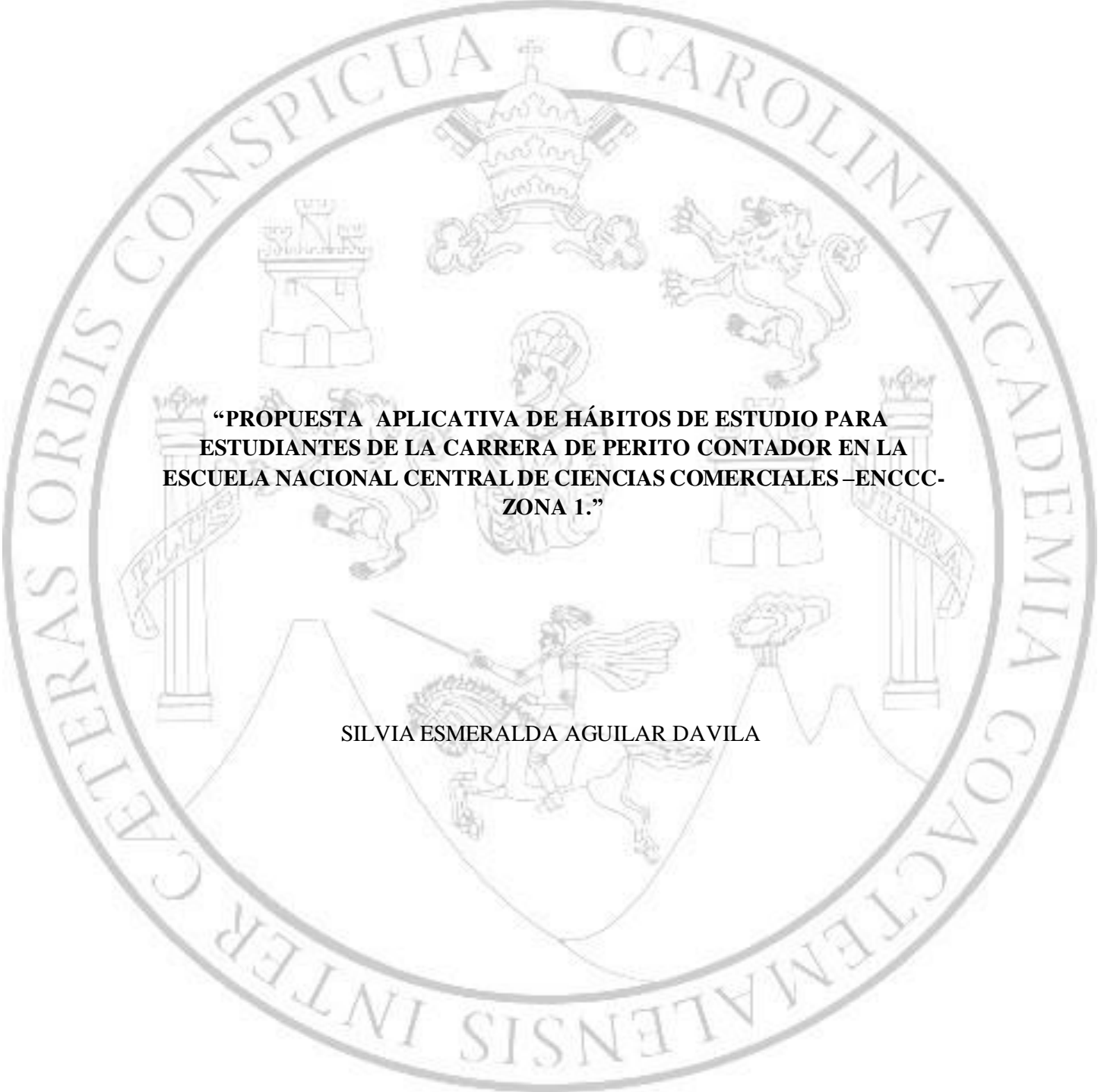


UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS  
DEPARTAMENTO DE EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO – EPS –

The seal of the University of San Carlos of Guatemala is a large, circular emblem. It features a central shield with a figure on horseback, a crown above, and various heraldic symbols. The shield is flanked by two columns with banners. The outer ring of the seal contains the Latin text "ACADEMIA COACTEMALENSIS INTER CÆTERAS ORBIS CONSPICUA CAROLINA".

**“PROPUESTA APLICATIVA DE HÁBITOS DE ESTUDIO PARA  
ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PERITO CONTADOR EN LA  
ESCUELA NACIONAL CENTRAL DE CIENCIAS COMERCIALES –ENCC-  
ZONA 1.”**

**SILVIA ESMERALDA AGUILAR DAVILA**

GUATEMALA, MAYO 2024

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS  
DEPARTAMENTO DE EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO – EPS –

**“PROPUESTA APLICATIVA DE HÁBITOS DE ESTUDIO PARA  
ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PERITO CONTADOR EN LA  
ESCUELA NACIONAL CENTRAL DE CIENCIAS COMERCIALES –ENCCC-  
ZONA 1.”**

INFORME FINAL DE EJERCICIO TÉCNICO SUPERVISADO  
PRESENTADO AL HONORABLE CONSEJO DIRECTIVO  
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

POR

SILVIA ESMERALDA AGUILAR DAVILA

PREVIO A OPTAR AL TITULO DE  
ORIENTADORA VOCACIONAL Y LABORAL

EN EL GRADO ACADÉMICO DE  
TECNICA UNIVERSITARIA



**MIEMBROS DE CONSEJO DIRECTIVO**

**M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina  
DIRECTOR**

**Licenciada Julia Alicia Ramírez Orizábal de León  
SECRETARIA GENERAL**

**M.A. Karla Amparo Carrera Vela  
MSc. José Mariano González Barrios  
REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES**

**Viviana Raquel Ujpán Ordóñez  
Nery Rafael Ocox Top  
REPRESENTANTES ESTUDIANTILES**

**M.A. Olivia Marlene Alvarado Ruíz  
REPRESENTANTE DE EGRESADOS**

Cc. Archivo

EPS 0105-2022

UG-82-2023

CODIPs. 1077-2023

ORDEN DE IMPRESIÓN INFORME FINAL DE ETS/OVL

29 de mayo de 2023

Estudiantes

**Silvia Esmeralda Aguilar Dávila**

Escuela de Ciencias Psicológicas

Edificio

Estudiante Aguilar Dávila:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el **Punto DÉCIMO SEGUNDO (12°.)** del Acta **VEINTICINCO - DOS MIL VEINTITRÉS (25-2023)**, de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 26 de mayo de 2023, que en su parte conducente literalmente dice:

**“DÉCIMO SEGUNDO:** Se conoció el expediente que contiene el Informe Final de Ejercicio Técnico Supervisado -ETS-: **“PROPUESTA APLICATIVA DE HÁBITOS DE ESTUDIO PARA ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PERITO CONTADOR EN LA ESCUELA NACIONAL CENTRAL DE CIENCIAS COMERCIALES-ENCCC-ZONA 1”** de la carrera de Orientación Vocacional y Laboral, realizado por:

**Silvia Esmeralda Aguilar Dávila**

Registro Académico 87-14236

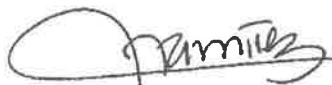
CUI: 1816-43057-0101

El presente trabajo fue asesorado y supervisado durante su desarrollo y revisión por **M. Sc. Francisco José Ureta Morales**.

Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los trámites correspondientes de Graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Investigación de Tesis con fines de Graduación Profesional”.

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”



Licenciada Julia Alicia Ramírez Orizábal de León  
SECRETARIA



/Bky



**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**



Reg. E.P.S. 105-2021  
CODIPs. 1901-2021  
16 de febrero de 2023

Señores Miembros  
Consejo Directivo  
Escuela de Ciencias Psicológicas

Respetables Miembros:

Informo a ustedes que se ha tenido conocimiento del trabajo realizado por los profesionales a cargo de la **supervisión, asesoría, revisión y aprobación**, de Informe Final del Ejercicio Técnico Supervisado -ETS- de:

**Silvia Esmeralda Aguilar Dávila, Carné No. 8714236, DPI 1816-43057-0101, titulado:**

**“PROPUESTA APLICATIVA DE HÁBITOS DE ESTUDIO PARA ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PERITO CONTADOR EN LA ESCUELA NACIONAL CENTRAL DE CIENCIAS COMERCIALES –ENCCC- ZONA 1.”**

De la carrera de **Orientación Vocacional y Laboral**

En tal sentido, y dado que cumple con los lineamientos establecidos por este Departamento, me permito remitir la respectiva APROBACIÓN para concluir con el trámite respectivo.

Atentamente,

*"ID Y ENSEÑAD A TODOS"*

MSc. Francisco José Ureta Morales  
Coordinador del Departamento de EPS



c/ Expediente  
/Dg.

Reg. E.P.S. 105-2021  
CODIPs. 1901-2021  
16 de febrero de 2022

Señores Miembros  
Consejo Directivo  
Escuela de Ciencias Psicológicas

Respetables Miembros:

Tengo el agrado de comunicar a ustedes que se ha concluido la **revisión** de Informe Final de Ejercicio Técnico Supervisado -ETS- de:

**Silvia Esmeralda Aguilar Dávila, Carné No. 8714236, DPI 1816-43057-0101, titulado:**

**“PROPUESTA APLICATIVA DE HÁBITOS DE ESTUDIO PARA ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PERITO CONTADOR EN LA ESCUELA NACIONAL CENTRAL DE CIENCIAS COMERCIALES –ENCCC- ZONA 1.”**

De la carrera de Orientación Vocacional y Laboral

Así mismo, informo que el trabajo referido cumple con los requisitos establecidos por este Departamento, por lo que me permito remitir la respectiva APROBACIÓN.

Atentamente,

*"ID Y ENSEÑAD A TODOS"*



MSc. Francisco José Ureta Morales

REVISOR



c. Expediente  
Informe final/01 Silvia E. Aguilar D  
/Dg.



Reg. E.P.S. 105-2021  
CODIPs. 1901-2021  
16 de febrero de 2022

MSc. Francisco José Ureta Morales  
**Coordinador del Departamento de E.P.S.**  
Escuela de Ciencias Psicológicas

**Respetable Coordinador:**

Informo a usted que se ha **supervisado, asesorado y aprobado** el **Informe Final** de Ejercicio Técnico Supervisado -ETS- de:

**Silvia Esmeralda Aguilar Dávila, Carné No. 8714236, DPI 1816-43057-0101, titulado:**

**“PROPUESTA APLICATIVA DE HÁBITOS DE ESTUDIO PARA ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PERITO CONTADOR EN LA ESCUELA NACIONAL CENTRAL DE CIENCIAS COMERCIALES –ENCCC- ZONA 1.”**

De la carrera de Orientación Vocacional y Laboral

Asimismo, informo que el trabajo referido cumple con los requisitos establecidos por este Departamento, por lo que me permito remitir la respectiva APROBACIÓN.

Atentamente,

*"ID Y ENSEÑAD A TODOS"*

  
  
MSc. Rosa Pérez de Chavarría  
Supervisora-Asesora

/DG  
c. Unidad de Graduación  
Expediente.

C.c. Control Académico  
Archivo  
EPS.105-2021  
CODIPs.1901-2021

De Aprobación de Proyecto ETS

19 de noviembre de 2021

Estudiante:  
Silvia Esmeralda Aguilar Dávila  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto DÉCIMO TERCERO (13º.) del Acta SESENTA Y CUATRO GUIÓN DOS MIL VEINTIUNO (64-2021) de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 15 de noviembre de 2021 que literalmente dice:

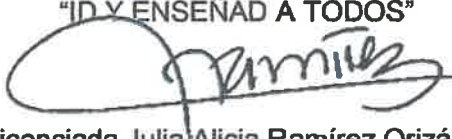
**“DÉCIMO TERCERO:** El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el proyecto de Ejercicio Técnico Supervisado -ETS-, titulado: **“PROPUESTA APLICATIVA DE HÁBITOS DE ESTUDIO PARA ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PÉRITO CONTADOR EN LA ESCUELA NACIONAL CENTRAL DE CIENCIAS COMERCIALES ENCCC ZONA 1”**, de la Carrera Técnica de: Orientación Vocacional y Laboral, presentado por:

**Silvia Esmeralda Aguilar Dávila**

**CARNÉ No. 87-14236**  
**CUI: 1816 43057 0101**

Dicho proyecto se realizará en zona 1, ciudad capital, asignándose a la Licenciada Silvia Patricia Colón, Directora, quien ejercerá funciones de supervisión por la parte requirente y a la MSc. Rosa Pérez de Chavarría, por parte de esta Unidad Académica. El Consejo Directivo considerando que el proyecto en referencia satisface los requisitos metodológicos exigidos por el Departamento de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-, acuerda **APROBAR SU REALIZACIÓN.**”

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”  
  
Licenciada Julia Alicia Ramírez Orizábal  
SECRETARIA



/Gaby





ESCUELA NACIONAL CENTRAL DE CIENCIAS COMERCIALES  
JORNADA VESPERTINA



10ª. Avenida 9-12, zona 1, Teléfono: 2232-0114 - Guatemala, C. A. - [comerciocentral@yahoo.com](mailto:comerciocentral@yahoo.com)

CIENCIA

CULTURA

Y TRABAJO

Se hace constar que la Licenciada **SILVIA ESMERALDA AGUILAR DÁVILA**, se identifica con carné No. 8714236 y correo electrónico [sidavila555@gmail.com](mailto:sidavila555@gmail.com), estuvo a cargo de prácticas en el área de ETS en Orientación Vocacional en Psicología, en la Escuela Nacional Central de Ciencias Comerciales, Jornada Vespertina, durante el periodo comprendido del 15 de febrero al 31 de agosto del año 2021. Por lo que se le extiende el presente **Finiquito Práctica**.

