



DOI: <http://dx.doi.org/10.23857/dc.v6i3.1218>

Ciencias sociales  
Artículo de investigación

*Hábitos de estudio y rendimiento académico en los estudiantes de segundo nivel  
de psicología de la Universidad Técnica de Manabí*

*Study habits and academic performance in second level psychology students at  
the Technical University of Manabí*

*Hábitos de estudo e desempenho acadêmico em estudantes de psicologia de  
segundo nível da Universidade Técnica de Manabí*

Jorge Guillermo Cedeño-Meza <sup>I</sup>  
[cemezajorge@hotmail.com](mailto:cemezajorge@hotmail.com)  
<https://orcid.org/0000-0003-4898-3096>

Betty Elizabeth Alarcón-Chávez <sup>II</sup>  
[bettyalarconchavez@hotmail.com](mailto:bettyalarconchavez@hotmail.com)  
<https://orcid.org/0000-0002-8947-2818>

Julio Cesar Mieles-Vélez <sup>III</sup>  
[monikiau2012@gmail.com](mailto:monikiau2012@gmail.com)  
<https://orcid.org/0000-0001-6836-6410>

\***Recibido:** 29 de mayo de 2020 \***Aceptado:** 15 de junio de 2020 \* **Publicado:** 25 de junio de 2020

- I. Máster Universitario en Neuropsicología y Educación, Licenciado en Psicología, Tecnólogo en Ciencias Religiosas y Educación en Valores, Psicólogo Clínico, Docente de la Universidad Técnica De Manabí, Portoviejo, Ecuador.
- II. Máster Universitario en Psicopedagogía, Licenciada en Ciencias de la Educación Mención Psicología y Orientación Vocacional, Psicóloga Clínica, Psicólogo Clínico, Vicedecana de la Escuela de Psicología de la Universidad Técnica de Manabí, Portoviejo, Ecuador.
- III. Egresado de la Universidad Técnica de Manabí, Escuela de Psicología Clínica, Portoviejo, Ecuador.

## Resumen

Los buenos hábitos de estudio ayudan a cumplir con las estrategias de aprendizaje mejorando el rendimiento académico, el objetivo de la investigación consiste en conocer el comportamiento de los hábitos de estudio que practican los estudiantes de segundo nivel y el rendimiento académico que alcanzan en sus procesos educacionales.

Se realizó una investigación de tipo descriptivo sobre el rendimiento académico de estudiantes universitarios de segundo nivel de psicología de la Universidad Técnica de Manabí, considerando que todo el universo consta de 113 estudiantes, se realizó una revisión bibliográfica, donde se identificaron diferentes factores que influyen en el rendimiento académico, donde los hábitos de estudio juegan un rol primordial, que permite medir varias escalas de aprendizaje como lo son las motivacionales, afectivas, meta cognitivas, interacción social entre otras. Se obtuvo como resultado que el rendimiento académico se relaciona positivamente con los hábitos de estudio, siendo el género femenino quien puntúa más alto.

**Palabras claves:** Hábitos de estudio; rendimiento académico; educación universitaria; estrategias de aprendizaje.

## Abstract

Good study habits help to comply with learning strategies by improving academic performance, the objective of the research is to know the behavior of study habits practiced by second-level students and the academic performance they achieve in their educational processes .

A descriptive research was carried out on the academic performance of university students of second level of psychology at the Technical University of Manabí, considering that the entire universe consists of 113 students, a bibliographic review was carried out, where different factors influencing academic performance, where study habits play a primary role, which allows measuring various learning scales such as motivational, affective, meta-cognitive, social interaction, among others. As a result, academic performance was positively related to study habits, with the female gender scoring the highest.

**Keywords:** Study habits; academic performance; University education; learning strategies.

## Resumo

Bons hábitos de estudo ajudam a cumprir as estratégias de aprendizagem, melhorando o desempenho acadêmico. O objetivo da pesquisa é conhecer o comportamento dos hábitos de estudo praticados por estudantes do segundo nível e o desempenho acadêmico que eles alcançam em seus processos educacionais.

Foi realizada uma pesquisa descritiva sobre o desempenho acadêmico de estudantes universitários de segundo nível de psicologia da Universidade Técnica de Manabí, considerando que todo o universo é composto por 113 alunos, foi realizada uma revisão bibliográfica, na qual diferentes fatores influenciam desempenho acadêmico, em que os hábitos de estudo têm papel primordial, o que permite medir várias escalas de aprendizado, como motivacional, afetiva, metacognitiva, interação social, entre outras. Como resultado, o desempenho acadêmico foi positivamente relacionado aos hábitos de estudo, com a pontuação do sexo feminino mais alta.

**Palavras-Chave:** Hábitos de estudo; rendimento acadêmico; Formação universitária; estratégias de aprendizado.

## Introducción

El rendimiento académico y los buenos hábitos de estudios constituyen un tema de importancia para todos, de manera especial para los estudiantes, puesto que ellos en ocasiones no logran obtener altas calificaciones como desean, repercutiendo en su estabilidad emocional causando molestias, frustraciones y otros inconvenientes que pueden perjudicar su salud mental y de la misma manera puede ocasionar preocupación en sus familiares o personas que están pendiente de aquellos estudiantes y asumir que no les está yendo bien en el ámbito educativo o en su vida personal.

El estudio y esfuerzo intencional encaminado al aprendizaje, condiciona el rendimiento intelectual y académico de los estudiantes. Por lo mismo, se exponen los resultados de una investigación realizada con estudiantes del segundo semestre de la Carrera de Psicología. Tomando en cuenta que en este tiempo los hábitos de estudios adquieren un renovado interés, en gran medida por la extensión de la educación, así como por las altas tasas de fracaso universitario. De hecho, diversas investigaciones se orientan a conocer con exhaustividad los procesos de enseñanza-aprendizaje y a valorar en qué grado influyen los hábitos y técnicas de estudio en el rendimiento académico.

---

Hábitos de estudio y rendimiento académico en los estudiantes de segundo nivel de psicología de la  
Universidad Técnica de Manabí

---

Se ha detectado que la mayoría de los estudiantes de segundo nivel presentan una serie de dificultades en su aprendizaje, siendo la más resaltante los hábitos inadecuados de estudio, ya que a partir de la solución de este problema se puede mejorar el proceso de aprendizaje en el educando. Por tal motivo se ha creído conveniente desarrollar este tema, para conocer nuevas estrategias y aplicarlas en la sesión de clase. Los hábitos y las técnicas de estudio pueden hacer que un estudiante supere año tras año con brillantez sus estudios sin estar dotados de unas cualidades mentales específicas que le hagan diferentes a los demás. Investigaciones realizadas demuestran que la inteligencia y las facultades especiales sólo determinan el 50% del éxito escolar. Queda pues, la otra mitad a la práctica constante de hábitos de estudio.

