



Los hábitos de estudio en tiempos de COVID en la Universidad Autónoma de Tlaxcala

Hugo Jiménez Jiménez

Universidad Autónoma de Tlaxcala

docentemhic@gmail.com

Resumen

Los tiempos de confinamiento debido a la pandemia provocada por el SARs-CoV 2, trajo consigo una serie de cambios en la manera como día con día desarrollamos actividades cotidianas. La vida escolar no estuvo exenta a estos cambios trayendo consigo no solo un proceso de educación virtual, sino también, transformaciones a nivel organizacional en los hábitos de estudio. Los estudiantes de la Universidad Autónoma de Tlaxcala se enfrentaron a los retos que la pandemia trajo consigo, moldeando la organización y planeación de sus hábitos de estudio para transitar por un trayecto formativo integral a pesar de las adversidades que el COVID representó.

Palabras clave: hábitos de estudio, tiempos de estudio, organización y planeación educativa

Planteamiento del problema

Es bien sabido que la vida educativa trae consigo una serie de actividades que permitan al estudiantado generar procesos organizacionales para un manejo adecuado del tiempo y de sus tareas como agente en formación. La educación superior implica requerimientos dentro de las demandas académicas, sociales y personales que los futuros profesionales deban administrar. Por lo que el alumnado desarrolla una serie de hábitos de las demandas mencionadas anteriormente con la finalidad de obtener resultados óptimos y continuar con su vida personal en el trayecto.

Durante los años que la educación formal lleva constituyéndose, se han generado una serie de hábitos formativos, sociales, socioeconómicos, familiares, entre otros, y de ellos se desprende la diversidad de acciones encaminadas a una mejor vida académica. Sin embargo, los últimos dos años, trajeron un proceso histórico que provocó una serie de transformaciones desde el ámbito personal, el profesional y en este sentido, el académico.



A raíz de la pandemia ocasionada por el virus SARS CoV-2, la educación generó un cambio considerable, desde el paso de la presencialidad a la educación remota, el confinamiento y la nula interacción entre estudiantes y otra serie de procesos que pusieron en evidencia las limitaciones de accesibilidad y conectividad, así como la situación socioeconómica del país que se encaminó en una nueva forma de aprender.

Estos cambios en el sistema educativo provocó alteraciones en la manera de aprender, trayendo consigo consecuencias en el aprendizaje y la formación profesional. Por lo anterior, el sistema universitario, tuvo que incluir estrategias de educación virtual, a distancia, síncronas y asíncronas con el uso de la tecnología que para fortuna del sistema educativo, los estudiantes han adquirido durante su formación. No obstante, estas habilidades tuvieron que adaptarse a los hábitos de estudio que los estudiantes ya habían consolidado a través de la educación presencial asimismo, la familia también generó estrategias que le permitieron apoyar a los educandos para este proceso de adaptabilidad a una nueva era educativa.

Las Instituciones de Educación Superior aceptaron el reto y actualizaron tanto a sus docentes en herramientas informáticas como en adaptación de sus aulas virtuales, estas se vieron obligadas a desarrollar plataformas síncronas y asíncronas para adaptarse y dar uso a las tecnologías de información y comunicaciones para lograr que la educación continúe y no se detenga.

Con el inicio de la pandemia, las actividades y la manera en que los estudiantes de la Universidad Autónoma de Tlaxcala afrontaron los cambios formativos, esta transformación no fue de forma significativa, mientras que para otros fue de una forma totalmente adversa al tener que enfrentarse desde cambios económicos, hasta en alguno casos desafortunados, la pérdida de sus familiares.

Con lo anterior, es importante responder a las siguientes preguntas:

¿Se han modificado los hábitos de estudio de los alumnos de la Universidad Autónoma de Tlaxcala derivado de la pandemia provocada por el SARs CoV 2?

¿Cuáles son los hábitos de estudio que han tenido que transformarse a favor de un aprendizaje adecuado?



¿Han sido eficientes las nuevas modalidades y evoluciones en los hábitos de estudio?

Las hábitos deben representar estrategias adecuadas para sobrellevar la vida estudiantil y permitir integrar tiempos pertinentes para la vida personal. El encierro por pandemia trajo consigo posibilidades tecnológicas y administrativas para el alumno de este siglo y de cómo ha de implementar procesos adecuados a su vida universitaria.