Para los usos que al (la) interesado (a) convengan, se extiende la presente constancia, a **VEINTISÉIS** días del mes de **OCTUBRE** del año **DOS MIL VEINTIUNO**.

  
Licda. Silvia Patricia Colón Rodríguez  
Directora A.I.



**PADRINOS**

**DOCTOR: ERICK RODOLFO CORZANTES GONZALEZ**

**DOCTOR MEDICO Y CIRUJANO**

**NUMERO DE COLEGIADO: 8,601**

**LICENCIADA: ANNIELLE ESMERALDA CABRERA AGUILAR**

**LICENCIADA EN INVESTIGACION CRIMINAL Y FORENCE**

**NUMERO DE COLEGIADO: 3,004**

## DEDICATORIA

### A DIOS:

Por ser parte fundamental en mi vida y bendecir y encaminar mis pasos.

### A MIS PADRES:

Que me dieron la vida, en especial a mi mamá que siempre me insistió para que continuara mis estudios hoy le digo misión cumplida.

### A MI HIJA:

Annielle Esmeralda por ser la inspiración y un motor importante en mi vida, gracias mi amor.

### A MI ESPOSO:

Samuel Escobar por ser paciente y amoroso y apoyarme en mis proyectos académicos familiares y laborales.

### A MI NIETA:

Cristella Esmeralda por ser amorosa y siempre motivándome diciendo, Abuelita tu puedes, estoy orgullosa de ti.

### A MIS HERMANOS:

Rodolfo, Marco Antonio, Sandra Elizabeth, José León, José Luis, Juan Carlos. Por el amor y el cariño que siempre hemos compartido, entre luchas y esfuerzos y son ejemplo a seguir.

### A MIS FAMILIARES:

que siempre aplauden mis éxitos y esfuerzos, en especial al Tío Guadalupe Morales por estar apoyándome en diversos momentos.

### A MIS AMIGAS:

María Teresa Millián, Marta Julia Hernández y Dora Quiñones, por estar siempre y constantemente incentivándonos a seguir adelante.

### AL LICENCIADA:

Rosa Pérez Chavarría por su orientación y enseñanzas.

A MIS COMPAÑEROS DE ESTUDIO Y TRABAJO: un abrazo fraterno, ya que siempre han estado prestos para ayudarnos y estar en comunicación constante.

## **AGRADECIMIENTO**

A Dios que me ha llevado hasta aquí, a mis padres que me dieron la vida a mi mamá, que siempre fue su anhelo que yo culminara mis estudios universitarios y en especial a mi hermano José León, que es para mí como un padre, que en tiempos duros siempre nos protegió, Gracias Hermanitos, Rodolfo, Maco, Sandra, José León, José Luis Juan Carlos “Un hermano comparte los recuerdos de la infancia y los sueños de adultos”.

# Índice

Índice .....	6
Resumen .....	9
Introducción .....	11
Capítulo I.....	13
Contexto en donde se realizó el EPS.....	13
1.1.    Monografía del lugar.....	13
1.2.    Descripción de la institución.....	17
1.3.    Descripción de la población atendida .....	20
1.4.    Planteamiento del problema o problemas psicológicos .....	21
Capítulo II .....	24
Referente teórico metodológico .....	24
2.    Abordamiento teórico-metodológico para los tres ejes .....	24
2.1.1.    Eje de atención.....	24
2.1.1.1.    Observación.....	24
2.1.1.2.    Entrevista psicológica.....	24
2.1.1.3.    Entrevista inicial .....	25
2.1.1.4.    Anamnesis .....	25
2.1.1.5.    Pruebas psicométricas.....	26

Técnicas de relajación y de respiración. La activación física y psíquica es un elemento de gran importancia a la hora de explicar problemas tales como la ansiedad y el estrés. El sufrimiento que provoca la presencia de problemas y dificultades puede en parte ser reducida por técnicas de relajación, aprendiendo a partir de ellas a gestionar las sensaciones corporales de manera que también pueda ayudarse a gestionar la mente. ....	30
2.1.2. Eje de docencia. ....	31
2.1.2.1. Talleres psicoeducativos virtuales .....	31
2.1.2.2. Trifoliales .....	31
2.1.3. Eje de Investigación.....	32
2.1.3.1. Hábitos y técnicas de estudio.....	32
2.1.3.2. <i>Etapas de los hábitos de estudio</i> .....	34
2.1.3.3. <i>Técnicas de estudio</i> .....	35
2.2. Objetivo u objetivos generales .....	37
2.2.1. Objetivo u objetivos generales .....	37
2.2.2. Objetivos específicos por sub-programa. ....	37
2.2.3. Metodología de Abordamiento por sub-programa .....	38
Capítulo III .....	42
Presentación de actividades y resultados del EPS.....	42
3.1. Subprograma de atención individual.....	42
3.2. Subprograma de prevención, docencia.....	43
3.3. Subprograma de investigación .....	48

3.4. Otras actividades y resultados, si es necesario.....	50
Capítulo IV .....	56
Análisis y discusión de la experiencia del EPS.....	56
4.1. Subprograma de atención individual.....	56
Capítulo V .....	61
Conclusiones y recomendaciones.....	61
5.1. Conclusiones generales .....	61
5.1.1. Subprograma de atención individual.....	61
5.1.2. Subprograma de prevención, docencia.....	62
5.1.3. Subprograma de investigación .....	62
5.2. Recomendaciones.....	62
5.2.1. Subprograma de atención individual.....	62
5.2.2. Subprograma de prevención, docencia.....	63
5.2.3. Subprograma de investigación .....	63
Referencias .....	64
Anexos.....	59

## Resumen

Las herramientas educativas para formar hábitos de estudio, fueron formadas a través de estrategias establecidas por el Ministerio de Educación, ya que se trabajó de forma híbrida, para evitar el contagio de la COVID-19, esto quiere decir, que los estudiantes tuvieron horarios específicos, para que se enlazaran por medio de las diferentes medio como internet o se les enviaron guías específicas que debían desarrollar, así como estrategias sugeridas de los contenidos, conocimientos específicos de cada cátedra los estudiantes de sexto grado de la carrera de Perito Contador, por lo que los alumnos tenían la responsabilidad de mandar sus trabajos en tiempos establecidos y realizaron con eficacia las responsabilidades académicas mejorando su desempeño y trabajando en casa.

Los catedráticos impartieron sus cursos enviando guías de trabajo o implementando diferentes estrategias para qué llegará la información, conectándose de forma virtual en horarios establecidos y utilizando las diferentes herramientas que brinda el internet y sus diversas plataformas, pero los docentes no fomentaban, los hábitos de estudio con los alumnos de sexto grado de la carrera de Perito Contador. Por lo que se desarrolló en el servicio de psicología, específicamente del Ejercicio Técnico Supervisado -ETS-, con herramientas para fortalecer e implementar los hábitos de estudio, con apoyo de material escrito dirigido a los alumnos de sexto grado de la carrera de Perito Contador del establecimiento educativo, por lo que el proyecto consistió, en brindar la herramienta en forma física y en cápsulas informativas se envió mensualmente la información por medio de la página oficial de Facebook del plantel, de las diferentes técnicas que podían aplicar y apoyaron a los estudiantes para mejorar su rendimiento académico.

Con la entrega de estas herramientas se buscó apoyar a los alumnos de sexto grado de la carrera de Perito Contador, por lo que los estudiantes mejoraron el rendimiento académico,



derivado que implementaron diversas técnicas que tienen diversidad de contenido didáctico y de organización, de conocimientos sobre hábitos de estudio, por ello se hizo necesario implementar procesos de apropiación de material relacionado con este tema para despertar el interés de los estudiantes.

## **Introducción**

El departamento de Psicología, a través de la ETS de OVL consideró pertinente la implementación Propuesta aplicativa de hábitos de estudio como herramientas educativas para los alumnos de sexto Perito Contador de la Escuela Nacional Central de Ciencias Comerciales, jornada vespertina, ubicada en 10 av. 9-42 zona 1

Se permitió construir y garantizar la implementación por medio de las diversas herramientas proporcionándoselas tanto físicas como en capsulas informativas enviándolas mensualmente la información por medio de la página oficial de la ENCCC. Para que conocieran las diferentes técnicas que podían aplicar y apoyar a los estudiantes para mejorar su rendimiento académico. a través de capacitación virtual

En el capítulo I se describen los antecedentes, la ubicación contextual, aspectos culturales, socioeconómicos e ideológicos-políticos, la monografía, la población de la Escuela Nacional de Ciencias Comerciales, jornada vespertina, así como los objetivos generales y específicos del proyecto de factibilidad.

En el capítulo II se desarrolla el referente teórico-metodológico, fuentes teóricas, la metodología a desarrollar en la ejecución del proyecto.

El bajo rendimiento académico y los problemas de aprendizaje tienen origen en la falta de herramientas sobre hábitos de estudio del estudiante para generar y organizar estructuras de conocimientos académicos, producto de la ausencia en habilidades cognitivas (atención, memoria) y metas cognitivas (comprensión, relación, síntesis, resolución de problemas, inteligencia), que no se desarrollaron por la baja frecuencia de conductas escolares y falta de experimentación temática. (Montes, I y Lerner, J. 2011).

En el capítulo III se describe la planificación y organización por ejes, servicio, docencia e investigación, para la ejecución del proyecto de factibilidad paso por paso de las actividades realizadas, implementación de los hábitos de estudio, Lecturas del modelo cognitivo conductual y conocimientos de la teoría del aprendizaje con el procesamiento de la información y trata de explicar cómo se aprenden determinadas conductas durante la infancia y la adolescencia. Se unen los tres ejes de implementación, acompañamiento psicológico y desarrollo metodológico de las actividades, para llegar a concluir con éxito las antes dispuestas. Anexamos el presupuesto para el proyecto, bibliografía y anexos.

Capítulo IV Análisis de la Práctica Supervisada, evaluación metodológica de cada eje evaluando su funcionalidad en cada proceso de la implementación, tomando en cuenta la enseñanza virtual que fue permanente en el 2021. Como podría mejorar.

Capítulo V Recomendaciones y conclusiones de cada eje. Subprograma de atención en servicio y docencia era motivar a los estudiantes a asistir a una atención psicológica con el objetivo de fomentar el bienestar emocional y psicológico en los futuros profesionales que se encuentran aún en formación.

Los talleres son una alternativa valiosa en el proceso de enseñanza-aprendizaje, en donde se abordó los diferentes problemas psicosociales, por lo que se motivó a continuar con los talleres psicoeducativos para el abordaje de problemas generados por la pandemia, en la población estudiantil específicamente de 6to. Grado.

## Capítulo I

### Contexto en donde se realizó el EPS

#### 1.1. Monografía del lugar

La Escuela Nacional Central de Ciencias Comerciales, se encuentra ubicada en 10<sup>a</sup>. Avenida, 9-42, de la zona 1, de la ciudad de Guatemala. Encontrándose en un sector de mucho turismo y comercio.

En el último traslado de la ciudad de Guatemala, se realizaron los trazados de las calles ya venidas, como los callejones, que son parte del plano hecho por Marcos Ibáñez. Los callejones del Centro Histórico, entre las características que resalta es que conducen hacia algún edificio magno o prominente. Y los callejones ubicaban solamente casas, que con el tiempo se convirtieron en tiendas, panaderías, etc., debido a la expansión del comercio (Aroche, 2022). A continuación, se enlistan algunos de estos callejones de la zona 1.

- Callejón del Fino en la 10a. Avenida A.
- Callejón de la Soledad, en la 6a. avenida A, entre primera y segunda calle.
- Callejón Concordia, entre la 14 y 18 calle, en la 6a. avenida.
- Callejón de Córdova o Tasso Hadjidodou en la 6a. avenida entre la 10 y 11 calle.
- Callejón Maravillas en la 4a. calle A, entre la 1a y 3a. avenida.
- Del Judío, en la 4a. calle, entre 12 y 14 avenida.
- Del Administrador, en la 15 calle A, desde la 9a. hasta la 12 avenida.
- Callejón Melgar, en la 15 calle A, de la 1a. a la 3a. avenida.
- Callejón Normal, en la 12 calle A, entre 2a. y 4a. avenida.
- Del Manchén, sobre la 6a. avenida A, entre 3a y 5a. calle.

- Del Cerro, en la 11 avenida A, de 1a. a 3a. calle.
- Callejón del Colegio, en la 2a. avenida A, por la 3a. y 4a. calle.
- Callejón de Escuintlilla, en la 3a. calle, entre 1a. y 2a. calle.
- De Santa Teresa, sobre la 3a. calle A, de 9a. a 10a. avenida.
- Callejón de Jesús, en la 11 avenida A, de la 5a. a la 7a. calle.
- Callejón del Carrocero, por la 14 calle A, entre la 10a. y 11a. avenida.
- Flores Sánchez, en la 13 calle A, en la 10a. y 11 avenida.
- Callejón de Variedades, en la 12 calle A, de la 11 a la 12 avenida.
- De Dolores, en la 9a. calle A, entre la 1a. y 2a. avenida.
- Callejón de los Huérfanos, 9a. calle A, entre 1a. y 2a. avenida.