### **Materiales y Métodos**

La metodología utilizada en la investigación está orientada bajo un enfoque descriptivo, cuantitativo, lo que permitió describir y analizar la situación que presentan los estudiantes relacionado con los hábitos de estudio. El método empleado fue inductivo-deductivo, que permitió analizar el problema desde lo particular a lo general y viceversa, logrando arribar a conclusiones concretas sobre el tema estudiado. Se aplicó una revisión bibliográfica, para lo cual se aplicó el método *Desh Research*, que implicó el uso de datos ya existentes, los que se recopilaron, analizaron y se resumieron para incrementar la eficacia general de la investigación, producir análisis críticos y llegar a conclusiones precisas sobre el tema estudiado.

La investigación se realizó en la carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Manabí, pudiendo identificar la relación que existe entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico en los estudiantes de segundo nivel de la carrera, para lo cual se utilizó el Cuestionario de Evaluación de las Estrategias de Aprendizaje de los Estudiantes Universitarios (CEVEAPEU); el mismo que evalúa distintos parámetros como: las estrategias motivacionales, componentes afectivos, estrategias metacognitivas, estrategias de control del contexto, interacción social y manejo de recursos, estrategias de búsqueda de selección e información, estrategias de procesamiento y uso de la información. El instrumento de medición está conformado por dos escalas, seis sub-escalas, veinticinco estrategias y ochenta y ocho ítems con respuestas: muy desacuerdo, en desacuerdo, indeciso, de acuerdo y muy de acuerdo. Así mismo, para dicha población se indagó cual fue su Rendimiento Académico, reflejado en su promedio general de

calificaciones obtenidos desde el primer hasta segundo nivel de la carrera. De un número de 113 se tomó una muestra de 68 estudiantes.

La población total es de 113 estudiantes, para lo cual fue seleccionada una muestra de 68.

## **Análisis y Discusión de los resultados**

### **Hábitos de estudio**

Se entiende por hábito al conjunto de las costumbres y las maneras de percibir, sentir, juzgar, decidir y pensar (Perrenoud, 2008). Para ello (Gallardo, Suárez, & Pérez-Pérez, 2009) crearon un cuestionario de nombre abreviado CEVEAPEU, con el objetivo de reconocer las habilidades y estrategias de aprendizaje de los estudiantes universitarios de una manera más completa y detallada, para ello se debe usar un diseño de validación de pruebas usando muestras y resultados.

Autores como (García, expresan que las estrategias de aprendizajes pueden entenderse como un conjunto consciente e incondicional de lo que hace el aprendiz para lograr con eficacia un objetivo de aprendizaje en un contexto social dado. Actuar estratégicamente supone querer aprender eficazmente, diseñar y ejecutar planes de acción ajustados a las metas previstas poniendo en marcha habilidades y técnicas eficaces, las estrategias de aprendizaje integran elementos afectivos motivacionales y de apoyo, así como clima adecuado para aprender, meta cognitivos y toma de decisiones.

Los hábitos de estudios están considerados como las distintas acciones emprendidas por el estudiante para adquirir conocimientos, a través de sus apuntes en clases, libros de textos, guías entregadas por el profesor, páginas de Internet o cualquier fuente confiable consultada para este fin y así alcanzar una meta propuesta por él mismo (Rondón, 1991). Por lo que se puede acotar que dichas estrategias son importantes como tener los apuntes en el cuaderno con palabras claves, para así desde la comodidad de las casas profundizar las temáticas que en las aulas se imparten. Otra acción para adquirir conocimientos podría ser, reunirse con un compañero y conversar sobre la clase y lo que se aprendió, ya que no todas las personas captan la información de la misma manera. En la revisión realizada se mencionan los aporte de los autores (Acevedo & Torres, 2015), que valoraron las condiciones ambientales de estudiantes universitarios de Cartagena en Colombia, encontrando que la mayoría no tienen un lugar fijo para estudiar; otro factor evaluado corresponde a la organización del tiempo, obteniéndose que no distribuyen su tiempo de estudio semanalmente.

Hábitos de estudio y rendimiento académico en los estudiantes de segundo nivel de psicología de la  
Universidad Técnica de Manabí

---

Concluyendo que la mayoría de estudiantes no realizan una síntesis o resumen de lo estudiado, al evaluar el comportamiento de los resultados en los exámenes se encontró que la mayoría no leen detenidamente las instrucciones de los mismos.

Por su parte (Portocarrero & Alfaro, 2013) manifiesta que, los hábitos de estudios también hay que saberlos manejar, esto significa situarse adecuadamente ante contenidos, interpretarlos, asimilarlos, para después poder expresarlos ante una situación de examen o utilizarlos en la vida práctica. Esto determina que los hábitos de estudio son un factor decisivo en el éxito académico, ya que implica poner en juego una serie de habilidades cotidianas que repercuten en los hábitos de estudio para alcanzar el objetivo propuesto.

Un estudio desarrollado en el año 2010 con casi ochenta estudiantes de la carrera de enfermería en México, inicialmente determinó los hábitos de estudio por medio del inventario de hábitos de estudio creado en 2003 por *Gilbert Wreenn*. En él se determinan los hábitos de estudio agrupándolos en cuatro escalas: las técnicas de lectura y apuntes, las prácticas de concentración, la distribución del tiempo de estudio y las actitudes generales para estudiar. En la investigación se relacionó cada una de las escalas anteriores con el nivel de rendimiento encontrando que, a mejores hábitos de estudio, el rendimiento académico es mayor. La evaluación del grado de vinculación de la escala global de hábitos de estudio y el nivel de rendimiento, obtuvo un nivel de relación significativo de forma estadística. (Cruz & Quiñones , 2016)

En indagaciones sobre los hábitos de estudio de estudiantes de una universidad peruana, determinaron que la mayoría de estudiantes dice leer en forma ocasional o semanalmente. Siendo el lugar más frecuente de lectura la casa, en contraste con un nivel relativamente bajo de alumnos que leen en la biblioteca. Asimismo, el resultado global de hábitos de estudio obtuvo un nivel bajo, hallándose puntajes negativos elevados, entre 54% y 42%, en las cuatro dimensiones que evaluaron: hábitos de concentración, distribución del tiempo y relaciones sociales durante el estudio, técnicas para leer y tomar apuntes, así como hábitos y actitudes generales de trabajo. (Picasso & Villanelo , 2015).

Para (Correa, 1998), los hábitos son formas adquiridas de actuar que se presentan automáticamente en el estudiante, estos adquieren un hábito que actúa sin necesidad de darse cuenta, de ahí que se ha dicho que no son otra cosa que un reflejo firmemente establecido. Estos se adquieren voluntaria o involuntariamente, originándose en esta doble forma de conocimiento los cuidados que deben

Hábitos de estudio y rendimiento académico en los estudiantes de segundo nivel de psicología de la  
Universidad Técnica de Manabí

---

tener los padres y los maestros, proporcionando por una parte medios para que se adquirieran los hábitos considerados como buenos o útiles y por otra, evitando que surjan los incorrectos o perjudiciales para el individuo y la sociedad.

Sin embargo, para (Mondragon, 2016), la experiencia demuestra que un número significativo de estudiantes universitarios obtiene bajos resultados académicos, porque no todos hacen frente con éxito a los nuevos desafíos que la universidad les plantea: mayor exigencia, planeación y organización del trabajo académico, mayor dedicación al estudio, autonomía e investigación de campo y biblioteca, entre otros. Muchos de los problemas relacionados con el éxito en la escuela, giran alrededor de los buenos hábitos de estudio y las expectativas en relación con las tareas en casa. En este sentido, los padres pueden desempeñar un papel muy importante proveyendo a sus hijos de ambientes y materiales necesarios para que el estudio sea una actividad exitosa.