Justificación

Es importante considerar que este tiempo histórico trae consigo la posibilidad de evaluar y retroalimentar en aquellos hábitos que apoyen a los universitarios ya que muchos de ellos tuvieron que dividir aún más sus actividades entre el estudio y la vida laboral, ya sea para mantener sus gastos o apoyar a sus familias quienes en algunos casos, perdieron a quienes sostenían económicamente su hogar.

La sociedad generó cambios significativos a partir de la pandemia donde se incluyen transformaciones del individuo y de su manera no solo de ver el mundo sino de convivir dentro de él, ante ello; el contexto social y cultural demanda la evolución constante de conductas y hábitos de un sujeto que vive de prisa. De acuerdo con Acevedo, Torres (2015, p.39), "las conductas son comportamientos que el ser humano aprende por sentido común y las aplica de manera automática o mecánica, un sujeto que posee hábitos de estudio se relaciona en su labor académica". Estos hábitos, buscarán mecanismos óptimos en los estudiantes sin dejar de lado lo que como sujeto social debe desempeñar.

Fundamentación teórica

Para conceptualizar y dar fortaleza a la investigación desarrollada, las definiciones que se utilizarán corresponden a los hábitos de estudio, así como clasificaciones para el trabajo estudiantil y la organización de sus tiempos lectivos.

Uno de los primeros conceptos es el presentado por Bedolla (2018, p. 78) quien ve al hábito de estudio como "un patrón de la mera conducta del educando donde este ya no está al mando de la forma en que puede desarrollarlos, por el hecho de que la rutina ya fue instaurada en su psique y aglutinada a sus deberes escolares". Desde esta concepción, es



importante considerar que un hábito tiene características conductuales que tendrán repercusión en la organización de sus actividades diarias.

Por otra parte y dando también características cognitivas a los hábitos, Soto y Rocha (2020, p. 433) mencionan que los hábitos de estudio "son considerados como manifestaciones específicas de cada educando en particular al momento de repasar conceptos académicos debido a que cada uno de ellos aprende a su manera y ninguno aprende igual", con esta premisa y mencionando la primer línea, independiente a la idea de que un hábito es una conducta, un individuo tiene la capacidad cognitiva para la organización y desarrollo de sus tareas académicas y que repercutirán en sus hábitos de estudio.

La manera de clasificar a estos hábitos de estudio al ser cognitivo conductuales, se definen a partir de lo que Vicuña (2014, p. 25) afirma de ellos como "un conjunto de conductas aplicadas al estudio, acompañadas de una carga cognitiva, emocional y realizada de manera voluntaria", lo que permite generar una clasificación de los hábitos cognitivo conductuales en este caso, de los educandos.

El Modelo de Vicuña (2005) fue diseñado a partir de cinco competentes correspondientes a los tiempos que los estudiantes se encuentran en cierto contextos temporal espacial:

- 1) Forma de estudio. - es la administración de estrategias, la búsqueda de significado de palabras no conocidas hace predicciones de la lectura regresa a los puntos subrayados, relaciona temas nuevos con ya conocidos, estudia para los exámenes, realiza ejercicios de repetición para memorizar la información.

- 2) Resolución de tareas. - es la forma como obtiene información mediante lecturas, emplea la comprensión literal para responder preguntas del texto, averigua el significado de las palabras, concluye tareas en casa o en la institución educativa antes de ingresar a clases, solicita ayuda a los padres para resolver preguntas, cumple con la tarea en el tiempo previsto, realiza las tareas de manera voluntaria o no, mantiene persistencia en la realización de tareas.



- 3) Preparación de exámenes. - es la forma cómo se prepara para los exámenes, considerando días y horas señaladas para ello, se prepara para los exámenes orales o escritos con tiempo o lo deja allí, prepara plagios o espera ayuda de los compañeros en el momento del examen, se presenta a los exámenes sin estudiar.
- 4) Forma de escuchar la clase. - es la forma cómo se oye el contenido de las clases tratando de tomar apuntes de lo más importante o copia todo lo que el docente dice, solicita al docente explicar más sobre el tema de clase.
- 5) Acompañamiento al estudio. - son los actos de atender el estudio no permitiendo concentrar en el estudio como ver televisión, comer, conversar con alguien, etc. (pp. 4-8)

Estos componentes desarrollados por Vicuña genera un espectro considerable para la dividir los hábitos de estudio y cómo identificar aquello que los estudiantes deben organizar para no perderse en su trayecto formativo y social.