Algunos edificios que por el diseño y sus detalles ha resaltado a lo largo de la historia, convirtiéndose en símbolos del centro histórico, siendo estructuras que resaltan por la belleza de su arte y arquitectura. Algunos de ellos son los siguientes:

- *Cine LUX*. Inaugurado en 1936, construido por Roberto Hoegg y Juan Domergue.
- *Antiguo Club Guatemala*. De la década de 1920, con un estilo neoclásico fue construido por José Minondo.
- *Edificio Rendueles*. Construido en la época de 1920, por el arquitecto Cristóbal Azori.
- *Empresa Eléctrica 6ta Avenida*. Construido en la década de 1920 por la Phoenix Utility Co.
- *Hotel-Cine Rex*. Construido en 1928, con estilo neoclásico, por los Arquitectos Juan Domergue y Cristóbal Azori.
- *Tipografía Nacional*. Construido en dos fases, culminando la última en 1943, por el Arquitecto Gustavo Novella.

- *El Danubio*. Construido por Roberto Hoegg en el año de 1929.
- *Edificio Luis Chan*. Construido a finales de la década de 1920.
- *Edificio La Perla*. Realizada por Roberto Hoegg, a finales de la década de 1920 (Revista Granito, 2021).
- *Catedral Metropolitana*. Reconstruido por el Arquitecto Guido Albani, en la década de 1920.
- *Portal del Comercio*. Reconstruido en la década de 1920, por el Arquitecto Gustavo Novella.
- *Edificio Rubio*. Construida por el Arquitecto Cristóbal Azori a finales de la década de 1920 (Hoegg, 2021).

Entre las costumbres y tradiciones de la ciudad de Guatemala que forman parte de la identidad de la cultura de los guatemaltecos, destaca las danzas, los festivales, etc. La Semana Santa, es un tiempo de tradición y fervor religioso, que conmemora la muerte y resurrección de Jesús, mediante rituales durante la cuaresma, culminando con la semana Mayor con las velaciones y procesiones, siendo la zona 1 de la ciudad de Guatemala, unos de los lugares donde mayor cantidad feligreses se reúne para ser parte de estas tradiciones.

El 15 de septiembre, se realiza el desfile cívico para conmemorar los años de independencia, que es coordinado y organizado por la Dirección General de Educación Física (Digef) del Ministerio de Educación (Mineduc). En el que se espera año con año la participación de bandas escolares que recorren puntos diversos, puntos como 5a. calle entre 6a. y 7a. avenidas de la zona 1, frente al Palacio Nacional de la Cultura, Paseo de la Sexta, etc.

El fiambre es un platillo con muchos ingredientes de embutidos con aspecto de ensalada, que es degustado el 1 de noviembre, el Día de Todos los Santos. Algunos optan por visitar los

cementerios para compartir con los familiares, amigos o seres queridos que ya han fallecido y otros en sus hogares, lugares de trabajo, etc., este platillo tradicional.

Las celebraciones navideñas, es una temporada en donde la ciudad de Guatemala se distingue por el Paseo de la Sexta, es una calle muy concurrida debido a la variedad de productos navideños que se comercializan y que los guatemaltecos aprovechan para realizar las compras de regalos o de la mudada nueva para estrenar para Navidad y/o Año Nuevo. Además, la municipalidad de Guatemala ofrece a la población diversas actividades recreativas en la Sexta Avenida, siendo uno de los mayores atractivos la pista de hielo de patinaje, el tobogán y otros juegos con temática navideña. En donde las ventas ambulantes, otras de sus atractivos en el Parque Central durante este periodo.

En referencia al clima es muy variado, la temperatura es templada y/o cálida. Además, el lugar cuenta con algunos parques en el área como; el Parque San Sebastián, el Parque Enrique Gómez Carrillo, el Parque Colón, Parque Los Amates, Parque Central de la Ciudad de Guatemala, todos ubicados en la zona 1, de la Ciudad de Guatemala. Así mismo, cuenta con el famoso Paseo la Sexta o Sexta Avenida, siendo una calle muy turística, y la vía peatonal llega hasta la Plaza de la Constitución.

Es un lugar de mucho comercio, ubicándose distribuidoras al por mayor y menor que favorece a la economía formal como informal. Se encuentran tiendas, cafeterías, restaurantes populares, como también restaurantes distinguidos, panaderías, panificadoras, boutique de artículos de moda, vestuario, calzado, etc., mercados como: La presidenta, Mercado Central de Guatemala, Mercado Cantonales y otros. Asimismo, en las actividades informales resalta las ventas ambulantes de frutas, verduras, ropa de todo tipo, bisutería, porta gafetes, accesorios para teléfonos, bolsas plásticas y carteras, algodones de azúcar, juguetes, billeteras, etc.

La zona es conocida por ser un área en donde predomina el alquiler de casas, habitaciones, locales, parqueos, etc. Así como también el alquiler de inmuebles completos o parciales para negocios o instituciones que funcionan en el área, que permite costear los altos costos del inmueble.

En su mayoría la población sabe leer y escribir, así como realizar cuentas debido a las actividades laborales o cotidianas que realizan, resaltando que el nivel de escolaridad va desde el nivel primario hasta el nivel de maestría y postgrado. Por lo cual las actividades económicas ejecutadas son muy variadas entre formal e informal. La zona cuenta con establecimientos o centros educativos para el nivel primario, básico y diversificado, tanto en el sector público como privado, también con establecimientos de capacitación y técnicos.

En referencia al área de salud, en la zona se ubica el Centro de Salud zona 1, Hospital San Juan de Dios, Liga de la tuberculosis, Liga del pulmón, Asociación Pro Bienestar de la Familia (Aprofam), entre otros. Además, cuenta con servicios básicos. Así mismo, varios medios de transporte público; como el transmetro, transurbano, camionetas urbanas, taxis compartidos, etc.

## **1.2.Descripción de la institución**

La Escuela Nacional Central de Ciencias Comerciales, se ubica en la 10a. Avenida, 9-42, de la zona 1, de la ciudad de Guatemala. La escuela tiene como función facilitar y promover la educación y el desarrollo integral de los alumnos y las alumnas, brindando las herramientas necesarias para formar ciudadanos innovadores que alcancen la excelencia, sustentado en valores universales para beneficio de la sociedad. Otra función primordial es la formación de jóvenes y señoritas, preparados en el área contable, para que puedan desempeñarse en el campo laboral e ingresar a la población económicamente activa.



La Escuela Nacional Central de Ciencias Comerciales, fomenta la comunicación de doble vía, entre los y las alumnas, con los y las docentes y el personal administrativo. Así mismo, para el funcionamiento y coordinación mantiene una comunicación constante con el área de Supervisión Educativa del distrito y a Dirección Departamental de Educación Guatemala Norte (DIDEDUC); tomando en consideración que son las autoridades inmediatas del establecimiento.

Ante la situación actual del país por la pandemia de la COVID-19, la escuela mantiene una comunicación tanto de forma presencial y virtual con los estudiantes y los padres de familia, lo que favorece comunicar los lineamientos tomados tanto por el Gobierno de Guatemala, el Ministerio de Educación y la escuela, en relación con la continuidad de las clases, y medidas de bioseguridad para la ejecución de diversas actividades académicas que se desarrolla en el establecimiento para su buen funcionamiento.

Tiene como objetivo el ser una institución educativa, comprometida con la sociedad, impartiendo el más alto nivel educativo de contadores por competencias.

Cuyos objetivos específicos son:

- Impartir una educación integral en los jóvenes y señoritas que forman parte de la Escuela Nacional Central de Ciencias Comerciales.
- Proyectar una vida profesional, personal y familiar en el marco de un compromiso moral y ético.
- Concretar su visión profesional por emprendimiento de proyectos enfocados en el bien común.

**Visión.** Ser una entidad educativa sin fines de lucro, preparando a jóvenes en el área contable, para que puedan desempeñarse en el campo laboral e ingresar a la población

económicamente activa que le permita poner en práctica sus habilidades y destrezas que requiere nuestra sociedad que es cambiante y a la cual hay que adaptarse así poder estar al mismo nivel de la globalización.

**Misión.** Forjar en el alumno el anhelo por aprender, transmitir un aprendizaje teórico y práctico del pensum de estudios de la carrera de Perito Contador autorizado por el Ministerio de Educación, contando para ello con personal altamente calificado y competente, preparado a nivel universitario.

En el seno de la Sociedad Económica se fundaron varias escuelas desde el año 1798, entre ellas una Escuela de Comercio, con cursos nocturnos: economía política, geografía comercial, teneduría de libros, al principio fue de 3 años la educación (Sian, 2001).

Con el fin de velar por el progreso comercial de Guatemala y por intereses de quienes se preocupan por la industrialización del país, es la encargada de dar los primeros pasos para que se proceda a la creación de una Escuela de Estudios Comerciales, fue así que durante el gobierno del general Justo Rufino Barrios por Acuerdo Gubernativo del 10 de febrero de 1880, se establece Escuela Nacional de Comercio, jornada nocturna, a la cual asisten muchas personas adultas y en su mayor parte, empleados de oficina.

La primera escuela de preparación para peritos contadores tenía solo la jornada nocturna, predominando en los y las estudiantes el género femenino. Por la petición y necesidad, fue abierto el horario vespertino, por la demanda de una buena educación y desarrollo laboral y política, que ha necesitado las empresas iniciativas de mejorar su desempeño y la calidad de los estudiantes, se fundó la Escuela Nacional Central de Ciencias Comerciales.

Para algunos estudiantes especialmente señoritas, era muy difícil hacer sus estudios comerciales en esta escuela, impartían las clases con planes y teneduría de libros y algunos cursos

libres. Más tarde fue cambiado el título de Tenedor de Libros a Perito Contador a Perito Contador, mediante el Decreto Gubernativo número 2081, del 27 de abril de 1938, el cual creó la nueva ley reglamentaria de Educación Pública, durante el Gobierno del General Jorge Ubico.

La Escuela Nacional Central de Ciencias Comerciales jornada vespertina, como se conoce en la actualidad, fue fundada el 18 de junio de 1,942. Cumple este año 80 años de vida académica, dando nuevas generaciones de Peritos Contadores.

### **1.3. Descripción de la población atendida**

La población beneficiaria del Ejercicio Técnico Supervisado ETS, son los alumnos de sexto grado de la Escuela Nacional Central de Ciencias Comerciales, jornada vespertina; quienes están próximos a graduarse y a insertarse al campo laboral, por lo cual es primordial fortalecer en ellos la inteligencia emocional.

Las características de la población estudiantil de la Escuela Nacional Central de Ciencias Comerciales son diversas, entre las que destacan son alumnos comprendidos entre las edades de 17 a 19 años, es una población mixta de género femenino y masculino; el origen de procedencia es tanto del área urbana y rural del departamento de Guatemala, Chimaltenango, Sacatepéquez.

La población estudiantil viene de estrato social de clase media y baja, así como media alta, la comunidad de estudiantes es diversa, los y las alumnas buscan cumplir sus aspiraciones, buscando un desarrollo social y económico al seguir sus estudios y mejorar sus expectativas de vida y satisfacción personal cuando se gradúen.

El idioma predominante es el idioma español. Así mismo, en su mayoría los estudiantes no trabajan, pero realizan actividades no remuneradas apoyando a los padres en sus actividades económicas informales. En referencia a las condiciones de vivienda, los estudiantes refirieron vivir

en casas que se encuentran en obra gris, casas construidas de lámina y madera, y muy pocos estudiantes viven en casas construidas con acabados terminados.

#### **1.4.Planteamiento del problema o problemas psicológicos**

Derivado al proceso de diagnóstico efectuado, en la Escuela Nacional Central de Ciencias Comerciales, jornada vespertina, se evidencia la falta de canales de comunicación asertiva entre los docentes y alumnos, siendo más evidente por el aislamiento social de la pandemia de la Covid-19.

La pandemia ha afectado la educación, teniendo que reestructurar y adaptarse a las adversidades de la COVID-19, por la prohibición de reuniones, respetar un aforo y distanciamiento que se aplicaron a los centros educativos, son algunas de las medidas de bioseguridad que se tomaron para evitar el contagio en la población estudiantil

Se inició el año 2021, según el semáforo de alerta de cada municipio, con educación virtual en plataformas y con guías de estudio, los problemas pueden ser diversos porque no se conoce la realidad de cada hogar, si existe falta de trabajo, pérdida de un ser querido, su misma independencia social, son algunos de los problemas pueden estar presente en la población estudiantil. Entre los problemas existentes están la poca comunicación entre los alumnos, pocos o falta de hábitos de estudio, falta de empoderamiento de las habilidades y destrezas de la carrera de Perito Contador, deserción escolar, poca o deficiente inteligencia emocional.

El centro educativo recurre al correo electrónico institucional para mantener la comunicación y realiza reuniones virtuales por medio de ZOOM. Pero lamentablemente no todos los estudiantes cuentan con los recursos económicos o tecnológicos para poder costear los gastos que genera este medio de comunicación.

Lo que dificultaba que los y las estudiantes pudieran terminar las tareas designadas, por lo que la ENCCC, implementó guías de estudio que podían descargar los estudiantes en el portal e informarse de las disposiciones propias del plantel y del Ministerio de Educación.

Además, se observó que la interacción entre los alumnos es mínima, debido a que durante dos años aproximadamente no se permitió en las escuelas la asistencia de los estudiantes como medida de bioseguridad, limitando las actividades sociales propias de la etapa de la adolescencia.

Asimismo, se evidencia la falta de hábitos de estudio de las y los alumnos, la mayoría tuvieron que continuar el proceso de aprendizaje desde sus hogares. En el Nivel Medio Ciclo diversificado, se espera que puedan desarrollar métodos y técnicas de estudios que permitan desarrollar hábitos de estudio duraderos.

Todo lo anterior, evidencia que existe una falta de implementación de estrategias para sensibilizar a los alumnos en el tema de hábito de estudio y otros factores que inciden en los alumnos de sexto grado Perito Contador.

