

# Inducir al alumno a crear hábitos de estudio a través de las clases de investigación personal

Dora Araceli Cruz Huerta\*

## Introducción

Los buenos o malos hábitos de estudio en los alumnos de educación superior, influyen como indicadores en su rendimiento académico, y más cuando existe un alto índice de reprobación, generando una continua inquietud tanto entre ellos mismos, como en la institución y los docentes, por lo que es importante cuestionarse sobre el logro de sus objetivos y principalmente su futuro laboral.

Muchos de los problemas en torno al éxito en el rendimiento académico y las expectativas respecto a las tareas en casa, trabajos de investigación y prácticas, entre otras actividades de aprendizaje, giran alrededor de los hábitos de estudio, tomando en cuenta que, de alguna manera, los padres y ciertos alumnos son responsables directos y proveedores de estímulos, el ambiente y los materiales necesarios para que el estudio sea una actividad exitosa.

\* Maestra en Ciencias, docente de la División de Informática del Tecnológico de Estudios Superiores de Ecatepec.

Generalmente se habla del estudio como una acción realizada por los estudiantes, ya que en algunos casos, únicamente memorizan grandes bloques de información para obtener una calificación aprobatoria y, de esta manera, lograr un objetivo a corto plazo, pero sin el conocimiento necesario.

Según Marsellech (1999) estudiar es: “situarse adecuadamente ante unos contenidos, interpretarlos, asimilarlos y retenerlos, para después poder expresarlos, ante un examen y utilizarlos en la vida práctica”. Esto lleva a determinar que el estudio es un factor importante para el éxito académico, no sólo por el acto en sí mismo, sino también por la organización personal del alumno (dónde, cuándo, cómo y con qué llevarlo a cabo), ya que de un estudio eficaz depende el éxito que se alcance académicamente en la adquisición de conocimientos.

La mayoría de los alumnos se dedican a realizar largas sesiones de estudio justo un día antes de las evaluaciones, lo que genera problemas a la hora de responder a la evaluación, ya que no están seguros de lo que asimilaron o se confunden con las fórmulas, ecuaciones matemáticas, códigos o procesos, entre otros, debido al poco tiempo que se le dio al cerebro para fijar la información, lo que trae como consecuencia bajas calificaciones y, por ende, un bajo rendimiento académico.

Por lo tanto, un verdadero estudio es todo un proceso, que implica métodos y técnicas para realizarlo satisfactoriamente y lograr así la retención y entendimiento de la mayor cantidad posible de información (estrategias instruccionales).

Frente a lo antes expuesto, la presente investigación tiene como finalidad transmitir a los estudiantes la forma más adecuada para organizar su tiempo, crear conciencia y calidad en sus hábitos de estudio partiendo de las diferentes clases de investigación que existen, contribuyendo al mejoramiento y rendimiento en su formación profesional.

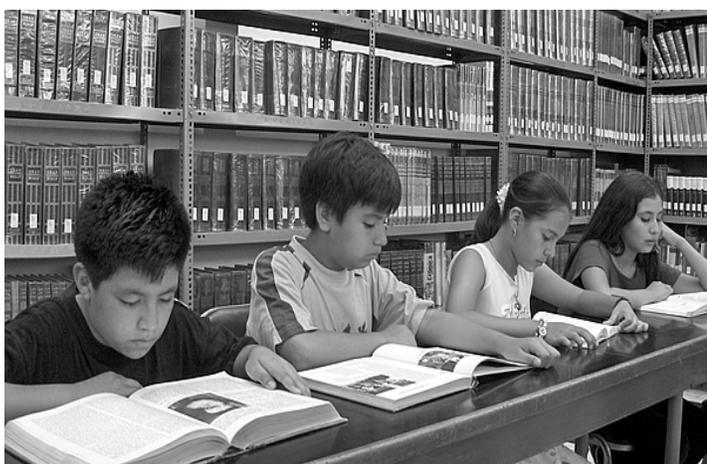
## Desarrollo

A través de su desarrollo académico el estudiante va adquiriendo hábitos de estudio propios, sin embargo, al arribar a niveles superiores, se da cuenta de que las antiguas costumbres no satisfacen necesariamente las nuevas responsabilidades.

Por ello es fundamental que los estudiantes posean elementos que les faciliten el aprendizaje y les permitan un alto rendimiento escolar. Considerando esto, así como la gran demanda que existe por parte de quienes ingresan por primera vez a un ciclo escolar, es importante que cuenten con apoyo y asesoría sobre cómo adquirir hábitos de estudio eficaces.

En resumen, el estudio es un acto individual que permite a quienes se involucran en actividades académicas, obtener conocimientos de manera gradual para formarse y capacitarse.

Las actividades del estudiante son diversas, y tienen que ver más con su estilo de adquisición del aprendizaje que con características convencionales, como leer todo el tiempo o desvelarse por realizar deberes académicos. Antes de iniciar la actividad de estudio, el alumno debería considerar cuáles son las características del aprendizaje y sobre todo conocer cuál es su estilo de aprender con la intención de explotar sus facultades y habilidades en el estudio.



