

## XV. Expectativas emprendedoras en universitarios y la influencia de los hábitos de estudio y la capacidad de resiliencia

GUADALUPE DEL SOCORRO PALMER DE LOS SANTOS<sup>1</sup>

JUAN CARLOS NERI GUZMÁN<sup>2</sup>

DOI: <https://doi.org/10.52501/cc.159.15>

### Resumen

El objetivo de esta investigación es verificar si existe una relación entre los hábitos de estudio y la actitud resiliente en estudiantes universitarios, así analizar los factores que explican cada una de estas dimensiones y la influencia que tienen aspectos como el género, el programa educativo, el nivel de estudio de los padres, la trayectoria empresarial y las expectativas profesionales de los alumnos. Para ello se utilizó un método mixto de investigación cualitativa-cuantitativa apoyado en una encuesta y el análisis factorial que permitieron mostrar el papel que juega la educación de los padres en los hábitos de estudio y la herencia empresarial de la familia, en la capacidad de resiliencia de los estudiantes universitarios.

*Palabras clave: hábitos de estudio, resiliencia, expectativas empresariales*

<sup>1</sup> Maestra en antropología social. Universidad Politécnica de San Luis Potosí.

<sup>2</sup> Doctor en ciencias económicas. Universidad Politécnica de San Luis Potosí. <https://orcid.org/0000-0002-2711-6797>

## Introducción

Actualmente existe una crítica sobre la calidad educativa, sobre todo en países en vías de desarrollo como México, por descuidar sus sistemas y modelos de enseñanza, lo cual se ha venido a agravar con la reciente pandemia por Covid-19 que al pasar de un modelo presencial a uno a distancia provocó una disrupción en el modelo enseñanza-aprendizaje que influyó negativamente en el bienestar y desempeño de los estudiantes. Ante este panorama, han sido diversos los estudios llevados a cabo para demostrar el grado de afectación resultante en la educación; el presente busca ayudar a conocer cómo los hábitos de estudio adquiridos por un estudiante de educación superior inciden en su desempeño escolar y cómo estos, pueden incidir en su capacidad resiliente. Este planteamiento pone a prueba los factores que determinan, tanto los hábitos de estudio, como los de resiliencia y se espera identificar si existe alguna relación entre ellos, tratando de encontrar oportunidades de mejora en los modelos educativos de la educación superior.

## Contexto teórico

La forma en que los estudiantes de licenciatura perciben y entienden la información, la manera en que administran y organizan el tiempo tiene que ver con aspectos que han aprendido durante su proceso de formación; esto es, que a lo largo de su educación básica, media y media superior, se han creado procesos en los que interviene la plasticidad del cerebro y la interacción con otras personas, de allí podemos observar que se van creando redes neuronales que nos expresan una plasticidad cerebral que influye influencia en sus hábitos de estudio y su capacidad de ser resilientes.

El concepto de hábito proviene de la palabra *habitus*, vocablo latino que según la RAE (2022) significa modo especial de proceder o conducirse adquirido por repetición de actos iguales o semejantes u originado por tendencias instintivas. Zukerfeld y Zonis (2011), remontan el concepto de hábito hasta Aristóteles que lo identifica como proveniente de *hexe*, lo observa como una naturaleza adquirida, Aquino (2001) lo expresa como la

naturaleza de las cosas y la disposición, así también explica sobre los buenos y malos hábitos. Por otra parte, Darwin (1859) vincula a los hábitos al instinto como algo que se ha generado a partir de la selección natural.

Desde el punto de vista de la escolástica los hábitos son adquiridos, pero desde el punto de vista evolucionista, son instintivos. Sin embargo, existen otras posturas al respecto, revisando a María y Rodríguez (2012) que citan a James, podemos observar que este último autor es quien desarrolla los antecedentes de la neurociencia social, divide a los hábitos en tendencia innata otra vez identificándolos con los instintos, pero también los llama actos de razón. El punto importante en estos autores, es la forma en que el estudio de la plasticidad del cerebro explica como el contexto en el que se desarrolla un ser humano (los aprendizajes), las personas con las que se relaciona el lugar donde vive, puede modificar o crear redes neuronales y cambiar físicamente al cerebro, lo cual nos lleva a entender que la forma en que se pueden analizar los hábitos debe conjuntar diversas perspectivas para entender los procesos sociales y físicos cerebrales que se llevan a cabo.

De esta misma manera, el trabajo multi e interdisciplinario permite entender mejor los procesos que pretendemos analizar, en el caso de la psicología retoma elementos de la sociología y la antropología para describir el hábito, Quéré (2017) expresa a través de la teoría de *habitus* de Bourdieu dos categorías, la primera se refiere al sentido práctico que se tiene en cuanto a las reglas que se siguen y la segunda, el aspecto que se desarrolla en el contexto social, por lo cual describe dualidades que tienen que ver con la forma en que se recrea este proceso en el contexto individual y social de una persona. Para simplificar el *habitus* de Bourdieu se expresa no sólo en el sujeto sino como el sujeto está inmerso en la sociedad, tiene una pertenencia y práctica los hábitos.

Por otra parte, Martínez (2017) define el habitus “como un conjunto de principios de percepción, valoración y de actuación debidos a la inculcación generada por el origen y la trayectoria sociales” (p. 2), lo que implica que los hábitos son creados dentro del seno familiar y de comunidad de la persona. Por otra parte, se puede integrar la idea de hábito a las prácticas sociales y que tiene que ver con la construcción del lenguaje, como lo explica Chomsky (1978). Es importante entender que es mediante el lenguaje que se reco-

noce el mundo y por medio de él se genera la comunicación de las ideas, por lo tanto, los hábitos se forman en relación a lo que se piensa y se expresa.

Es importante, entonces, regresar al concepto de la plasticidad del cerebro que se revisó en párrafos anteriores, en donde se puede entender que estos aspectos de tipo cultural y de lenguaje, generan circuitos neuronales que permiten el desarrollo de los hábitos, pero están en parte determinados por los procesos y esquemas sociales y de lenguaje en el cual una persona pueda estar inmersa.

El concepto de hábito, desde lo social, se integra a lo educativo, ahí los estudiantes a partir de las prácticas sociales y el contexto en el que se han desarrollado durante su vida académica habrán creado para su progreso en la educación superior, las redes neuronales desarrolladas para el estudio. Esto es, que un estudiante que no ha tenido o ha tenido limitados hábitos educativos en su vida académica anterior a la Universidad, cuando llega a la licenciatura eso puede ser motivo para que deserte y no concluya la carrera.

Si durante su formación desde preescolar hasta media superior no se han formado los hábitos, pueden generarse durante la educación superior, esto es, que todavía es posible a partir de una concientización individual, el estudiante pueda mejorar sus hábitos de estudio y se torne resiliente. Sin embargo, el cerebro en edades más jóvenes tiende a tener mayor plasticidad para la generación de circuitos neuronales, porque al paso del tiempo la cantidad de sinapsis va disminuyendo, con ello la capacidad para aprender y desarrollar nuevas habilidades (González & García, 2019).

El concepto de hábito, por lo tanto, está muy relacionado con el rendimiento académico y se considera que el desarrollo de hábitos de estudio eficientes promueve un mejor rendimiento que también puede reflejarse en su desenvolvimiento laboral. Por ello la neuroplasticidad permite entender la forma en que podemos absorber información nueva y es importante reconocer de qué manera podemos mejorar esa plasticidad neuronal en edades más avanzadas.