*Problemas derivados del medio ambiente.* Las propuestas del Ministerio de Educación, con el objeto de velar por la protección de las y los alumnos, evitando el contagio de la COVID-19, por lo cual este año se iniciara con cambios en la presencialidad, con permanencia limitada de un aforo permitido, llenando todos los lineamientos de bioseguridad y distanciamiento establecido, según la evolución de esta pandemia, se llegó eventualmente si se requiere, pero previa información que día y hora, para implementación y organización presencial, de ser posible.

Las instalaciones están acondicionadas para evitar el contagio y asegurar la integridad de la población estudiantil, se dio información presencial y virtual a los padres de familia y encargados,

sobre los hábitos de Estudio; brindando herramientas a los alumnos para que maximizar y organizar el tiempo de forma eficaz, de estrategias y técnicas, para mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Los y las jóvenes tienen un sistema de estudios de acción mixta, es decir entre contenido virtual por medio de la plataforma y las guías propuestas en cada cátedra, dependiendo del desarrollo de la pandemia, en los próximos meses se llegó a tener otro tipo de acercamiento, pero en este momento las propuestas por el Ministerio de Educación salvaguardar la salud de los y las estudiantes.

## Capítulo II

### Referente teórico metodológico

#### 2. Abordamiento teórico-metodológico para los tres ejes

##### 2.1.1. Eje de atención.

Se brindó psicoterapia a la población estudiantil que lo solicitó por medio de las redes sociales o directamente con la psicóloga a cargo.

Por lo que se hizo uso de la corriente es la Terapia Cognitivo Conductual TCC, para brindar los servicios, entre otras técnicas.

##### 2.1.1.1. Observación

Las técnicas de observación son un conjunto de técnicas y herramientas orientadas a evaluar un fenómeno, un individuo o un grupo de personas. Implican una manera de acercarse a la realidad del sujeto para conocerla. Generalmente, se estudian conductas y comportamientos observables, que es de mucha utilidad en la psicoterapia (Mitjana & Mitjana, 2019).

##### 2.1.1.2. Entrevista psicológica

Es aquella basada en la relación entre dos o más personas, donde uno de los integrantes, el psicólogo, realiza preguntas con el objetivo de obtener información. Por lo tanto, se produce un intercambio entre la persona que solicita ayuda y el profesional que la ofrece (Unir, 2022).

### ***2.1.1.3. Entrevista inicial***

Sullivan (1954) en la entrevista inicial se recogen los siguientes aspectos: una conversación y/o relación interpersonal entre dos o más personas, con unos objetivos determinados, en la que alguien solicita ayuda y otro la ofrece, lo que configura una diferencia explícita de roles en los intervinientes. Estos roles marcan una relación asimétrica, puesto que uno es el experto, el profesional, y otro es el que necesita de su ayuda.

La entrevista se caracteriza por ser una técnica previa al diagnóstico e incluso previa a cualquier modalidad de intervención, imprescindible en el proceso de evaluación por la cantidad de información y conocimiento personal que aporta del sujeto en un breve espacio de tiempo. La entrevista se desarrolló a través de una conversación con una finalidad, ya que se centró en la demanda del sujeto, en la explicación de su problema. La información que aportó el sujeto lleva su sello personal, y plantea desde su punto de vista cuál es la elaboración personal de los acontecimientos por los que consultó.

### ***2.1.1.4. Anamnesis***

Se trata de un tipo de entrevista en la que se recorre los hilos evolutivos más significativos del proceso de maduración, para comprobar cómo ha ido el desarrollo temprano, la progresiva autonomía e independencia, las adquisiciones funcionales básicas, etc., se siguió un esquema ordenado por áreas de desarrollo y organizado cronológicamente. La evaluación infantojuvenil fue de especial utilidad, e imprescindible para el diagnóstico. Ofreció una riqueza informativa incuestionable y permite valorar la vivencia de los padres ante el desarrollo de los hijos, tanto ante sus adquisiciones como ante sus retrasos.



### ***2.1.1.5. Pruebas psicométricas***

El término instrumentos psicométricos en el proceso de evaluación psicológica, los términos psico y metría, significan, medida de los fenómenos psíquicos. Por tanto, las pruebas psicométricas intentan medir habilidades cognitivas y rasgos de personalidad, en las personas estudiadas. El uso de estas técnicas psicométricas vincula a la evaluación psicológica con otra disciplina del campo de la psicología científica, la cual se ocupa de la construcción y elaboración de los instrumentos de medicina, la psicometría.

Las técnicas psicométricas quedan englobadas dentro del proceso de evaluación psicológica, el proceso evaluativo utiliza las pruebas psicométricas como instrumentos de medida con el objetivo de alcanzar una información más amplia del sujeto, que le permita al investigador, crear hipótesis de trabajo, que oriente su proceder evaluativo y diagnóstico.

### ***2.1.1.6. Terapia Cognitivo Conductual TCC***

La terapia conversacional que se puede a todo tipo de población, desde niños hasta adultos, cuyo objetivo es:

- El análisis de pensamientos, sentimientos y conductas.
- Reestructurar los pensamientos negativos.
- Cambiar conductas que causan problemas.

El terapeuta trabaja en conjunto con el paciente para poder establecer metas, identificar problemas y dar seguimiento al progreso. Recurriendo al uso de tareas para fortalecer las habilidades de lo que se está aprendiendo. La Terapia Cognitivo-Conductual se encausa en el

presente y en el futuro. Las personas se reúnen con un terapeuta. Hay una serie de técnicas que los terapeutas utilizan en la terapia. Una de ellas se conoce como modelado.

En este método el terapeuta demuestra el comportamiento deseado. Otra técnica es reestructuración cognitiva, la persona aprenden a reconocer y reemplazar pensamientos negativos. La terapia cognitivo-conductual suele durar menos que otros tipos de terapia. El número de sesiones a las que asisten las personas suele ser entre 10 y 20. El número de sesiones recomendadas es variado según la necesidad de la persona y el caso.

Durante el proceso de atención es importante que se cubran aspectos como la identificación, las cosas de su vida que lo molestan, reconocer los pensamientos y los sentimientos que generan y así mismo, reconocer los pensamientos negativos o incorrectos y reformular esos pensamientos en una visión más positiva (Belsky, G. 2022).

La Terapia Cognitivo Conductual, es una terapia científica, los procedimientos aplicados están investigados con rigurosos métodos experimentales, unidos a los avances en neurociencias.

La investigación científica sobre la efectividad de los procedimientos ha dado como resultado las llamadas “Terapias con Apoyo Empírico” o “Guías de Tratamientos Psicológicos Eficaces” (CETECIC, s.f.).

Algunas de las técnicas más usadas son:

- Cuestionar las creencias negativas y reemplazarlas con alternativas
- Resolver problemas
- Desarrollar capacidades para sobrellevar situaciones difíciles

Regieren Mimenza & Mimenza (2017), que algunas de las técnicas de la TC, más usadas, son:

*Técnicas de exposición.* Esta técnica es más usada para casos de fobia, ansiedad y control de impulsos. Se basa en confrontar con el estímulo temido o que genera ansiedad, para reducir la sintomatología que esto provoca y aprenda a gestionar la conducta, a la vez que a nivel cognitivo reestructura los procesos de pensamiento que le hacen sentir malestar ante dicho estímulo o situación.

En general, se procede a hacer entre paciente y terapeuta una jerarquía de estímulos temidos, de manera que este pueda ir poco a poco acercándose y exponiéndose a ellos paulatinamente. La velocidad de aproximación puede variar enormemente según el paciente se sienta más o menos capaz de hacer frente a lo temido.

*Desensibilización sistemática.* Se establece una jerarquía de estímulos ansiógenos al que se va a exponerse el paciente, que previamente se ha entrenado al paciente en la realización de respuestas incompatibles con la ansiedad.

*Técnica de la flecha ascendente.* Se basa en la modificación de los esquemas de pensamiento del paciente a través de diversos métodos, identificando los propios patrones de pensamiento y su influencia sobre la vida del paciente y generando junto al paciente alternativas cognitivas más adaptativas y funcionales.

Esto se consigue acerca de una serie de preguntas que buscan explorar el porqué de cada respuesta que se da ante temas que resultan importantes o significativos para la persona, y que tienen que ver con su motivo de consulta. Así, se va preguntando por el significado de esas ideas y pensamientos, hasta que se llega a un punto en el que la persona se enfrenta a dudas. Se trata de una técnica que se utiliza en el marco de la reestructuración cognitiva, un método muy usado para modificar

patrones de pensamiento, y que tiene como objetivo permitir que los pacientes se desprendan de creencias irracionales y limitantes, para adoptar otras más adaptativas.

*Técnicas de modelado.* El modelado es un tipo de técnica en la que un individuo realiza una conducta o interactúa en una situación con el objetivo de que el paciente observe y aprenda una manera de actuar concreta de manera que sea capaz de imitarlo. Se busca que el observador modifique su conducta y/o pensamiento y dotarle de herramientas para afrontar determinadas situaciones.

*Inoculación de estrés.* Se pretende en primer lugar ayudar al paciente a entender cómo le puede afectar el estrés y cómo puede hacerle frente, para posteriormente enseñarle diferentes técnicas cognitivas y conductuales, como las otras aquí reflejadas y finalmente hacer que las practique en situaciones controladas que permitan su generalización a la vida cotidiana. El objetivo es que la persona se acostumbre a afrontar las situaciones estresantes de manera racional, sin quedar bloqueada por sus emociones.

*Técnicas de autocontrol.* La habilidad de autogestión es un elemento fundamental que nos permite ser autónomos y adaptarnos al medio que nos rodea, mantener nuestra conducta y pensamientos estables a pesar de las circunstancias y/o ser capaz de modificarlas cuando es necesario. Así pues, las técnicas de autocontrol son utilizadas para facilitar el aprendizaje de patrones de conducta en las que la impulsividad se vea aplacada por la consideración de las consecuencias futuras que ciertas acciones pueden acarrear.

Realizar un entrenamiento que fortalezca las habilidades de autocontrol, tal como se consigue con la terapia de autocontrol de Rehm, puede servir para controlar problemas de diversa índole como los producidos en procesos depresivos y ansiosos.

*Técnicas de relajación y de respiración.* La activación física y psíquica es un elemento de gran importancia a la hora de explicar problemas tales como la ansiedad y el estrés. El sufrimiento que provoca la presencia de problemas y dificultades puede en parte ser reducida por técnicas de relajación, aprendiendo a partir de ellas a gestionar las sensaciones corporales de manera que también pueda ayudarse a gestionar la mente.

La TCC es un eficaz para tratar trastornos y otras enfermedades como:

- Trastornos de pánico
- Trastornos de la alimentación
- Trastorno obsesivo-compulsivo
- Trastorno bipolar
- Fobias
- Estrés
- Trastorno de estrés postraumático
- Esquizofrenia
- Ataques de ira
- Problemas para dormir
- Trastorno dismórfico corporal
- Dolor persistente
- Problemas sexuales o de relaciones. *Bupa Latam.* (s. f.)

### **2.1.2. Eje de docencia.**

Para el desarrollo de este eje se implementaron talleres con el objetivo de hacer llegar la información a los padres de familia, siendo estos un factor importante en el proceso de enseñanza y aprendizaje de sus hijos.

#### ***2.1.2.1. Talleres psicoeducativos virtuales***

Es una metodología de trabajo que se caracteriza por la investigación, el aprendizaje por descubrimiento y enseñanza. Generalmente, en este tipo de talleres se utiliza material especializado acorde con el tema tratado, teniendo como fin la elaboración de un producto tangible. Se enfatiza en la solución de problemas, capacitación, y requiere la participación de todos los asistentes. Y es que, el trabajo por talleres es una estrategia pedagógica que además de abordar el contenido de una asignatura, enfoca sus acciones hacia el saber hacer, es decir, hacia la práctica de una actividad (Euroinnova Business School, 2022).

Los talleres virtuales posibilitaron el intercambio de ideas, estrategias, opiniones, creencias, entre otras, lo que les permitió conocer virtualmente mejor a sus compañeros.

#### ***2.1.2.2. Trifoliales***

Es un folleto gráfico en el que se publica información acerca de un tema que se quiere dar a conocer, en este caso se brindó información a los padres sobre técnicas y herramientas para ayudar a los hijos a adquirir hábitos de estudios, y también se dirigió a los estudiantes, para dar a conocer el mismo tema desde otro enfoque. Está conformado por tres caras que se produce al doblar dos veces una hoja. Los trifoliales ofrecen la función de ser más explicativos porque son impresos de ambos lados.

### **2.1.3. Eje de Investigación**

Es fundamental enseñar a las y los alumnos de sexto grado de la carrera de Perito Contador de la Escuela Nacional de Ciencias Comerciales, sobre los hábitos de estudio, primordialmente, porque se encuentran en confinamiento y no pueden asistir regularmente a la escuela. Es importante la implementación de hábitos de estudios adecuados a la educación híbrida, la importancia a tomar en cuenta aspectos en la formación de un hábito, se destacan los aspectos fisiológicos y psicológicos. En el que los y las alumnas se documenten y puedan hacer cambios sugeridos, para estudiar, en un lugar adecuado, ventilado, y organizando los horarios de clases, son estrategias que se recomendaron para la educación virtual a los y las estudiantes

Nuevas metodologías pedagógicas pueden, gracias a novedosas, implementarse ahora con éxito; entre otros cambios, se plantea uno en el rol del estudiante y del profesor (Bautista, 2006). Una explicación al problema del rendimiento académico en el cual los hábitos de estudio constituyen un elemento esencial para el logro eficiente del aprendizaje.

