos en la salud, alimentación y estudio. Los hábitos buenos ayudan a los individuos a lograr sus objetivos y metas, siempre que estos sean trabajados en forma adecuada a lo largo de la vida.

Un individuo logra aprende con mayor rapidez y profundidad debido a sus acertados hábitos de estudio. Estudiar de forma eficiente no consiste solo en la memorización de hechos, es un saber dónde y cómo obtener información importante y científicamente probada, así como la capacidad de hacer uso inteligente de la misma

Para Andrade – Valles (2018) los hábitos de estudio son:

(...) acción rutinaria en la que la reiteración conductual en el tiempo va generando un mecanismo inconsciente que la hace más fácil y efectiva. De esta manera el estudiante planifica su tiempo y se organiza mediante la aplicación de técnicas y métodos concretos para estudiar. Por consiguiente, el éxito en el estudio no sólo depende de la inteligencia y del esfuerzo; sino también de la eficiencia de los hábitos de estudio. (p. 10)

La autora considera que para poseer buenos hábitos de estudio se debe adquirir un desarrollo de los mismos. Saber si lo que hace está bien o mal incita al individuo modificar su conducta para que sean más eficientes en sus estudios.

Al hablar de hábitos de estudio, se llega a la conclusión de que existen diversos factores que condicionan el estudio eficiente:

- Planificación del tiempo, que consiste en organizar los planes de estudio
- Concentración para controlar y dirigir la atención hacia el objetivo de estudio
- Tomar notas y resumir, que constituyen cada vez una práctica más generalizada y es necesario iniciar a los alumnos en ella para que sean los estudiantes los que investiguen, analicen, redacten y obtengan el máximo provecho posible de datos e información.

Los hábitos de estudio son una forma de hacer operativa nuestra actitud frente al estudio y el aprendizaje, favoreciendo la concentración e implica no solo lo visual y auditivo, sino también la escritura.

El adolescente en el proceso de enseñanza – aprendizaje de la Secundaria Básica.

El proceso de aprendizaje trasciende el aula y la escuela. En las múltiples interrelaciones que allí se producen están reflejadas otras tantas que las personas establecen en esos otros espacios en que conviven, de ahí que, para planificar y organizar este proceso, así como para comprender las particularidades de cómo transcurre se debe tener en cuenta esa compleja red de vínculos y de determinaciones.

Este proceso en la adolescencia aumenta su complejidad e exigencias, que van acompañadas de las características de la edad en la que se encuentran.

La adolescencia es una etapa de transición. la describen como “(...) un momento de cambios permanentes, un tiempo de transformaciones que al igual que otros períodos de vida, necesariamente debemos atravesar para crecer”. (Guelar y Crispo, 2002, p. 17).

La autora considera que los estudiantes en esta etapa estudiantil hacen más amplia la esfera de relaciones. Es donde ocurren grandes cambios en la formación de la personalidad y un factor favorable para un intercambio entre los estudiantes, los docentes y sus padres.

En esta etapa de desarrollo la actividad formal continúa siendo el estudio, sin embargo, esta cambia tanto por su contenido como por su forma e impone al adolescente la necesidad de utilizar nuevos métodos de asimilación de los conocimientos, proceso que se torna más complejo en la edad juvenil.

Las variaciones que se producen en el contenido y los métodos de obtención del conocimiento, influirán notablemente en el desarrollo de la personalidad y, de forma especial, en el desarrollo del pensamiento, de los intereses cognoscitivos y profesionales.

Los estudiantes de secundaria básica se enfrentan a grandes transformaciones, el cambio de la primaria a la secundaria lleva consigo un proceso de adaptación al nuevo contexto educativo. Muchos educandos en esta etapa comienzan a manifestar rechazo al proceso de enseñanza – aprendizaje, desmotivación por el estudio, se muestran rebeldes y en un comienzo se produce en algunos bajo rendimiento académico.

El cambio de un nivel educativo a otro no se da en sincronía con la transición a la que se está adaptando el adolescente, teniendo inconvenientes como la separación del grupo de amigos en un momento en el que la amistad es muy importante para el equilibrio emocional del adolescente, este tipo de cambios en su contexto socioeducativo influyen de forma negativa al intentar ajustarse a su nueva situación.

Cabe mencionar que no todos los adolescentes presentan dificultades en la adaptación al nuevo modelo educativo al que se enfrentan, pues los diversos factores personales y culturales, hacen que algunos adolescentes se adapten mejor a los cambios.

Las actividades estudiantiles en la secundaria básica deben contribuir a que los estudiantes actúen cada vez más sobre la base de sus propios intereses, convicciones y criterios. Los adolescentes deben jerarquizar más aquellos valores y cualidades como la autocrítica y la honestidad.

Autores como Cutz, G (2003) señala que muchos de los problemas respecto al éxito en la escuela, giran en torno a los buenos hábitos de estudio y expectativas respecto a las tareas en casa y, afirma que los padres pueden desempeñar un papel importante proveyendo estímulos, ambiente y materiales necesarios para que el estudio sea una actividad exitosa.