Vivimos en una sociedad de convencionalismos, y desafortunadamente creemos que no todos podemos ser exitosos en el desempeño escolar. El papel del estudiante es potenciar sus propias capacidades de aprendizaje y obtener con ello la confianza necesaria para sentirse bien con sus nuevos conocimientos, saber que éstos le dan la seguridad de mostrarse fiel a las labores que le encomienden en la vida profesional y permanecer en un crecimiento continuo.

Estudiar y alcanzar el éxito, como muchos lo han experimentado, es fruto del esfuerzo y la perseverancia. Cada joven triunfador ha tenido que superar muchos problemas del medio que en un momento dado pudieran afectar el desempeño en su vida profesional, para ello es necesario darlos a conocer y enfrentarlos para superarlos.



Un hábito es cualquier acto adquirido por la experiencia, que se realiza de manera regular y automáticamente. Es una práctica o costumbre que se lleva a cabo con frecuencia. Es una práctica o costumbre que se lleva a cabo con frecuencia. Los antiguos filósofos decían que el hábito es una "segunda naturaleza"; eso significa que la naturaleza del hombre se enriquece o empobrece, se perfecciona o se denigra, con el hábito.

Existen hábitos malos y buenos. Como ejemplo los malos, podríamos mencionar el hecho de fumar, comerse las uñas, hablar demasiado (sin escuchar), dejar todo para después o echarle la culpa a los demás. Las personas que tienen estas conductas lo hacen todo el tiempo, y muchas veces sin percatarse de ello.

Los buenos hábitos son la puntualidad, la responsabilidad, el orden, la limpieza y el respeto. Éstos serán la clave del éxito en todas las áreas de la vida. Hoy se pueden aplicar como estudiante, pero el día de mañana también servirán como profesionista, trabajador, empresario o padre de familia.

Hay infinidad de hábitos de estudio recomendados por expertos en la materia, pero existen cinco importantes, que serán el comienzo de una nueva vida como estudiante y harán la diferencia entre el antes y el ahora:

1. Organiza tu tiempo, elaborando un plan de actividades diarias.
2. Presta atención al maestro durante la clase y toma nota de lo más importante (sin copiar todo lo que se diga).
3. Estudia todos los días, de preferencia a la misma hora y en el mismo lugar.
4. Utiliza alguna técnica para estudiar.
5. Ten siempre una actitud positiva ante la vida, incluso ante los problemas (con eso vencerás los malos hábitos del miedo, el desaliento y la derrota).

No bastará con que los conozcan, sino que se deberán ponerlos en práctica todos los días hasta lograr arraigarlos.

Para tener buenos hábitos de estudio, es fundamental retomar el término aprender, el cual suele asociarse al mundo académico, ya que se aprende en la universidad, en un curso, en la escuela, en la vida cotidiana. No obstante, aprender es algo que no se circunscribe a un periodo determinado en la vida, sino que dura siempre y además, va más allá del aula. El aprendizaje forma parte de nuestra existencia, pues de manera consciente o inconsciente, siempre estamos aprendiendo.

Conocer cómo funciona el aprendizaje y qué lo que facilita o dificulta, ayudará a tener un control sobre él. Para ello, es importante exponer cuáles son los diferentes enfoques de aprendizaje.

Son dos las principales escuelas que tratan de explicar cómo aprenden los seres humanos: por un lado, la conductista, que señala que el aprendizaje tiene lugar a través de estímulos, respuestas y recompensas; a los estímulos se les llama “factores de entrada” y a las respuestas, “comportamientos aprendidos”. Uno de los psicólogos que más ha contribuido al desarrollo de esta teoría ha sido B. F. Skinner.

La segunda gran escuela es la cognitivista, que centra su atención en la percepción, la memoria y la formación de conceptos, pero muy especialmente, en el desarrollo de habilidades que demuestren la comprensión de lo que se ha aprendido, a través de la resolución de problemas. Autores como Lewin han hecho importantes contribuciones a esta corriente psicológica con su teoría de campo en las ciencias sociales. Kolb también ha desarrollado esta escuela con sus trabajos sobre aprendizaje experiencial, y Ausubel, con sus estudios sobre el aprendizaje significativo. Los investigadores de esta corriente han analizado todos los factores de la persona y el contexto que más influye para producir un aprendizaje de calidad. De este modo, son numerosos los análisis que se llevan a cabo sobre las características del aprendizaje, sus estilos y enfoques de aprendizaje, además del contexto educativo, los métodos de enseñanza y el clima educativo.

El enfoque sobre el aprendizaje depende de la concepción que se tiene del mismo, pero de manera general, los especialistas han observado que las siguientes seis acciones son las que predominan como concepto social del aprendizaje:

1. Acumular conocimientos.
2. Memorizar.
3. Adquirir hechos, procedimientos que luego se utilizan en la práctica.
4. Extraer significados de las cosas.
5. Un proceso de interpretación que ayuda a comprender la realidad.
6. Un cambio personal, tanto en la forma de ver las cosas como en la de interpretar el mundo conforme se aprende.