“El aprendizaje es como un proceso de cambio relativamente permanente en el comportamiento de una persona generado por la experiencia, tomando como referencia lo anterior, el aprendizaje supone un cambio de conducta, es decir, es observable, pero también debe ser permanente, otra característica fundamental es que debe ser por medio de la práctica de lo que se desea aprender aplicando diversas herramientas que le faciliten la comprensión (Arco & Fernández, 2001).

#### ***2.1.3.1. Hábitos y técnicas de estudio***

Debido a la importancia en el aprendizaje, con el objetivo de poder identificar y precisar su eficacia en el desarrollo de los estudiantes en el contexto académico, los hábitos de estudios han

sido motivo de investigaciones por una gran diversidad de corrientes teóricas-metodológicas (Mondragón, Cardoso, & Bobadilla, 2016). La importancia de las técnicas de estudios, radica en la obtención de conocimiento y aprendizaje aplicando herramientas, que favorezca la adquisición de comprensión (Solano, 2018).

Según Solano (2018), los hábitos se pueden interpretar como las actitudes que se ponen en práctica de forma cotidiana, fomentando así una calidad óptima en el rendimiento académico, lo cual se refleja la adquisición del aprendizaje en los alumnos. Existe una conexión significativa entre las técnicas que proporcionan herramientas y los hábitos que permite crear actitudes, con el objetivo de promover la adquisición del aprendizaje de manera asertiva (Solano, 2018).

Un factor importante para el bajo rendimiento académico es el inadecuado desarrollo de hábitos de estudios, lo que dificulta el aprendizaje del alumno (Mondragón, Cardoso, & Bobadilla, 2016), los hábitos son aquellas conductas que se aprenden por repetición (Ibid. 2016).

Es común observar la deserción, el atraso en los estudiantes (en referencia a la edad biológica y el grado académico que cursan), el bajo rendimiento (Mondragón, Cardoso, & Bobadilla, 2016). Una inadecuada implementación de técnicas de estudio, o incluso la falta de ellas, puede conllevar resultados poco favorables para el alumno en su proceso de aprendizaje (Solano, 2018).

Según Velásquez (1961), citado por Hernández, Rodríguez y Vargas (2012), los hábitos son conductas por repetición, que se divide en dos fases:

1. La formación, que es el periodo en donde se adquiere el hábito.
2. La fase de estabilidad, cuando se ha conseguido realizar las conductas repetitivas con facilidad y de forma automática.



Pero, Belaunde (1994) sostiene que los hábitos académicos, es el modo en que una persona enfrenta diariamente su labor académica (Hernández, Rodríguez, & Vargas, 2012). Lo que implica que el alumno procure aprender constantemente, en donde será crucial la organización de los recursos y el tiempo, el espacio, las técnicas y la metodología implementada en el proceso de aprendizaje (Vega, 2018).

### ***2.1.3.2. Etapa de los hábitos de estudio***

López (2009), menciona que existen cuatro etapas significativas de los hábitos de estudios.

1. La organización
2. Programación
3. Motivación
4. Autocontrol

La organización es de importancia para el ambiente donde se desarrolla el proceso de aprendizaje, ejemplo: la organización de los útiles facilita la obtención de los recursos, sin caer en distracciones al tratar de buscar el recurso en un ambiente de desorden.

La programación es la asignación de tiempo para cada tarea o actividad, según sea necesario, por la cantidad y la dificultad de esta. La programación del tiempo favorecerá el desarrollo de la disciplina hasta que se logre una costumbre, es decir, una conducta automática y cotidiana (Hernández, Rodríguez, & Vargas, 2012).

La motivación es el interés por el tema o la actividad académica asignada será importante para el desarrollo y culminación. La falta de motivación es un factor importante para el desarrollo de las actividades académicas. El autocontrol es el dominio de sí mismo, siendo la capacidad para

tomar decisiones para cumplir con las tareas, en donde reflejará el equilibrio entre los aspectos orgánicos, intelectuales, emocionales y sociales de la personalidad del individuo (Ibid. 2012).

### ***2.1.3.3. Técnicas de estudio***

Los hábitos de estudio son: cumplir horarios, establecer una metodología, utilizar diagramas, administración del tiempo para los estudios, llevar un ritmo constante, mantener el orden de las materias, tener un lugar apropiado, silencioso y cómodo. Empleando las técnicas específicas, el subrayar, hacer cuadros sinópticos y comparativos o mapas conceptuales, expresarse en voz alta los contenidos de una materia, cotejar los apuntes de clase, leer y si no se entiende una palabra, consultar el diccionario, recurrir al internet y estar seguro de las palabras para poder entender el texto, se sugiere descansos cortos por cada hora de dedicación en los estudios, esto van formando buenos hábitos que serán progresivos, la ayuda de la familia es imprescindible para la incorporación de los hábitos.

Según Clough (1989), las técnicas de estudio que promueven el aprendizaje significativo con resultados óptimos son el subrayado, el cuestionario, el resumen, la síntesis, y los esquemas.

*Subrayado.* Es una técnica sencilla, en la que se identifica los conceptos y frases significativas o las ideas principales del texto y secundarias, palabras claves o datos importantes. Entre sus ventajas, destaca el aprovechamiento del tiempo al no perderlo a la hora de estudiar todo el texto, enfocándose en las ideas principales y secundarias del texto, permitiendo realizar repases rápidos del tema (Álvarez, 2018).

*Cuestionarios.* Consiste en estructurar interrogaciones claves para la identificación de las partes significativas del texto que se estudia. Lo que ayudara a buscar las respuestas concretas y precisas, logrando la comprensión del tema con una mayor facilidad (Ibid., 2018).

*Resumen.* Consiste en sistematizar o reducir a términos más puntuales, buscando rescatar lo esencial del tema que se está buscando aprender, reflejando las ideas más fundamentales. La “técnica es considerada como una de las más sencillas y, por tanto, la más apropiada en las primeras etapas de estudio” (Álvarez, 2018).

*Síntesis.* Consiste en tomar del tema de estudio lo simple a lo compuesto. Demanda la capacidad analítica para abreviar las partes sustanciales y llegando a la explicación del tema en su totalidad (Clough, 1989).

*Esquema.* Es la representación por medio de cuadros y rectángulos que están unidos mediante líneas rectas. Escribiendo en estas figuras palabras y frases significativas, facilitando la comprensión del contenido que se busca aprender (Clough, 1989). Según Jiménez y González (2004), “el esquema es la representación organizada y sistemática de las ideas y conceptos del texto estudiado” (Álvarez, 2018).

Las actividades o experiencias que se realizan constantemente para un mejor desempeño en la actividad académica, el aprendizaje es un proceso de formación, para la superación de todos los obstáculos cognitivos, externos e internos (Negrete, 2009). Los hábitos de estudio son aquellas conductas que los estudiantes practican regularmente, para que incorporen saberes estructurales cognitivos, que puedan elegir lo bueno de aprender estas habilidades y adaptarlas en su diario vivir.

Por lo tanto, requiere de tiempo y esfuerzo, es una actividad individual, nadie presta las alas del entendimiento a otro. Estudiar, involucra concentrarse con un contenido, es decir, implica, entre otras cosas, la adquisición de conceptos, hechos, principios, relaciones y procedimientos. Estudiar depende del contexto, lo cual quiere decir que la incidencia o la efectividad de una estrategia o proceso difieren en la medida en que existan variaciones en las condiciones.

Es un trabajo que se realizará a distancia, por lo que no se tiene el control personal en los alumnos, esperando que ellos obtengan la información pertinente, para que lo adapten y logren, la implementación de los hábitos de estudio, como una dinámica de aprendizaje que ellos mismos adaptaran a su entorno.

La finalidad es orientar a los estudiantes, en las técnicas y manejo positivo de su tiempo, implementando los hábitos de estudio, que ellos descubran, cuál se adapta personalmente a su entorno particular que por prevención están recibiendo clases virtuales en sus hogares, tendrán que adaptar una dinámica de estudio personal, obteniendo varios métodos para que ellos elijan.

## **2.2. Objetivo u objetivos generales**

### ***2.2.1. Objetivo u objetivos generales***

Contribuir a mejorar las condiciones de salud de la población estudiantil que asiste a la Escuela Nacional Central de Ciencias Comerciales, zona 1, mediante la atención individual, grupal o colectiva y la prevención de problemas psicosociales que aquejan la población durante el año 2021.

### ***2.2.2. Objetivos específicos por sub-programa.***

*Eje de atención.* Apoyar a mejorar el bienestar emocional de los estudiantes de la Escuela Nacional Central de Ciencias Comerciales que cursan sexto grado a través de una atención individual, grupal o colectiva y la prevención de problemas psicosociales que aquejan la población, durante el año en curso.

*Eje de docencia.* Aplicar oportunamente la enseñanza de hábitos de estudios, con el fin de optimizar los procesos de enseñanza-aprendizaje y comprensión de los alumnos.

*Eje de investigación.* Presentar a los estudiantes de la Escuela Nacional Central de Ciencias Comerciales, la aplicación correcta de técnicas de hábitos de estudios e implementarlos de forma oportuna, con el fin de que los incorporen en sus estrategias diarias de aprendizaje para mejorar sus capacidades cognitivas y organizacionales.

### **2.2.3. Metodología de Abordamiento por sub-programa**

Es fundamental que los alumnos de la escuela identifiquen las dificultades que pueden surgir en el proceso de aprendizaje, actualmente se vive en un estado de prevención sanitaria y confinamiento, para alcanzar sus objetivos académicos al conocer las técnicas de hábitos de estudio y aplicar la metodología que mejor se adapte a su entorno.

Considerando la virtualidad que, en esta época de confinamiento y pandemia, nos ha permitido descubrir, se propuso utilizar, con el apoyo de la secretaria del plantel, quien maneja el perfil de la Escuela de Facebook, se estuvieron compartiendo a las y los alumnos, trifolios con contenido ilustrado respecto a las técnicas y hábitos de estudio, se realizó de abril a agosto del año 2021, con el fin de mejorar el rendimiento académico. Para lo cual realizaba el material didáctico, búsqueda de información en la web, libros, otras fuentes, realizando un borrador, un resumen, y culminando con el trifoliar que fue finalmente compartido a los estudiantes.

Así mismo, en algunas ocasiones, padres de familia y alumnos asistían al centro educativo, además todo el material compartido en la red social, estaba disponible físicamente para que pudieran adquirirlo y analizarlo de forma física, así como el acompañamiento metodológico que se dio cuando este fuere requerido.

En las circunstancias particulares del año 2021, se verificó sobre diversos factores, como la virtualidad, lo cual se consideró como un factor positivo, ya que los alumnos podían adaptarse individualmente al acceso del contenido, y de esa manera aprender a manejar su propio tiempo,

siendo esta una técnica de estudios, así que el deseo de hacer las cosas bien aunado a una actitud positiva, hizo que se consiguieran los resultados esperados como un aprendizaje adaptativo (Soler 2020 p. 80).

Se atendieron a los alumnos referidos por la institución, por los canales establecidos según las necesidades específicas, de forma virtual se llevó dicha atención, con las diferentes herramientas de hábitos de estudio, que se estaban enviando a toda la población estudiantil, según la planificación de entrega mensual, para que el alumno tuvieran los envíos oportunamente, para que transforme oportunamente su metodología de trabajo en casa y obtenga mayores beneficios al implementarlo según sus necesidades.

Se desarrollaron diversas propuestas de métodos y técnicas, para poder profundizar el conocimiento sobre los hábitos de estudio, esta información llegó, por medio de la página oficial de Facebook de la Escuela, lo que permitió generar estrategias para llegar a la población objetivo, teniendo que adecuar de forma pertinente la metodología de trabajo a causa de la pandemia.

Con el apoyo de la institución se abrieron espacios virtuales por medio de Facebook, se desarrollaron cinco entregas de material virtual y físico de apoyo, lo cual inicio en abril y culminó en agosto, con el tema los hábitos de estudio, asimismo se elaboraron volantes con la misma información, que permitió que llegara la información en secretaría para que se repartiera, entre los padres o encargados que lleguen a la institución, para que llegue a sus estudiantes, en los dos canales de publicación.

1. *Propedéutico*. Este paso permitió obtener la orientación general de todos los pasos del proceso para la realización del Ejercicio Técnico Supervisado ETS, recibiendo la guía de la realización del diagnóstico, la inmersión, etc., para la construcción del Proyecto de viabilidad a

trabajar según los problemas psicosociales de la población estudiantil de la Escuela Nacional Central de Ciencias Comerciales, de la zona 1, de la ciudad de Guatemala.

**2. Diagnóstico.** Se realizaron entrevistas y observaciones y búsqueda en sitios web, para la recopilación de datos de la institución, características de la población estudiantil de la Escuela Nacional Central de Ciencias Comerciales, de la zona 1, de la ciudad de Guatemala.

Así mismo, se ejecutaron entrevistas iniciales, anamnesis, diagnóstico y de seguimiento, aplicación de pruebas psicológicas si el caso lo ameritaba para la obtención de la información del paciente, que permitió llegar a la conclusión de un diagnóstico para el abordaje y seguimiento.

**3. Inmersión.** Se estuvo en contacto directo y virtual con los docentes y personal administrativo para la coordinación y ejecución de la planificación diseñada para cada uno de los ejes. Se llevaron a cabo talleres virtuales, con los padres de familia, se compartió material visual a los estudiantes para la implementación de técnicas que fomentan los hábitos de estudios.

**4. Planificación.** Se realizó una planificación de procedimientos para solicitud de atención psicológica, como la toma de datos, programación de citas, entrevista inicial, anamnesis, diagnóstico y de seguimiento, así como la programación de consultas, etc. También la planificación de los talleres de padres y madres con modalidad virtual.