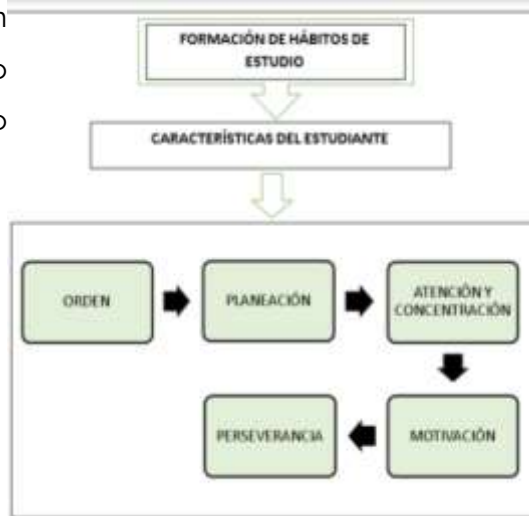
Los hábitos de estudio se vieron obligados a innovar, ya que las características que un estudiante virtual debe poseer para asimilar los conocimientos son diferentes a las que poseía un presencial. Gómez Argentina (2013, p.22) define a los hábitos de estudio como "actividades que se llevan a cabo constantemente para obtener un beneficio más alto en el proceso de aprendizaje", plantea que los hábitos de estudio son métodos y estrategias que se ejecutan para asimilar diversos temas en unidades de aprendizaje.

Otras de las además de su capacidad de evadir distracciones, prestar atención a un material en especial y el empeño que destina durante este proceso, por lo anterior podemos deducir que el lugar dónde se lleva a cabo esta acción, influye en aspectos como el rendimiento escolar, motivación e incluso autoestima, a través de sus capacidades, por ello es importante conocer los diversos hábitos de estudio para obtener un mejor resultado.

Con lo anterior, Bazán y Aparicio (2001, p. 25) consideran como hábitos de estudio "la planeación, el orden, la perseverancia, la motivación, la concentración, la atención", lo que convertirá al estudiante en un profesionalista eficiente y como se muestra en el esquema



siguiente, aunque parezcan
deben integrarse de acuerdo
y habilidades del propio



secuencial, estas
al proceso cognitivo
estudiante.

De manera constante, Pineda y Alcántara (2017, p. 20) consideran que los hábitos de estudio se encuentran proporcionalmente relacionados con "el bajo rendimiento académico del estudiante [y que este a su vez] refleja una situación que afecta a toda la comunidad estudiantil: estudiantes, padres, maestros y en consecuencia a toda la sociedad", por lo que es importante que los hábitos puedan implementarse de manera óptima bajo el procesos histórico y lo que viene para un futuro incierto.

Con lo anterior y bajo la premisa de los efectos negativos que puede traer consigo un bajo rendimiento académico, el proceso de aislamiento provocó que los estudiantes tuviesen que incorporarse a una diversidad de actividades extras a las escolares, otro motivo para modificar sus hábitos. Los estudiantes han tomado y retomado procesos que contribuyan a mejorar o al menos, estabilizar la carga académica de su formación.



Objetivo

Para este proyecto, es importante considerar un proceso de evaluación de los tiempos pandémicos y la respuesta que los estudiantes tuvieron ante este proceso para mejorar la calidad de su aprendizaje aunque el contexto en ese momento fuese complicado.

El interés del contexto social y la manera en que un alumno puede responder a las necesidades pandémicas para la educación pretendió generar óptimos resultados para fortalecer el conocimiento en su área profesional para disminuir consecuencias negativas en el desarrollo escolar. En consecuencia, se estableció como objetivo general: Identificar el nivel en que los hábitos de estudio de los estudiantes de la Universidad Autónoma de Tlaxcala fueron modificados durante el proceso de pandemia por contingencia sanitaria.

Metodología

Ante el proceso de pandemia y la generación del aula virtual, es menester de este trabajo el identificar los hábitos de estudio que los estudiantes de la Universidad Autónoma de Tlaxcala han modificado, adaptado o transformado durante el proceso de pandemia. Para ello, se desarrolla una investigación de tipo cuantitativa con un enfoque descriptivo, observacional, transversal secuencial, desarrollando un cuestionario tipo encuesta que permita recabar información respecto a los datos generales de los estudiantes y los hábitos de estudio que tienden, así como la modificación de los mismos.

Se desarrolló un instrumento tipo encuesta para grupos focales utilizando la herramienta *Google Forms* de la Plataforma G-Suite basado en tres bloques; información general, contexto socioeconómico para el desarrollo educativo y modificación de hábitos de estudio. La población muestra para este proyecto fueron los estudiantes las onces Facultades y dos Unidades Académicas Multidisciplinarias de la Universidad Autónoma de Tlaxcala, contando con la participación de 5,298 alumnos tomando una muestra aleatoria de la población total de una matrícula de más de 16,000 estudiantes.