Estas concepciones del aprendizaje responden a los dos modelos o teorías antes mencionadas. Mientras que la primera teoría cree que lo importante es qué y cuánto se aprende (aprendizaje pasivo), la segunda valora cómo y para qué se aprende (aprendizaje activo). Las tres primeras, son características de la teoría conductista, y las otras tres corresponden a la visión cognitivista que, como ya se dijo, tiene como elementos centrales la percepción, la memoria y la formación de conceptos, así como el desarrollo de habilidades y la comprensión experta.

A continuación se citan diferentes tipos de aprendizajes:

**Visual.** Aprende donde sea mediante computadora, libros, clases, videos. Le gusta el contacto visual y difícilmente se distrae. Es crítico y evaluador de todo lo que observa. Prefiere crear imágenes mentales, es muy creativo.

Observa el valor del contenido sin importar quién lo transmite. Es abstracto, le gusta platicar, pero prefiere pensar, que hacer algo manualmente.

**Auditivo.** Gusta de platicar antes de iniciar cualquier aprendizaje. Siente la necesidad de retroalimentar verbalmente para asegurarse de que ha entendido. Es sensible para escuchar y prefiere estudiar con música.

**Kinestésico.** Prefiere la información de tipo físico, les gusta aprender haciendo y probando constantemente, son sentimentales y prefieren la experimentación a la lectura. Les gusta lo concreto, lo que se puede tocar o manipular. Son intuitivos y necesitan analizar antes de tomar cualquier decisión. Levantan la mano para responder hasta que hayan “digerido” el concepto y lo auto-aprueban.

Las investigaciones sobre enseñanza y aprendizaje han demostrado que para que el aprendizaje sea efectivo, debe ser experiencial, activo e independiente. Este tipo de aprendizaje, como su nombre lo indica, tiene como base la experiencia que se va adquiriendo a lo largo de la vida, en el trabajo y en la educación. Cuando un estudiante asiste a clase va a aprender, no a ser enseñado.

Está comprobado que lo importante en una situación de aprendizaje es la actitud de la persona que aprende. La idea es que a un individuo no se le puede enseñar todo, sino que hay que enseñarle a aprender por sí mismo, es decir, a desarrollar las capacidades necesarias que lo conviertan en un aprendiz autónomo e independiente.

De acuerdo con David Kolb (citado en Guild y Garger, 1998), el aprendizaje experiencial se fundamenta en el principio de que las ideas no son fijas ni elementos del pensamiento puramente intercambiables, sino que se forman y reforman a través de las experiencias. Se trata de un proceso continuo al que cada uno incorpora sus propias ideas y creencias en niveles distintos de elaboración.

Este aprendizaje supone empezar con experiencias concretas sobre las que, posteriormente, el aprendiz reflexiona desde perspectivas diferentes al relacionarse con otros colegas o compañeros. Una tercera fase permite formular y reformular ideas que proporcionan un marco conceptual sobre el tema. Finalmente, estas ideas pueden ser utilizadas para tomar decisiones, resolver problemas y evaluar las implicaciones de nuevas dificultades.

El proceso siempre acaba generando nuevo material, que será el punto de partida de un nuevo ciclo, de una nueva experiencia concreta. En síntesis, el ciclo de aprendizaje experiencial supone unas etapas que pueden etiquetarse como: hacer, reflexionar, procesar, pensar y comprender.

El aprendizaje experiencial tiene su aplicación no sólo en la vida académica, sino en la vida real y profesional. A este modelo cíclico se le conoce como “Modelo cíclico de aprendizaje de Kolb” y está formado por cuatro fases, todas ellas necesarias para que el aprendizaje sea posible. El siguiente dibujo lo demuestra.

**Figura 1.** Modelo cíclico de aprendizaje de Kolb.



**Acomodático.** Se caracteriza por hacer cosas, llevar a cabo proyectos, experimentos e involucrarse en experiencias nuevas. Es arriesgado, tiende a destacar en situaciones en las que debe adaptarse a circunstancias inmediatas, específicas. Está cómodo con las personas, aunque a veces sea impaciente y “atropellado”. Las áreas en las que destaca son técnicas como Administración, Mercadotecnia, Ventas y cualquiera orientada a la acción.

**Divergente.** Su fuerte es la capacidad imaginativa. Destaca su habilidad para enfocar desde muchas perspectivas las situaciones concretas. Se interesa por las personas y busca producir alternativas en grupo. Es sensible, tiene amplios intereses culturales y suele especializarse en las artes. Las áreas en las que destaca son directivas con antecedentes en humanidades y artes. Cualquier condición de dirección de personal y liderazgo le atrae.

**Convergente.** Se distingue por la aplicación práctica de las ideas. Resuelve problemas mediante el razonamiento hipotético-deductivo. Poco sensible a la gente, prefiere las ciencias físicas y tienen intereses técnicos limitados. Sobresale en las áreas de ingeniería.

**Asimilador.** Posee la capacidad para crear modelos teóricos. Destaca en el razonamiento inductivo, en la asimilación de observaciones dispares a una explicación integral. Se interesa menos por las personas y más por los conceptos abstractos, pero menos para la aplicación práctica de las teorías, ya que es más importante que éstas sean lógicamente sólidas y precisas. Las áreas en las que destacan son ciencias básicas, investigación y planificación.