Para fomentar esta plasticidad neuronal es importante considerar aspectos físicos como alimentación, el cuidado del sueño, así como los aspectos emocionales, todo esto tiene que ver en la manera en que el cerebro genera nuevos circuitos neuronales y retoma información nueva de manera más eficiente. Es decir es que una persona con una buena alimentación,

que hace ejercicio y ha tenido refuerzos positivos tendrá un proceso mejor en el aprendizaje, esto lo comentan Araya y Espinoza (2020). Sin embargo, cuando entramos al concepto de resiliencia tenemos otro punto de vista.

El concepto de resiliencia nos dice que en situaciones difíciles el cerebro integra redes que permiten que el desarrollo de una persona en circunstancias complejas sea más efectivo, a diferencia de otros con contextos más relajados. La American Psychological Association (APA, 2023) la considera como el proceso de adaptarse bien a la adversidad, a un trauma, a una tragedia, amenaza, o fuente de tensión significativas, como problemas familiares o de relaciones personales, problemas serios de salud o situaciones estresantes del trabajo o financieras.

El estudio de la resiliencia se ha integrado desde diferentes perspectivas a través del tiempo, este concepto ha sido estudiado por europeos, norteamericanos y latinoamericanos, cada uno desde su punto de vista histórico y geográfico. Los estudios se han clasificado por escuelas: Gil (2010); por olas: Rubio (2016), también por modelos teóricos: Roque (2020). En los estudios revisados, la resiliencia se ha analizado desde la psicología, la antropología, la educación y la genética. Se considera también, como en el caso de los hábitos que la resiliencia tiene una composición medioambiental y de procesos genéticos, es decir que no es una mera adaptabilidad, sino que sus componentes son más complejos.

León y Cárdenas (2020) proponen para su estudio una postura dinámica y compleja donde una vida saludable está integrada por diferentes niveles en los cuales lo fisiológico, la estructura, la conducta y las relaciones sociales se observan en la comunicación neuronal, que también impacta a la modulación epigenética, esto es cambio en los genes pero sin que exista un cambio en el ADN, lo que se refiere a la forma en que se ha dado la crianza de las personas, también se debe tomar en cuenta en qué momento de procesos sensibles se han generado las habilidades resilientes, esto conlleva a lo que los autores llaman sistema afectivo donde integran el cuidado, la búsqueda, el dolor y el estrés, además de los factores que lo determinan los genes, el ambiente y el ciclo vital.

En cuestión de personas que han estado bajo fuerte estrés, con dolor, sin elementos de apoyo, empatía y recompensa, en lugar de procesos resilientes se pueden crear patologías y personalidades limítrofes. Por ello, el apoyo

durante la educación y en etapas de gran estrés es necesario, contar con un soporte emocional como amigos, maestros, familia o sistemas institucionales que permitan ser la comunidad necesaria con la cual el estudiante pueda desarrollar aspectos resilientes y lo ayuden en un crecimiento educativo, emocional.

La forma en cómo el estudiante integra esquemas de autorregulación y empatía, así como reglas morales y de valores, le permiten interaccionar en un futuro en su vida cotidiana y laboral a través de patrones de conductas sanas: desarrollar habilidades de adaptación, de manejo de estrés que le ayuden a lidiar con episodios dolorosos en su vida.

La mayor parte de estudios de resiliencia se han enfocado en niños y adolescentes, desde nivel preescolar y media superior; en el caso de la educación superior el estudio de la resiliencia no ha sido tan favorecido, esto puede ser debido a que se considera que los procesos neuronales y hábitos ya han sido formados anteriormente. Sin embargo, es importante analizar la posibilidad de que en las materias de la Universidad se puedan fomentar, tanto los hábitos de estudio como la resiliencia.

Alonso et al. (2016) citan a Contreras (2007), Alpizar y Salas (2010), quienes realizan una clasificación de la resiliencia respecto a las características del niño, de la familia y la comunidad; se observa que personas que se muestran agradables hacia los demás son más resilientes, porque reciben mayor apoyo, también en quienes cuidan a hermanos pequeños y los hermanos que son cuidados por ellos, su resiliencia es mayor, debido a la responsabilidad que cae en ambos. Igualmente, como se ha comentado, la comunidad de soporte es muy importante para que el niño o joven sea resiliente. Esto puede ser desde una religión, tener una figura de apoyo, entre los cuales se menciona a los docentes, sacerdotes, o amigos mayores que pueden guiar a la persona para volverlo más resiliente.

Asimismo nos preguntamos actualmente por qué la resiliencia en nuestros estudiantes es menor, y se puede pensar en el concepto de "generación de cristal", pero hasta el momento sólo se ha encontrado en español un artículo sobre cómo fomentar la resiliencia en la generación de cristal en jóvenes de preparatoria, a partir de las TIC (Díaz y Real, 2022); por lo cual sería un punto interesante revisar de qué manera los jóvenes nacidos en el 2000 a la fecha o que han pasado por la pandemia de Covid 19 han desa-

rrollado sus redes neuronales y de qué manera se refleja en sus hábitos de estudio.

Estudios como los de Pulgar (2010), citado por Peraza (2017), muestran que en el ámbito escolar, el rendimiento académico en universitarios va de la mano con los niveles de resiliencia.

En este sentido, esta investigación cobra vigencia y oportunidad al relacionar dos grandes fenómenos que entrañan factores comunes como los hábitos y el contexto en que se desarrollan y se busca verificar que los hábitos de estudio muestran una relación positiva, respecto a la capacidad de resiliencia en los estudiantes universitarios.

## Metodología

Este estudio busca verificar si los hábitos de estudio de los estudiantes universitarios muestran una relación con su nivel de resiliencia, y se busca comprobar dos hipótesis: a) los hábitos de estudio están relacionados positivamente con la capacidad de resiliencia de los estudiantes y b) los hábitos de estudio están relacionados directamente con el desempeño escolar y éste, a su vez se relaciona negativamente con la capacidad de resiliencia.

Los objetivos específicos que guían la investigación son los siguientes: identificar cuáles son los factores que permiten explicar la resiliencia en los universitarios; Identificar cuáles son los hábitos de estudio más consolidados en los universitarios y medir la relación entre hábitos de estudio y nivel de resiliencia en universitarios.

Las preguntas que esta investigación busca responder son las siguientes:

¿Cuáles son los hábitos de estudio más consolidados en universitarios?, ¿Cuáles son los factores que más inciden en la resiliencia de los estudiantes universitarios?, ¿Existe una relación positiva entre hábitos de estudio y capacidad de resiliencia en universitarios?, ¿Las variables demográficas como género, carrera, el nivel de estudio de los padres, los antecedentes y expectativas empresariales del estudiante o su desempeño escolar influyen en los hábitos

de estudio y la capacidad de resiliencia?, ¿El uso de las TIC tienen una incidencia en los hábitos de estudio y la actitud resiliente de los universitarios?

Esta investigación tiene un enfoque mixto, cualitativo y cuantitativo y se fundamenta en una encuesta aplicada de manera presencial a 534 estudiantes universitarios de primer semestre de la Universidad Politécnica de San Luis Potosí, en el periodo de octubre-noviembre de 2022.