**5. Promoción.** Se contó con la promoción de la atención psicológica por medio de publicaciones en las redes sociales realizadas por la escuela, de acercamiento directo con los padres de familia y las y los estudiantes cuando asistían a la escuela a recoger folletos o guías de estudio, entrega de notas o reuniones con los padres y madres de familia, y la formación/prevención por medio de talleres en la escuela de padres y madres desarrollados desde abril a agosto, por medio de diferentes plataformas virtuales como Zoom y Facebook live, en la realización de los talleres

psicoeducativos, para lo cual se tuvo el apoyo de la Escuela Nacional de Central de Ciencias Comerciales ENCCC.

**6. Ejecución.** Se ejecutó la planeación en cuanto a la atención psicológica y docencia, como la toma de datos generales y de contacto del solicitante del servicio, la ejecución del plan de intervención, seguimiento de ser necesario, el diagnóstico y de tratamiento para cada caso, se llevó cabo el programa de formación/prevención en coordinación con ENCCC.

**7. Sistematización.** En cada actividad realizada, como talleres para padres, atención o actividades de investigación, se sistematizó en formatos donde se puede evidenciar lo relevante y significativos, como los informes mensuales.

**8. Monitoreo.** Se tuvo asesor-supervisor en la realización de las actividades, efectuando monitoreo diario en los talleres virtuales, y a través del informe mensual que sistematizó la información obtenida en las diferentes actividades durante todos los meses.

**9. Evaluación.** Se llevaron a cabo reuniones virtuales con todo el grupo de estudiantes en conjunto con del asesor-supervisor, para reportes verbales y coordinación de actividades.

**10. Cierre de procesos.** Al culminar el tiempo asignado en ENCCC, se hizo cierre de los casos de atención individual, así como de los talleres de manera ética y profesional.



## Capítulo III

### Presentación de actividades y resultados del EPS

#### 3.1. Subprograma de atención individual

Hoja de control de acompañamiento psicológico a los alumnos de 6to. Perito que fueron referidos por su maestro auxiliar, por ser un año de pandemia por los contagios del COVID-19, las consultas fueron virtual. en su mayoría fueron Primera consulta, sin seguimiento.

Cuadro 1

No.	Sexo y edad	Motivo de consulta	Cantidad de sesiones brindadas	Evolución y principales logros
1				
2				
3				
4				
5				

- Fuente elaboración propia.

Realizar el análisis de los principales logros del sub eje.

### 3.2. Subprograma de prevención, docencia

Cuadro 2

hoja de control y fechas de implementación. (febrero).

No. de taller	Temática abordada	Cantidad de participantes	Metodología de trabajo	Principales logros
1	Importancia de los hábitos de estudio.	190 alumnos de 6to año.	Talleres, implementación virtual. entrega de trifoliales al padre que llegaban a el establecimiento educativo.	Que los alumnos evidencien estrategias para mejorar sus estudios, trabajar con el auxiliar y superior vinculante.
2	Crear plan estratégico para estudiar.	190 alumnos	Talleres, implementación virtual.	Dar información pertinente relacionado a los hábitos de estudio.
3	Dormir lo suficiente	190 alumnos	Talleres, implementación virtual.	Que los alumnos adquieran buenos hábitos.
4	Realizar preguntas	190 alumnos	Talleres, implementación virtual.	Que realicen preguntas escritas, para estudiar.
5	Tomar descansos.	190 alumnos	Talleres, implementación virtual.	La importancia de tomar descansos para iniciar positivamente.

- Fuente elaboración propia.

Realizar el análisis de las pláticas o talleres con el maestro guía que evidencia los logros obtenidos y cambios significativos con los alumnos en época de pandemia.

Cuadro 3

hoja de control y fechas de implementación. (marzo).

<b>No. de taller</b>	<b>Temática abordada</b>	<b>Cantidad de participantes</b>	<b>Metodología de trabajo</b>	<b>Principales logros</b>
1	Puntualidad	190 alumnos de 6to año.	Talleres, implementación virtual. entrega de trifoliales al padre que llegaban a el establecimiento educativo.	Que los alumnos evidencien estrategias para mejorar sus estudios, trabajar con el auxiliar y superior vinculante.
2	Establecer un horario de estudios	190 alumnos	Talleres, implementación virtual. Teórica	Mantener la motivación y despertar el interés en el alumno.
3	Estudiar en espacios adecuados.	190 alumnos	Talleres, implementación virtual. Teórica	Mantener la motivación y despertar el interés en el alumno.
4	Evitar distracciones	190 alumnos	Talleres, implementación virtual.	Mantener la motivación y despertar el interés en el alumno.
5	Repasar regularmente.	190 alumnos	Talleres, implementación virtual.	Mantener la motivación y despertar el interés en el alumno.

- Fuente elaboración propia.

Realizar pláticas y talleres y socializar con el maestro guía para evidencia los logros obtenidos y cambios significativos de los estudiantes con la enseñanza de las diferentes técnicas de los hábitos de estudio para mejorar su rendimiento académico, se enfocó que los alumnos obtuvieran información de talleres cada mes, con una buena metodología se obtuvo el aprendizaje deseado creando planes mensuales y talleres semanales con los diversos secciones de 6to. año de la carrera de Perito Contador, con el fin que los alumnos organizaran su espacio en sus hogares dependiendo de su necesidades, lo que ayudo que fuera más eficaz en tiempo de pandemia.

Cuadro 4

hoja de control y fechas de implementación. (abril).

<b>No. de taller</b>	<b>Temática abordada</b>	<b>Cantidad de participantes</b>	<b>Metodología de trabajo</b>	<b>Principales logros</b>
1	Motivación	190 alumnos de 6to año.	Talleres, implementación virtual. entrega de trifoliales al padre que llegaban a el establecimiento educativo.	. Que los alumnos evidencien estrategias para mejorar sus estudios, trabajar con el auxiliar y superior vinculante.
2	Adaptar la metodología tipo de prueba	190 alumnos	Talleres, implementación virtual.	Evidenciar por medio el auxiliar y el profesor guía las mejoras de los alumnos.
3	Emplear distintas modalidades en las técnicas de estudio	190 alumnos	Talleres, implementación virtual.	Evidenciar por medio el auxiliar y el profesor guía las mejoras de los alumnos.
4	Prender de los errores y corregir	190 alumnos	Talleres, implementación virtual.	Evidenciar por medio el auxiliar y el profesor guía las mejoras de los alumnos.
5	Leer comprensivamente y subrayar lo más importante.	190 alumnos	Talleres, implementación virtual.	Evidenciar por medio el auxiliar y el profesor guía las mejoras de los alumnos.

- Fuente elaboración propia.

Realizar el análisis de las pláticas o talleres con el maestro guía que evidencia los logros obtenidos y cambios significativos con los alumnos en época de pandemia.

Cuadro 5

hoja de control y fechas de implementación. (mayo).

<b>No. de taller</b>	<b>Temática abordada</b>	<b>Cantidad de participantes</b>	<b>Metodología de trabajo</b>	<b>Principales logros</b>
1	Aprender el arte de meditar	190 alumnos de 6to año.	Talleres, implementación virtual. entrega de trifoliales al padre que llegaban a el establecimiento educativo.	Que los alumnos evidencien estrategias para mejorar sus estudios, trabajar con el auxiliar y superior vinculante.
2	Descubrir nuevas formas de aprender	190 alumnos	Talleres, implementación virtual.	enviar por medio de trifoliales o dar la información.
3	Orientar a que sigan sus estudios universitarios	190 alumnos	Talleres, implementación virtual.	enviar por medio de trifoliales o dar la información.
4	fichas de estudio	190 alumnos	Talleres, implementación virtual.	enviar por medio de trifoliales o dar la información.
5	metas a corto mediano y largo plazo.	190 alumnos	Talleres, implementación virtual.	enviar por medio de trifoliales o dar la información.

- Fuente elaboración propia.

Realizar el análisis de las pláticas o talleres con el maestro guía que evidencia los logros obtenidos y cambios significativos con los alumnos en época de pandemia.

Cuadro 6

hoja de control y fechas de implementación. (junio).

<b>No. de taller</b>	<b>Temática abordada</b>	<b>Cantidad de participantes</b>	<b>Metodología de trabajo</b>	<b>Principales logros</b>
1	Practicar bajo condiciones de exámenes.	190 alumnos de 6to año.	Talleres, implementación virtual. entrega de trifoliales al padre que llegaban a el establecimiento educativo.	Mandar la información por escrito por medio de la plataforma del plantel.
2	Aplicar el conocimiento a problemas reales.	190 alumnos	Talleres, implementación virtual.	Mandar la información por escrito por medio de la plataforma del plantel.
3	Concentrarse solo en el estudio y no usar otros destratares.	190 alumnos	Talleres, implementación virtual.	Mandar la información por escrito por medio de la plataforma del plantel.
4	Escuchar música, beneficia en la concentración.	190 alumnos	Talleres, implementación virtual.	Mandar la información por escrito por medio de la plataforma del plantel.
5	Ser positivos.	190 alumnos	Talleres, implementación virtual.	Mandar la información por escrito por medio de la plataforma del plantel.

- Fuente elaboración propia.

Realizar el análisis de las pláticas o talleres con el maestro guía que evidencia los logros obtenidos y cambios significativos con los alumnos en época de pandemia.

### **3.3. Subprograma de investigación**

*Objetivo general:* Efectuar la investigación transversal del rendimiento académico y la implementación de los hábitos de estudios a alumnos de 6to. Perito contador, jóvenes de las edades de 17 a 20 años de ambos sexos.

La base de la teoría cognitivo conductual se enfoca en reemplazar hábitos y conductas mejorarlas , por medio del conocimiento de técnicas y procedimientos que el alumno seleccionara según sus intereses o sus necesidades los hábitos de estudio, que mejoran el desempeño académico de los estudiantes en educación de diversificado destacan la importancia que ayudan al alumno a enfocarse y mejorar su rendimiento académico, en la administración del tiempo; las habilidades cognitivas como la memoria, la atención y la concentración, la comprensión de lectura, los apuntes de clase, la redacción.

La problemática social en Guatemala y aunado la pandemia han hecho que, el nivel de estudios de diversificado, la deserción en el sector llego al 10.6 %. Las limitaciones socioeconómicas exacerbadas por la pandemia habrían impulsado que los adolescentes le dieran la espalda a la educación (Foto Prensa libre: Hemeroteca PL).

por esta misma situación la Dirección del Planten educativo permitió que se les diera esta implementación a los alumnos de sexto para hacerles llegar herramientas importantes sobre los hábitos de estudio para mejorar el rendimiento académico.

Estrategias de trabajo. La observación y acercamiento a la población, entrevista.

Cuadro 7

Actividades	Recursos	Evidencia de logros
<p>-Búsqueda de bibliografía relacionada con rendimiento académico y hábitos de estudio que ayudan para desarrollar la inteligencia emocional en los jóvenes.</p> <p>-Búsqueda de las repercusiones del COVID-19 en la salud mental de los jóvenes de 17 a 20 años de ambos sexos.</p>	<p>-Recursos humanos: E tesista Padres de familia -Alumnos de sexto año -Recursos materiales. -Recurso material -material de elaboración virtual. -trifolio. Psicológico y educativo. -pupitres -establecimiento educativo</p>	<p>- Poder concretar y plasmar los pasos de la elaboración de los hábitos de estudio sistemática de rendimiento académico con el objeto de analizar los efectos del COVID-19 en la salud mental y sus repercusiones en jóvenes de las edades de 17 a 20 años de ambos sexos de la ENCCC.</p>

- Fuente elaboración propia.



### **3.4. Otras actividades y resultados, si es necesario.**

Los aspectos sociales de la vida cambian drásticamente, en tiempo de pandemia por el COVID-19, la forma de enseñar se ha tenido que reestructurar, pasar de una enseñanza presencial a virtual, este cambio de rutina puede ocasionar o influir en los adolescentes positivamente o negativamente relacionados con el rendimiento académico. Ryan (2000)

las necesidades prioritarias de los alumnos de 6to. De la Carrera de Perito Contador, por eso se les paso a 88 alumnos estas preguntas, proporcionando datos muy importantes, que permitió transmitir las técnicas y herramientas necesarias, de los hábitos de estudio, en un entorno que ellos no están familiarizados como es en sus hogares, buscar el lugar idóneo para estudiar con las características necesarias.

Parte de la docencia se realizaron preguntas y respuestas reflejadas estadísticamente, la importancia de enseñarles a los alumnos los hábitos de estudio y herramientas para que obtuvieran un rendimiento académico positivo en la nueva realidad educativa.

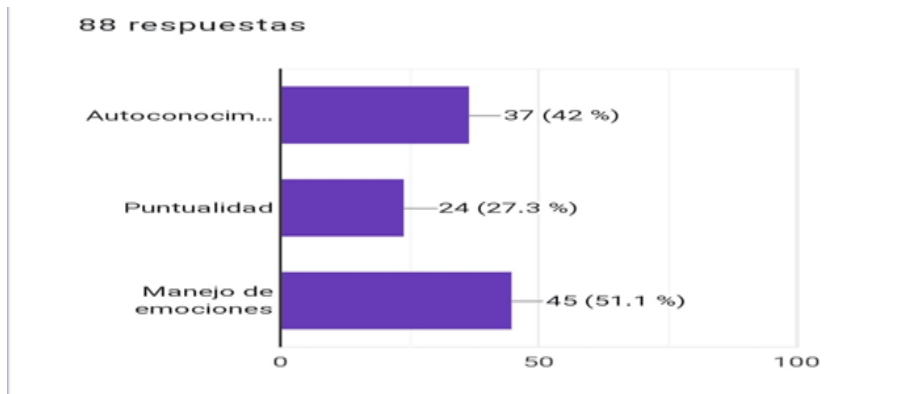
Gráfica 1.

