

Habilidades sociales y hábitos de estudio en estudiantes de 5.º año de secundaria de una institución educativa pública de Chosica - Lima

Social skills and habits students study in high school 5th year in a public school Chosica - Lima

Denis Frank Cunza Aranzábal¹, Dámaris Quinteros Zúñiga²

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre las habilidades sociales y los hábitos de estudio en los estudiantes de quinto año de secundaria. **Material y Métodos:** La investigación corresponde a un diseño no experimental, de corte transversal y de tipo descriptivo correlacional, porque se buscó encontrar la relación entre habilidades sociales y hábitos de estudio en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Chosica - Lima. Los participantes fueron el total de estudiantes del quinto año de secundaria de una institución educativa pública, con edades comprendidas entre los 16 y 19. Se utilizaron dos instrumentos, la Lista de Habilidades Sociales del Instituto de Salud Mental Honorio Delgado – Hideyo Noguchy (2005) y el Inventario de Hábitos de Estudio CASM 85 de Vicuña (2005). **Resultados:** Se encontró en cuanto al nivel de habilidades sociales que el 20% de los alumnos evaluados presentó un nivel promedio; el 26% presenta un nivel muy bajo y un 7% presenta un nivel muy alto; asimismo el 18% de la población de alumnos tiene un nivel promedio de hábitos de estudio, el 54% presenta un nivel muy bajo, y el 4% presenta un nivel muy alto de hábitos de estudio. Además se encontró que existe relación ($p < .01$) en cuanto a habilidades de comunicación con métodos y técnicas generales de estudio, con realización de trabajos, con preparación de los exámenes, con apuntes en clase y con acompañamiento al estudio. Asimismo, existe relación entre la autoestima y los métodos y técnicas generales de estudio, así como entre autoestima y apuntes en clase. Finalmente existe relación entre la toma de decisiones y realización de trabajos así como con apuntes en clase. **Conclusiones:** Existe un coeficiente de correlación significativo ($p < 0.01$), positivo entre débil y medio, entre habilidades sociales y hábitos de estudio.

Palabras clave: Hábitos de estudio, habilidades sociales.

SUMMARY

Objective: Determine if there is statistically significant relation between social skills and study habits in fifth grade students. **Methods:** The research corresponds to a non-experimental, cross-sectional and correlational descriptive because they sought to find the relationship between social skills and study habits in high school students in a public school Chosica - Lima. The participants were all students of the fifth year of high school in a public school, aged between 16 and 19. Two instruments were used, the Social Skills Checklist Mental Health Institute Honorio Delgado - Hideyo Noguchy (2005) and Study Habits Inventory Vicuña CASM 85 (2005). **Results:** Was found in the level of social skills that 20% of students tested showed an average level, 26% presented a very low level and 7% have a very high level, also 18% of the student population have an average level of study habits, 54% have a very low level, and 4% have a high level of study habits. It was also found that there is a relationship ($p < .01$) in terms of communication skills and general technical methods of study, performance of work, with preparation of exams, with notes in class, and accompanied the study. Also, there is a relationship between self-esteem and general methods and techniques of study, and between self-esteem and class notes. Finally there is a relationship between decision and performing work as well as with class notes. **Conclusion:** There is a significant correlation coefficient ($p < 0.01$), positive from weak to middle between social skills and study habits.

Keywords: Social skills, study habits.

¹ Profesor de la EAP de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Peruana Unión, filial Juliaca, Perú

² Profesora asociada de la EAP de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Peruana Unión, Lima, Perú.

INTRODUCCIÓN

Hoy el desarrollo de habilidades sociales es fundamental para una adecuada convivencia humana, saludable y feliz (Ministerio de Salud, 2005), pues permiten al ser humano expresar su forma de pensar respetando también la forma de pensar de otras personas, de lo cual se deduce que es deseable que las habilidades sociales estén unidas a un adecuado manejo de herramientas metacognitivas para el aprendizaje de las materias propias de la educación secundaria y posteriormente de la educación superior.