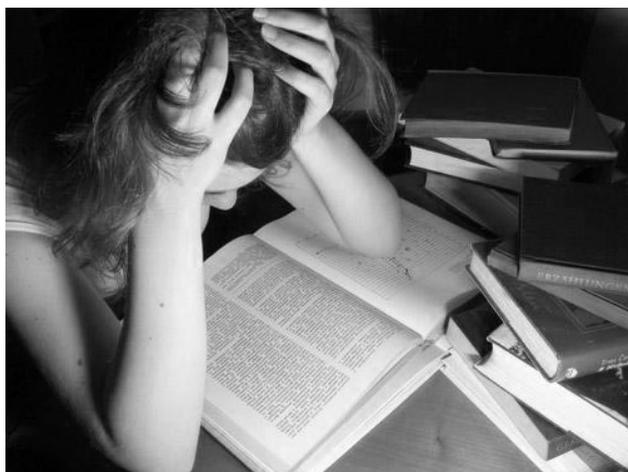
Existen técnicas que a continuación se citan para la participación activa durante el estudio:

## Administración de tiempo

Los puntos fundamentales que giran alrededor del aprovechamiento del tiempo de estudio son:

**Confeccionar un horario de estudio personal.** Cada uno sabe las horas en que más le agrada estudiar porque rinde más, el número de horas que necesita, las asignaturas que ha de preparar el día o días siguientes.

**Incluir en ese horario TODAS las asignaturas.** En el horario, las asignaturas deben ocupar un número de horas de manera proporcional a su importancia y a la dificultad del alumno.



**Incluir en el horario periodos de descanso.** Tras una hora de estudio, debe haber un periodo aproximado de quince minutos de descanso, ya que se rinde más que si se intenta aprovechar las dos horas seguidas.

**Incluir días de descanso a la semana.** Es una fórmula muy saludable trabajar bien durante toda la semana y descansar sábados y domingos: la deseada semana inglesa.

**Cumplir realmente con ese horario hasta formar un hábito.** Dedicar un número de horas diarias al estudio, que garanticen la tranquilidad del éxito final.

También hay que tomar en consideración los siguientes aspectos:

**Preparar todo lo necesario antes de sentarse a estudiar.** Apuntes, libros, lápices y otros implementos, deben estar al alcance de la mano cuando el estudiante se dispone a trabajar. Solo así se evitarán pérdidas de tiempo y energía.

**Tener cada cosa en su sitio.** Colocar en un sitio adecuado los libros, fichas bibliográficas y de trabajo, discos, entre otros, pues ello ofrece una positiva sensación de orden y seguridad. Estar satisfecho con la propia organización, es provechoso.

El estudio es un trabajo, y muy complejo, ya que el estudiante que sabe organizarse lleva una gran ventaja sobre el desorganizado. El hecho demostrado de que la inmensa mayoría de nuestros estudiantes opinen que rendirán mucho más si adoptan otro sistema de organizarse en los estudios, demuestra claramente cuánto hay que insistir en este aspecto. Por lo tanto es importante considerar lo siguiente:

## La memoria ¿don natural o producto del esfuerzo?

“El cultivo de la memoria es tan necesaria como el alimento para el cuerpo” (Cicerón).

“Una cabeza sin memoria es como una fortaleza sin guarnición” (Napoleón).

Aunque hay condiciones físicas (aún insuficientemente conocidas) que facilitan la memoria, ésta siempre se puede optimizar. Veamos algunas sugerencias para mejorarla:

- Procuremos que en el momento de introducir los datos, intervengan todos los sentidos posibles: vista y oído, principalmente.
- Rodeémonos de circunstancias favorables y evitemos las interferencias. Si confluyen estímulos de otra naturaleza, dispersarán la atención que requiere el acto de memorizar lo que deseamos recordar.
- Aumentemos nuestra capacidad de atención y concentración, escuchando en medio del silencio, resolviendo juegos visuales o los ejercicios de percepción de diferencias que aparecen en los periódicos.
- Intentemos entender bien, relacionándolo con otros conocimientos, lo que pretendemos memorizar.
- La imaginación es nuestra capacidad de evocar imágenes. El cerebro retiene mejor lo que es imaginable. Intentemos asociar con imágenes lo que queremos aprender o recordar. Esas imágenes no han de ser forzosamente lógicas, pueden ser auténticos disparates que, por el contraste, pueden grabarse mejor.
- Una vez entendido lo que se quiere asimilar, repitémoslo hasta la saciedad. La repetición crea el hábito, y la insistencia ayuda a grabar mejor los conceptos.
- Comprobemos periódicamente nuestra capacidad de recordar. De vez en cuando, hagamos inventario de lo que estamos aprendiendo y nuestras vivencias. Podemos autoevaluar nuestra memoria, es

un ejercicio divertido y muy recomendable. A medida que avanza nuestra edad, es conveniente estimular la memoria reciente -la memoria remota nos plantea menos problemas en nuestra vida cotidiana- mediante una serie de actividades: seguir la actualidad leyendo diariamente los periódicos, hacer de vez en cuando un pequeño resumen escrito u oral de lo que hemos leído o escuchado, mirar con frecuencia el calendario para mantener viva la orientación temporal, aprender de memoria letras de canciones o versos de poemas, clasificar nuestras fotografías, mirarlas y recordar los momentos que reflejan, coleccionar objetos, ordenarlos y disfrutar de ellos de vez en cuando

- Por último, un consejo realmente útil: escribamos nuestras memorias. Seguramente nos sorprenderemos de lo que somos capaces de recordar.