El planteamiento anterior ha orientado el interés por conocer las condiciones bajo las cuales los estudiantes incursionan en el estudio y la adquisición de conocimientos, con el objetivo de identificar las diversas formas de organización y planeación, situaciones ambientales, así como las técnicas y hábitos que favorecen el éxito académico. Como lo señala (Perellón, 2014), la comprensión activa sobre el material que ha estudiado. Ello implica que el estudiante sea creativo y dedique el tiempo necesario a la actividad. En resumen: tener hábitos de estudio. El mismo autor considera que el fracaso escolar se identifica en aquellos estudiantes que no asisten o llegan tarde a sus clases, no realizan las tareas, no investigan, no leen y no aceptan ningún tipo de apoyo adicional por parte de sus compañeros y docentes.

También se puede decir, que los hábitos de estudio son conductas que las personas aprenden por repetición. Se tienen hábitos buenos y malos en relación con la salud, la alimentación y el estudio, que es lo que se valora en este artículo, los buenos hábitos sin duda, ayudan a los individuos a conseguir sus metas, siempre y cuando sean trabajados en forma educada durante las diferentes etapas de la vida. El práctica en sentido etimológico, es la manera usual de ser y por extensión, el conjunto de disposiciones estables que, al concluir la naturaleza y la cultura garantizan cierta constancia de nuestras reacciones y conductas, (Perrenoud, 2008).

Los aportes dados por (Rubio, 2013) sobre los lo que debe un estudiante comprender al iniciar su camino de aprendizaje, debe ir más allá de la memorización y es por ello que deben utilizar

diferentes recursos y estrategias, que le ayuden a mejorar los conocimientos que adquieren en estas etapas.

El trabajo desarrollado por (Fernández & Rubal, 2014), obtuvo como resultado que los estudiantes poseen muy buenos hábitos de estudio; sin embargo, el resultado del rendimiento académico es regular, lo cual indica que además intervienen otros factores como el estado emocional, el estado físico, la edad cronológica del estudiante, nivel de inteligencia, entre otros. Además, señalan que este tipo de estudios puede verse afectado por la discapacidad social por parte de los entrevistados, en este caso los estudiantes. Estos hábitos son modos constantes de actuación con que el estudiante reacciona ante los nuevos contenidos, para conocerlos, comprenderlos y aplicarlos. Se pueden enumerar como los más importantes los siguientes: aprovechar el tiempo de estudio, lograr condiciones idóneas, desechar los elementos perturbadores, plantear eficazmente el trabajo, seleccionar correctamente las fuentes de información y documentación, presentar adecuadamente los resultados, dominar las técnicas de observación, atención, concentración y relajación (Sánchez

### **Importancia y ventajas de los hábitos de estudio**

Los hábitos de estudio juegan un rol necesario en el proceso de enseñanza, ya que los estudiantes pueden avanzar a su ritmo, mejorando paulatinamente sus habilidades, por lo que las distintas acciones emprendidas para adquirir conocimientos a través de sus apuntes en clases, libros de textos, guías entregadas por el profesor, páginas de Internet o cualquier fuente consultada para este fin les permite lograr la meta propuesta (Gatica, 2015).

Cuando se tienen buenos hábitos de estudio, el ritmo de aprendizaje transcurre de forma natural, por lo que un examen es parte de su quehacer en el proceso de enseñanza. Los estudiantes que están ansiosos en el día de exámenes son generalmente los que no están preparados, los que organizan sus vidas y se mantienen dentro de las agendas que han establecido, están seguros de sí mismos, además de darle un buen ejemplo a sus hermanos y amigos, muestran sus buenos hábitos, aquí sus habilidades organizativas pueden tener un efecto positivo, pudiendo ser ejemplo entre sus amigos y hermanos, influenciando a los que tienes alrededor (Hong, 2017).

Se plantea que vale la pena aprender métodos eficaces, no solo en vista a proyectos inmediatos de estudio, sino porque son hábitos que se adquieren e internalizan y tienen una duración infinita. En ese sentido (Bigge & Hunt, 1990), señalan que se debe tratar de enseñar a los estudiantes de tal manera que, no solo acumulen conocimientos aplicables a las situaciones de la vida cotidiana, sino

Hábitos de estudio y rendimiento académico en los estudiantes de segundo nivel de psicología de la  
Universidad Técnica de Manabí

también a que desarrollen una técnica para adquirir independientemente nuevos conocimientos (Maddox, 1980).

Cabe plantear que, en base a los estudios realizados, se ha notado que los hábitos son mejores en las mujeres, por lo general son más dedicadas en los procesos de enseñanza-aprendizaje, en comparación con los hombres. Los de mayor relevancia son los relacionados con la administración del tiempo y responsabilidad, en estos la disposición del maestro no incide en los hábitos de estudio del alumno (Ramos, 2015), dejando aportes o pautas que ayudan a los estudiantes en su ámbito académico.

### Hábitos de estudio usados por los estudiantes más exitosos

Algunos estudiantes se desmotivan al ver que, por mucho que lo intenten, siempre hay alguien con mejores notas. Tal vez piensen que esto se debe a la genética y que no se puede hacer nada contra ello, la realidad es que tienen mejores hábitos en su proceso educativo. En estudios realizados al respecto se plantea que, existen coincidencias en los resultados obtenidos por los estudiantes que tiene las mejores notas en diferentes países y universidades, relacionado con sus hábitos de estudio que son buenos, que lo mantienen para convertirse en un estudiante de vanguardia (Santos, 2019). En la tabla 1, se muestran algunos hábitos desarrollados por alumnos exitosos académicamente.

**Tabla 1. Hábitos desarrollados por alumnos exitosos académicamente**

Habito	Cualidad
Crear un plan de estudio	Este parece un hábito común y corriente, pero la realidad es que no lo es tanto; son precisamente los mejores estudiantes los que nunca fallan en planificar su éxito futuro. Si te sientes abrumado por la cantidad de trabajo que tienes ante ti, un calendario de estudio equilibrado te dará el extra de motivación que necesitas
Tomar descansos	Muchos estudiantes solo conocen la técnica de estudio que consiste en rellenarse de información los días antes del examen. Sin embargo, está científicamente demostrado que la capacidad de aprender y retener información disminuye en proporción directa al tiempo que se pasa delante de los libros. Por tanto, si quieres maximizar el uso de tu tiempo, es recomendable que dividas el aprendizaje en el tiempo, realizando descanso entre las diferentes sesiones de aprendizaje.
Crear apuntes propios	Muchos estudiantes solo ponen en práctica la técnica de estudio que consiste en rellenarse de información los días antes del examen, lo que implica dedicar una gran cantidad de tiempo para estudiar los apuntes. Si se quiere maximizar el uso de tu tiempo, es recomendable que dividas el aprendizaje en el tiempo, realizando descanso entre las diferentes sesiones.

