

En Esta Edición: TÉCNICAS DE APRENDIZAJE



Suscribete a Nuestra Edición Online



INTRODUCCIÓN

Esta revista tiene el objetivo de apoyar a los estudiantes, para que desarrollen su propio método de estudio y así logren explotar todo su potencial, obteniendo buenos resultados académicos y cursando con éxito su carrera.

Las estrategias que se utilizan en el proceso de enseñanza-aprendizaje varían de acuerdo a lo que se desea aprender, cada persona tiende a desarrollar unas preferencias globales. Esos estilos o técnicas a utilizar, como determinados modales de aprender son los que establecen nuestro estilo de aprendizaje.

Esas discrepancias en el proceso de aprendizaje, son el resultado de muchos factores, entre alguno de ellos la motivación, la cultura y la edad. Pero, debemos enfatizar que esos elementos no exhiben por qué con frecuencia nos encontramos con personas con las mismas características, y aprenden de manera distinta. Esas diferencias se pueden apreciar, como las distintas maneras de aprender.

Para el logro de dicho objetivo, la presente revista “Docentes 2.0” propone una serie de apartados que deben analizarse antes de comenzar en el camino del Aprender a Aprender, para que este sea una experiencia grata y de satisfacción personal ¡Pronto te impartimos talleres que te pueden interesar!



MSc. Ruth Mujica
Webmaster@aula.docentes20.com
<http://www.ruthmujica.com/>



El término estilo de aprendizaje, se describe al hecho de que cuando las personas desean aprender, como muestra, de que cada uno utiliza a su propio método o conjunto de estrategias.

Es pertinente recordar, que no todos aprendemos igual, ni a la misma prontitud. En cualquier aula de clases, donde las personas comienzan a estudiar un material todos juntos y partiendo del mismo nivel, nos encontraremos con el pasar del tiempo con grandes diferencias en los conocimientos de cada miembro del grupo y eso a pesar del hecho de que aparentemente todos han recibido las mismas explicaciones y hecho las mismas actividades y ejercicios. Cada miembro del grupo aprenderá de manera distinta, tendrá dudas distintas y avanzará más en unas áreas que en otras.

La definición de los estilos de aprendizaje está directamente relacionada con la idea del aprendizaje como un proceso activo. Al entender el aprendizaje como la elaboración por parte del receptor de la información recibida, se poder entender que cada uno de nosotros elaborará y relacionará los datos recibidos en función de sus propias características.

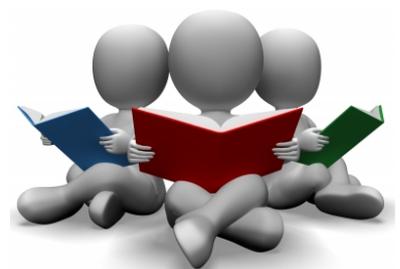
Los diferentes modelos y teorías existentes sobre estilos de aprendizaje, ofrecen es un marco conceptual que ayuda a entender los comportamientos que se dan habitualmente en el aula de clases, cómo se relacionan esos procedimientos con la forma en que se aprende y el tipo de acciones que pueden resultar más eficaces en un momento determinado.

En los últimos tiempos, se han elaborado muchos tipos de teorías y modelos para explicar las diferencias en la forma de aprender. Pero, de todas esas teorías y modelos ¿Cuál es la mejor?

MSc. Ruth Mujica

La palabra aprendizaje es un término muy amplio que abarca las distintas fases de un mismo y complejo proceso. Cada uno de los modelos y teorías enfocan a el aprendizaje desde un ángulo distinto.

Cuando se observa la totalidad del proceso de aprendizaje se descubre que esas teorías y modelos aparentemente opuestos entre sí, no lo son e incluso que se



Una forma de entender las diferentes teorías, es a través del siguiente método:

- Se debe tener presente que el aprendizaje parte siempre de la aceptación de algún tipo de información.
- Cuando se analiza cómo se debe seleccionar la información, podemos diferenciar entre los estudiantes visuales, auditivos y kinestésicos.
- Y, por último, una vez organizada la información de una manera o de otra, se determina que técnica o método utilizar en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Probablemente, esta secuencia de pasos es simulada en la práctica docente, puesto que, estos tres procesos se involucran entre sí y están estrechamente relacionados. El simple hecho de que se tienda a elegir la información visual, por ejemplo, sobresalta la manera de organizar esa información. No se puede entender el estilo de aprendizaje de una persona determinada, si no se les presta atención a todos los aspectos.