La inteligencia emocional es un conjunto de destrezas, actitudes, habilidades y competencias que determinan la conducta de un individuo, sus reacciones, estados mentales, etcétera, y que puede definirse como la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones.

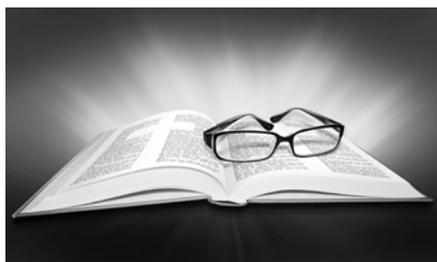
Los sentimientos no sólo son las fuentes del saber intuitivo. También nos suministran, a cada instante, durante todo el día, datos potencialmente aprovechables. Pero no basta con tener los sentimientos, es necesario saber reconocerlos y apreciarlos, tanto en uno mismo como en los demás, así como reaccionar a ellos correctamente. Las personas que saben hacerlo, utilizan la inteligencia emocional, que es la capacidad para sentir, entender y aplicar eficientemente el poder de aquel cúmulo de emociones del cual proviene parte de la fuerza, de las informaciones, de la confianza, creatividad e influencia sobre los demás que anima al hombre.

## Resultados obtenidos

Los resultados obtenidos durante la investigación, permitieron dar a conocer las diferentes características generales de los hábitos de estudio, cuáles son los buenos y malos hábitos según las opiniones de los estudiantes y los egresados, así como opiniones acerca de las responsabilidades que se deben cumplir para una buena formación académica. A continuación se citan algunos de los puntos expresados al respecto.

## Buenos hábitos de estudio

- Ser espontáneos es algo que les ha funcionado muy bien.
- Apoyarse en guías de estudio, ya que son de gran apoyo, y cuando hay alguna duda, se acercan a quién más confianza le tienen.
- Algunos prefieren escuchar música cuando estudian.
- Si se trata de un examen práctico, tratan de hacer varios ejercicios para probar su aprendizaje.
- Otros opinaron que es necesario dedicarle entre dos y tres horas, dependiendo si el examen es teórico o práctico.
- Muchos consideran que sus hábitos de estudio son variables, ya que no todas las asignaturas tienen el mismo grado de dificultad.
- Algunos dijeron tener más confianza en sus compañeros para esclarecer dudas que con un maestro.

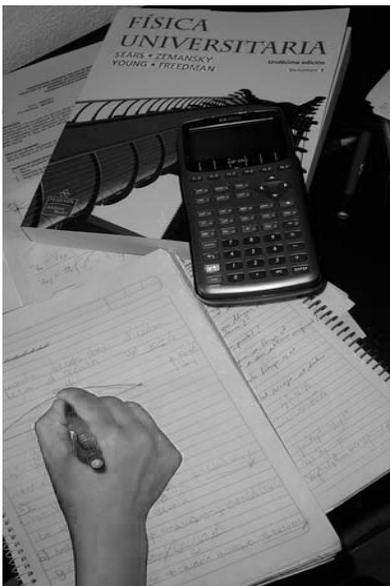


- Las estudiantes que ya son madres de familia, primero dedican tiempo y atención a sus hijos y más tarde a ellas mismas y al estudio, aunque se acuesten tarde, pero vale la pena cuando ven los resultados favorables.
- Algunos tienen la habilidad de memorizar y comprender al mismo tiempo.
- Varios requieren que exista silencio para poder concentrarse mejor.
- El poner atención cuando el profesor explica consideran que facilita más su aprendizaje.
- Para un grupo, es mejor estudiar en la noche, ya que es una hora adecuada, sin ruido ni distracciones.
- Otros más consideran que hay que conocer y hacer uso de técnicas de aprendizaje (lectura, lectura comprensiva, utilizar un marcatextos para subrayar lo más importante, realizar un resumen que incluya una introducción, y que se citen las ideas principales para facilitar la concesión de su conocimiento).
- El estar atentos en clase, facilita su aprendizaje.
- Organizar su tiempo, elaborar un plan de estudio, prestar atención a las clases, tomar nota de lo más importante, estudiar diariamente mínimo 30 minutos.
- Muchos consideran que un hábito es una costumbre, acción que la persona realiza día con día como parte de su formación profesional, estudiando mínimo una hora, realizando trabajos en tiempo y forma, leyendo dos horas al día, estudiando y repasando apuntes para no olvidar lo aprendido, procurando un lugar cerrado y en silencio, mientras que otras les gusta que haya ruido para estudiar mejor.
- Que no existan distractores de ningún tipo
- Pensar en tener una mejor calidad de vida, les impulsa a buscar una mejor planeación respecto a sus hábitos de estudio.
- Es importante hacer investigaciones que permitan constatar la teoría con la práctica y mejor aún, conocer lo que el medio laboral demanda.
- El poder contar con información adecuada (apuntes en computadora y escuchar música) facilitan su aprendizaje.
- Algunos distribuyen su tiempo y lo combinan entre la tarde y la noche para reforzar conocimientos.
- Algunos estudian en el trayecto del trabajo a casa, si se trata de apuntes.
- Otros aplican los métodos con que los educaron desde pequeños: si es una materia teórica, hacen guías, cuestionarios, mapas conceptuales o mentales; repaso continuo; relacionar los conceptos con lo que demanda el medio laboral; uso de notas adheribles para darle relevancia al tema de mayor actualidad, y combinar elementos auditivos, visuales y cognitivos.
- Puntualidad al asistir a las clases.
- Repasar diariamente lo que se vio en la clase, sobre todo cuando se acercan los exámenes; si la clase resulta interesante, investigar los temas previamente, y leer de manera constante para aprender las cosas.