El desarrollo de habilidades sociales resulta ser de suma importancia debido a que muchos alumnos que desarrollan adecuadamente sus capacidades de aprendizaje teórico de diversas materias, encuentran difícil expresar sus propias opiniones o valorarse a sí mismos. Las estadísticas nos dicen que en el Perú de cada 100 escolares, 31 presentan deficiencias significativas en sus habilidades sociales (Ministerio de Educación, 2003), lo que puede hacer que se desperdicie mucho de su talento académico debido a que ellos no pueden comunicar adecuadamente sus ideas o porque no aprecian sus propias potencialidades.

De la misma forma, puede suceder que los estudiantes que poseen las habilidades sociales suficientes, hayan logrado desarrollar hábitos de estudio que les permitan aprovechar su talento natural para interactuar socialmente.

Se puede considerar, por lo tanto, que el desempeño académico -expresado en el presente trabajo de investigación a través de los hábitos de estudio- como las habilidades sociales son importantes para un desarrollo integral del alumno de nivel secundario, y que ambos aspectos deben desarrollarse por igual, descuidándose frecuentemente las habilidades sociales y los aspectos socioafectivos (Choque, 2007).

Asimismo, se ha sugerido que las habilidades sociales pueden estar relacionadas con los resultados académicos en un ambiente educativo, (Duke, 1999, citado por Román y Hernández 2011). El presente estudio tendrá como objetivo contribuir al esclarecimiento de la relación entre dichas variables, a partir de datos procedentes de estudiantes de 5.º de secundaria.

Esta investigación representa un aporte teórico porque amplía la comprensión de cada una de las variables de estudio y la visión acerca de la relación que existe entre dos variables no correlacionadas anteriormente.

El presente estudio tiene como objetivo determinar la relación entre las habilidades sociales

y los hábitos de estudio en los estudiantes de quinto año de secundaria.

MATERIAL Y MÉTODOS

La investigación corresponde a un diseño no experimental, de corte transversal y de tipo descriptivo correlacional. Los participantes fueron el total de estudiantes del quinto año de secundaria de una institución educativa pública, con edades comprendidas entre los 16 y 19 años, mayormente varones (52.2%). En cuanto a la edad de la muestra, más del 96% fueron menores de 17 años.

Se aplicaron los instrumentos, cumpliendo con los criterios de inclusión y exclusión. Dichos instrumentos fueron la Lista de habilidades sociales, versión 1.1 y el Inventario de hábitos de estudio CASM 85. El primer instrumento fue desarrollado por el departamento de Salud Comunitaria del Instituto de Salud Mental Honorio Delgado – Hideyo Noguchi de Lima - Perú el año 2005. El segundo instrumento es una prueba desarrollada por Luis Alberto Vicuña Peri y sirve para la medición y diagnóstico de los hábitos de estudio de alumnos de educación secundaria y de los primeros años de la universidad y/o institutos superiores, siendo modificado por el autor del trabajo de acuerdo con las necesidades del presente estudio y validado por expertos en el tema.

Para medir su confiabilidad, se realizó una prueba piloto en donde se halló el coeficiente de confiabilidad de Alpha de Cronbach con un valor de 0.714 para la lista de habilidades sociales y un valor de 0.821 para el inventario de hábitos de estudio. Los instrumentos fueron adaptados para responderlos a través de una hoja de respuestas donde se incluyó espacio para los datos generales y específicos. La lista de habilidades sociales cuenta con 42 ítems divididos en tres subescalas: asertividad, comunicación, autoestima y toma de decisiones. El inventario de hábitos de estudio consta de 52 ítems distribuidos en 5 áreas: ¿Cómo estudia Ud.?, ¿Cómo hace sus tareas?, ¿Cómo prepara sus exámenes?, ¿Cómo escucha las clases? y ¿Qué acompaña sus momentos de estudio?

Una vez administrados los instrumentos, el análisis se efectuó utilizando el software estadístico SPSS, versión 15.0 para su respectivo análisis. Posteriormente se presentó los resultados en tablas tras la realización de las pruebas estadísticas pertinentes al presente tipo y diseño de investigación.

RESULTADOS

Tabla 1

Nivel de habilidades sociales de los estudiantes de 5.º año de secundaria de la institución educativa pública en estudio.