El hábito de estudio en este período estudiantil es de gran importancia pues ayuda a una mayor organización del proceso de estudio, mejora el rendimiento académico y facilita el desarrollo del proceso de enseñanza – aprendizaje del adolescente.

Lamentablemente tras el confinamiento por la COVID-19 los hábitos de estudio se vieron notablemente afectados durante esta etapa de aislamiento. La casa se volvió la escuela y los educandos se vieron obligados a modificar notablemente su estudio.

Para una mayor profundización, la autora realiza un diagnóstico a 24 estudiantes de la Secundaria Básica Augusto César Sandino que arrojó los siguientes resultados.

Resultados y discusión

Tras el diagnóstico realizado, mediante instrumentos como encuestas a estudiantes y entrevistas a docentes y educandos se arrojaron los siguientes resultados.

Fortalezas

1. Condiciones del hogar favorables para el estudio
2. Buena asistencia y puntualidad a clases
3. Resolución de las tareas que se les orienta

Debilidades

1. Poco conocimiento sobre las técnicas de estudio
2. La gran mayoría no saben cómo realizar resúmenes,

3. No conocen como elaborar cuadros sinópticos y mapas conceptuales
4. Predomina el estudio solo para los exámenes

Reflexionar sobre los resultados del diagnóstico realizado permitió tomar decisiones en función de contribuir al desarrollo de los hábitos de estudio en los adolescentes para facilitar su aprendizaje, así como dotarlos de herramientas que faciliten su estudio y se sientan más motivados a estudiar desde casa.

En correspondencia con estos resultados la autora considera oportuno proponer talleres educativos que contribuyan al desarrollo de los hábitos de estudio de los adolescentes. (Anexo 1)

Para la modelación de los talleres, la autora parte de la definición dada por Calzado D. (2004), que define el taller como:

(...) forma de organización, permite la reflexión grupal sobre los problemas profesionales, sus causas, consecuencias alternativas de solución, en correspondencia con los contextos en que se manifiesta, aprovechando las potencialidades del grupo para buscar soluciones profesionales y/o científicas a los problemas traídos a la reflexión. (p. 21)

Es necesario que durante el taller tanto el docente o facilitador como el alumno o participante se comprometan activamente con la realidad social en la cual está insertado el taller, buscando conjuntamente con los grupos las formas más eficientes y dinámicas de actuar en relación con las necesidades que la realidad social presenta.

Cabe resaltar que el personal que va a trabajar en los talleres, practique varias veces los ejercicios antes de poner en práctica cada sesión y después de haberlo impartido debe asegurarse que el contenido abordado quede claro y el objetivo de cada sesión se cumpla.

De acuerdo con los intereses y el objetivo de la autora para el desarrollo de los talleres es imprescindible respetar y estimular siempre el pensamiento y la capacidad crítica de los estudiantes, que ellos se sientan libres y en confianza de expresar sus dudas y

plasmar sus sugerencias, pues esta retroalimentación facilita que las sesiones sean más fructíferas y dinámicas.

En cada una de las sesiones se debe crear un ambiente agradable de respeto y ética profesional. El lugar y las condiciones materiales deben de estar creadas para que todos los involucrados se sientan cómodos durante las sesiones de trabajo.

En todas las sesiones se debe de hacer hincapié en la importancia del desarrollo de los hábitos de estudio para que los estudiantes valoren la utilidad de cada sesión y el impacto positivo que tendrá en su vida estudiantil y personal.

Los talleres que se proponen en esta investigación se sustenta teórica y metodológicamente en el enfoque histórico - cultural de Vygotsky, teniendo en cuenta los aspectos relacionados a la situación social de desarrollo tomando como base sus postulados acerca de la zona de desarrollo próximo y lo relativo a la educación participativa y desarrolladora. Poseen un carácter dinámico, reflexivo, bajo las bases de respeto, apoyo, empatía, colaboración y sus contenidos van dirigidos a que los estudiantes conozcan la importancia de los hábitos de estudio en su desempeño académico a lo largo de toda su trayectoria estudiantil.

Están dirigidos a promover en los educandos el desarrollo de los hábitos de estudio, que aprendan a evaluar sus dificultades en el proceso de enseñanza – aprendizaje. Se pretende además desarrollar en ellos habilidades comunicativas a la hora de preguntar alguna duda tanto a sus profesores como a sus compañeros, dificultad que se evidencia en muchas ocasiones y se traslada a todas las etapas de la vida estudiantil.

Por ello se declara como objetivo general de la propuesta de talleres: contribuir al desarrollo de los hábitos de estudio en los estudiantes de secundaria básica.

Su contenido se organiza de tal manera que en cada sesión se describen los objetivos particulares del tema a tratar, el contenido básico, los materiales utilizados, los ejercicios que se proponen a trabajar y tiempo de duración.