- No faltar a clases, llegar temprano, hacer anotaciones sobre lo más importante que vea en la misma.
- Estar inmerso en la tecnología, con cursos de actualización.
- Esforzarse por una calificación aprobatoria y adquirir nuevos conocimientos.
- Se destacó la importancia de manejar correctamente el inglés.
- Utilizar tutoriales facilitar el acceso a la tecnología.
- Tener disponibilidad, ser propositivos y creativos.

## Malos hábitos de estudio

- No tener una buena planeación.
- No darle la importancia a los estudios.
- Falta de tiempo y mala organización en sus actividades.
- Falta de motivación por parte de los profesores.
- No estar acostumbrados a hacer uso de técnicas que faciliten su aprendizaje.
- No tener una idea clara de lo que demanda el medio laboral.
- Hacer trabajos o tareas un día antes de la fecha convenida.
- No tener tiempo por los problemas y responsabilidades familiares.
- Confiarse únicamente en lo que se ve en clase, y no dedicarle tiempo a la investigación o las tareas.
- Algunos no tienen ningún hábito de estudio.
- Uso de distractores, como música, celulares, chatear, redes sociales, etcétera; la apatía; los problemas emocionales.
- Estudiar media hora antes de un examen.
- El dar prioridad a los amigos y eventos sociales; la falta de recursos.
- El no establecer un programa de trabajo para las actividades escolares.
- Ser pesimistas, no tener motivación, ser desorganizados, angustiarse, estar tensos.
- Las grandes distancias de traslado de la casa a la escuela y viceversa, genera tiempos perdidos (congestionamiento de tráfico).
- El trabajar y estudiar, aunado a que muchos son padres o madres de familia, les impide tener tiempo para el estudio.



Podríamos seguir mencionando muchos otros puntos de vista acerca de los hábitos de estudio, pero los aquí referidos son los más destacados de la encuesta aplicada a estudiantes de la licenciatura en Informática del Tecnológico de estudios Superiores de Ecatepec.

Respecto a la opinión de los egresados de esta División, en seguida se citan dos puntos de vista tanto desde la perspectiva estudiantil y laboral.

## Primer caso

“En cuestiones de estudio, uno como estudiante si no está muy bien orientado, tiende a caer en muchos malos hábitos, de los cuales es muy difícil salir, ya que se convierte en un círculo vicioso que repetimos, muchas veces conscientemente y en otras, de forma inconsciente.

“Me refiero a esto, porque como estudiante, tomando como referencia cuando inicié la etapa de universitario, hoy me doy cuenta de muchas debilidades que en su momento tenía, por ejemplo:

- Justificarme por todos mis errores.
- Esperar a que los profesores me indicaran qué era exactamente lo que debía estudiar.
- No saber trabajar en equipo.
- No ser autodidacta.
- Siempre que se iniciaba un proyecto para entregar en equipo, esperar a que alguien tuviera la iniciativa, para que me indicara qué parte me correspondería investigar y entregar.
- Dejar las cosas para después y ese después se convertía en un presente, en donde ya no había vuelta atrás.
- No preguntar cuando tenía dudas y esperar a que alguien más lo hiciera, con la esperanza de que fuera la misma duda que yo tenía.
- Pensar que siempre habría alguien para sacarme de apuros, pasándome las tareas, los proyectos, las respuestas de los exámenes y no darme cuenta que a lo mejor sí existen personas que nos sacan de esos apuros en esos momentos, pero nos hacemos un grandísimo daño, ya que se nos hace un vicio constante, del cual es muy difícil salir.
- Pensar que los profesores tienen toda la razón en cuanto a los temas que nos enseñan y jamás decirles nada cuando creemos que están equivocados.
- No tener iniciativa y aislarse en los eventos grupales.