Por lo tanto, el cerebro humano se identifica por su capacidad de relacionar y asociar la gran cantidad de información que recibe continuamente, sino que, además, le permite al hombre buscar patrones y hacer síntesis para entender el mundo que les rodea. Pero, no todos siguen el mismo modo, y la manera en que organizan esa información afectará el estilo de aprendizaje.

Podemos distinguir entre hemisferio izquierdo y derecho:

El hemisferio izquierdo, procesa la información de manera secuencial y lineal, formando la imagen del todo a partir de las partes. Contiene la capacidad para la matemática, leer y escribir.

El hemisferio derecho, procesa la información de manera global, partiendo del todo para entender las distintas partes que componen ese todo. Es intuitivo, piensa en imágenes y sentimientos.

El sistema escolar se inclina hacia el hemisferio izquierdo. Debido a la importancia que recaen sobre las materias matemática y lengua, en el proceso de enseñanza-aprendizaje.



MSc. Ruth Mujica

En el estilo de aprendizaje del hombre influyen muchos factores, pero uno de los más acreditados es el relacionado con la forma en que seleccionamos y representamos la información.

Todos los seres humanos reciben a cada instante una enorme cantidad de información a través de los sentidos, procedente del mundo que nos rodea. El cerebro es quien selecciona parte de esa información e ignora el resto. Si, un simple ejemplo sería, si las personas hacen el esfuerzo de recordar que le sucedió hace 4 años o hace 4 minutos, puede apreciar que solo recordara pocos detalles y no todo lo que vivió en ese evento. Esto se debe a la selección que hace el cerebro de la información, a la que le presta atención en función de su interés, naturalmente. Es mucho más fácil recordar el día de mi cumpleaños, que un día cualquiera. Pero, también influye él como recibimos la información.

Algunas personas tienden a precisar más en la información visualmente, otros en la información que reciben auditivamente y otros en la que reciben a través de los demás sentidos. Un ejemplo sencillo sería, cuando le presentan a una persona, ¿Qué le es más fácil recordar posteriormente, la cara, el nombre, o la impresión que esa persona le causó? Las personas visuales por lo general, recuerdan las caras, porque a veces tienden a olvidarse de los nombres, por el contrario, las personas que auditivas suelen aprenderse primeramente los nombres que las caras.

Aunque, no existe muchas investigaciones sobre la memoria, parece bastante claro que nuestro cerebro no es un archivador donde se guardan las fotos o grabaciones que hacemos de lo que nos rodea. Cuando el hombre recuerda algo, no recupera una grabación almacenada en un fichero, sino que, partiendo de datos muy diversos crea una representación de lo que desea recordar.



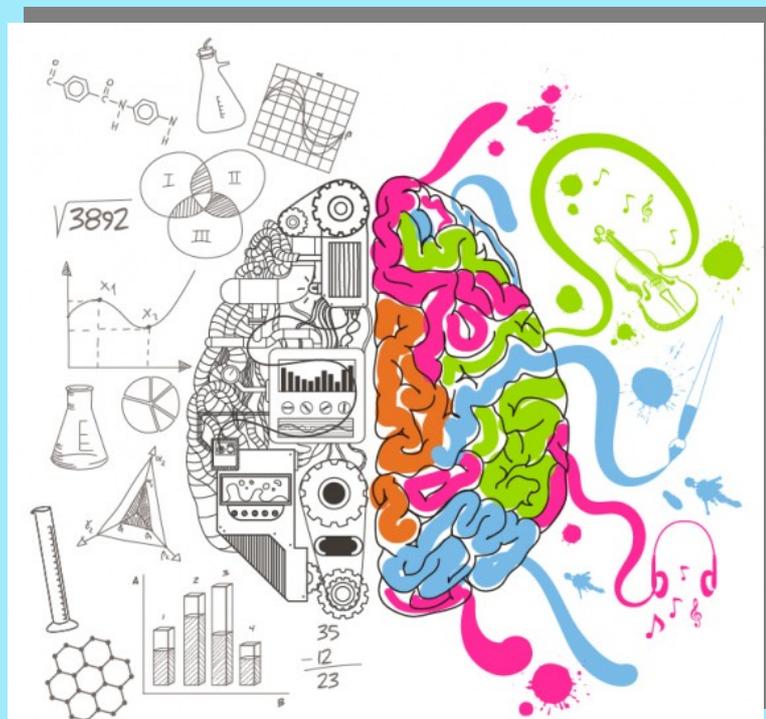
El Ser humano tiene tres grandes sistemas para representar mentalmente la información, el sistema de representación visual, el auditivo y el kinestésico.

