

COORDINACIÓN GENERAL DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA

Después de haber explorado tus habilidades para estudiar y aprender, es posible que tengas una idea aproximada a lo que puedes hacer en este campo.

A continuación encontrarás una serie de reflexiones acerca de lo que es este proceso tan importante para la vida del ser humano y tal vez te ayude a mejorar estas habilidades y te lleven a ser un mejor estudiante gracias a tu capacidad para aprender.

Lee con atención lo que sigue:

EL PROCESO DE APRENDIZAJE

Si tratas de recordar todo cuanto has aprendido desde que naciste hasta el momento actual, tal vez llegues a descubrir, si reflexionas en profundidad que casi todo lo que eres proviene de la experiencia.

1.1.¿Qué es el aprendizaje?

Así como el alimento no nos aprovecha si no llegamos a asimilarlo, es decir, a hacerlo nuestro; tampoco las situaciones o experiencias vividas nos servirán de nada si no los incorporamos a nuestra vida. El aprendizaje consiste en asimilar esas experiencias y que éstas pasen a ser parte de nuestra vida y nos cambien, en alguna forma. Un niño que al explorar su ambiente se quema con la estufa, con un horno o con un cigarro, aprende. Aprende el que se monta en un caballo o en una bicicleta con el deseo expreso de saber hacerlo. Aprende quien ve una película o un programa de televisión. Aprende el niño que imita los símbolos sonoros que llamamos palabras. Aprende, también, cuando va a comprar algo a una tienda y le cobran más (o menos) de lo debido y se da cuenta de esa situación.

Sin embargo, lo importante en el aprendizaje no consiste en tener experiencias, sino en vivirlas. Por esto, se dice que aprender es cambiar.

En síntesis, aprendizaje es el proceso mediante el cual se obtienen nuevos conocimientos, habilidades o actitudes, a través de experiencias vividas que producen algún cambio en nuestro modo de ser o actuar.

1.2.Experiencia y aprendizaje

Es fácilmente comprensible que toda experiencia puede producir algún tipo de aprendizaje. Ciertos aprendizajes se dan únicamente ante ciertos tipos de experiencia.

En primer lugar, el condicionamiento, que se da cuando dos eventos o situaciones se asocian de tal manera que la aparición de uno produce la reacción propia del otro.

En segundo lugar, también aprendemos por ensayo y error.

COORDINACIÓN GENERAL DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA

Las experiencias que te llevan a la solución correcta se van imprimiendo en tu memoria, se fortalecen, mientras que las otras las vas eliminando.

En tercer lugar, aprendemos por comparación.

En cuarto lugar, se aprende por imitación. Este aprendizaje supone la existencia de un modelo, ejemplo o demostración y la copia o repetición posterior del mismo.

Pero para producir mejoría o innovación tanto en el estilo como en la tecnología se hace necesario recurrir al aprendizaje de conceptos, ideas, principios y teorías. Este se logra mediante la comunicación y el contacto. Este tipo de aprendizaje implica los anteriores y requiere gran dosis de discusión y crítica.

En síntesis, aprendemos por experiencias diversas, acertadas o desacertadas. De aquí la importancia de intentarlo todo.

1.3. Aprendizaje y motivación

No importa la edad ni el sexo ni las condiciones socioeconómicas para aprender. La motivación puede definirse como la fuerza interior que impulsa a una persona hacia el logro de un objetivo. Es muy diferente la actitud de quien dice ‘no puedo, porque cometo errores’, a la del que afirma, ‘puedo, a pesar de que cometa errores’.

Se subraya voluntariamente con el deseo de que busques dentro de ti mismo cuáles son tus metas y qué vas a hacer para alcanzarlas.