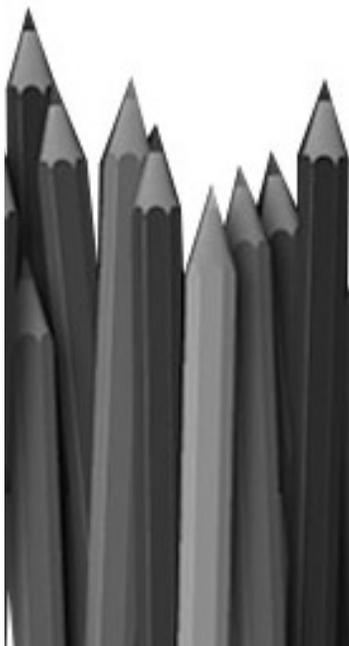
“Muchas de estas debilidades, ahora, después de varios años y analizando tanto a mis compañeros como a mí, y también platicando con ellos, me doy cuenta de que son deficiencias que la gran mayoría tiene y a futuro nos afectarán si no hacemos algo por corregirlas.

“Yo gracias a que me incorporé al ámbito laboral y posteriormente al profesional, así como a otras cuestiones personales en las cuales uno tiene que madurar, logré corregir muchas de ellas, y si de algo estoy seguro por experiencia propia, es que la escuela es la base para salir a pelear un puesto aquí afuera, y como estudiantes es necesario trabajar, para realmente darle valor a la oportunidad de poder prepararnos y terminar una carrera”.

## Consejos

- Siempre tracen objetivos, comenzando por algunos pequeños, para así posteriormente irlos cumpliendo y poco a poco irse forjando más grandes.





- Ser autodidactas y jamás esperar a que alguien les enseñe.
- Siempre ir un paso delante de los demás y tener ese plus que los otros no tienen.
- Cuando entren a trabajar, antes de hablar primero analicen las necesidades de la empresa y hacerle ver a quien nos vaya a contratar, que realmente haremos una gran diferencia.
- Nadie es indispensable, pero sí podemos volvernos necesarios para la empresa.
- Dentro de la empresa procurar que la gente nos conozca, no por ser flojos o faltar, sino por ser siempre el que dice sí se puede hacer y si no lo sé, ver la forma de realizarlo, además de ser responsables, y no llegar tarde ni faltar.
- Jamás decir no lo sé y no hacer nada por aprenderlo.
- Autocriticarnos y afrontar nuestros errores en vez de justificarnos, y tratar de corregirlos.
- Aprender de los demás y jamás ser envidiosos con lo que sabemos.
- Siempre ser positivos, ya que la negatividad se percibe y se transmite, lo cual es muy perjudicial tanto en el ámbito personal como en el profesional.
- Llevar buenas relaciones personales, y tratar a toda la gente por igual.
- Apoyar cuando se necesite.
- Trabajar en equipo y no ser cerrado queriendo tener siempre la razón, porque uno puede aprender más de quien menos se lo espera.
- Siempre escuchar antes de hablar.
- Si alguien nos critica en forma respetuosa y con intención de ayudarnos a crecer y ser mejores, intentar siempre escuchar y analizar antes de actuar.
- Tratar a los demás como nos gustaría ser tratados, y si son jefes, nunca olvidar que en algún momento también estuvieron abajo. Porque muchas veces estamos arriba y en otras abajo, uno nunca sabe lo que el destino y la vida nos tiene preparados.
- Siempre, en cualquier empresa, se deben tener presentes sus principios y valores.
- Jamás tenerle miedo al cambio, ya que la vida está llena de ellos y debemos aprender a acoplarnos.

## Segundo caso

“En el periodo académico de cualquier alumno, se forma el perfil de un profesionista que aplicará sus conocimientos y habilidades en el ámbito laboral, por tal motivo es primordial tener una disciplina e interés absoluto sobre la carrera.

“En el trayecto de mi vida académica formé el conocimiento sobre las nuevas tecnologías, y hoy en día, en mi puesto laboral, he llevado a la práctica en conjunto las enseñanzas y experiencias de los profesores. A

mitad de trayecto de la carrera, decidí tener un mayor enfoque hacia las redes de telecomunicaciones, porque las empresas actualmente demandan profesionistas con un perfil específico, y algo muy importante es que estén certificados.

“Una vez que egresé de la carrera, tuve la oportunidad de incorporarme a una compañía experta en el ámbito de las telecomunicaciones, y hasta la fecha le continúo brindando servicio. Debo comentar que uno se encuentra con un panorama diferente a lo que imaginábamos como alumnos, por lo que es necesario adaptarse de inmediato a los procesos, documentación, políticas, niveles de escala, estructura verbal, idioma técnico, etcétera.

“Al respaldo del conocimiento y la experiencia se les conoce como ‘certificaciones’, éstas generan las nuevas oportunidades de crecimiento profesional, económico y personal. Los fabricantes respaldan esas certificaciones, que tienen una vigencia de cierto tiempo. Las grandes compañías como CISCO, Avaya, Juniper, Microsoft, Oracle, contienen una gama de certificaciones de las tecnologías que proporcionan en sus soluciones empresariales.

“Es de gran ayuda que la empresa para la que labores pueda ofrecer cursos para la presentación de exámenes, ya que deben cumplir con un nivel de certificación para ser competitivas y denominarse ‘partner del fabricante’ o ‘socio del fabricante’ y eso se cumple con personal certificado.