Nivel	n	%
Muy bajo	46	26%
Bajo	55	31%
Promedio	35	20%
Alto	29	16%
Muy alto	13	7%
Total	178	100%

En la tabla 1 se aprecia que el 20% de los alumnos evaluados presenta un nivel promedio de habilidades sociales, el 26% presenta un nivel muy bajo de

habilidades sociales y un 7% presenta un nivel muy alto de habilidades sociales.

Tabla 2

Niveles de hábitos de estudio de los estudiantes de 5.º año de secundaria de la institución educativa pública en estudio.

Nivel	n	%
Muy bajo	96	54%
Bajo	26	15%
Promedio	32	18%
Alto	17	9%
Muy alto	7	4%
Total	178	100%

En la tabla 2 se observa que el 18% de la población de alumnos tiene un nivel promedio de hábitos de estudio, el 54% presenta un nivel muy bajo

de hábitos de estudio, y el 4% presenta un nivel muy alto de hábitos de estudio.

Tabla 3

Análisis de correlación entre habilidades sociales y hábitos de estudio en estudiantes de 5.º año de secundaria de la institución educativa pública en estudio.

	Hábitos de estudio	
	r	P
Habilidades sociales	,372**	,000

En lo que respecta a la correlación entre ambos constructos, como se ve en la Tabla 3, existe un coeficiente de correlación significativo ($p < 0.01$),

positiva entre débil y media, entre habilidades sociales y hábitos de estudio (Hernández, Fernández y Baptista, 2010).

Tabla 4

Análisis de correlación entre las dimensiones de habilidades sociales y hábitos de estudio en los estudiantes del 5.º año de secundaria de la institución educativa pública en estudio.

Dimensiones de habilidades sociales	Dimensiones de hábitos de estudio					
		Métodos y técnicas generales de estudio	Realización de tareas	Preparación de los exámenes	Apuntes en clase	Acompañamiento al estudio
Asertividad	r	.297(**)	.099	.063	.129	.052
	p	.000	.190	.400	.087	.491
Comunicación	r	.350(**)	.315(**)	.315(**)	.299(**)	.209(**)
	p	.000	.000	.000	.000	.005
Autoestima	r	.169(*)	.146	.133	.277(**)	.162(*)
	P	.025	.051	.077	.000	.031
Toma de decisiones	r	.145	.211(**)	.170(*)	.214(**)	.123
	p	.053	.005	.023	.004	.102

En la tabla 4 se presenta el análisis individual de las correlaciones entre las variables componentes de los hábitos de estudio y las habilidades sociales. En ella se observa que son significativas ($p < .01$) las correlaciones entre: “Asertividad” y “Métodos y técnicas generales de estudio” ($r = .297$). También entre la “Comunicación” con las siguientes dimensiones de los hábitos de estudio, “Métodos y técnicas generales de estudio” ($r = .350$), “Realización de tareas” ($r = .315$), “Preparación de los exámenes” ($r = .315$), “Apuntes en clase” ($r = .209$) y “Acompañamiento al estudio” ($r = .299$), hallándose que en las correlaciones entre “Comunicación” y cada una de las dimensiones de hábitos de estudio se encuentran las más altas, por lo que se consideró pertinente hallar la correlación entre esta dimensión de las habilidades sociales y el puntaje global de los hábitos de estudio, obteniéndose el valor de .430 ($p < .01$).

Asimismo se consideran significativas ($p < .01$) las correlaciones entre “Toma de Decisiones” con las siguientes dimensiones de los hábitos de estudio: “Realización de las tareas” ($r = .211$) y “Apuntes en clase” ($r = .214$). Cabe señalar que todos los valores r pueden ser consideradas correlaciones positivas entre débiles y medias (Hernández, Fernández y Baptista, 2010).

DISCUSIÓN

Se encontró una correlación global positiva significativa ($r = .372$, $p < .01$) entre las habilidades sociales y los hábitos de estudio. Evidentemente las habilidades sociales estarían siendo un factor relevante en el desarrollo de los hábitos de estudio,

es decir, actividades como la preparación de los exámenes, la realización de tareas, tomar adecuados apuntes en clase, entre otros, estarían vinculados a la capacidad del estudiante para manejarse en el ambiente social donde se desarrollan sus actividades académicas, sugiriendo que las habilidades sociales y los resultados académicos están relacionados, como afirmara Duke (1999, citado por Román y Hernández, 2005). Más adelante se analizará en detalle qué aspectos de las habilidades sociales están más vinculados a los hábitos de estudio.