1.4 Tus objetivos de aprendizaje

- * ¿Qué pretendo?
- * ¿Qué quiero aprender? ¿Para qué? ¿Por qué?
- * ¿Qué formas de actuar, de pensar y de sentir voy a obtener (u obtuve) como resultado de mis experiencias?
- * ¿Cómo voy a lograr conseguir lo que quiero?
- * ¿Cuándo? ¿A qué horas?
- * ¿En qué grado estoy caminando hacia el logro de mis objetivos?
- * ¿En qué medida he conseguido lo que quiero? ¿Por qué (sí o no)?

COORDINACIÓN GENERAL DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA

Las experiencias inesperadas y no planeadas de la vida, considérelas como oportunidades para aprender.

- ❖ ¿Qué me enseña esto? ¿Por qué?
- ❖ ¿Qué importancia tiene en función de mis objetivos educativos?
- ❖ ¿Qué lugar o finalidad puedo asignarle dentro de lo que quiero que sea mi vida?
- ❖ ¿Me conviene profundizar más sobre esto? ¿Por qué?
¿Cómo? ¿En dónde? ¿Durante cuánto tiempo?

Proceder de esta manera nos hará ver que nuestros objetivos no son una meta ideal inalcanzable; el camino para lograr objetivos, el cómo alcanzarlos, es tan importante como la selección de los mismos. No basta tener objetivos. Es imperioso un método para alcanzarlos.

COORDINACIÓN GENERAL DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA

2 Aprender a aprender

La vida entera del individuo no es más que el proceso de darse nacimiento a sí mismo.
Erich Fromm.

La educación consiste en un proceso de liberación individual, grupal y social, y no en la mera transmisión de ‘ ‘conocimientos’ ’.

2.1. Memoria y atención

Recordar acontecimientos pasados, evocar experiencias vividas, retener lo aprendido para sacarlo a la luz cuando sea necesario. Esto es memoria.

Deberás ejercitar la atención, pues recordamos sólo aquello en lo que fijamos nuestra atención. Para fijar la atención, vive.

Las siguientes sugerencias podrán ayudarte:

2.1.1. Trata de comprender. Cuando las cosas carecen de significado, de sentido para nosotros, es imposible recordarlas.

2.1.2. Repasa. Corremos el riesgo de olvidarlo todo, con el simple paso del tiempo, a los 20 minutos de haber aprendido algo nuevo, ya olvidamos el 42% y, a la primera hora, el 65%. En consecuencia, resultará muy útil un repaso de lo que deseamos aprender dentro de las primeras 12 horas. Un segundo repaso a las 48 horas. Un tercero, a la primera semana, otro al mes..., y así con las demás.

Sin embargo, más que hablar de re-pasar, debería hablarse de re-pensar los conocimientos adquiridos. Es decir, hablando, discutiendo, escribiendo con las propias

Palabras lo que recientemente se escuchó, se leyó o se experimentó.

2.1.3. Utiliza claves nemotécnicas. Desarrolla tu propio sistema de memorización, mediante el uso de palabras-clave, de símbolos visuales, que te permitan recordar conjuntos, párrafos o detalles importantes.

2.1.4. Programa el aprendizaje. Más vale estudiar 32 días durante 15 minutos que 8 horas en un solo día.

2.1.5. Concéntrate. Descubre y suprime las causas de distracción: un radio a todo volumen, una telenovela, una idea parásita (‘ ‘Mañana a las 8:30 la (lo) voy a ver’ ’).

COORDINACIÓN GENERAL DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA

2.2. Aprende a leer

Es incalculable el número de alfabetizados que no saben leer, que después de haber leído una hora o más, no han comprendido nada o casi nada, sino que repiten ‘ al pie de la letra’ algunas frases, pero sin haber captado significados.

La lectura nos permite entrar en contacto con otras maneras de ver la vida, de comprender el fenómeno de la producción, el proceso de desarrollo, la vida económica o la política. Además de ser un diálogo, la lectura es también una técnica. Para ello, pueden servir las siguientes sugerencias:

2.2.1. Hojea todo el libro

En síntesis, trata de obtener una visión global del capítulo.