Para medir los hábitos de estudio se tomaron en cuenta 3 dimensiones: Organización del estudio, medida a través de 16 variables; Motivación por el estudio, medida a través de 18 variables y Técnicas de estudio, medida por 17 variables. Esta metodología fue retomada de los estudios de la Universidad Nacional de Catamarca (UNCa, 2019) y de Castro et al. (2021). Los constructos se definen de la siguiente manera:

- Organización del estudio. La organización hace referencia a la capacidad y disciplina que muestra un estudiante para asegurar que las acciones, procesos, procedimientos que realiza, resulten adecuados para incidir en un proceso de aprovechamiento escolar. Esto implica, desde la disposición de hábitos saludables, como acceso a un lugar de trabajo, material educativo, condiciones adecuadas como ventilación, iluminación, temperatura, sin molestias por ruido o distracciones (televisión, radio, internet, etc.), un adecuado uso del tiempo disponible y capacidad de priorizar las cargas académicas (Najarro, 2020)
- Motivación para el estudio. Hace referencia al conjunto de razones que tiene un individuo para llevar a cabo de manera conciente y evidente una acción que para éste es importante, ya sea proyecto, idea, objetivo o deseo, lo cual implica una fuerza mental y/o física para ello. En el sentido de la educación, la motivación se refiere a la predisposición que tiene una persona por mejorar sus conocimientos y habilidades (Paredes, 2018, Hernández et al., 2012).
- Técnicas de estudio. Representan el conjunto de herramientas, estrategias o procedimientos relacionadas con el proceso educativo y capacidades específicas como la concentración memoria y atención, que permiten potenciar los procesos de estudio, el pensamiento, la

capacidad de entendimiento, la generación de conocimiento y, por tanto, el aprendizaje y rendimiento escolar (Enríquez et al., 2015).

Por su parte, la resiliencia se estimó a través de 4 dimensiones: Estabilidad, evaluada a través de 7 variables; Flexibilidad, medida con 8 variables; Adaptabilidad, estimada vía 8 variables y Comunidad de soporte, calculada por 10 variables. La metodología fue tomada de Peraza et al. (2017), las dimensiones se interpretan de la siguiente manera:

- Estabilidad. Hace referencia a la capacidad que tiene una persona para recuperarse de eventos extraordinarios, usualmente difíciles, superando en el menor tiempo posible los efectos emocionales negativos como la ansiedad, el estrés, la tristeza, la impotencia, entre otros, siendo capaz de mantenerse optimista y en equilibrio, al entender y controlar sus emociones de manera conciente (Peraza et al., 2017).
- Flexibilidad. Refleja la capacidad de adaptación de una persona y su habilidad para reaccionar de manera oportuna, ante una situación adversa y es consciente de aquellas situaciones que pueden afectarlo manteniendo una postura realista (Peraza et al., 2017).
- Adaptabilidad. Representa la capacidad de un individuo para enfrentarse de manera conciente y con confianza a un problema u eventualidad siendo capaz de evaluar la situación y diseñar estrategias eficientes y realizar los cambios necesarios para salir beneficiado ante la adversidad del entorno, lo que le permite minimizar los efectos emocionales negativos (Peraza et al., 2017).
- Comunidad de soporte. Representa la capacidad u oportunidad que tiene una persona para contar y recurrir al apoyo de familiares, amigos u organizaciones que pueden representar un punto de ayuda (económica, emocional, médica, legal, informativa, etc.) para que pueda enfrentar eventualidades u aprovechar oportunidades que le presenta su entorno (Pérez, 2022, Hurtubia, 2021).

En el estudio se tomaron en cuenta 7 variables demográficas: género, carrera, situación civil de los padres, familia con negocio, nivel de estudio de los padres, desempeño y expectativas de emprendimiento de los estu-

diantes (ver anexo), las cuales fueron analizadas a través de pruebas t para comparar medias entre grupos.

Para evaluar la adecuación de las dimensiones de habilidades de estudio y de resiliencia del modelo original a nuestro estudio de caso, se realizó un análisis factorial confirmatorio y pruebas de significancia estadística con el *software* SPSS v.25, con resultados que se muestran en la tabla 1, donde se presenta la prueba de fiabilidad para cada dimensión de análisis antes y después de ajustar variables, según la varianza de escala y la aportación al alfa de Cronbach.

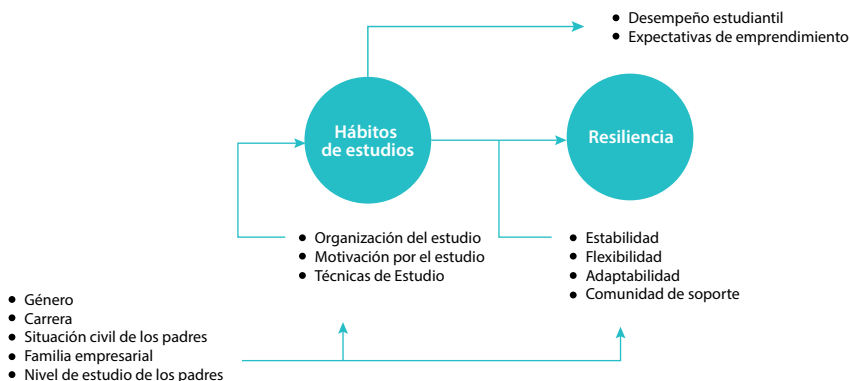
Tabla 1. Análisis de fiabilidad de los constructos del modelo

| <i>Dimensión</i>               | <i>Alfa de Cronbach</i> | <i>No. Elementos</i> | <i>* Alfa de Cronbach</i> | <i>* No. Elementos</i> |
|--------------------------------|-------------------------|----------------------|---------------------------|------------------------|
| Organización del estudio (HE)  | 0.781                   | 16                   | 0.786                     | 15                     |
| Motivación por el estudio (HE) | 0.842                   | 18                   | 0.853                     | 17                     |
| Técnicas de estudio (HE)       | 0.839                   | 17                   | 0.860                     | 13                     |
| Estabilidad (R)                | 0.846                   | 7                    | 0.846                     | 7                      |
| Flexibilidad (R)               | 0.528                   | 8                    | 0.672                     | 5                      |
| Adaptabilidad (R)              | 0.850                   | 8                    | 0.850                     | 8                      |
| Comunidad de soporte (R)       | 0.793                   | 10                   | 0.799                     | 9                      |

\* Dimensiones ajustadas en número de variables con base en estadísticas de fiabilidad (aportación de varianza y alfa de Cronbach). HE = Dimensión de Hábitos de estudio; R = Dimensión de resiliencia. *Fuente: elaboración propia con uso del software SPSS v. 25*

Para verificar la relación de las variables se hizo uso del análisis de ecuaciones estructurales con el uso del *software* AMOS de SPSS v.25 destacando la estimación de los coeficientes de correlación y covarianza entre variables y constructos. La figura 1 muestra el modelo de investigación y la relación entre variables observadas y constructos, así como las variables para el análisis del contexto.

Figura 1. Modelo de investigación habilidades de estudio y resiliencia en universitarios



Fuente: elaboración propia con base a UNCa (2019), Castro et al. (2021) y Peraza et al. (2017).