Resultados

Se contó con un total de 5,298 estudiantes que respondieron al cuestionario y de los cuales el 93% se encuentran en un rango de edad de 17 a 25 años, dando un promedio de 21 años.



Asimismo, se tuvo una participación del 66% de mujeres mientras que el 34% identificado como varones respondió al cuestionario.

Además, se contó con presencia de estudiantes de otros estados estudiando en la Universidad como Hidalgo, Puebla y Cd. de México, sin embargo, el porcentaje no resulta significativo contra el 84.18% de estudiantes originarios del estado. La mayor participación de los estudiantes fueron la Unidad Académica Multidisciplinaria Campus Calpulalpan (22%) y la Facultad de Ciencias de la Salud (20%).

Como parte del segundo bloque, se busca identificar la composición familiar así como las características del lugar donde viven. Esto permite identificar el contexto en el cual los estudiantes deberán continuar con su proceso formativo y el apoyo que tienen para ello. El 28.7% de estudiantes tienen una composición familiar de 5 integrantes de la familia, mientras que el 27.7% se compone de 4 familiares. Dentro de este contexto familiar, el 93.5% se encuentra viviendo en contexto familiar (padres, tutores, familiar político).

Una de las cuestiones significativas de este bloque considera la situación familiar y si esta le posibilita o impide el desarrollo de actividades académicas y de la cual, el 38.1% considera que le impide realizar sus actividades, por otra parte el 33.5% respondió tener apoyo de sus familiares y el 28.4% considera que no influye en las mismas.

Considerando que un porcentaje de la población estudiantil tuvo que enfrentarse a situaciones económicas complejas, por tal motivo, el 74% de estudiantes señaló que "tuvo que buscar alternativas para apoyar económicamente a mi familia" y en un 55% tuvo que enfrentarse a la pérdida de empleo de un familiar, mientras que un 35% que cuenta con un negocio propio tuvo la dificultad de no contar con los ingresos suficientes para la solvencia. Por último, de los estudiantes que se encuentran trabajando, en un 29% perdió su empleo. Esto trae consigo la búsqueda de estrategias y alternativas para solventar gastos personales y escolares, modificando así los hábitos de estudio de cada caso presentado.

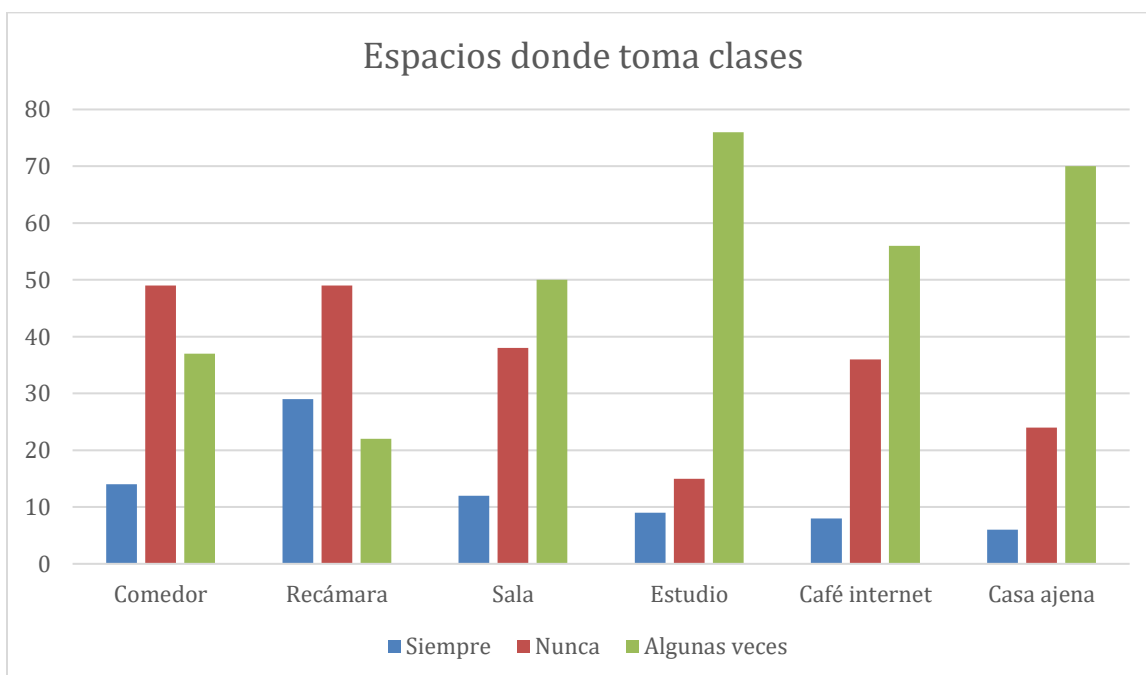
Otro dato considerable corresponde a las actividades personales que son factor para su vida personal y profesional como lo son empleo, cuidado de hijos, cuidado de familiares y labores domésticas. Siendo una diferencia de las actividades del hogar en comparación de las otras,