1. ¿Qué temas le llamo la atención?

Autoconocimiento R. 42%

Puntualidad R 27.3%

Manejo de emociones R. 51.1 % Reflejando la necesidad de conocer el manejo de sus emociones



- Fuente elaboración propia.

Gráfica 2

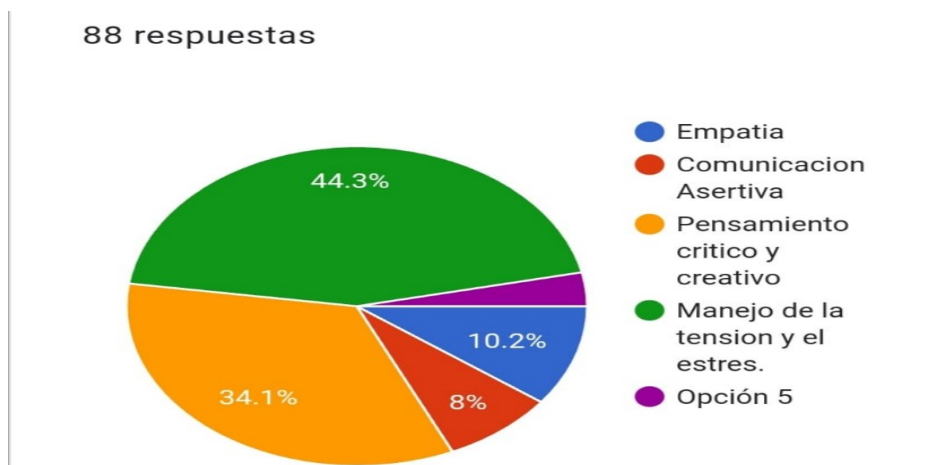
2. ¿Qué tema le llama más la atención?

Empatía R 10.2%

Comunicación asertiva R 8%

Pasamiento crítico y creativo R 34.1 %

Manejo de la tensión y el estrés. R 44.3% Reflejando la importancia de trabajar por medio de los hábitos de estudio para bajar el nivel de tensión y estrés, dándoles buenas herramientas.



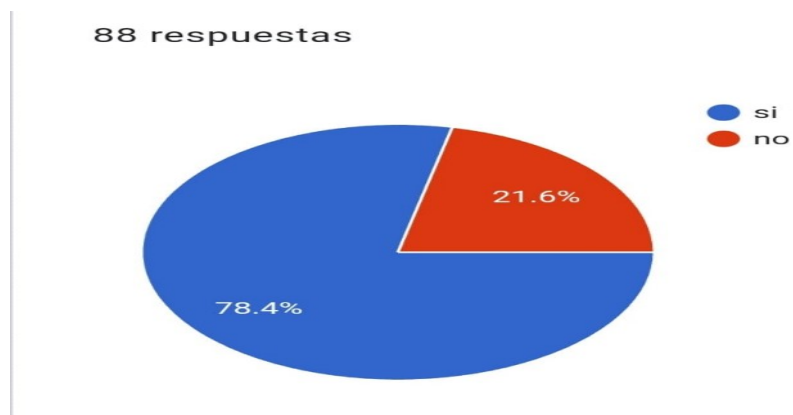
- Fuente elaboración propia. Dávila, 2021.

**Gráfica 3**

3. ¿Después de visualizar las presentaciones, le ayudaron?

Si R. 78.4% una previa información reflejó la importancia de trabajar con sus emociones por medio de la enseñanza de los hábitos de estudio como una herramienta y mejorar su rendimiento académico.

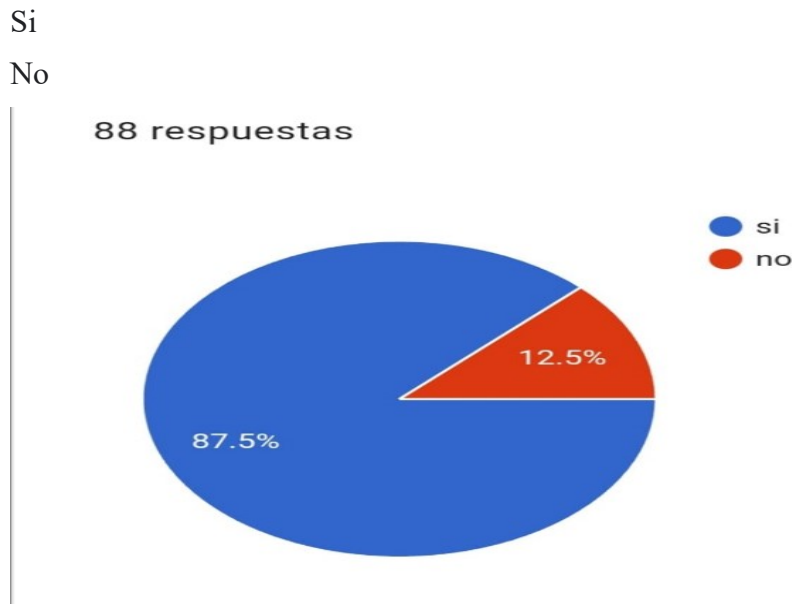
No R. 21.6%



- Fuente elaboración propia. Dávila, 2021.

Gráfica 4

4. ¿Tiene espacios adecuados para estudiar?



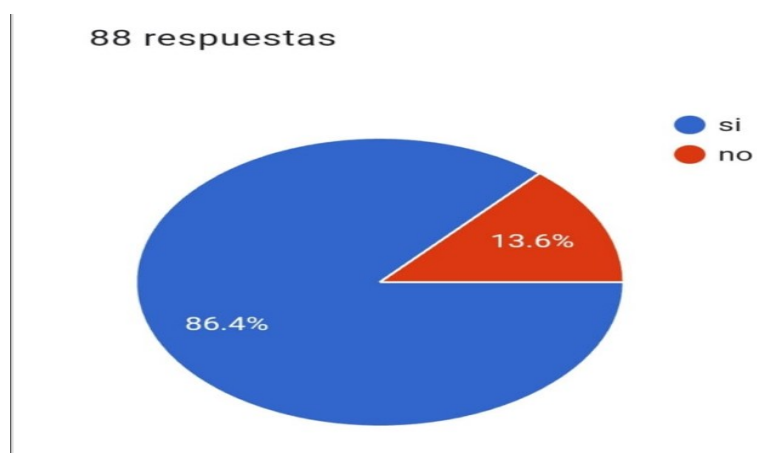
- Fuente elaboración propia. Dávila, 2021.

Gráfica 5

5. ¿Le gustaría tener una reunión virtual sobre el tema que selecciono al inicio?

Si R 86.4 % Esto reflejo la importancia de mantener reuniones e información constante y oportuna con los alumnos.

No R 13.6%



- Fuente elaboración propia. Dávila, 2021.

## Capítulo IV

### Análisis y discusión de la experiencia del EPS

#### 4.1. Subprograma de atención individual

Se buscó brindar apoyo psicológico a las y los alumnos que están forjándose en una carrera que demanda disciplina, por lo que es importante que cuenten un bienestar emocional. Afortunadamente, se contó con el apoyo de las autoridades de la Escuela Nacional Central de Ciencias Comerciales, zona 1, para facilitar el acceso al servicio psicológico para los y las estudiantes.

Las y los catedráticos, tomando en cuenta las necesidades educativas y los estudiantes, elaboraron un programa de enseñanza/aprendizaje altamente calificado que facilite alcanzar este propósito, basado en estrategias, metodologías de enseñanza y evaluación para conseguir aprendizajes significativos y métodos de aprendizaje establecidas en los hábitos de estudio que den como resultado excelentes rendimientos académicos.

La virtualidad tuvo sus desventajas, como la limitación del contacto físico con los posibles pacientes, la mala conectividad al momento de realizar una sesión virtual, pero también favoreció el que los alumnos tuvieran el acceso a la atención psicológica desde la comodidad de sus casas o lugares donde realizaban sus actividades cotidianas. También favoreció a seguir con las medidas de bioseguridad para evitar el contagio de la COVID-19, que fue el principal motivo de proceder la atención en modalidad virtual.

A pesar de las limitaciones que se enfrentaron con algunos pacientes, también se tuvo un impacto significativo en los pacientes que se logró dar continuidad, los cuales mostraron

mejoras y también se logró detectar casos en donde la integridad no solamente psicológica de las personas estaba en riesgo sino también la integridad física, por lo que fue valioso el poder dar seguimiento virtual

#### **4.2. Subprograma de docencia**

Se brindaron diversos talleres virtuales que favoreció la psicoeducación ante la nueva modalidad. Los talleres tuvieron punto en plataformas virtuales que favoreció la participación de los padres que laboran, y no podían asistir a un taller de forma presencial.

Se tuvo la participación tanto de los padres como de los estudiantes ante los diversos talleres y actividades que se ejecutaron en los mismos, para que la enseñanza fuera significativa y bien recibida por los participantes.

La metodología empleada se acopló a la situación y a las necesidades de los padres y madres que participaron en los talleres y de los y las alumnas, ya que se logró un alcance significativo y también se salvaguardó la salud de cada uno de los participantes, velando por el bienestar de todos al seguir la medida de bioseguridad establecida por el Gobierno de Guatemala y el Ministerio de Educación de Guatemala.

#### **4.3. Subprograma de investigación**

Los estudiantes reflejaron un grado de utilización adecuado aplicando un modelo educativo centrado con una mejora en la organización de las actividades académicas.

Evidenciaron una alta organización para desarrollar actividades dentro y fuera del aula, aunque algunos estudiantes pueden dedicar más tiempo a organizar sus actividades académicas, y establecer un horario de estudio personal según el ambiente en el que se desenvuelven, tomando



en cuenta el horario de clases y el plan de estudios, siendo flexible, lo que les deja tener libertad de planificar y organizar sus actividades académicas dentro y fuera del horario de clases.

Algunos estudiantes tienen ciertos hábitos de lectura aceptables y consultan fuentes de información de instituciones públicas o privadas, así como información disponible en libros e internet. Lo que favoreció positivamente la entrega de los trifoliales, talleres y formulario de preguntas para saber sus intereses con información de fácil comprensión de técnicas y herramientas que propiciaron y facilitaron la adquisición de hábitos de estudios adecuados.

#### Metodología por ejes

*Descripción y explicación de las estrategias metodológicas, técnicas e instrumentos de abordamiento de cada eje: de servicio, docencia e investigación.*

Cuadro 8

<i>Eje de Servicio</i>	<i>Eje de Docencia</i>	<i>Eje de investigación</i>
<i>Técnicas</i>	<i>Virtualidad.</i>	<i>-Lectura</i>
<i>Entrevista</i>	<i>Charlas</i>	<i>Videos</i>
<i>Observación</i>	<i>Talleres</i>	<i>Recolección de información</i>
<i>Coordinación de talleres</i>	<i>Ejemplos</i>	<i>científica. Análisis.</i>
<i>Técnicas hábitos de estudio</i>	<i>Dinámicas</i>	<i>Redacción.</i>
<i>Técnicas de motivación</i>	<i>Interacción con preguntas y</i>	<i>Bibliografía.</i>
<i>Técnicas de empatía</i>	<i>respuestas de dudas.</i>	
<i>Técnicas de liderazgo</i>	<i>Información escrita.</i>	
<i>Técnicas de convivencia familiar.</i>		
<i>Técnicas de límites y libertad.</i>		
<i>Técnicas de respeto y puntualidad. Técnicas de horario y rutina.</i>		

<p><i>Técnicas de actividad física.</i></p> <p><i>Test para evaluar la inteligencia emocional y rendimiento escolar.</i></p> <p><i>Test inteligencia emocional TEA Ediciones), M. A. Carrasco y V. Del Barrio.</i></p> <p><i>Evaluación de los principales problemas emocionales y de conducta de los l</i></p> <p><i>adolescentes</i></p>		
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

- Fuente elaboración propia.

*Instrumentos.*

*Cuadro 9*

<p><i>Computadora</i></p> <p><i>Papel.</i></p> <p><i>Impresora</i></p> <p><i>Apoyo virtual.</i></p>	<p><i>Computadora</i></p> <p><i>Reproductor</i></p> <p><i>Teléfono</i></p> <p><i>Impresora</i></p> <p><i>Internet</i></p> <p><i>Plataforma de la escuela.</i></p> <p><i>Establecimiento</i></p>	<p><i>Libros</i></p> <p><i>Investigación comprobada en libros virtuales.</i></p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------

- Fuente elaboración propia.

Evaluación de la metodología cada eje fue funcional y como se podría mejorar.

Por ser un año inusual, se tuvo que adaptar y buscar lineamientos para poder llegar y trabajar idóneamente en las necesidades del alumno, por lo mismo se eligió que era importante que fuera 6to. grado de la carrera de Perito Contador.

-El servicio fue por vía virtual, en su mayoría alumnos referidos que habían pasado crisis de COVID-19 o crisis familiar, ejemplo: pérdidas familiares o pérdidas de empleo y migración por necesidad social y económica, tanto de padres como de alumnos.

- La docencia fue virtual con acercamientos directos con el maestro guía y maestro auxiliar y supervisor por medio virtual, se trabajó en su mayoría técnicas de hábitos de estudio y rendimiento académico.

-Investigación se refirió al alcance que uno tiene de la información pronta de los libros virtuales e investigación para los diferentes talleres y ejecución de informes.