## Resultados

### Hábitos de estudio

De los tres factores considerados para dimensionar los hábitos de estudio: motivación, organización y técnicas de estudio, el que mayor grado de incidencia tuvo sobre los hábitos fue la motivación por el estudio, seguido de las técnicas de estudio y por la organización para el estudio, lo cual se muestra en el modelo de regresión múltiple.

$$HE = -2.059 + 0.473 ME + 0.309 OE + 0.432 TE + 0.109$$

Donde: HE = Hábitos de estudio, ME = Motivación por el estudio, OE = Organización para el estudio, TE = Técnicas de estudio.

Este modelo dice en términos prácticos, que por cada unidad que aumenta la motivación por el estudio, los hábitos de estudio se incrementan en un 0.473 unidades, y de manera semejante para el resto de las variables.

Asimismo, la relación que existe entre los factores determinantes y los hábitos de estudio es alta, considerando los coeficientes de correlación que se muestran en la figura 2, con valores entre 0.822 y 0.893, mientras que la relación entre los mismos factores determinantes muestra una correlación moderada, con valores entre 0.62 y 0.659. En este caso, las variables que más relación muestran con los hábitos de estudio son las técnicas y la motivación por el estudio.

Figura 2. Modelo relacional entre hábitos de estudio y factores determinantes (correlaciones)



Fuente: elaboración propia con ayuda de AMOS y SPSS V.25

## Resiliencia

Por su parte, de los cuatro factores considerados para dimensionar el grado de resiliencia: estabilidad, flexibilidad, adaptabilidad y comunidad de soporte, el que mayor grado de incidencia tiene sobre la resiliencia es la adaptabilidad, seguido de la estabilidad, la comunidad de soporte y la flexibilidad, respectivamente, lo cual se representa en el modelo de regresión múltiple.

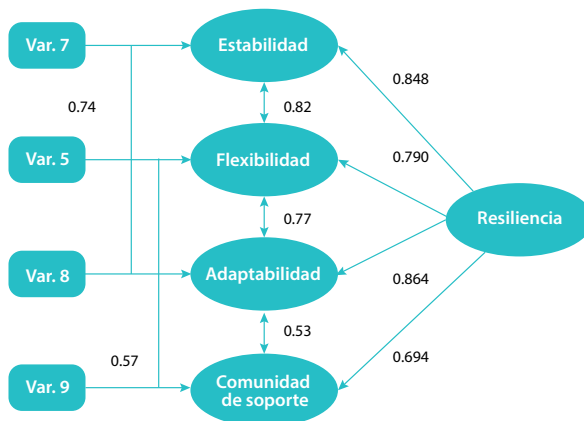
$$R = -1.246 + 0.308 \text{ ES} + 0.198 \text{ FL} + 0.364 \text{ AD} + 0.265 \text{ CS} + 0.106$$

Donde: R = Resiliencia, ES = Estabilidad, FL = Flexibilidad, AD = Adaptabilidad, CS = Comunidad de soporte.

La ecuación muestra que por cada unidad que mejore la adaptabilidad del estudiante universitario, su capacidad de resiliencia mejorará en 0.364 unidades.

Por su parte, los resultados muestran que los factores que mayor relación registran respecto a la resiliencia son la adaptabilidad y la estabilidad (ver figura 3), con altos coeficientes de correlación con valores entre 0.848 y 0.864, mientras que la flexibilidad y la comunidad de soporte, muestran una correlación moderada, con valores entre 0.694 y 0.79. Respecto a la relación entre factores, la relevante es la que existe entre las dimensiones estabilidad y flexibilidad ( $r=0.82$ ), el resto es entre moderada y alta (con valores entre 0.53 y 0.77).

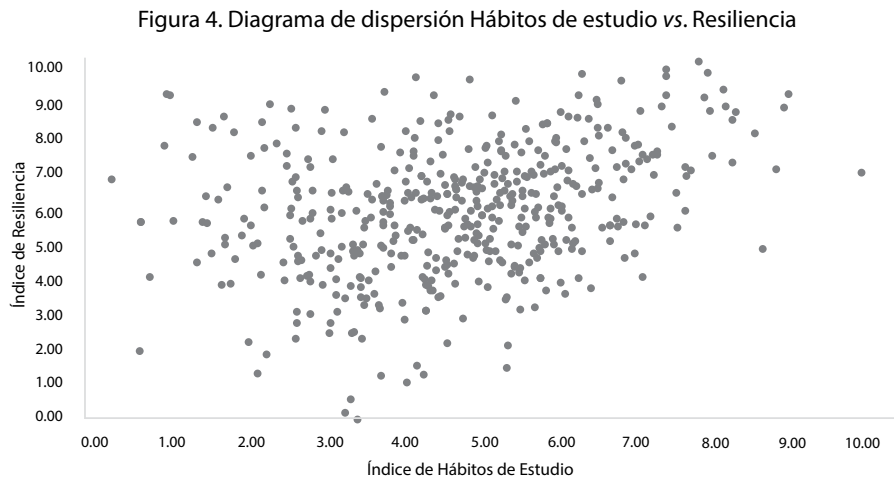
Figura 3. Modelo relacional entre resiliencia y factores determinantes (correlaciones)



Fuente: Elaboración propia con ayuda de AMOS y SPSS v.25

## Hábitos de estudios vs. resiliencia

El diagrama de dispersión muestra que existe una relación directa entre los hábitos de estudio y la resiliencia, es decir que los hábitos de estudio ayudan a explicar o están relacionados de manera positiva con la capacidad de resiliencia de los estudiantes (ver figura 4).



Fuente: elaboración propia con SPSS v.25. Datos estandarizados en escala 0 a 10

No obstante, el análisis de correlación y regresión nos muestra que la relación entre los hábitos de estudio y la resiliencia si bien es positiva, es débil ( $r=0.347$ ) como lo muestra los resultados estadísticos (ver tabla 2).

Tabla 2. Resumen del modelo de regresión Hábitos de estudio vs Resiliencia

| R     | R cuadrado | R cuadrado ajustado | Error estándar |
|-------|------------|---------------------|----------------|
| 0.309 | 0.095      | 0.093               | 1.69914        |

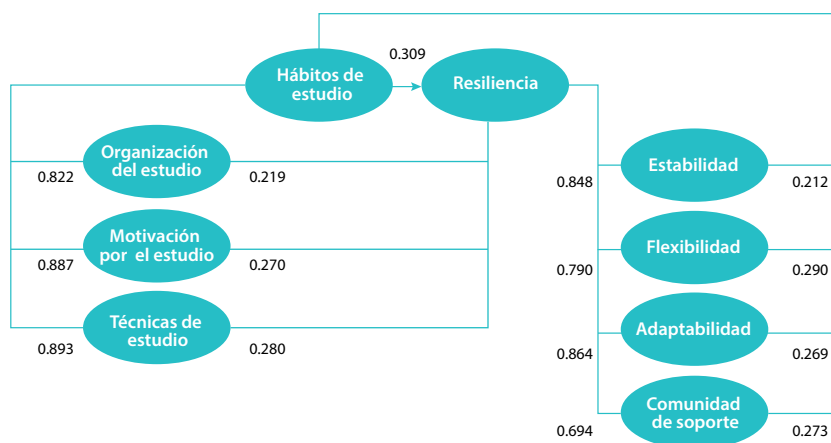
Fuente: elaboración propia con ayuda de SPSS v.25.