Hábitos de estudio y rendimiento académico en los estudiantes de segundo nivel de psicología de la  
Universidad Técnica de Manabí

Dormir lo suficiente	El cansancio es el principal enemigo de la excelencia. La razón por la que dormir es importante es que, cuando descansas adecuadamente, tu cerebro asimila lo que has aprendido durante el día. Por lo tanto, cuanto mejor duermas, más aprendes. Este hábito de estudio es habitualmente menospreciado por muchos estudiantes con la excusa de que están muy ocupados. Sin embargo, los estudiantes de éxito reconocen la importancia de un buen descanso.
Realizar preguntas	Te has dado cuenta de que los estudiantes de más éxito siempre tienen preguntas en clase. En lugar de sentarse pasivamente escuchando lo que el profesor dice, se involucran en la experiencia de aprendizaje a través de preguntas y consultas de dudas. Esto no significa que tengas que estar interrumpiendo siempre la lección; las preguntas también pueden hacerse después de clase, a través de un grupo de estudio.
Repasar regularmente	Como ya se ha comentado en el punto 2, realizar largas y pesadas jornadas de estudio ni siquiera pasa por la cabeza de un estudiante top. Por ello, la técnica del repaso espaciado a través de la cual pones a prueba tu conocimiento regularmente, es una de las más recomendadas para retener conocimiento en la memoria a largo plazo.
Practicar bajo condiciones de examen	Una de las principales maneras de asegurarse de obtener el resultado deseado en los exámenes, es realizando pruebas y simulaciones que se asemejen al examen real. Esto significa que deberás apartar tus libros, introducir el factor tiempo.
Aplicar el conocimiento a problemas reales	Los estudiantes más destacados tienen claro que aprender no consiste en aprobar exámenes y obtener buenas notas, sino en entender conceptos y descubrir cómo puedes usarlos para resolver problemas reales. El aprendizaje basado en problemas es un método que enfatiza precisamente este aspecto, por lo que se encuentra habitualmente entre los más comúnmente usados por los mejores estudiantes.
Concentrarse solo en el estudio y no usar el móvil o el ordenador	Los primeros de la clase saben que no deben distraerse usando el móvil o el ordenador durante una sesión de estudio. Si no tienes el suficiente autocontrol para no usar whatsapp cada 15 minutos, entonces hay algunas apps que pueden ayudarte. Estas bloquean aplicaciones o páginas web durante cierto tiempo y le hacen la vida más fácil al estudiante.
Escuchar música mientras se estudia	Está comprobado que escuchar cierto tipo de música durante el estudio es beneficioso para la concentración, la productividad y el buen humor.
Meditar	La meditación puede ser un buen método para ayudar a los estudiantes a concentrarse mientras estudian. Además, también puede ayudarte a reducir el estrés ante los exámenes y a mejorar tanto tu salud mental como física.
Descubrir nuevas formas de aprender	Probar nuevos métodos o técnicas de estudio puede ayudar a encontrar aquél que realmente funciona.
Seguir lo que les apasiona	A los estudiantes a los que les gusta lo que aprenden y disfrutan haciéndolo. Gracias a esa pasión, cada día aprenden más y más.

**Fuente:** Elaboración propia en base a información ofrecida por (Santos, 2019).

Por tanto, otro hábito común entre los mejores estudiantes es que siguen y se interesan por la actualidad y por lo que los expertos opinan. Por ejemplo, si se está estudiando economía, se debe estar al día de lo que sucede en la actualidad económica del mundo. Por supuesto, es importante señalar que cada estudiante es un mundo y no todos ellos siguen estrictamente los mismos hábitos de estudio. La mejor manera de convertirte en un estudiante destacado es probar distintas técnicas y descubrir cuáles son las que mejor se adaptan a su personalidad (Santos, 2019).

Siguiendo el mismo análisis conductual (Picasso, 2017), expresa que los factores ambientales que presentan la mayoría de los estudiantes, es la ausencia de un lugar fijo para estudiar; otro factor estimado corresponde a la organización del tiempo, donde se encuentra que la mayoría no lo distribuye adecuadamente. Sobre los métodos de estudio se evidencia que no realizan una síntesis o resumen de lo estudiado. Se pueden tomar estas cuatro dimensiones para analizar el rendimiento académico: hábitos de concentración; distribución del tiempo y relaciones sociales durante el estudio; técnicas para leer y tomar apuntes y; hábitos y actitudes generales de trabajo.

### **Rendimiento Académico**

El rendimiento académico hace referencia a la evaluación del conocimiento adquirido en el ámbito escolar, terciario o universitario. Un estudiante con buen rendimiento académico es aquél que obtiene calificaciones positivas en los exámenes que debe rendir a lo largo del curso. Es una medida de las capacidades del alumno que expresa lo que ha aprendido a lo largo del proceso formativo; también supone la capacidad del alumno para responder a los estímulos educativos, estando vinculado a la aptitud (Gardey, 2008).

Actualmente resulta de interés el estudio de aquellos aspectos que puedan infundir de una manera u otra en el rendimiento académico del alumnado adolescente. El conocimiento de los factores que pueden incidir en un mejor rendimiento de los alumnos, constituye una tarea primordial si se quiere diseñar programas de intervención que vayan en la dirección de prevenir el fracaso escolar (Holgado, Vila, & Barbero, 2007).

Por otra parte (Ucha, 2015) expresa que el rendimiento académico es un concepto que se utiliza de manera excluyente en el ámbito educativo, para referirse a la evaluación que en las diversas instituciones educativas y en los correspondientes niveles: primario, secundario y universitario, es llevado a cabo por los profesionales idóneos para, justamente evaluar el conocimiento aprendido por parte de los alumnos. Se considerará que un alumno tendrá un buen

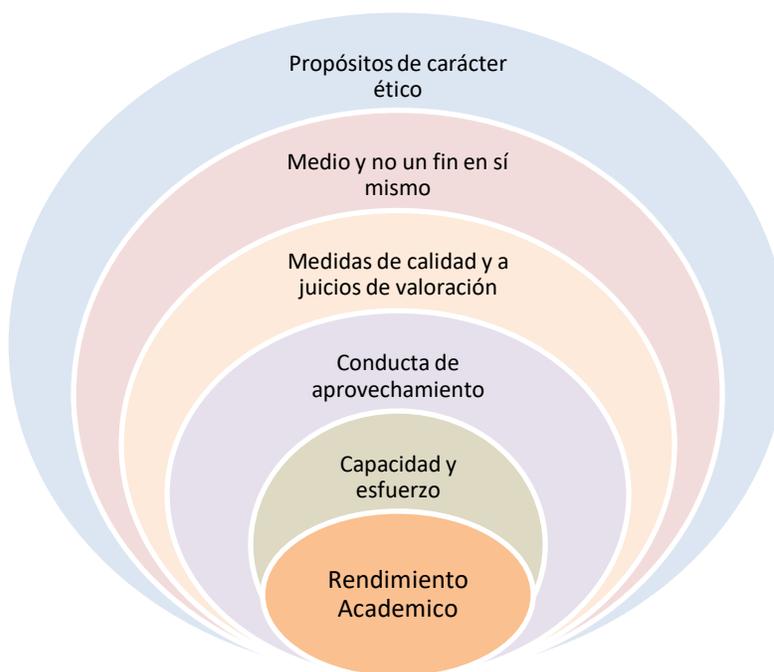
rendimiento académico cuando, tras las evaluaciones a las que es sometido a lo largo de la cursada en cuestión, sus notas son buenas y satisfactorias. Por el contrario, estaremos hablando de un mal o bajo rendimiento académico de un alumno cuando, las calificaciones que obtiene tras los exámenes no alcanzan el nivel mínimo de aprobación.