En cuanto a las dimensiones de las variables principales, se ha podido apreciar distintos grados de correlación. Así, la dimensión comunicación de la variable habilidades sociales goza de la correlación positiva más alta de todas ($r = .430$; $p < .01$) con la variable Hábitos de estudio. Se deduce, en base al modelo de Berlo (2004), que la comunicación guarda relación con los hábitos de estudio porque estos constituyen un conjunto de actividades que incluyen elementos de la comunicación, tales como el mensaje, que viene a ser el contenido del material de estudio, separatas, apuntes, exposición y explicaciones del docente, entre otros.

Estos son dados por un emisor, que puede ser el docente o el autor de un libro de texto, y el alumno es el receptor cuando este tiene que aprender algún contenido educativo nuevo. El docente, en ocasiones, también es el receptor y decodificador, tal como sucede cuando el alumno le presenta asignaciones, resúmenes, monografías, trabajos en grupo, investigaciones, exámenes resueltos o cuando el alumno le hace alguna consulta sobre algo que no

comprendió. De igual forma, los alumnos serán a su vez los decodificadores y/o receptores cuando se trata de escuchar las exposiciones de sus demás compañeros.

La capacidad de mantener la concentración tanto en clase como en casa al momento de estudiar, se relacionarían también con la habilidad del alumno de mantener la concentración como habilidad comunicativa que forma parte de las habilidades sociales.

La comunicación se asocia entonces de manera positiva y significativa a los hábitos de estudio y por lo tanto del éxito académico, lo que corroboraría las afirmaciones de Román y Hernández (2005) quienes señalan a las habilidades comunicativas como relacionadas significativamente con el rendimiento académico.

La correlación entre la dimensión comunicación con la dimensión métodos y técnicas generales de estudio ($r=.350$, $p<.01$) se considera positiva.

Evidentemente la dimensión métodos y técnicas generales de estudio está relacionada con la forma en que el alumno procesa la información al momento de aprenderla, incluyendo métodos de codificación utilizados en contextos académicos que hacen del alumno un buen receptor de conocimientos. Se tiene por ejemplo, que el alumno utiliza el subrayado incluyendo muchas veces el señalamiento con colores diferentes, tipos diferentes de línea, flechas, elipses, rectángulos y signos de interrogación o admiración como parte de un código creado por el alumno.

Asimismo el estudiante se formula preguntas que él mismo responde para comprobar su propio aprendizaje, constituyéndose a la vez en emisor y receptor, dándose él mismo las respuestas y modificándolas conforme necesitan ser mejoradas. El repaso, incluido dentro de la variable Métodos y técnicas generales de estudio constituye también un acto comunicativo en el que el alumno vuelve a repetir el proceso de aprendizaje de un determinado tema, constituyendo esta técnica en una forma de retroalimentación.

Todo ello sugiere que existe un grado de comunicación intrapersonal que facilita la utilización de técnicas efectivas de estudio a través de la auto-corroboración de su eficacia para el aprendizaje, lo que iría en concordancia con las afirmaciones de Berlo (2004), quien dice que así como existe la comunicación con otras personas, también existe la comunicación con uno mismo. Además, estaría relacionado con el "autolenguaje" descrito por Monjas (2009), como un componente cognitivo de las habilidades sociales.

Por otro lado, la relación entre comunicación y realización de tareas ($r=.315$, $p<.01$) evidencia que la presentación de una tarea al docente implica un acto comunicativo. Por ejemplo, en la lectura de un libro, el propósito es que el alumno responda con paráfrasis las preguntas relacionadas con ella, es decir que sea una respuesta que el alumno dé con sus palabras, evidenciando comprensión del texto leído. De la misma forma cuando el alumno se encuentra con palabras desconocidas al realizar sus tareas, demuestra un mayor interés por decodificar lo que comunica el texto, utilizando como herramienta de decodificación el diccionario u otras fuentes similares, mejorando así la comprensión del mensaje, reflejando la importancia que le da el alumno a la comprensión del tema estudiado.