El modelo de regresión muestra que una mejora en los hábitos de estudio, en una unidad, se refleja de manera directa en una mayor capacidad de resiliencia de los estudiantes, en 0.323 unidades.

$$\text{Resiliencia} = 4.294 + 0.323 \text{ HE} + 1.699$$

Por otra parte, analizando el aporte de los factores determinantes de los hábitos de estudio, respecto a la capacidad de resiliencia de los estudiantes, se muestra que éstos no tienen una relación significativa, pues las correlaciones se encuentran entre valores 0.219 y 0.280. El mismo fenómeno se observa de los factores determinantes de la resiliencia respecto a los hábitos de estudio con correlaciones entre 0.212 y 0.29 (ver figura 5).

Figura 5. Relación entre factores determinantes de Hábitos de estudio y Resiliencia (correlaciones)



Fuente: Elaboración propia con ayuda de AMOS y SPSS v.25.

## Variables demográficas vs. hábitos de estudio

Los resultados muestran que los hábitos de estudio se encuentran más consolidados en estudiantes mujeres, que provienen de una familia que tiene o ha tenido algún negocio y que tienen padres con mayor nivel de estudios (universitarios).

En el estudio se muestra que, aspectos como el programa educativo, la situación civil de los padres, con quién vive el estudiante y la existencia de profesionistas en la familia no muestran diferencias significativas en su capacidad de hábitos de estudio (ver tabla 3).

Tabla 3. Prueba de muestras independientes (t-student) para indicador de Hábitos de estudio

| Categorías                                                             | N   | Media | Desv. Est. | F    | Sig. | t      | Sig. (bil.) |
|------------------------------------------------------------------------|-----|-------|------------|------|------|--------|-------------|
| <i>Género del estudiante</i>                                           |     |       |            |      |      |        |             |
| Hombre                                                                 | 284 | 4.495 | 1.70       | 0.03 | 0.87 | - 3.96 | -           |
| Mujer                                                                  | 198 | 5.115 | 1.68       |      |      |        |             |
| <i>Estudiantes según área de conocimiento de su programa educativo</i> |     |       |            |      |      |        |             |
| Licenciatura                                                           | 209 | 4.799 | 1.66       | 0.02 | 0.89 | 1.49   | 0.14        |
| Tecnológicas                                                           | 108 | 4.510 | 1.57       |      |      |        |             |
| Manufactura                                                            | 168 | 4.844 | 1.84       | 2.66 | 0.10 | - 0.25 | 0.80        |
| <i>Situación de los padres de los alumnos</i>                          |     |       |            |      |      |        |             |
| Casados                                                                | 291 | 4.823 | 1.69       | 0.26 | 0.61 | 0.94   | 0.35        |
| Separados                                                              | 117 | 4.648 | 1.71       |      |      |        |             |
| <i>El estudiante vive con:</i>                                         |     |       |            |      |      |        |             |
| Padre                                                                  | 21  | 4.680 | 1.55       | 0.34 | 0.56 | 0.15   | 0.89        |
| Madre                                                                  | 121 | 4.621 | 1.77       |      |      |        |             |
| Ambos                                                                  | 293 | 4.748 | 1.67       | 1.07 | 0.30 | -0.69  | 0.49        |
| <i>Estudiante con familia que tiene o ha tenido algún negocio:</i>     |     |       |            |      |      |        |             |
| Sí                                                                     | 328 | 4.851 | 1.66       | 2.07 | 0.15 | 2.05   | 0.04        |
| No                                                                     | 154 | 4.510 | 1.79       |      |      |        |             |
| <i>Estudiantes que en su familia existen profesionistas:</i>           |     |       |            |      |      |        |             |
| Sí                                                                     | 436 | 4.794 | 1.70       | 0.94 | 0.33 | 1.65   | 0.10        |
| No                                                                     | 45  | 4.354 | 1.83       |      |      |        |             |
| <i>Estudiantes según nivel de estudio de padres:</i>                   |     |       |            |      |      |        |             |
| Hasta secundaria                                                       | 54  | 4.331 | 1.97       | 2.50 | 0.12 | -1.07  | 0.29        |
| Hasta preparatoria                                                     | 142 | 4.630 | 1.65       |      |      |        |             |
| Universitaria                                                          | 283 | 4.891 | 1.67       | 3.63 | 0.06 | -2.20  | 0.03        |

Fuente: elaboración propia con uso del software SPSS v. 25



|                    |     |       |        |       |       |        |       |
|--------------------|-----|-------|--------|-------|-------|--------|-------|
| Hasta secundaria   | 55  | 5.778 | 1.8062 | 0.054 | 0.817 | 0.452  | 0.652 |
| Hasta preparatoria | 153 | 5.651 | 1.7822 |       |       |        |       |
| Universitaria      | 304 | 5.923 | 1.7706 | 0.073 | 0.788 | -0.555 | 0.579 |

Nota. Se considera una prueba estadística con  $\alpha = 0.05$  ( $t > 1.645$ ) y  $Sig. < 0.05$   
Fuente: Elaboración propia con uso del *software* SPSS v. 25

Hábitos de estudio, resiliencia y desempeño escolar

La investigación demuestra que los hábitos de estudio ejercen una influencia positiva y estadísticamente significativa entre el desempeño de los estudiantes, a mejores hábitos, mejor desempeño, aun cuando la correlación entre variables es débil (ver tabla 5 y 6).

Tabla 5. Coeficiente de correlación Desempeño alto vs. *Hábitos de estudio y Resiliencia*

|                    | Desempeño | Hábitos de estudio | Resiliencia |
|--------------------|-----------|--------------------|-------------|
| Desempeño          | 1         | 0.126              | -0.008      |
| Hábitos de estudio | 0.126     | 1                  | 0.441       |
| Resiliencia        | -0.008    | 0.441              | 1           |

Fuente: elaboración propia con uso del *software* SPSS v. 25

Por otra parte, los resultados muestran que la resiliencia no está relacionada con el desempeño de los estudiantes, incluso la correlación entre variables es inversa, pero poco significativa (ver tabla 5 y 6).

Tabla 6. Prueba de muestras independientes (t-student) para indicador de Desempeño vs. *Hábitos de estudio y Resiliencia*

| Categorías                               | N   | Media  | Desv. Est. | F     | Sig.  | t      | Sig. (bil.) |
|------------------------------------------|-----|--------|------------|-------|-------|--------|-------------|
| <i>Hábitos de estudio del estudiante</i> |     |        |            |       |       |        |             |
| Alto desempeño                           | 183 | 5.3492 | 1.51636    | 5.019 | 0.026 | -5.858 | 0.000       |
| Bajo desempeño                           | 249 | 4.4047 | 1.75112    |       |       |        |             |

| <i>Capacidad de resiliencia del estudiante</i> |     |        |         |       |       |        |       |
|------------------------------------------------|-----|--------|---------|-------|-------|--------|-------|
| Alto desempeño                                 | 196 | 5.9163 | 1.70287 | 0.088 | 0.767 | -0.968 | 0.334 |
| Bajo desempeño                                 | 259 | 5.7584 | 1.73981 |       |       |        |       |

Nota. El desempeño educativo alto hace referencia a estudiantes que registran un promedio superior a 8.0 en sus estudios, por el contrario, un desempeño bajo implica un promedio menor. Nota. Se considera una prueba estadística con  $\alpha = 0.05$  ( $t > 1.645$ ) y Sig.  $< 0.05$

Fuente: elaboración propia con uso del *software* SPSS v. 25

## Hábitos de estudio, resiliencia y expectativas de emprendimiento

Finalmente, esta investigación permitió mostrar que los hábitos de estudio y la expectativa de emprendimiento no tienen una relación significativa en los estudiantes universitarios (ver tabla 7 y 8).