Uno de los mayores desafíos que enfrenta actualmente el sistema educativo nacional es, el bajo rendimiento académico que presentan los estudiantes en áreas del conocimiento como español y matemáticas (Peña, 2014). El nivel universitario no es ajeno a esta problemática, en la que asignaturas específicas como álgebra, tienen altos niveles de reprobación.

### **Característica del Rendimiento Académico**

De esta manera (García, 1991), después de realizar un análisis comparativo de diversas definiciones del rendimiento académico, concluye que hay un doble punto de vista, estático y dinámico que atañen al sujeto de la educación como ser social. En general el rendimiento académico presenta diferentes características mostradas en la figura 1.

**Figura 1.** Características del rendimiento académico



**Fuente:** (González, 2003)

### **Enfoques técnicos acerca del rendimiento académico**

Existen teorías que explican el rendimiento académico (Quiroz, 2001)

- a) En el rendimiento basado en la voluntad se le atribuye a la capacidad volitiva del hombre. (Kaczynka, 1986) afirma que, tradicionalmente se creía que el rendimiento académico era producto de la buena o mala voluntad del alumno, olvidando otros factores que pueden intervenir en el rendimiento académico.
- b) En el rendimiento académico basado en la capacidad se sostiene que está determinado no solo por la dinamicidad del esfuerzo, sino también por los elementos con los que el sujeto se halla dotado, como por ejemplo la inteligencia.

### **Factores del rendimiento académico**

Un estudio realizado por (Quiroz, 2001) sobre los factores que influyen en el rendimiento académico, señala dos factores condicionantes:

- a) **Factores endógenos:** relacionados directamente a la naturaleza psicológica o somática del alumno, manifestándose en el esfuerzo personal, motivación, predisposición, nivel de

inteligencia, hábitos de estudio, actitudes, ajuste emocional, adaptación al grupo, edad cronológica, estado nutricional, deficiencia sensorial, perturbaciones funcionales y el estado de salud física entre otros.

b) **Actores exógenos:** son los factores que influyen desde el exterior en el rendimiento académico. En el ambiente social encontramos el nivel socio-económico, procedencia urbana o rural, conformación del hogar, etc. En el ámbito educativo se tiene la metodología del docente, los materiales educativos, material bibliográfico, infraestructura, sistemas de evaluación, etc. En la investigación se consideró que ambos factores son importantes, señalándolos de la manera como lo plantea (Mitchell, 1975), se realizó una investigación donde destacan 7 factores en el rendimiento académico:

- **Ambiente de estudio inadecuado:** se refiere a la localización y las características físicas del ambiente de estudio como iluminación, ventilación, ruido, etc.
- **Falta de compromiso con el curso:** está relacionado con la motivación y el interés por las materias que componen el plan de estudios.
- **Objetivos académicos y vocacionales no definidos:** se refiere al planteamiento y análisis de metas académicas como profesionales que, permitirán al estudiante actuar con responsabilidad frente a una tarea o trabajo.
- **Ausencia de análisis de la conducta del estudio:** se refiere al análisis del tiempo que se invierte en el estudio personal, asistencia a clases y establecimiento de prioridades para llevar a cabo las demandas académicas.
- **Presentación con ansiedad en los exámenes:** se relaciona únicamente con las evaluaciones escritas.
- **Presentación de ansiedad académica:** se asocia con la ejecución en seminarios, dirección de grupos pequeños o grandes, exposiciones de temas.
- **Deficiencia en hábitos de habilidades de estudio:** se refiere a la frecuencia del empleo de las habilidades.

Otro autor, (Goleman, 1996), relaciona el rendimiento académico con la inteligencia emocional, señalando que los objetivos a alcanzar son los siguientes:

Hábitos de estudio y rendimiento académico en los estudiantes de segundo nivel de psicología de la  
Universidad Técnica de Manabí

- **Confianza:** que resulta la sensación de controlar y dominar el cuerpo, la conducta y el propio mundo. La sensación de que tiene muchas posibilidades de éxito en lo que emprenda.
- **Curiosidad:** como la sensación de que el hecho de descubrir algo es positivo y placentero.
- **Intencionalidad:** el deseo y la capacidad de lograr algo y actuar en consecuencia. Esta habilidad está ligada a la sensación y capacidad de sentirse competente de ser eficaz.
- **Auto-control:** como la capacidad de madurar y controlar las propias acciones en una forma apropiada a su edad; sensación de control interno.
- **Relación:** capacidad de relacionarse con los demás, una capacidad que se basa en el hecho de comprenderles y ser comprendidos por ellos.
- **Capacidad de comunicar:** el deseo y la capacidad de intercambiar verbalmente ideas, sentimientos y conceptos con los demás. Esta capacidad exige la confianza en los demás y el placer de relacionarse con ellos.
- **Cooperación:** la capacidad de armonizar las propias necesidades con las de los demás en actividades grupales.

(Jara, Velarde, Gordillo, Guerra, León, Arroyo & Figueroa, 2008), indican que “el rendimiento académico es la capacidad de respuesta que tiene un individuo a estímulos, objetivos y propósitos educativos previamente establecidos” (p.2). Otros autores como (Fernández & Rubal, 2014), definen el rendimiento académico como “un indicador del nivel de aprendizaje alcanzado por el alumno” (p.2). Un rendimiento académico bajo, indica que el estudiante no ha adquirido de forma adecuada y completa los conocimientos y que no posee las técnicas y habilidades necesarias para la solución de problemas relativos a la materia de estudio. En la figura 2, se observan las dimensiones del rendimiento académico.

**Figura 2.** Dimensiones del rendimiento académico



### **Hábitos de concentración**

Con respecto a las dimensiones del rendimiento académico, (Molina, 2010), se refiere acerca de la concentración para la comprensión de la lectura como una resta de cosas que te distraen (dispersores). Estos son algunos hábitos que debes practicar si quieres lograr tu objetivo de concentrarte:

- Proponerte un lugar y un horario fijo para estudiar todos los días, en el cual tú sabes que no hay muchas interrupciones.
- Prémiate a ti mismo con un descanso luego de cumplir una determinada meta, es decir, si leíste algo y no te concentraste, prueba colocándote la meta de leer solo una porción o solo una hoja de todo el texto y comprenderla para después darte un tiempo de descanso. ¡No abandones si no cumpliste la meta!”
- Asígnate periodos de tiempo de no más de media hora de lectura dependiendo del tipo y complejidad de la lectura, con el pasar de los días y a medida que vallas entrenando tu mente, puedes ir asignándote más tiempo de lectura.