El sistema de representación visual es utilizado siempre que se recuerdan imágenes abstractas (como letras y números) y concretas.

El sistema de representación auditivo es el que permite oír en nuestra mente voces, sonidos, música. Cuando recordamos una melodía o una conversación, o cuando reconocemos la voz de la persona que nos habla por teléfono estamos utilizando el sistema de representación auditivo.

Por último, **el sistema de representación kinestésico** es el que nos permite recordar el sabor de la comida favorita, o lo que sentimos al escuchar una canción.

Cada sistema tiene sus propias características y es más eficaz en algunos terrenos que en otros. Por lo tanto, el proceso de enseñanza-aprendizaje en el aula de clases evolucionara de acuerdo a como se favorece cada uno de los sistemas antes nombrados, es decir, como el docente alimente a los sistemas visuales, auditivos o kinestésicos de sus educandos.



SISTEMA DE REPRESENTACIÓN VISUAL

Cuando el hombre piensa en imágenes, puede atraer a la mente mucha información a la vez, por eso las personas que utiliza el sistema de representación visual tiene más facilidad para absorber grandes cantidades de información con rapidez.



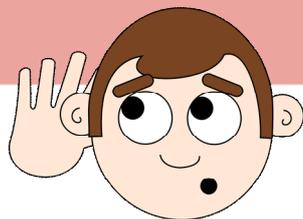
Visualizar ayuda, a establecer relaciones entre distintas ideas y conceptos. Cuando un estudiante tiene problemas para relacionar conceptos, muchas veces se debe a que está procesando la información de forma auditiva o kinestésica.

La capacidad de abstracción está directamente relacionada con la capacidad de visualizar, como también, la capacidad de planificar. Esas dos características explican que la gran mayoría de los educandos universitarios sean visuales.

Los estudiantes visuales aprenden mejor cuando leen o ven la información de alguna manera. En una conferencia, por ejemplo, preferirán leer las fotocopias o diapositivas a seguir la explicación oral, o, en su defecto, tomarán notas para poder tener algo que leer.

SISTEMA DE REPRESENTACIÓN AUDITIVO

El sistema auditivo no permite relacionar conceptos o elaborar conceptos abstractos con la misma facilidad que el sistema visual y no es tan rápido. Los estudiantes auditivos aprenden mejor cuando reciben las explicaciones oralmente y cuando pueden hablar y explicar esa información a otra persona.



SISTEMA DE REPRESENTACIÓN KINESTÉSICO

Cuando procesamos la información asociándola a nuestras sensaciones y movimientos, a nuestro cuerpo. El alumno kinestésico necesita moverse. Cuando estudian muchas veces pasean o se balancean para satisfacer esa necesidad de movimiento. En el aula buscarán cualquier excusa para levantarse y moverse.