Como fue un año adaptado a las necesidades y las problemáticas de salud, se trabajó virtualmente, abriendo un camino desconocido, pero sabiéndolo trabajar es muy edificante ya que son nuevas propuestas.

Que se podría mejorar. los cambios son buenos, pero no cuando son abruptos ya que se tienen que dar los pasos didácticos para cada era de aprendizaje.

## Capítulo V

### Conclusiones y recomendaciones

#### *5.1. Conclusiones generales*

Por lo general, los estudiantes solamente asisten a estudiar con el objeto de alcanzar una nota, dejando de lado la importancia de aprender; memorizando la información conforme se los piden los maestros, ya que por lo general se imparte una educación tradicional.

Se podrían tomar en cuenta métodos de evaluación que abarquen los procesos de aprendizaje, por medio de clases prácticas, seminarios, talleres, exposiciones, investigaciones y participación, asignándoles indicadores cualitativos al evaluar una clase y cuantitativos al evaluar las unidades abordadas.

Los alumnos logran buenos resultados cuando se memorizan la información, limitando el aprendizaje. En cuanto a la motivación personal, les gusta trabajar en grupo y se motivan cuando consiguen realizar sus tareas.

#### *5.1.1. Subprograma de atención individual*

Los y las estudiantes se mostraron interesados en recibir la atención individual que se brindó en modalidad virtual por la pandemia de la COVID-19, se lograron cambios importantes en pensamientos, conductas y emociones que estaban afectando a los estudiantes que recibieron atención.

Es importante resaltar que los estudiantes buscaron recibir la atención por su propia voluntad, algunos fueron referidos por los docentes y otros buscaron la atención directa. En

donde los pacientes que culminaron su proceso mostraron interés y motivados por alcanzar sus metas personales, mostrando cambios positivos que mejoran notablemente actitudes y pensamientos, adquiriendo nuevos hábitos y patrones que benefician el desarrollo emocional y psicológico y académico.

### ***5.1.2. Subprograma de prevención, docencia***

Ante la situación actual de país se diseñaron los talleres en modalidad virtual, alcanzando un número significativo de madres, padres y estudiantes que participaron en los diversos talleres ejecutados, fortaleciendo el conocimiento individual y colectivo en referencia a los hábitos y técnicas de estudios, que favoreció positivamente el rendimiento académico de la población estudiantil.

### ***5.1.3. Subprograma de investigación***

Los hábitos de estudio requieren mejorar el grado de utilización en sus diferentes técnicas. Teniendo un impacto positivo o negativo en el rendimiento académico, el empleo de las técnicas y herramientas que ayudan a los estudiantes a adquirir hábitos. La influencia del rendimiento académico se debe a otros factores como el contexto social, familiar, económico y algunos más complejos como las estructuras cognitivas y afectivas y emocionales de cada estudiante.

## **5.2. Recomendaciones**

### ***5.2.1. Subprograma de atención individual***

Motivar a los estudiantes a asistir a una atención psicológica con el objetivo de que se fomente el bienestar emocional y psicológico en los futuros profesionales que se encuentran aún en formación.

### ***5.2.2. Subprograma de prevención, docencia***

Los talleres son una alternativa valiosa en el proceso de enseñanza-aprendizaje, en donde se pueden abordar diferentes problemas psicosociales con el fin de disminuirlo en la población que se atiende, por lo que se motiva a continuar con los talleres psicoeducativos para el abordaje de problemas presentes en la población estudiantil como en las familias.

### ***5.2.3. Subprograma de investigación***

La continuación de investigaciones de los problemas psicosociales que afecta a la población es una herramienta importante para la implementación de estrategias que permitan la prevención y fortalecer las habilidades para un mejor bienestar de la población que manifiesta dificultades.

## Referencias

Álvarez, M. (2018). *Los hábitos y técnicas de estudios y el aprendizaje significativo de los alumnos del diplomado en liderazgo y gestión del Batallón de Ingeniería de la Escuela de Ingeniería del Ejército. Perú.*

<https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/2677/TD%20CE%201998%20A1%20-%20Alvarez%20Villanueva.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Álvarez, M. (2018). *Los hábitos y técnicas de estudios y el aprendizaje significativo de los alumnos del diplomado en liderazgo y gestión del Batallón de Ingeniería de la Escuela de Ingeniería del Ejército. Perú.*

<https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/2677/TD%20CE%201998%20A1%20-%20Alvarez%20Villanueva.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Belsky, G. (2022). ¿Qué es la terapia cognitivo-conductual? *Understood.*

<https://www.understood.org/es-mx/articles/faqs-about-cognitive-behavioral-therapy>

Clough, E. (1989). *Técnicas de estudio y examen.* Madrid: Editorial *Pirámide.*

Euroinnova Business School. (2022, 8 junio). *Educación infantil.*

<https://www.euroinnova.us/blog/tipo-de-talleres-educativos>

Hernández, C., Rodríguez, N., & Vargas, A. (11 de 2012). HEMA de los alumnos en tres carreras. *Revista de la Educación Superior*, 11(3), 67.

<https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/4970/Jose%20Rolando%20VALDIVIA%20VEGA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Mimenza, O. C. & Mimenza, O. C. (2017, 20 febrero). *Las 10 técnicas cognitivo-conductuales más utilizadas*. <https://psicologiaymente.com/clinica/tecnicas-cognitivo-conductuales>
- Mitjana, L. R. & Mitjana, L. R. (2019, 4 marzo). *Técnica de observación participante: tipos y características*. <https://psicologiaymente.com/psicologia/tecnica-observacion-participante>
- Mondragón, C. M., Cardoso, D., & Bobadilla, S. (2016). Hábitos de estudio y rendimiento académico. Caso estudiantes de la licenciatura en Administración de la Unidad Académica Profesional Tejupilco. *RIDE. Rev. Iberoam. Investig. Desarro.*, 8(15).  
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-74672017000200661&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-74672017000200661&script=sci_arttext)
- Solano, R. B. (30 de 05 de 2018). Programa educativo de técnicas y hábitos de estudio para lograr. (U. A. Guerrero, Ed.) *Revista Iberoamericana de Educación*, 76(2), 74. Obtenido de  
<https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/174412/v.76%20N.2%20p%2073-94.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Bupa Latam. (s. f.). *Terapia cognitivo conductual (TCC)*  
<https://www.bupasalud.com.gt/salud/terapia-cognitivo-conductual>
- Unir, V. (2022, 2 febrero). *La entrevista psicológica: claves y objetivos de esta herramienta*. UNIR. <https://www.unir.net/salud/revista/entrevista-psicologica/>
- Vega, J. R. (2018). Hábitos de Estudios e Inteligencia Emocional de los Oficiales Alumnos del Diplomado. Lima-Perú: *Universidad Nacional de Educación Enrique Guzman y Valle*.





*ESCUELA NACIONAL DE CIENCIAS COMERCIALES, JV.*

## UNIDAD DE PSICOLOGÍA

### Cuestionario

para idéntica sus inquietudes en época de Pandemia, donde sus motivaciones son diversas y sus necesidades son cada día más grandes en el campo académico y psicológico.

marque con una X su respuesta.

1. Me caracterizo por estar alegre:

si

no

2. Me siento motivado:

si

no

3. Tengo sentimientos positivos:

si

no

4. Me gusta ayudar a los demás.

si

no

5. Me siento solo:

si

no

6. realizo mis estudios en un ambiente adecuado:

si

no

7. Cuento con lo necesario para realizar mis estudios virtuales:

Si

no

8. Que realizó en el tiempo libre:

1. ayudo a mis papas
2. trabajo
3. juego con el teléfono
4. duermo.

9. Soy puntual en la entrega de mis deberes:

si

no

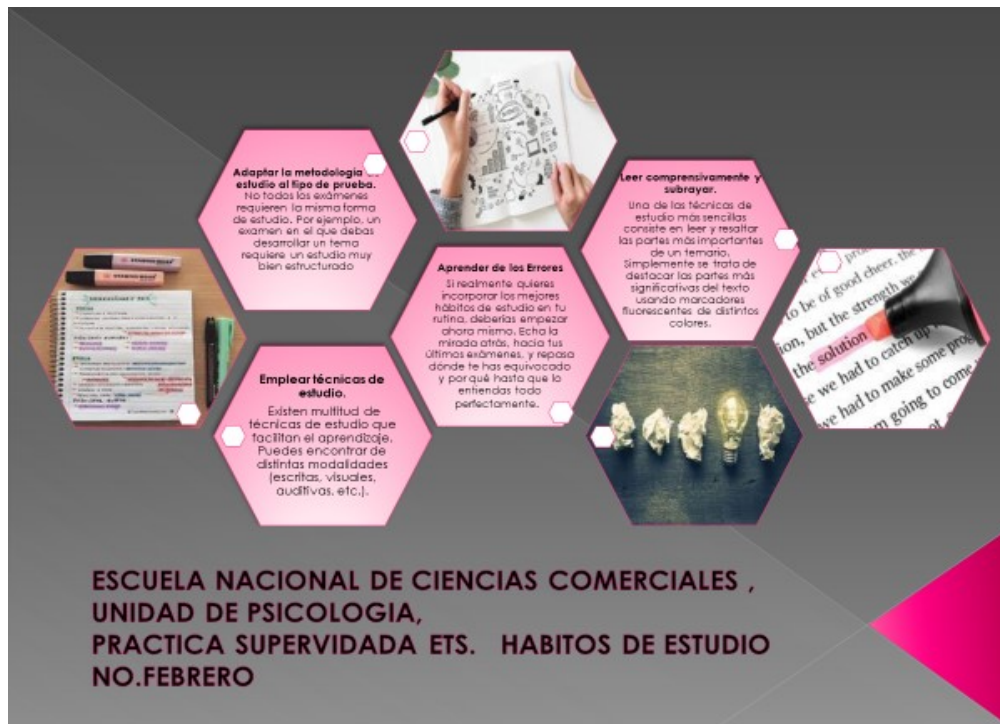
10. Maneja las tensiones y el estrés de las clases:

si

no

Figura 1

Presentaciones y talleres. 1 al 5 equivalente de febrero a junio del 2021



Fuente elaboración propia. Dávila, 2021.

Figura 2

Presentaciones y talleres. 1 al 5 equivalente de febrero a junio del 2021

**Tomar Descansos**  
¿Te sorprende que uno de nuestros hábitos de estudio recomendados sea precisamente interrumpir tu estudio? Déjanos explicarnos! Muchos estudiantes solo conocen la técnica de estudio que consiste en atiborrarse de información los días antes del examen.

**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.

**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.

**Realizar Preguntas**  
¿Te has dado cuenta de que los estudiantes de más éxito siempre tienen preguntas en clase? En lugar de sentirse positivamente escuchando lo que el profesor dice, [¿cómo estudiar mejor en clase? Aprender a través de preguntas y consulta de dudas.](#) Esto no significa que tengas que estar interrumpiendo siempre la lección.

**ESCUELA NACIONAL DE CIENCIAS COMERCIALES ,  
UNIDAD DE PSICOLOGIA,  
PRACTICA SUPERVIVADA ETS. HABITOS DE ESTUDIO NO.1  
MARZO**

Fuente elaboración propia. Dávila, 2021.

Figura 3

Presentaciones y talleres. 1 al 5 equivalente de febrero a junio del 2021

**Establecer un horario.** En la medida de lo posible, intenta estudiar siempre en un mismo periodo de tiempo. Por ejemplo, puedes estudiar por las tardes de 17:00 h a 19:00 h. También puedes utilizar los momentos libres para repasar.

**Evitar distracciones.** Cuando estés estudiando, es preferible reducir al máximo posibles distracciones como, por ejemplo, las notificaciones del móvil o el sonido de la televisión.

**Repasar regularmente.** Distribuye las sesiones de estudio en varios días para ir avanzando de forma gradual.

**Estudiar en un espacio adecuado.** Tener un lugar específico con las condiciones adecuadas para estudiar te permitirá concentrarte y rendir mejor.

**Repasar regularmente.** Distribuye las sesiones de estudio en varios días para ir avanzando de forma gradual.

**ESCUELA NACIONAL DE CIENCIAS COMERCIALES ,  
UNIDAD DE PSICOLOGIA,  
PRACTICA SUPERVIVADA ETS. HABITOS DE ESTUDIO NO.1  
ABRIL**

Fuente elaboración propia. Dávila, 2021.

Figura 4

Presentaciones y talleres. 1 al 5 equivalente de febrero a junio del 2021



Fuente elaboración propia. Dávila, 2021.

Figura 5

Presentaciones y talleres. 1 al 5 equivalente de febrero a junio del 2021

**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 nuevas métodos o **técnicas de estudio** puede ayudarte a encontrar aquél que realmente te funciona. Sácale provecho a la tecnología usando plataformas como GoConqr, mira charlas TED, o utiliza aplicaciones como diccionarios, etc.

**Seguir lo que les Apasiona**  
A los estudiantes a los que le gustaría parecerse les gusta lo que aprenden y disfrutan haciéndolo. Gracias a esa pasión, cada día aprenden más y más. 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 estás estudiando economía, debes estar al día de lo que sucede en la actualidad económica del mundo.

**Fichas de estudio.** Es una técnica más laboriosa, pero muy eficaz para materias como Historia, Química o Geografía porque permiten admitir datos concretos, fechas, números o vocabulario. Existen aplicaciones informáticas gratuitas de calidad para facilitar la elaboración de fichas.

**ESCUELA NACIONAL DE CIENCIAS COMERCIALES ,  
UNIDAD DE PSICOLOGIA,  
PRACTICA SUPERVIDADA ETS. HABITOS DE ESTUDIO NO.1  
JUNIO**

Fuente elaboración propia. Dávila, 2021.