CONCLUSIONES

Los presupuestos teóricos trabajados en la investigación son de gran importancia para el desarrollo de la propuesta de talleres. El desarrollo de hábitos de estudio desde la etapa adolescente facilita que en las etapas posteriores al estudiante se le facilite el proceso de enseñanza - aprendizaje. Por otro lado, los referentes metodológicos utilizados a lo largo de la investigación señalan el modo de hacer del taller que, es la propuesta escogida por la autora en esta ocasión en pos de lograr el objetivo primordial.

En cuanto a los resultados de los instrumentos aplicados arrojaron que, en un estado inicial, la situación en cuanto a los hábitos de estudio en los adolescentes tiene como fortaleza el apoyo familiar, la motivación por el estudio desde la escuela, las comodidades en el hogar y la concientización sobre la importancia del desarrollo de los hábitos de estudio. De distinta manera se presenta una insuficiente preparación sobre las técnicas de estudio, la organización del tiempo de estudio

La propuesta de talleres elaborada posee un carácter dinámico, participativo, activo y reflexivo, desarrollándose sobre la base de análisis de vivencias.

BIBLIOGRAFÍA

Andrade – Valle, I., Facio S., Rosales, M (2018). Actitud, hábitos de estudio y rendimiento académico, Formato digital

Belaunde, I. (1994). Hábitos de estudio. Revista de la Facultad de Psicología de la Universidad Femenina del Sagrado Corazón (2), pág. 8 – 15. Perú

Castellanos, D. (2001). Aprender y enseñar en la escuela. La Habana. Pueblo y Educación

Calzado D. (2004). Un modelo de formas de organización del proceso de enseñanza aprendizaje. (Tesis de Doctor en Ciencias pedagógicas. UCPEJV)

Cartagena, Mario (2008). Relación entre autoeficacia, el rendimiento escolar y los hábitos de estudio de secundaria, Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y cambio en educación, vol. 6 (3). <http://www.Rinace.net/arts/vol6num3/art3>, consulta: 10 de marzo del 2021

Cedillo. L y Salamea. R (2021). Hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje, vol. 6 NÚM. 3.1 (2021): VI conferencia internacional de investigación multidisciplinaria (CIIM – 2021). DOI <https://doi.org/10.33890/innova.v6vn3.1.2021.1.858>. Consultado: 4 de enero del 2022

Correa, M. (1998). Programa de Hábitos de Estudio para estudiantes de la segunda Etapa de Educación Básica. (Tesis de maestría). Universidad Pedagógica Experimental libertador. Caracas

Cutz, G. (2003) hábitos de estudio y tarea en casa. Ediciones de la Universidad de Illinois, USA. Formato digital

Guelar, D. y Crispo, R. (2002). La adolescencia: Manual de supervivencia. Tiempo de padres. Barcelona, España

Zárate. N, Soto. M, Martínez. E, y López. N (2018). Hábitos de estudio. FEM: Revista de la Fundación Educación Médica, 21 (3), 153 – 157. <https://doi.org/10.33588/fem.213.948>

Anexo 1

Síntesis de la modelación de los talleres educativos. Período de 8 semanas

Título	Objetivo	Contenido	Método
1 ¿Conozco mis dificultades ante el estudio?	Concientizar las fortalezas y debilidades que presentan los educandos a la hora de estudiar	Fortalezas y debilidades encontradas en el diagnóstico	Elaboración conjunta
2 Los hábitos de estudio, mis grandes aliados	Caracterizar los hábitos de estudio,	Los hábitos de estudio y su forman	Elaboración conjunta
3 ¿Cómo organizar mi estudio?	Valorar cómo se organiza el estudio	Organización del tiempo de estudio (lugar, tiempo de estudio, clima)	Elaboración conjunta

		Técnicas para el estudio (Resumir, cuadro sinóptico, mapa de significados)	
4 Resumen y aprendo	Caracterizar la importancia de los resúmenes para la actividad de estudio	¿Cómo hacer resúmenes? Su importancia para el estudio	Elaboración conjunta
5 Cuadro sinóptico y mapas conceptuales	Caracterizar la importancia de los cuadros sinópticos y mapas conceptuales para la actividad de estudio	Características de los cuadros sinópticos y mapas conceptuales Su importancia para organizar el estudio	Elaboración Conjunta
6 Planificando nuestro estudio	Diseñar un plan de estudio para los estudiantes para que se organicen desde casa.	Plan de estudio, técnicas y métodos de estudio. Herramientas para elaborar un plan de estudio en casa con apoyo de la familia Importancia del desarrollo de los hábitos de estudio	Elaboración conjunta
7 Mi plan de estudio	Valorar el plan de estudio elaborado por los estudiantes y sus padres	Plan de estudio elaborado por los estudiantes. Importancia de su puesta en práctica	Elaboración Conjunta
8 Los hábitos de estudio: mis grandes aliados	Valorar la importancia del desarrollo de los hábitos de estudio	Expectativas de los estudiantes Importancia del desarrollo de los hábitos de estudio	Elaboración conjunta