El comportamiento

2.0

COMPORTAMIENTO	VISUAL	AUDITIVO	KINESTÉSICO
Conducta	Organizado, ordenado, observador y tranquilo.	Hable solo, se distrae fácilmente Mueve los labios al leer Facilidad de palabra.	Responde a las muestras físicas de cariño Le gusta tocarlo todo.
Aprendizaje	Aprende lo que ve.	Aprende lo que oye.	Aprende con lo que toza y lo que hace.
Lectura	Le gustan las descripciones.	Le gustan los diálogos.	Le gustan las historias de acción, se mueve al leer.
Ortografía	No tiene faltas.	Comete faltas. "Dice" las palabras y las escribe según el sonido.	Comete faltas. Escribe las palabras y comprueba si "le dan buena espina".
Memoria	Recuerda lo que ve.	Recuerda lo que oye.	Recuerda lo que hizo.
Imaginación	Piensa en imágenes.	Piensa en sonidos.	Las imágenes son pocas y poco detalladas, siempre en movimiento.
Almacena la información	Rápidamente y en cualquier orden.	De manera secuencial y por bloques enteros.	Mediante la "memoria muscular".
Durante los periodos de inactividad	Mira algo fijamente, dibuja, lee.	Canta para sí mismo o habla con alguien.	Se mueve.
Comunicación	Se impacienta si tiene que escuchar algo por mucho tiempo.	Le gusta escuchar, pero tiene que hablar ya.	Gesticula al hablar. No escucha bien.
Se distrae	Cuando hay movimiento o desorden visual.	Cuando hay ruido.	Cuando las explicaciones son básicamente auditivas o visuales y no le involucran de alguna forma.



Estilo de Aprendizaje

2.0

El Modelo de Aprendizaje Experiencial (ELM), compuesto de cuatro elementos:

- La experiencia concreta,
- La observación y la reflexión sobre esa experiencia,
- La formación de conceptos abstractos basados en la reflexión,
- Pruebas de los nuevos conceptos.

Estos cuatro elementos son la esencia de una espiral de aprendizaje que puede comenzar con cualquiera de los cuatro elementos, pero por lo general comienza con una experiencia concreta. Su modelo fue desarrollado principalmente para la educación de adultos, pero ha encontrado amplias aplicaciones pedagógicas en la educación superior.

La rueda del aprendizaje de David Kolb distingue los estudiantes activos, reflexivos, teóricos, y prácticos.

Saber las tendencias y preferencias de aprendizaje ya sean visuales, auditivas o kinestésicas, ayudan a obtener un aprendizaje más eficiente y efectivo.



MSc. Ruth Mujica



Howard Gardner, neuropsicólogo, es codirector del proyecto Zero en la Escuela Superior de Educación de Harvard, donde además se desempeña como docente de educación y de psicología, y como educador de Neurología en la Facultad de Medicina de Universidad de Boston.

Gardner señala las equivocaciones que se comete al describir a las personas como poseedoras de una única y cuantificable inteligencia, pues el ser humano tiene, por lo menos, ocho inteligencias diferentes, cada una desarrollada de modo y a un nivel particular.

Los programas de enseñanza sólo se basan en las inteligencias lingüística y matemática, dando una mínima importancia a las otras. Es por ello que, para lograr el objetivo de transformar a la institución educativa tradicional en una de Inteligencias Múltiples, se tiene que partir desde un trabajo en equipo en el que intervengan la escuela (docentes), y el hogar (los padres).

Al igual que hay muchos tipos de problemas que resolver, también hay muchos tipos de inteligencia. Hasta la fecha Howard Gardner y su equipo de la universidad de Harvard han identificado ocho tipos distintos: la Inteligencia Musical, Corporal-kinestésica, Lingüística, Lógico-matemática, Espacial, Interpersonal, Intrapersonal y Naturalista.