2.2.2. Formúlate preguntas

Transforma los títulos y subtítulos en interrogantes tales como: ¿qué...?, ¿quién...?, ¿dónde...?, ¿cuándo...?, ¿por qué...?, ¿cómo...?

2.2.3. Lee activamente

Subraya lo que consideres importante (palabras y frases clave) Usa asteriscos, signos de admiración o de interrogación, de tal modo que durante toda la lectura vayas conservando con tu interlocutor mudo y ausente.

2.2.4. Resume en voz alta

Una vez hecho lo anterior, paso por paso, explícale a ti mismo o a un grupo, lo que acabas de leer, haciendo hincapié en los puntos esenciales tratados por el escritos.

2.2.5. Elabora cuestionarios y cuadros sinópticos

Con objeto de practicar las capacidades de síntesis y de reflexión sobre tus cuestionamientos diseña cuadros sinópticos del libro o del tema que estudias.

2.2.6. Repasa

Nuevamente, es imprescindible que, de cuando en cuando, de modo periódico y constante, dediques un tiempo a re-pensar lo estudiado.

COORDINACIÓN GENERAL DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA

2.3. Aprende a escuchar

Debes, en primer término, escuchar, atender y, en segundo término, asentir o disentir, aprobar o refutar, dudar o cuestionar. Únicamente tomando notas puedes fijar mejor tu atención y comprender lo que el conferenciante desea comunicar.

2.3.1. Cómo escuchar mejor:

1. Prepárate, pre-lee tus notas sobre el tema.
2. Concéntrate en la conferencia, es decir, concéntrate en lo que se dice, no en cómo se dice.
3. Escucha con una mente abierta: no te cierres de antemano.
4. Mantente alerta, física y mentalmente.
5. Utiliza el proceso escuchar-pensar-escribir.

2.3.2. Cómo tomar mejores apuntes:

1. Clasifica tus apuntes.
2. Escribe claramente.
3. Inventa tu propio sistema de identificación.
4. Utiliza tus propias palabras.
5. Copia el mayor número posible de ilustraciones.
6. Observa si el expositor hace hincapié en ciertas ideas a base de repeticiones.
7. Encierra en un círculo las lecturas recomendadas o mencionadas por el disertante.
8. Si se te ocurren dudas, preguntas, puntos de discusión o ejemplos, escríbelos al margen.
9. Deja campo suficiente de modo que puedas completar tus apuntes mediante aclaraciones, consultas, etc.
10. Revisa, tan pronto puedas, tus propias notas; pero no las pases en limpio. Mejor escribe tus aclaraciones al margen.

COORDINACIÓN GENERAL DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA

2.4. Aprende a redactar informes y ensayos

Precisará que aprendas a organizar tu pensamiento, incrementar tu habilidad de expresarte con originalidad. No menos importante es el uso correcto del castellano: ortografía, puntuación, sintaxis. Todo cuenta. Finalmente, deberás cuidar la presentación y el formato de tus escritos.

2.4.1. Elige tu tema acertadamente.

1. Escoge un tópico de interés real para ti.
2. Escoge un tema.
3. Escoge un tema que no sea ni demasiado trivial y fácil ni demasiado ambicioso.
4. Una vez elegido el tema, formula un plan general de trabajo completo y detallado.

2.4.2. Dedícate a recopilar datos:

1. Utiliza catálogos o manuales.
2. Hojea cada libro o artículo.
3. Selecciona la bibliografía y jerarquiza tus fuentes.
4. Elabora, con tus propias palabras, una cantidad suficiente y necesaria de fichas.
5. Si la investigación bibliográfica no te basta acude a la investigación directa.
6. Selecciona únicamente aquellos datos que te sirvan para tu tema.

2.4.3. Ordena y clasifica la información

1. Relee tus fichas o notas.
2. Una vez organizadas por temas y subtemas, colócalas en el orden más apropiado.
3. Ordena cada tema o subtema en la secuencia más apropiada.
4. De nuevo reelabora el esquema de tu trabajo escrito.