“Las recomendaciones que puedo compartir para ser competitivo una vez egresado son:

- Concluir la carrera con el título.
- Dominio de una lengua extranjera, sobre todo el inglés.
- Conocimiento del perfil, tomar cursos previos.
- Autoestudio

“Estoy a punto de cumplir tres años en la compañía donde trabajo y he experimentado tres cambios de puesto. Cuando ingresé fue en el área de Servicio. Ahí aprendí términos técnicos, así como la relación con clientes, y el manejo de nuevos dispositivos, para lo cual me brindaron capacitación. Los equipos de telecomunicaciones vienen acompañados de manuales en idioma inglés, por lo que tuve que dominarlo con gran urgencia”.

Es importante mencionar la importancia de tener hábitos de estudio y motivación para dirigir nuestra vida profesional con compromiso y responsabilidad, ya que hay universidades, como la de Jordania, en donde no todos pueden estudiar, debido a los altos costos.

Tomando como referencia únicamente las dificultades que en otros países pueden existir para obtener una formación profesional, es preciso que en nuestro país y específicamente en el Tecnológico de Estudios Superiores de Ecatepec, crear conciencia sobre los hábitos de estudio, que nos permitan no solo sentir entusiasmo por aprender, sino concebir el aprendizaje de manera significativa.

## Conclusiones

El presentar las características, ventajas y desventajas de los hábitos de estudio, abre un nuevo panorama para los jóvenes, ya que la mayoría de ellos no está acostumbrado a tener hábitos de estudio y mucho menos a trazar un programa de trabajo que integre actividades académicas diarias, haciendo hincapié en que no basta con tomar clases de manera presencial,

## Fuentes de Consulta

Beauport, Elaine. (1995). *Las Tres Caras de la Mente. Orquesta tu energía con las múltiples inteligencias de tu cerebro* Triuno. Editorial Galac, Caracas.

Buzan, Tony. (1998). *El Libro de Lectura Rápida*, Editorial Urano, Barcelona.

-----, (1996). *El libro de los Mapas Mentales*. Editorial Urano, Barcelona.

Despins, Jean-Paul. (1996). *La Música y el Cerebro*. Editorial Gedisa, Barcelona.

Ferguson, Marilyn. (1998). *La Conspiración de Acuario. Transformaciones personales y sociales en este fin de siglo*. Editorial Kairós, 6ª Edición, Barcelona, 1997.

Gelb, Michael J. (1999). *Pensar como Leonardo da Vinci. Siete lecciones para llegar a ser un genio*. Editorial Planeta. España.

Kolb, Da y Fry, R. (1975). *Hacia una Teoría Aplicada de Aprendizaje Experiencial*, en C. Cooper (ed.) *Teorías del Proceso Group*, London: John Wiley Kolb, DA, Rubin, IM, McIntyre, JM (1974) *Psicología de las Organizaciones: Un libro de lectura*, 2ª edición. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Martin Martin, Aurora y Guardia, Soledad. (1976). *Comunicación Audiovisual y Educación*. Ediciones Anaya, Salamanca.

Ostrander, Sheila y Lynn Schroeder con Ostrander Nancy. (1996). *Superaprendizaje 2000*. Editorial Grijalbo. Barcelona, España.

Sambrano, Jazmín. (1998). *Superaprendizaje Transpersonal*. Ediciones Alfadil, Caracas.

Walton, Donald. (1991). *¿Sabe Usted Comunicarse?* Editorial Mc Graw-Hill. Bogotá.

Wycoff, Joyce. (1994). *Trucos de la Mente Creativa. Mindmapping, para resolver problemas, tomar decisiones, perfeccionar la memoria, mejorar la concentración y agilizar el pensamiento*, Ediciones Martínez Roca, S.A. Barcelona.

la investigación diaria permite comparar lo visto en clase con lo que diversas fuentes virtuales o bibliográficas ofrecen, además fomentarles que sean más creativos e innovadores. Usar y aprovechar adecuadamente las tecnologías de la información puede facilitar la adquisición de conocimientos.

También es importante el realizar visitas de campo para que los alumnos conozcan lo que el sector laboral demanda.

Los jóvenes deben de ser más reflexivos, dedicar menor tiempo a las actividades de distracción y organizarse más para aprender, crear, hacer investigación e innovación tecnológica.

## Recomendaciones de la autora

Como académico, es importante mencionar que los alumnos deben ser más propositivos y creativos, ya que es lo que demanda el sector laboral. El tener buenos hábitos de estudio les permitirá adquirir una formación más óptima.

Recomiendo que en lugar de perder tiempo en actividades sin trascendencia, se dedique ese espacio a Internet, viendo videos productivos e interesantes, como tutoriales, o por ejemplo como cómo instalar y conocer las características que ofrecen los diferentes sistemas operativos, desarrollar nuevas tecnologías, o pensar en crear una nueva aplicación.

Es necesario crear vínculos con empresas que permitan a los estudiantes formarse un panorama más amplio de lo que ellas demandan, a fin de constatar que la teoría es necesaria para poder concretar su práctica.