las desarrollan en un 61% de manera parcial y en tiempo completo 35%; para los indicadores de empleo, cuidado de hijos y familiares, en mayores porcentajes no los realizan, 55, 87 y 56 por ciento, respectivamente.

Un indicador más en este bloque corresponde situación socioemocional y el espacio para realizar sus clases. Por parte de la situación socioemocional, se consideraron los estados de ánimo como tranquilidad (31.5%), angustia (29.7%), depresión (14.5%) y agobio (24.4%) como los principales procesos por los que los universitarios transitan y que no permitirían un adecuado aprovechamiento de su proceso formativo.

Por último en este bloque, se considera al espacio donde toman clases como otro de los factores que influyen en los hábitos de estudio considerando tiempos, ruidos y comodidad para la generación de aulas virtuales síncronas y asíncronas. Para ello, los espacios considerados fueron: comedor, recámara, estudio, sala, café internet o casa de familiares y/o amigos, utilizando opciones como siempre, nunca y algunas veces. Los resultados pueden observarse en la siguiente gráfica.





La variación en el uso de los distintos espacios señalados es variante lo que implica también esa variación en los hábitos que no pueden arraigarse por no contar con un espacio donde trabajar de manera continua.

Para el tercer bloque correspondiente a los hábitos de estudio se realizó una escala de Likert para identificar la evolución de estos, considerando los valores de Totalmente de acuerdo, Medianamente de acuerdo, En desacuerdo, obteniendo los siguientes datos:

1. Modificar hábitos de estudio. 53% de los estudiantes modificaron sus hábitos, mientras que el 40% no tuvo que hacerlo en su totalidad y solo un 7% no modificó sus conductas a pesar del cambio a la educación virtual. El mudar las actividades académicas a las plataformas tecnológicas contribuyó a realizar estos cambios en sus hábitos en una mayoría relativa de los estudiantes de la UATx.
2. Horarios. De acuerdo con este indicador, el 59% de los estudiantes está totalmente de acuerdo en haber cambiado sus horarios para como parte de su organización personal, en un porcentaje menor 31%, consideran que el cambio de horario no fue tan significativo en comparación con sus hábitos generales y solo el 10% no tuvo que realizar ninguna modificación a los horarios establecidos para su rendimiento académico y personal.
3. Más trabajo durante la pandemia. Los estudiantes están totalmente de acuerdo en un 57% en comparación con aquellos que medianamente de acuerdo (30%) consideran que no se ha modificado el trabajo académico que desarrollan. Por último, es un 13% del estudiantado quienes consideran no haber modificado la cantidad de trabajo desarrollado.
4. Funciones en el hogar. Este indicador incide en el tiempo dedicado a las tareas académicas para lo cual los alumnos en un 35% respondieron en menor porcentaje para la opción de totalmente de acuerdo y más elevado un 45% al considerar que medianamente de acuerdo interfieren en sus tareas académicas. Por otra parte, el 20% de la población no ha dejado de hacer sus tareas por los deberes del hogar.
5. Saturación de actividades académicas. Derivado del confinamiento, el 64% de los estudiantes consideran sentirse saturados, mientras que el 30% sienten la misma carga académica a diferencia del 6% que están en desacuerdo con la saturación de actividades.



6. Mayor atención a las actividades académicas. En este indicador, el 6% que contestaron en desacuerdo, más el 26% de medianamente de acuerdo, representan a estudiantes que no han cambiado el tiempo que dedican a sus actividades académicas y en mayor porcentaje (68%) mencionan que si han aumentado los tiempos que deben tomar para hacer sus actividades.
7. La mayor modificación respecto a los hábitos de estudio corresponde a la adaptación en tiempo disponible por parte de los docentes (64%), el trabajo establecido para clase sincrónicas (51%), disminución en las horas de trabajo con los docentes (52%), dificultades de comunicación con el profesorado (54%), son procesos que han transformado sus hábitos.