Además, presentar las tareas de forma comprensible y clara es un reflejo de que se entendieron las instrucciones dadas por el profesor, así como el objetivo y naturaleza de la tarea asignada. De esta manera, presentar la tarea juega un papel de retroalimentación en el proceso de enseñanza y aprendizaje (Guerra y McCluskey, 1986).

Se puede considerar la correlación entre comunicación y preparación de los exámenes ($r=.315$, $p<.01$) en la misma línea interpretativa, sobre todo en lo que se refiere a la intencionalidad del alumno en el proceso de comprensión del material que será evaluado. Así, el alumno estará constantemente cumpliendo el papel de emisor y receptor al comprobar en qué medida procesa su aprendizaje a través del repaso del material, considerando que una buena preparación para los exámenes es la que se realiza a través de repasos desde el primer día que se adquiere nuevos conocimientos, pues el estudio diario permitirá al alumno estar preparado para los exámenes, de tal manera que antes de rendirlos, solamente tenga que realizar un repaso corto (Días, 1983).

La correlación entre comunicación y apuntes en clase ($r=.299$, $p<.01$) queda explicada por la necesidad de prestar atención al docente, que es el emisor, para reunir la información relevante y esencial, pues el tomar apuntes implica tener capacidades de escucha tanto a nivel verbal como no verbal (Fry, 2010). La atención a la exposición del docente hace que el alumno pueda darse cuenta qué partes del mensaje son importantes, permitiendo al alumno hacer preguntas oportunas que resuelvan sus dudas (Caballo, 2007), e incluye la capacidad de mantener la atención a pesar de los distractores que puedan presentarse, sean estos provenientes del ambiente físico cercano o el ámbito psicológico del alumno, lo que está relacionado con la escucha activa (De Tena, Rodríguez y Sureda, 2004)

y el contacto visual necesario para prestar atención al lenguaje no verbal (van-der Hofstadt, 2005) del docente en lo referente a los contenidos académicos.

La correlación de comunicación con acompañamiento al estudio ($r=.209$, $p<.01$) probablemente se vincula a la capacidad del alumno para manejar las interrupciones de otras personas u otros distractores, porque comprende la importancia de mantener la concentración al repasar sus apuntes. Así el alumno evitará el uso de la televisión, la radio, o la compañía de personas que puedan entorpecer sus horas de estudio (Díaz, 2001, Forero, 2007).

A continuación se analiza la relación entre la dimensión autoestima y los hábitos de estudio. Vildoso (2003), afirma que la autoestima se encuentra altamente correlacionada con los hábitos de estudio. En la presente investigación se pudo observar que si bien esta correlación existe, para la mayoría de las dimensiones de los hábitos de estudio, es baja (ver tabla 8). Ello puede deberse a la cantidad de ítems (11) de la dimensión autoestima, mientras que el instrumento utilizado por Vildoso, el Inventario de autoestima de Coopersmith, incluye 58 ítems.

Entre autoestima y apuntes en clase se halló una correlación significativa baja ($r=.277$, $p<.01$). Considerando a la autoestima, como un juicio positivo sobre las propias habilidades (Beauregard, Bouffard y Duclos (2005) que posee el alumno, en este caso estaría referida a las habilidades de toma de apuntes, atención y concentración. Evidentemente se estaría haciendo una valoración positiva de las mismas.

La dimensión toma de decisiones correlaciona de manera significativa, aunque débil ($r=.211$, $p<.01$) con realización de tareas, y apuntes en clase ($r=.214$, $p<.01$). Cada una de estas variables implica una efectiva capacidad de decisión, considerando las consecuencias a corto y largo plazo, buscando reducir

al mínimo posible las consecuencias negativas y obtener el mayor número de consecuencias positivas.

(Nezu y Nezu, 2008). Se infiere que el alumno que sabe tomar las decisiones adecuadas realiza las tareas en lugar de evitarlas, toma apuntes en lugar de distraerse, o rechaza salir a jugar y se concentra en el estudio.