### **Distribución del tiempo**

La organización del tiempo y las tareas resulta un factor clave para estudiar mejor. Es muy importante elaborar un calendario, fijar metas y objetivos o crear un plan para afianzar lo trabajado en clases y reforzar a diario los conocimientos. A mi si me gusta estudiar, pero me cuesta, ¿Alguna vez te preguntaste esta frase?, Yo, sí muchas veces, tantas veces no tenemos ganas de estudiar, como nos cuesta a veces sentarnos frente a un libro. Otras veces nos resulta más fácil y hasta tal vez menos aburrido. Pero, ¿por qué nos ocurre esto?, a veces es el tema o la materia, algunas son más atractivas que otras, pero por lo general depende de nosotros mismos, del ánimo que ponemos para estudiar (Banegas, 2017).

### **Relaciones Sociales durante el estudio**

Relaciones sociales son las múltiples interacciones que se dan entre dos o más personas en la sociedad, por las cuales los sujetos establecen vínculos laborales, familiares, profesionales, amistosos, deportivos. La relaciones interpersonales se enmarcan en la cultura social del grupo al que pertenecen, reflejando un posicionamiento y un rol en la sociedad, a través del proceso de socialización. El hombre como ser social necesita establecer conexión con su entorno, razón por la

cual la psicología insiste en el desarrollo de la inteligencia emocional y el fomento de la integración social, para facilitar las habilidades sociales y actitudes positivas. Se podría decir que si influye bastante en que varios individuos se reúnan para estudiar (Porporatto, 2015).

### **Técnicas para leer y tomar apuntes**

El ritmo de una exposición, una reunión o una clase a veces es muy rápido. En este sentido, es totalmente imposible apuntarlo todo de forma literal. Así pues, se pueden usar abreviaturas y símbolos para anotar cuanto nos resulte interesante, sin necesidad de un esfuerzo excesivo. El método de Cornell es una de las técnicas más conocidas. Si te decantas por esta opción, debes dividir los apuntes de clases en tres secciones, dentro de las cuales se tiene una columna derecha dedicada a reflejar la idea general de las explicaciones, una izquierda que se usa para tomar notas al margen y explicaciones que sirvan para relacionar y comprender y una inferior que se utilizará para resumir y organizar una vez estemos repasando los apuntes (Navarro, 2019).

### **Actitudes Generales de Trabajo**

Conocer cuál es el perfil de un trabajador ideal para un determinado puesto de trabajo o distribución de tareas dentro de un trabajo grupal, permite comprobar si se cumplen los requisitos para el mismo. O si se debe focalizar en mejorar alguna de las cualidades (Sánchez, 2020).

En relación a lo anteriormente planteado (Garbanzo, 2007) plantea, que se destaca dentro de la perspectiva personal la motivación del estudiante, la formación académica previa y la asistencia a clases. En cuanto a la perspectiva social destaca el nivel educativo de la madre y el entorno de la familia, finalmente plantea dentro de la perspectiva institucional, el ambiente estudiantil y la relación estudiante profesor. El estudio concluye que el rendimiento académico refleja la calidad educativa de la institución o en última instancia del país.

Los factores que se asocian a un bajo rendimiento académico han sido objeto de estudio, resultando los hábitos de estudio e indican de forma concreta las siguientes características: el estudiante hace un mayor uso de estrategias de aprendizaje memorísticas; fallas en la capacidad de reflexión y de análisis crítico; escaso tiempo dedicado al estudio y; la preparación se limita a un día antes del examen (Jara, et al, 2008).

Por otra parte, el bajo rendimiento académico se debe analizar desde una perspectiva causal, de tal forma que aborde de manera integral factores ligados al comportamiento del estudiante, a su personalidad y a la naturaleza afectiva (Contreras, Caballero, Palacios & Pérez, 2008), planteando

que cada factor se debería abordar desde tres perspectivas: personal, familiar y social. Sin embargo, se destacan los factores relacionados con el comportamiento del estudiante en sus hábitos de estudio.

En la vida académica habilidad y esfuerzo no son sinónimos; el esfuerzo no garantiza un éxito y la habilidad empieza a cobrar mayor importancia. Esto se debe a cierta capacidad cognitiva que le permite al alumno hacer una elaboración mental de las implicaciones causales que tiene el manejo de los auto-percepciones de destreza y esfuerzo. Dichas auto-percepciones, si bien son complementarias, no presentan el mismo peso para el estudiante; de acuerdo con el modelo, percibirse como hábil y capaz, es el elemento central. En el contexto escolar los profesores valoran más el esfuerzo que la habilidad (Navarro, 2003).

Según (Covington, 1984) se derivan tres tipos de estudiantes:

1. Los orientados al dominio, que son los que tienen éxito escolar, se consideran capaces, presentan alta motivación de logro y muestran confianza en sí mismos.
2. Los que aceptan el fracaso, los derrotistas que presentan una imagen propia deteriorada y manifiestan un sentimiento de desesperanza aprendido, es decir, que han aprendido que el control sobre el ambiente es sumamente difícil o imposible y por lo tanto renuncian al esfuerzo.
3. Los que evitan el fracaso, que carecen de un firme sentido de aptitud y autoestima, ponen poco esfuerzo en su desempeño. Para proteger su imagen ante un posible fracaso, recurren a estrategias como la participación mínima en el salón de clases, retraso en la realización de una tarea, trampas en los exámenes, etc.

Desde las perspectivas de (Flores, 2016), hay que conocer los elementos que están presentes en el proceso y diferenciar aquellos que derivan en un alto o bajo rendimiento académico, siendo el objeto de estudio de disciplinas como la pedagogía, la psicología y en menor grado la medicina.

El desarrollo de las habilidades y competencias académicas para aprendizaje a lo largo de la vida, es el reto de toda persona que se encuentre estudiando. Las acciones del docente ayudan a que determinadas habilidades y conocimientos influyan en la vida del estudiante, educándolos a que empiecen a desarrollar su reflexión y autonomía ante la vida, como es el caso de los chicos que están cursando el segundo nivel de psicología, donde han alcanzado cierto grado de madurez, y ello les permite reflexionar sobre algunos aspectos de la vida e identificar los conocimientos y

habilidades que poseen para utilizarlos en sus distintas materias o actividades académicas (Ortega, 2012). Para apoyar el refuerzo se deben implementar buenos instrumentos y estrategias de aprendizaje, tanto para la implementación de diseños descriptivo-explicativos, como para la validación de programas y estrategias de enseñanza. La falta de disposición de instrumentos específicos para la etapa universitaria hace que en ocasiones, se usen instrumentos para otros escenarios (Gil, Bernaras, Elizalde & Arrieta, 2009).

En la adolescencia se producen importantes cambios en el pensamiento que van ligados a las modificaciones del ambiente social. (Piaget, 1972) ha denominado la etapa como de las operaciones formales, en la que el adolescente es capaz de manejar lo incierto y saber que sus actos conllevan una consecuencia; es decir, el estudiante sabe que si no realiza comportamientos que le permitan cumplir con las exigencias del contexto universitario, es probable que tenga dificultades para la obtención de sus logros académicos. citado por (Papalia, Wendkos & Duskin, 2005).