Conclusiones

La pandemia fue un proceso histórico que trajo consigo cambios sociales, económicos y culturales que influyeron en la vida escolar. Sin embargo, las Instituciones Educativas se enfrentaron al reto de generar estrategias a distancia para continuar con la enseñanza superior provocando que los estudiantes tuvieran que adaptarse a estos cambios junto a la manera en que trabajan y organizan sus hábitos cognitivo conductuales.

El contexto social de los estudiantes ha tenido bajas respecto a pérdida de familiares, recursos económicos y situaciones laborales, y cada uno provocó las transformaciones de sus hábitos tanto personales como profesionales. Es importante apoyar de manera psicológica así como a través de la tutoría para provocar un estado resiliente y así, lograr una estabilidad en los hábitos de estudio a favor de mejorar el aprendizaje y desarrollo académico.

Las Universidad Autónoma de Tlaxcala mediante la generación de la plataforma institucional SIGA, permitió que los estudiantes tuviesen un espacio propicio para sus trabajos y tareas teniendo una oportunidad para generar un nuevo hábito correspondiente a la época moderna bajo el uso de las nuevas tecnologías. Esto provoca una organización de sus actividades dentro de los cinco componente del Modelo de Vicuña para mejores hábitos de estudio.

Debido al modo de vida familiar del alumnado, los espacios físicos para tomar sus clases y la conectividad remota para solventar las actividades sincrónicas y asincrónicas fueron un factor



considerable para buscar nuevas formas de organización que no afectaran otros aspectos de su cotidianidad. Sin embargo, en algunos casos, si hubo estas afectaciones consientes de la realidad y que pudieron afectar a sus resultados académicos trayendo consigo una baja en sus calificaciones y hasta en casos extremos, deserciones escolares.

A pesar de las condiciones mencionadas anteriormente, los estudiantes de la UATx, solventaron y manejaron de manera pertinente los cambios en proceso de pandemia y aunque si hubo como resultado afectaciones y transformaciones en su vida personal y escolar, no fueron significativas en relación con el avance de su formación académica. Es importante que la Institución desarrolle actividades postpandemia con el fin de abatir los rastros negativos que dejó este proceso histórico.

Si bien el trabajo y actividades incrementaron, los estudiantes hicieron frente a ello aunque esto provocó cambios en su modo de vida personal, laboral y familiar. Los horarios fueron un factor determinante en los hábitos de estudio que dedicaban los estudiantes. Los docentes deben tomar las decisiones pertinentes para que la retroalimentación que representan las tareas y actividades asincrónicas, tomen el papel significativo que les corresponde.

La percepción del trabajo docente es positiva en relación a los tiempos y actividades que se desarrollan en conjunto. Los docentes deben prestar atención y buscar un equilibrio entre los tiempos lectivos y la responsabilidad formativa para apoyar a los estudiantes y no dejar a nadie en el trayecto en estos tiempos inciertos.

Referencias bibliográficas

Acevedo, D., y Torres, J. (2015). Análisis de los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje. *Formación Universitaria*, vol. 8, núm. 5, 2015, pp. 59- 66: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=373544192007>



Bazan, J., & Aparicio, A. (2001). Modelo explicativo de las relaciones entre hábitos de estudio, sexo y procedencia en egresantes de secundaria de nivel socioeconómico bajo. *Revista de Investigación Psicológica*, 4(2), 41-53.

Bedolla Solano, R. (2018). Educational program focused on the techniques and study habits to achieve sustainable learning in new students at the upper level. *Revista Iberoamericana de Educación*, 76(2). Retrieved from <https://rieoei.org/RIE/article/download/2959/3957/>

Gómez, A. (2013). Tesis: Relación entre hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes. Quetzaltenango: Universidad Rafael Landívar.

Pineda Lezama, O. B., & Alcántara Galdámez, N. J. (2018). Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Innovare: Revista De Ciencia Y tecnología*, 6(2), 19-34. <https://doi.org/10.5377/innovare.v6i2.5569>

Soto, W., & Rocha, N. (2020). Hábitos de estudio: factor crucial para el buen rendimiento académico. *Revista Innova Educación*, 2(3). Retrieved from <https://revistainnovaeducacion.com/index.php/rie/article/view/6>

Vicuña, L. (2005). *Inventario de hábitos de estudio* (3° ed.). Lima. LAVP.

Vicuña, L. (2014). *Inventario de hábitos de estudio* (4° ed.). Lima. LAVP.