Tabla 7. Coeficiente de correlación Expectativa emprendedora vs. Hábitos de estudio y Resiliencia

|                    | <i>Emprender</i> | <i>Hábitos de estudio</i> | <i>Resiliencia</i> |
|--------------------|------------------|---------------------------|--------------------|
| Emprender          | 1                | 0.006                     | -0.077             |
| Hábitos de estudio | 0.006            | 1                         | 0.309              |
| Resiliencia        | -0.077           | 0.309                     | 1                  |

Fuente: elaboración propia con uso del *software* SPSS v. 25.

Por otra parte, los resultados muestran que la resiliencia y las expectativas de emprendimiento de los estudiantes universitarios están relacionadas inversamente, no obstante, esta diferencia no es estadísticamente significativa (ver tabla 7 y 8).

Tabla 8. Prueba de muestras independientes (t-student) para Expectativas de emprendimiento vs. Hábitos de estudio y Resiliencia

| Categorías                              | N   | Media  | Desv. Est. | F     | Sig.  | t      | Sig. (bil.) |
|-----------------------------------------|-----|--------|------------|-------|-------|--------|-------------|
| Hábitos de estudio del estudiante       |     |        |            |       |       |        |             |
| Expectativa de emprender                | 99  | 4.7415 | 1.6076     | 0.733 | 0.392 | -0.132 | 0.895       |
| Sin expectativa                         | 356 | 4.7666 | 1.6926     |       |       |        |             |
| Capacidad de resiliencia del estudiante |     |        |            |       |       |        |             |
| Expectativa de emprender                | 104 | 6.07   | 1.72255    | 0.058 | 0.809 | 1.699  | 0.09        |
| Sin expectativa                         | 380 | 5.74   | 1.76307    |       |       |        |             |

Nota. Se considera una prueba estadística con  $\alpha = 0.05$  ( $t > 1.645$ ) y  $Sig. < 0.05$   
Fuente: Elaboración propia con uso del software SPSS v. 25

Uso de Tic, hábitos de estudios y actitud resiliente

Finalmente, considerando la escala de correlación de Cohen (1988), podemos verificar que el uso de las TIC o específicamente el uso de las redes sociales como Facebook, WhatsApp, Spotify o YouTube por parte de los estudiantes universitarios tienen una relación moderada y significativa (0.341 | 0.000), respecto a los hábitos de estudio, mientras que, con la capacidad de resiliencia, si bien muestra una relación significativa, es nula (tabla 9).

Tabla 9. Índices de correlación entre resiliencia, hábitos de estudio y uso de redes sociales en universitarios (correlación | significancia)

|                                | Nivel de uso de redes sociales | Índice de Resiliencia | Índice de Hábitos de Estudio |
|--------------------------------|--------------------------------|-----------------------|------------------------------|
| Nivel de uso de redes sociales | 1                              | 0.094   0.033         | 0.341   0.000                |
| Índice de Resiliencia          | 0.094   0.033                  | 1                     |                              |
| Índice de Hábitos de Estudio   | 0.341   0.000                  | 0.309   0.000         | 1                            |

Fuente: elaboración propia con uso del software SPSS v. 25

## Conclusiones

Este estudio se propuso verificar si los hábitos de estudio de los estudiantes universitarios representaban un factor para ayudarles a obtener una mayor capacidad resiliente, bajo el considerando de que los hábitos de estudio representan un cúmulo de conocimientos que les permite obtener mayor confianza y herramientas para enfrentar situaciones inesperadas, no obstante, los resultados mostraron que, si bien hay una relación positiva entre estas dimensiones, resultaron ser estadísticamente poco significativas.

De la misma manera, la investigación nos permitió comprobar que los hábitos de estudio tienen una influencia positiva sobre el desempeño escolar; no obstante, este último no muestra una incidencia sobre la resiliencia.

Asimismo, el estudio nos permitió conocer aspectos relevantes sobre los universitarios, por una parte, respecto a los hábitos de estudio se identificó que el factor que más incide es la motivación por el estudio, pero también las técnicas de estudio, lo que habla de la relevancia del desarrollo de las habilidades blandas y duras.

Como aspectos relevantes se destacan los hallazgos de que los hábitos de estudio están más consolidados en estudiantes mujeres que en hombres; asimismo, muestran mejores hábitos los estudiantes que provienen de una familia que tienen antecedentes empresariales, así como en aquellos que tienen padres con mayor nivel de estudios (universitarios).

Respecto a la resiliencia, la investigación nos permitió conocer que el factor más importante para explicar la capacidad de resiliencia en los universitarios es la adaptabilidad, entendida como la capacidad para afrontar de manera conciente y segura eventualidades externas y definir estrategias para superarlas, lo que habla del aporte de los estudios de nivel superior.

Por su parte, la investigación permitió identificar que los alumnos que registran una mayor capacidad de resiliencia son hombres y provienen de una familia que tiene o ha tenido algún negocio.

El estudio no mostró una relación significativa sobre las dimensiones hábitos de estudio y resiliencia por las características como carrera, estado civil de los padres, con quién vive el estudiante y las expectativas por emprender en los estudiantes universitarios.

Por otra parte, el estudio permitió verificar que el uso de redes sociales no aporta a la explicación de la capacidad de resiliencia de los universitarios, pero si tiene una relación moderada con los hábitos de estudio.

## Reflexiones

El estudio nos permitió comprobar que los hábitos de estudio no influyen de manera eficiente para consolidar una capacidad resiliente de los universitarios; no obstante, resulta relevante que aspectos como provenir de una familia que ha tenido un negocio incide, tanto en hábitos de estudio como en consolidar una personalidad resiliente, por lo que los centros universitarios pudiesen trabajar más en incorporar actividades prácticas de emprendimiento con los cuales aprendan a manejar responsabilidades para compensar esa falta de habilidades en el contexto de su desarrollo.

## Referencias

- Alonso, R., Beltrán, Y., Máfara, R., & Gaytán, Z. (2019). Relación entre rendimiento académico y resiliencia en una Universidad Tecnológica. *Revista de Investigaciones Sociales*, 2-4, 38-49.
- APA. (2023). Asociación de Psicólogos Norteamericanos. Obtenido de <https://www.apa.org/>
- Aquino, T. (2001). *Suma Teológica*. Biblioteca de Autores Cristianos. Obtenido de <https://www.dominicos.org/media/uploads/recursos/libros/suma/1.pdf>
- Araya, P. S., & Espinoza, L. (2020). Aportes desde las neurociencias para la comprensión de los procesos de aprendizaje en los contextos educativos. *Propósitos y Representaciones*, 8(1). Obtenido de <http://www.scielo.org.pe/pdf/pyr/v8n1/2310-4635-pyr-8-01-e312.pdf>
- Castro Villagrán, Andrés, Bernardo Roberto Cosgaya Barrera, Martina Díaz Rosado (2021). Rendimiento académico en función de los hábitos de estudio. *Revista de Educación*. Año XII N°24.1|2021. P.p. 547-569. Disponible en: [https://fh.mdp.edu.ar/revistas/index.php/r\\_educ/issue/view/256](https://fh.mdp.edu.ar/revistas/index.php/r_educ/issue/view/256)
- Chomsky, N. (1978). *Estructuras Semánticas*. Siglo XXI.
- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences* (2nd Edition). Lawrence Erlbaum Associates.
- Darwin, C. (1859). *El origen de las especies*. Feedbooks. Obtenido de <http://www.cervantesvirtual.com>