La asertividad correlaciona de manera positiva significativa débil con la dimensión Métodos y técnicas generales de estudio ($r=.297$, $p<.01$), resultado que coincide con el estudio hecho por Román y Hernández (2005). La asertividad se encuentra relacionada con el rendimiento académico. Se considera que esta correlación se estaría dando debido a que la asertividad conduce a buenas relaciones interpersonales y, por lo tanto, genera un estado de ánimo positivo en el estudiante, lo cual le permite tener la capacidad suficiente para utilizar mejores hábitos de estudio.

En conclusión, existe relación estadísticamente significativa entre habilidades sociales y hábitos de estudio.

Declaración de financiamiento y de conflicto de intereses:

El estudio fue financiado por la autora, quien declara no tener algún tipo de conflicto de interés en la investigación realizada.

Correspondencia:

Denis Frank Cunza Aranzábal
EAP Psicología
Universidad Peruana Unión – Filial Juliaca, Perú.
Correo electrónico: psicologia7upeu@gmail.com

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Beauregard, L.A. Bouffard, R. & Duclos, G. (2005). *Autoestima, para quererse más y relacionarse mejor*. Madrid: Ediciones NARCEA.
- Berlo, David K. (2004). *El proceso de la comunicación, introducción a la teoría y la práctica*. Buenos Aires: Editorial el Ateneo.
- Caballo, Vicente E. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Madrid: Siglo XXI Editores.
- Choque, R. (2007). *Eficacia del programa educativo de habilidades para la vida en adolescentes de una institución educativa del distrito de Huancavelica*, 2006. Recuperado de: <http://blog.pucp.edu.pe/media/avatar/344.pdf>
- De Tena C., Rodríguez R., y Sureda I. (2004). *Programa de habilidades sociales en la enseñanza secundaria obligatoria*. Ediciones Aljibe. Málaga. España.
- Días, Jorge. (1983). *Métodos de estudio*. Lima: Editorial de libros técnicos ELITE.
- Díaz, José. (2001). *Aprende a estudiar con éxito*. México D.F.: Editorial Trillas.
- Forero, Ma. (2007). *Sistemas y técnicas de estudio para saber estudiar fácil y rápido*. Buenos Aires: Editorial Cultural Librería Americana.
- Fry, Ron. (2010). *Cómo estudiar*. México D.F.: CENGAGE Learning.
- Guerra, H., Cluskey D. (1986). *Cómo estudiar hoy*. México D.F.: Editorial Trillas.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, L. (2010). *Metodología de la investigación*. México D.F.: Mc Graw Hill Interamericana.
- Ministerio de Educación. (2003). *Habilidades sociales en escolares del Perú*. Lima: Oficina de Tutoría y Prevención Integral.
- Ministerio de Salud. (2005). *Manual de habilidades sociales en adolescentes escolares*. Lima: Dirección General de Salud.
- Monjas Casares, M^a Inés (2009). *Cómo Promover la Convivencia: Programa de Asertividad y Habilidades Sociales (PAHS)*. Madrid: Editorial CEPE.
- Nezu, A. M., & Nezu, C. M. (2008). Entrenamiento en solución de problemas. En V. Caballo, *Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta* (págs. 532-544). Madrid: Siglo XXI.
- Román, C. & Hernández Y. (2005). Variables psicosociales y su relación con el desempeño académico de estudiantes de primer año de la escuela latinoamericana de medicina. *Revista Iberoamericana de Educación*. 37(2). Recuperado de: <http://www.rieoei.org/1085.htm>
- Van-der Hofstadt Román, Carlos J. (2005). *El libro de las habilidades de comunicación*. España: Ediciones Díaz de Santos.
- Vicuña, Luis. (2005). *Inventario de Hábitos de Estudio*. Ed. LAVP: Lima, Perú.
- Vildoso, V. (2003). Influencia de los Hábitos de Estudio y la Autoestima en el Rendimiento Académico de los Estudiantes Universitarios de la Escuela Profesional de Agronomía de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann. (*Tesis de maestría*). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima-Perú. Recuperado de: http://sisbib.unmsm.edu.pe/BibVirtualdata/Tesis/Human/vildoso_gv/Cap1.pdf

Recibido: 10/03/2013
Aceptado: 25/09/2013