COORDINACIÓN GENERAL DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA

2.4.4. Escribe un borrador.

1. Con el esquema de tu trabajo ante la vista, comienza a desarrollar punto por punto, del modo más sencillo posible.
2. Desarrolla lógicamente cada idea.
3. No temas criticar, evaluar, atacar o defender, asentir o disentir algún punto o idea expresado por otro autor.
4. A medida que escribas, ve indicado las fuentes de información, colocando al margen de tu escrito.

2.4.5. Revisa tu borrador

1. Una vez escrito el borrador, deja pasar unos dos días antes de re-pensar sobre lo que has escrito.
2. Corrige la redacción, de tal manera que encuentres claridad, fluidez, orden lógico y expresividad en tu ensayo.
3. También revisa cuidadosamente el vocabulario, la puntuación y, en general, la propiedad gramatical.
4. Evita plagios. Otorga crédito a quien lo merece.
5. Revisa y pule la redacción final.

2.4.6. Escribe la redacción final.

Escribe a doble espacio y con márgenes apropiados.

Revisa las notas de pie de página.

Cuando hayas terminado revisa de nuevo el estilo, la ortografía, la puntuación.

El proceso de aprendizaje es lento y en gran parte, depende de cuánto practiques lo que vas aprendiendo teóricamente.

Aprenderás, pues, a escribir ensayos, escribiéndolos.

COORDINACIÓN GENERAL DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA

2.5. Prepárate para la vida, no para los exámenes.

Uno de los mayores vicios de la vida escolar es estudiar la víspera de cada examen y presentarse al día siguiente con los ojos irritados por falta de sueño y la mente sólo aparentemente lúcida.

Los exámenes son tan inevitables como la muerte o como el pagar impuestos, a continuación se incluyen sugerencias para presentarlos en mejor forma (sin copiar):

2.5.1. Llega a cada examen, seguro de tus conocimientos, calmado y dueño de tus facultades.

2.5.2. No creas que tu memoria va a funcionar en un 10%. Por tanto, no te desesperes, si algo se te olvidó.

2.5.3. Asegúrate que comprendes perfectamente el contenido de cada pregunta antes de pretender responderla.

2.5.4. Planea el uso del tiempo durante el examen, lee previamente todo el examen y divide tu tiempo.

2.5.5. Si dudas o te confunde alguna pregunta, reléela hasta que la comprendas bien.

2.5.6. Si es posible y permitido pregunta al maestro la interpretación de las preguntas ambiguas o confusas.

2.5.7. No copies ni des la impresión de que estás utilizando “acordeones”.

2.5.8. Resuelve tu examen, no el de tu amigo o amiga.

2.5.9. No te sientas mal si otros terminan antes que tú.

2.5.10. Tampoco quieras ser el primero en terminar.

2.5.11. Escribe con letra clara, cuidadosamente.

2.6. Aprende a explorar, probar y experimentar

Aprenderás más fácil y más productivamente cuando consideres que tu aprendizaje te será de gran utilidad. Sin embargo, trata de evitar que los conocimientos adquiridos se queden en teoría pura.

Si lo veo, puedo tal vez recordarlo; si lo veo y lo escucho, seguramente podrá serme de alguna utilidad, pero si lo veo, lo oigo y lo hago, jamás podré olvidarlo.

COORDINACIÓN GENERAL DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA

2.7. Resumen

2.7.1. Si verdaderamente deseas aprender a aprender, re-piensa las sugerencias que se encuentran en este capítulo.

2.7.2. Si deseas mejorar y enriquecer tu método de aprendizaje deberás aprender a utilizar tu memoria, a leer, a escuchar, a escribir, y, por lo menos durante tu vida de estudiante, a presentar exámenes, a explorar, probar y experimentar.