- Díaz, S. E., & Real, Deus, J. (2022). Resiliencia en la generación de cristal y su impacto en la educación virtual. [Tesis de Maestría Universidad Técnica Particular de Loja]. Obtenido de <https://dspace.utpl.edu.ec/handle/20.500.11962/30079>
- Enríquez, M., Fajardo, M., Garzón, F. (2015). Una revisión general a los hábitos y técnicas de estudio en el ámbito universitario. *Psicogente*, 18(33), 166-187. <http://doi.org/10.17081/psico.18.33.64>
- Gil, G. E. (2010). La resiliencia: conceptos y modelos aplicables al entorno escolar. *El Guiniguanda*, 27-42.
- González, I. C., & García, M. (2019). La actividad embrionaria espontánea de las redes neuronales y su función en la maduración sináptica. *Rev. Ecuat. Neurol*, 28(1), 57-62
- Hernández H., C.A., Rodríguez P., N., Vargas G., A. E. (2012). Los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje de los alumnos en tres carreras de ingeniería. *Revista de la educación superior*. Vol. XLI (3), No. 163, julio-septiembre de 2012, pp. 67-87.
- Hurtubia T. V., Tartakowsky, V., Acuña, M. y Landoni, M. (2021). Espacios de contención y resiliencia en comunidades educativas frente al contexto de Covid-19 en Chile. *Revista Iberoamericana de Educación* [(2021), vol. 86 núm. 1, pp. 113-123] – OEI. <https://doi.org/10.35362/rie8624383>
- León, R. D., & Cárdenas, F. (enero-junio 2020). Interacción genética-ambiente y desarrollo de la resiliencia: una aproximación desde la neurociencia afectiva. *Tesis psicológica*, 15(1), 12-33.
- María, A. C., & Rodríguez, F. (2012). Plasticidad Cerebral y Hábito en William James: un Antecedente para la Neurociencia Social. *Psychologia Latina*, 3(1), 1-9.
- Martínez, G. J. (2017). El habitus. Una revisión analítica. *Revista Internacional de Sociología*. doi:<http://dx.doi.org/10.3989/ris.2017.75.3.15.115>
- Najarro Vargas, J. (2020). Hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes del segundo año de la Escuela Profesional de Medicina de la Universidad Nacional de San Marcos, Perú. *Revista Conrado*, 16(77), 354-363
- Paredes B., M. A. (2018). Hábitos de estudio y motivación educativa en estudiantes de la universidad ESAN. Tesis de Maestría en Educación. Universidad de San Martín de Porres. Lima, Perú.
- Peraza, S., Uzcátegui, B., Guerrero, D., Medina, D., Ramírez, A., & Lezama, L. (2017). Diseño, confiabilidad, validez y normas de la escala de resiliencia para estudiantes universitarios. *Revista de Pedagogía*, 38(103), 158-176. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=65954978008>
- Pérez R., B. (2022). Debates en torno a la resiliencia. *Cuaderno de Trabajo Social*, 1(19), 170-186. Santiago de Chile: Ediciones UTEM
- Pulgar, L. (2010). Factores de resiliencia presentes en estudiantes de la universidad del BíoBío, sede Chillán. Tesis de grado no publicada, Universidad del Bío-Bío, Chillán
- Quéré, L. (2017). Bourdieu y el pragmatismo norteamericano acerca de la creatividad del hábito. *Cuestiones de Sociología*. Obtenido de [http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art\\_revistas/pr.8187/pr.8187.pdf](http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.8187/pr.8187.pdf)
- RAE. (2022). Real Academia Española. Obtenido de <https://www.rae.es/>

- Roque, C. M. (2020). Relación entre resiliencia e inteligencia emocional en estudiantes de un centro preuniversitario privado de Lima metropolitana 2020. Tesis de Licenciatura. Universidad Peruana Cayetano Heredia.
- Rubio, M. M. (2016). Implicaciones de la inteligencia emocional en los constructos resiliencia y satisfacción vital. (T. Doctoral, Ed.) Departamento de Psicología Universidad de Castilla-La Mancha.
- UNCa (2019). Curso de orientación y nivelación al estudio universitario en Ciencias de la Salud 2019. Propuesta de Autoevaluación Diagnóstica CIU 2019. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad Nacional de Catamarca. Disponible en file:///D:/0001%20A%202023/04%20Investigaci%C3%B3n%202023/Art%C3%ADculo%20006%20Burnout%20PTCyHC%20UPSLP/Bibliograf%C3%ADa%20h%C3%A1bitos%20de%20estudio/Propuesta%20de%20autoevaluaci%C3%B3n%20diagn%C3%B3stica%20de%20Aprendizaje.pdf
- Zukerfeld, R., & Zonis, R. (2011). Vicisitudes traumáticas, vincularidad y desarrollos resilientes: un modelo de investigación dimensional. *Clínica e Investigación Relacional*, 5(2), 349-369

## Anexo

### Cuestionario a estudiantes universitarios

Género:                      Carrera:

Tus padres están: Casados, Separados;

Promedio:

¿Has pensado poner un negocio al terminar tu carrera?

¿Tu familia tiene o ha tenido algún negocio?

¿En tu familia existen profesionistas?

Nivel de estudio de tus padres:

Hasta secundaria\_\_; Hasta preparatoria\_\_; Universitaria\_\_

Lee cada frase e indica con una "X" el grado de frecuencia ante cada situación. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplees mucho tiempo en cada respuesta.

Capacidad de resiliencia

Escala: S = Siempre; F = Frecuentemente; R = Regularmente; AV = A veces; N =Nunca

| Aspecto   Estabilidad                                                     | S | F | R | AV | N |
|---------------------------------------------------------------------------|---|---|---|----|---|
| Mantengo el buen humor, aún en los momentos difíciles                     |   |   |   |    |   |
| Siempre busco el lado positivo de las cosas                               |   |   |   |    |   |
| Tiendo a mantener un punto de vista optimista sobre lo que vivo           |   |   |   |    |   |
| Trato de pensar que viene algo mejor y que las adversidades son pasajeras |   |   |   |    |   |
| Intento no molestarme por situaciones que se escapan de mis manos         |   |   |   |    |   |
| Soy una persona alegre. Soy capaz de trabajar bajo presión                |   |   |   |    |   |
| En las dificultades, confió en que puedo superarlas                       |   |   |   |    |   |

Escala: S = Siempre; F = Frecuentemente; R = Regularmente; AV = A veces; N =Nunca

| Aspecto   Flexibilidad                                            | S | F | R | AV | N |
|-------------------------------------------------------------------|---|---|---|----|---|
| Organizo mis responsabilidades de manera adecuada                 |   |   |   |    |   |
| Sobreestimo los problemas [*]                                     |   |   |   |    |   |
| Para solucionar un problema, lo analizo desde varias perspectivas |   |   |   |    |   |
| Mi vida no tiene ningún propósito [*]                             |   |   |   |    |   |
| Me considero una persona afortunada                               |   |   |   |    |   |
| Espero a que todos los problemas se acumulen para resolverlos [*] |   |   |   |    |   |
| Saco aspectos positivos de las dificultades                       |   |   |   |    |   |
| Intento ver cada cosa como algo único                             |   |   |   |    |   |