## Resultados

La población que se tomó en cuenta fue el segundo nivel de psicología, los universitarios en estos primeros años se enfrentan a grandes cambios en aspectos físicos, cognitivos, emocionales y sociales, que pueden afectar su manera de responder a las demandas del medio.

Se aplicó un cuestionario de 88 ítems, organizados en dos escalas, seis sub escalas y veinticinco estrategias. Los ítems fueron diseñados con el formato de las escalas tipo Likert, con cinco opciones de respuesta: muy en desacuerdo, en desacuerdo, indeciso, de acuerdo y muy de acuerdo.

Los resultados se presentan en la tabla 2, donde se muestra un valor de jic cuadrado que supone que la matriz de correlaciones no es una matriz identidad, por lo que la matriz de datos obtenida es apta para el análisis factorial. También se calculó el índice KMO (medida de la adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin) hallándose un índice de idoneidad adecuado.

Hábitos de estudio y rendimiento académico en los estudiantes de segundo nivel de psicología de la Universidad Técnica de Manabí

**Tabla 2.** Prueba de esfericidad de Bartlett para las escalas y sub escalas del Cuestionario

Conceptos		Índice de idoneidad	Ji-cuadrado
Escala	Estrategias afectivas de apoyo y control	0,799	12178,477
	Estrategias relacionadas con el procesamiento de la información	0,851	10771,240
Sub-escalas	Estrategias motivacionales	0,736	3713,261
	Componentes afectivos	0,736	2135,261
	Estrategias meta cognitivas	0,783	2547,278
	Estrategias de control de contexto	0,729	2650,694
	Estrategias de búsqueda y selección de información	0,746	1592,845
	Estrategias de procesamiento y uso de la información	0,856	9670,080

Fuente: Elaboración propia

En la figura 3 se muestra el comportamiento del índice de idoneidad de las estrategias

**Figura 3.** Índice de idoneidad de las estrategias



Fuente: Elaboración propia

Se realizaron las correlaciones producto-momento de Pearson, una medida de asociación lineal, entre las puntuaciones medias de los ítems de las dos escalas y de las seis sub escalas y las puntuaciones medias de las calificaciones de cinco asignaturas troncales/obligatorias. Se encontraron correlaciones

Hábitos de estudio y rendimiento académico en los estudiantes de segundo nivel de psicología de la Universidad Técnica de Manabí

positivas en todos los casos, siendo significativas excepto en el caso de la sub-escala 5, de Búsqueda y Selección de Información, según se muestra en la tabla 3.

**Tabla 3.** Correlaciones de escalas y sub-escalas con la media de calificaciones

Escala	Sub-escalas	Media de calificaciones
Escala 1. Estrategias afectivas de apoyo y control		0,255**
	Sub-escala 1. Estrategias motivacionales	0,187**
	Sub-escala 2. Componentes afectivos	0,141**
	Sub-escala 3. Estrategias metacognitivas	0,199**
	Sub-escala 4. Estrategia de control de contexto	0,125*
Escala 2. Estrategias relacionadas con el procesamiento de la información		0,151**
	Sub-escala 5. Estrategias de búsqueda y selección	0,052
	Sub-escala 6. Estrategias de procesamiento y uso	0,176**
**La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral)		
*La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral)		

**Fuente:** Elaboración propia

El análisis de los resultados permitió comprobar que las puntuaciones de las escalas correlacionan positivamente y de modo significativo con las calificaciones de los estudiantes, siendo más alto el valor de la correlación de las Estrategias Afectivas, de Apoyo y Control que de las Estrategias relacionadas con el Procesamiento de la Información.

También correlacionan positivamente y de modo significativo las puntuaciones de las sub escalas, con la única salvedad de la sub escala 5, en que la correlación positiva no es significativa. Los valores de correlación más altos son los de las Estrategias Metacognitivas, Motivacionales y de Procesamiento y Uso, por ese orden. Los resultados muestran, que se da relación entre las estrategias de aprendizaje y el rendimiento académico.

El hecho de que las correlaciones no tengan valores altos, es coherente con los resultados encontrados por otros investigadores que han aplicado correlaciones utilizando otros instrumentos, como es el caso de Camarero, Martín y Herrero en el año 2000; Pintrich en 1995; Pintrich y García en 1991 y; Roces en el año 1999.

Resulta importante destacar que una evaluación integral del tema estudiado, puede precisar de una aproximación complementaria, que preste más atención a los elementos contextuales y procesuales, y que puede articularse mediante el uso de otros procedimientos: observación, auto informes sobre tareas realizadas, protocolos de pensamiento en voz alta, entrevistas y tareas evaluativas, entre otros, que completen la información obtenida mediante los cuestionarios con formato de auto informe como el aplicado en la investigación.

## **Conclusión**

El rendimiento académico constituye un fenómeno educativo muy complejo y multifactorial, que guarda una estrecha relación con los hábitos de estudio. Los hábitos de estudio son un aspecto fundamental dentro del rendimiento académico, donde los hábitos estudiantiles del alumnado, les ayuda a tener mejores resultados académicos, con la planificación a tiempo, la mejora del ambiente y las técnicas de estudio.

Es necesario insistir en aplicar programas de mejora de los hábitos de estudio, teniendo en cuenta todos los aspectos que los configuran y no centrándose sólo en las técnicas y métodos de estudio. Resulta importante continuar estudiando la articulación de programas de mejora de los hábitos de estudio, teniendo en cuenta las técnicas requeridas, la preparación de exámenes y trabajos, como la planificación del tiempo, la actitud, el estado físico y las cuestiones relacionadas con el ambiente habitual de estudio. Tras dicho programa se podría comprobar si los sujetos mejoran sus hábitos y su rendimiento académico priorizando en un análisis correlacional con visión de género.

## Referencias

1. Acevedo, & Torres. (2015). Análisis de los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje a distancia en alumnos de ingeniería de sistemas de la universidad de Cartagena. Formación universitaria. vol.8, n.5, pp.59-66. ISSN 0718-5006.
2. Molina A. (2010). Seis hábitos de concentración para la comprensión de lectura. <https://compresiondelectura7>.
3. Banegas, P. (2017). La planificación y organización del tiempo en el estudio. Infotecarios. <https://www.infotecarios.com/planificar-tiempo-estudio/#.XmUgn5MzZPM>.
4. Portocarrero, J. & Alfaro, R. (2013). Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes del 1.º año de Psicología de la Universidad Peruana Unión, Lima, Perú. Revista Científica de Ciencias de la Salud. & (2). Pp. 48-53.
5. Bigge, L. & Hunt, P. (1990). Bases psicológicas de la educación / M. L. Bigge, M. P. Hunt. México, Editorial Trillas, 736 p.
6. Mondragón, C. Cardoso, D. & Bobadilla, C. (2016). Hábitos de estudio y rendimiento académico. Caso estudiantes de la licenciatura en Administración de la Unidad Académica Profesional Tejupilco, RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo. 8 (15). <https://doi.org/10.23913/ride.v8i15.315>.
7. Ramos, C. (2015). La Importancia De Los Hábitos De Estudio En El Proceso De Enseñanza Aprendizaje. 54. <https://www.academia.edu/37643990>.
8. Contreras, K. Caballero C. Palacio, J. & Pérez, A. (2008). Factores asociados al fracaso académico en estudiantes universitarios de Barranquilla (Colombia). Psicología desde el Caribe. No.22.
9. Correa, M. (1998). Programa de Hábitos de Estudio para Estudiantes de la Segunda Etapa de Educación Básica. Universidad Pedagógica Experimental. repositorio.usil.edu.pe.
10. Covington, M. (1984). The motive for self-worth. En R. Ames y C. Ames. The Elementary School Journal. Vol. 85, N ° 1, Número especial: Motivación (septiembre de 1984), págs. 4-20.
11. Cruz, F., & Quiñones, A. (2016). Hábitos de estudio y rendimiento académico en enfermería, Poza Rica, Veracruz, México. Revista Electrónica Actualidades Investigativas En Educación, (1409–4703).