Escala: S = Siempre; F = Frecuentemente; R = Regularmente; AV = A veces; N = Nunca

| Aspecto   Adaptabilidad                                          | S | F | R | AV | N |
|------------------------------------------------------------------|---|---|---|----|---|
| Ataco los problemas en el momento en que se me presentan         |   |   |   |    |   |
| Suelo afrontar los problemas en lugar de evitarlos               |   |   |   |    |   |
| Me adapto fácilmente a un cambio en mi vida                      |   |   |   |    |   |
| Hago ajustes necesarios en mi vida si se presenta una dificultad |   |   |   |    |   |
| Siento que tengo el control de mi propia vida                    |   |   |   |    |   |

- Se me hace cómodo cambiar mi rutina
- Suelo sacar provecho de lo que pudiera ser negativo en mi entorno
- Me manejo entre los problemas sin mortificarme

Escala: S = Siempre; F = Frecuentemente; R = Regularmente; AV = A veces; N = Nunca

| Aspecto   Comunidad de soporte                                                | S | F | R | AV | N |
|-------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|----|---|
| Tengo identificadas personas de confianza                                     |   |   |   |    |   |
| Sé con quién puedo contar cuando las cosas van mal                            |   |   |   |    |   |
| Tengo con quien hablar cuando tengo problemas                                 |   |   |   |    |   |
| Creo en algo más grande que yo en el aspecto espiritual [*]                   |   |   |   |    |   |
| Me relaciono con personas que son activas, positivas y siempre salen adelante |   |   |   |    |   |
| Interactúo con personas que no se rinden y salen adelante de los problemas    |   |   |   |    |   |
| Cuando algo va mal suelo pedir ayuda                                          |   |   |   |    |   |
| En la universidad tengo apoyo para comentar y atender situaciones personales  |   |   |   |    |   |
| Considero que la tutoría es un soporte para mí en aspectos académicos         |   |   |   |    |   |
| Considero que la tutoría es un soporte para mí en aspectos personales         |   |   |   |    |   |

Escala: S = Siempre; F = Frecuentemente; R = Regularmente; AV = A veces; N = Nunca

| Aspecto   Organización del Estudio                                               | S | F | R | AV | N |
|----------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|----|---|
| ¿Sueles dejar al último la preparación de tus trabajos?                          |   |   |   |    |   |
| ¿Crees que el sueño o el cansancio te impidan estudiar eficazmente?              |   |   |   |    |   |
| ¿Es frecuente que no termines a tiempo tu tarea?                                 |   |   |   |    |   |
| ¿Cuándo estudias tienes abierto Facebook, WhatsApp, Spotify o YouTube?           |   |   |   |    |   |
| Tus actividades sociales o deportivas ¿Hacen que descuides tus tareas escolares? |   |   |   |    |   |
| ¿Sueles dejar pasar un día o más antes de repasar los apuntes tomados en clase?  |   |   |   |    |   |
| ¿Sueles dedicar tu tiempo libre a otras actividades que no sean estudiar? [*]    |   |   |   |    |   |
| ¿Algunas veces descubres que debes entregar una tarea antes de lo que creías?    |   |   |   |    |   |
| ¿Te retrasas, con frecuencia, en una materia porque tienes que estudiar otra?    |   |   |   |    |   |
| ¿Crees que tu rendimiento es bajo debido al poco tiempo que dedicas a estudiar?  |   |   |   |    |   |

---

¿El desorden en tu mesa de estudio no te permite estudiar con eficacia?

---

¿Sueles interrumpir tu estudio, por personas que vienen a visitarte?

---

¿Estudias, con frecuencia, mientras tienes puesta la televisión y/o la radio?

---

Donde estudias, ¿Ves con facilidad revistas, fotos o cosas relacionadas a tu afición?

---

¿Tu estudio se interrumpe por actividades o ruidos que provienen del exterior?

---

¿Es lento tu estudio porque no tienes a la mano los libros y material necesario?

---

#### Aspecto | Motivación por el Estudio

---

Después de iniciado el curso, ¿tiendes a perder interés por el estudio?

---

¿Sientes confusión sobre cuáles deben ser tus metas formativas y profesionales?

---

¿Piensas que no vale la pena el tiempo y el esfuerzo para lograr una carrera?

---

¿Crees que es más importante divertirse y disfrutar de la vida que estudiar?

---

¿Sueles pasar tiempo de clase en divagar o soñando despierto?

---

¿Te cuesta concentrarte debido a que estás inquieto, aburrido o de mal humor?

---

¿Piensas que las materias que estudias tienen poco valor práctico para ti?

---

¿Sientes frecuentes deseos de abandonar la escuela y conseguir un trabajo?

---

¿Crees que el estudio no te prepara para afrontar los problemas de la vida adulta? [\*]

---

¿Sueles estudiar según el estado de ánimo en que te encuentres?

---

¿Te horroriza estudiar libros de texto porque son insípidos y aburridos?

---

¿Esperas fecha de examen para comenzar a estudiar o repasar tus apuntes?

---

¿Piensas que en un examen no se puede escapar y hay que sobrevivir como sea?

---

¿Sientes que tus profesores no comprenden las necesidades de los estudiantes?

---

¿Crees que tus profesores exigen demasiadas horas de estudio fuera de clase?

---

¿Dudas en pedir ayuda a tus profesores en tareas que te son difíciles?

---

¿Crees que tus maestros no tienen contacto con los temas y eventos actuales?

---

¿Críticas a tus profesores cuando charlas con tus compañeros?

---

#### Aspecto | Técnicas de Estudio

---

¿Te saltas por lo general las figuras, gráficas y tablas cuando estudias un tema?

---

¿Suele serte difícil seleccionar los puntos de los temas de estudio?

---

¿Te sorprendes pensando en algo que no tiene nada que ver con lo que estudias?

---

¿Tienes dificultad en entender tus apuntes de clase cuando tratas de repasarlos?

---

Al tomar notas, ¿Te quedas atrás debido a que no escribes con suficiente rapidez?

---

Durante el curso, ¿Sueles encontrarte con tus apuntes hechos un "revoltijo"?

---

¿Tomas apuntes tratando de escribir las palabras exactas del profesor? [\*]

---

En un libro, ¿acostumbas copiar el material necesario, palabra por palabra? [\*]

---

---

¿Te es difícil preparar un temario apropiado para un examen?

---

¿Tienes problemas para organizar los datos o el contenido de un examen?

---

¿Te resulta difícil decidir qué y cómo estudiar cuando preparas un examen?

---

Tienes dificultades para organizar, las materias que debes estudiar por temas?

---

Al preparar examen, ¿sueles estudiar toda la asignatura, en el último momento?

---

¿Pierdes puntos en preguntas "Falso-Verdadero", por no leer detenidamente?

---

¿Usas más tiempo en contestar la 1er mitad del examen y poco en la 2ª parte?

---

¿Tomas fotos en clase para estudiar posteriormente? [\*]

---

¿Acostumbas reunirte con compañeros para estudiar, exponer o aclarar dudas?

---

[\*]

[\*] Preguntas excluidas del estudio al no cumplir los criterios de la prueba estadística de fiabilidad.