12. Fernández M. & Rubal. (2014). Los hábitos de estudio y el rendimiento académico en el primer año de la carrera de medicina. Morfovirtual Retrieved from <http://webcache.googleusercontent.com>
13. Flores-Ortiz, M. Rivera, H. & Sánchez, F. (2016). Bajo Rendimiento Académico más allá de los factores socio psicopedagógico. Revista Digital Internacional de Psicología y Ciencia Social, 2(1405–5802). Retrieved from <http://dx.doi.org/10.22402/j.rdipycs.unam.2.1.2016.60.95-104>.
14. Gallardo, B. Suárez, J. & Pérez-Pérez. C. (2009). Cuestionario CEVEAPEU. Un instrumento para la evaluación de las estrategias de aprendizaje de los estudiantes universitarios. Relieve. Revista Electrónica de Investigación y Evaluación Educativa, 15(1134–4032), 32.
15. Garbanzo, G. (2007). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios, una reflexión desde la calidad de la educación superior pública. Revista Educación, 31(0379–7082), 43–63.
16. García, T. & Pintrich, R. (1993). Self- schemas, motivational strategies and self- regulated learning. Comunicación. Annual Meeting of the American Educational Research Association. Atlanta, 12–16.
17. García, O. (1991). Factores condicionantes del aprendizaje en lógico matemático. San Martín de Porras Perú. Enferm. investig. Desarro. enero, vol 11(1): 57-66.
18. Gardey, P. (2008). Definición de rendimiento académico. <https://definicion.de/rendimiento-academico/>
19. Gatica, R. (2015). Los hábitos de estudio en el rendimiento académico de los estudiantes de la escuela superior de formación artística pública Lorenzo Luján Darjón de Iquitos.
20. Gil, P. Bernaras, E. Elizalde, M. & Arrieta, M. (2009). Estrategias de aprendizaje y patrones de motivación del alumnado de cuatro titulaciones del Campus de Gipuzkoa. Infancia y Aprendizaje, 3.
21. Goleman. (1996). El rendimiento académico escolar. México, Mc Graw Hill Interamericana. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/>.
22. Gonzales, V. (2003). Influencia de los hábitos de estudio y la autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Agronomía de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann. Nacional Jorge Basadre Grohmann.

23. Holgado, F. & Barbero, I. (2007). Actitudes, hábitos de estudio y rendimiento en Matemáticas: diferencias por género. *Psicothema*. Retrieved from <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?ID=3379>
24. Hong, T. (2017). Cuáles son los beneficios de los buenos hábitos de estudio y las habilidades organizativas. Retrieved from [https://www.ehowenespanol.com/cuales-son-beneficios-buenos-habitos-estudio-habilidades-organizativas-lista\\_465445/](https://www.ehowenespanol.com/cuales-son-beneficios-buenos-habitos-estudio-habilidades-organizativas-lista_465445/)
25. Jara, D. Velarde, H. Gordillo G. Guerra G. León, I. Arroyo, C. & Figueroa, M (2008). Factores influyentes en el rendimiento académico de estudiantes del primer año de medicina. *Revista: Anales de la Facultad de Medicina*, v.69 n.3 Lima sep. 2008.
26. Kaczynka, M. (1986). El rendimiento escolar y la inteligencia. IberLibro.com.
27. Lucas, N. (2019). 6 técnicas para tomar apuntes de forma eficiente. *Autoeduca*. Retrieved from <https://www.autoeduca.com/tecnicas-para-tomar-apuntes-de-forma-eficiente/>
28. Maddox, H. (1980). *Cómo Estudiar*. SciELO Network.
29. Mitchell, H. (1975). *Acerca del rendimiento estudiantil*. Ediciones Díaz de Santos.
30. Navarro. (2003). El rendimiento académico: Concepto, investigación y desarrollo. *Revista Electrónica Iberoamericana Sobre Calidad, Eficacia y Cambio En Educación*, 1.
31. Ortega, V. (2012). Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes de segundo de secundaria de una institución educativa a del callao. <http://repositorio.usil.edu.pe/>.
32. Papalia, D. Wendkos, S. & Duskin, R. (2005). *Psicología del Desarrollo de la Infancia a la Adolescencia*. México: McGraw-Hill.
33. Peña. (2014). Honduras tiene el segundo peor rendimiento en educación de América. *Universidad en línea*.
34. Perellón, J. (2014). *Psicología energética. EFT para el éxito académico. Manual para el manejo de ansiedad ante los exámenes*. Raleigh, North Carolina, United Stats. Ed. Lulu Press Inc.
35. Perrenoud, P. (2008). La construcción del éxito y del fracaso escolar. 303. Retrieved from [http://www.terras.edu.ar/biblioteca/6/6PE\\_Perrenoud\\_Unidad\\_1.pdf](http://www.terras.edu.ar/biblioteca/6/6PE_Perrenoud_Unidad_1.pdf)
36. Porporatto, M. (2015). Relaciones sociales. Retrieved from <https://quesignificado.com/relaciones-sociales/>.

37. Quiroz, R. (2001). El empleo de módulos auto instructivos en la enseñanza – aprendizaje de la asignatura de legislación deontología bibliotecológica. Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
38. Rondón, C. (1991). Internalidad y Hábitos de Estudio. Universidad Pedagógica Experimental Libertador, Instituto Pedagógico de Barquisimeto.
39. Rubio, G. (2013). Técnicas y hábitos de estudio de la asignatura de historia en secundaria y bachillerato. *Geographos*, (2173–1276). <https://doi.org/10.14198/GEOGRA2013.4.42>
40. Sánchez, S. (2002). Diccionario de las Ciencias de la Educación. México. Ed. Aula Santillana.
41. Sánchez, S. (2020). Tener estas 22 Actitudes y Aptitudes Profesionales te garantiza tener trabajo en 2020. Aula CM.
42. Santos, D. (2019). 15 hábitos de Estudio usados por los Estudiantes más Exitosos. In GoConar. Retrieved from <https://www.goconqr.com/es/examtime/blog/habitos-de-estudio/>
43. Ucha, F. (2015). Definición de Rendimiento académico. <http://dspace.unach.edu.ec/>.