1. **Inteligencia Lógica - matemática**, la que utilizamos para resolver problemas de lógica y matemáticas. Es la inteligencia que tienen los científicos. Se corresponde con el modo de pensamiento del hemisferio lógico y con lo que nuestra cultura ha considerado siempre como la única inteligencia.
2. **Inteligencia Lingüística**, la que tienen los escritores, los poetas, los buenos redactores. Utiliza ambos hemisferios.
3. **Inteligencia Espacial**, consiste en formar un modelo mental del mundo en tres dimensiones, es la inteligencia que tienen los marineros, los ingenieros, los cirujanos, los escultores, los arquitectos, o los decoradores.
4. **Inteligencia Musical** es, naturalmente la de los cantantes, compositores, músicos, bailarines.
5. **Inteligencia Corporal - kinestésica**, o la capacidad de utilizar el propio cuerpo para realizar actividades o resolver problemas. Es la inteligencia de los deportistas, los artesanos, los cirujanos y los bailarines.
6. **Inteligencia Intrapersonal**, es la que nos permite entendernos a nosotros mismos. No está asociada a ninguna actividad concreta.
7. **Inteligencia Interpersonal**, la que nos permite entender a los demás, y la solemos encontrar en los buenos vendedores, políticos, profesores o terapeutas.
8. **Inteligencia Naturalista**, la que utilizamos cuando observamos y estudiamos la naturaleza. Es la que demuestran los biólogos o los herbolarios.

El desconocimiento de técnicas eficaces, para estudiar nos lleva a cometer graves errores, cuyo resultado la gran mayoría de las veces es una mala calificación. Aquí se te presentan los cinco errores más frecuentes:

1. *Pretender aprender todo un día antes del examen.*
2. *Querer memorizar el contenido de los libros, sin comprender.*
3. *Estudiar acostado.*
4. *Faltar o no prestar atención a la clase.*
5. *Estudiar escuchando música a todo volumen.*

¿Qué son los hábitos?

Un hábito es cualquier acto alcanzado por la experiencia y realizado regular y automáticamente. Es una práctica o costumbre que se realiza con frecuencia. Los antiguos filósofos decían que el hábito es una segunda naturaleza. Eso significa que la naturaleza del hombre se enriquece o empobrece, se perfecciona o se denigra, con el hábito.

Existen buenos y malos hábitos. Ejemplos muy sencillos, son: hábitos malos, fumar, comerse las uñas o dejar todo para después.



BUENOS HÁBITOS DE ESTUDIO

Se podría crear una lista considerable que contenga todos los hábitos de estudio recomendados por expertos en la materia, pero hoy nos vamos a centrar en los 5 hábitos que serán el comienzo de una nueva vida como estudiante y que harán la diferencia. Solamente se debe recordar que no bastará con que los conozcas. Los hábitos se adquieren a través de la repetición constante de los actos.

1. *Organiza el tiempo,*
2. *Presta atención al docente,*
3. *Estudia todos los días,*
4. *Utiliza alguna técnica para estudiar,*
5. *Tener siempre una actitud positiva ante la vida.*

Un método es el modo de realizar una actividad con orden, es decir, desarrolla un procedimiento o plan a tomar. En el área educativa, se habla de un plan para estudiar cada una de las asignaturas que cursas.

El plan básico que se recomienda, es aquel que utiliza diversas técnicas como la lectura rápida, el subrayado, el resumen y el repaso. Le recomendamos que pruebe y utilice este método durante un mes.

Para poner en práctica este método de estudio, en primer lugar, deberás conocer y practicar los 5 hábitos. Esto significa que al momento de sentarse a estudiar ya habrás tomado bosquejos en la clase y tendrá programada una hora y lugar fijos para esta actividad. Tenga a la mano todo el material que necesite y pide que nadie te interrumpa durante tu tiempo de estudio.

El método básico que se propone consta de 4 sencillos pasos:

1. *Primera lectura rápida del material.*
2. *Segunda lectura, subrayando las ideas principales.*
3. *Elaboración de un resumen.*
4. *Repaso.*

Los cinco pasos del método reforzado son:

1. *Lectura previa*
2. *Subrayado de las ideas principales del texto*
3. *Elaboración de un resumen*
4. *Formulación de posibles preguntas de examen*
5. *Repaso*



Este método enseña a aprovechar con más eficiencia la mente de los estudiantes, ayudándolos a lograr el máximo grado posible de aprendizaje en cada uno de los momentos que dediquen al estudio. Las técnicas que enseña son sencillas y accesibles a cualquier mentalidad y aplicables a todos los campos y niveles de estudio. Las siglas significan:

- E** Examen preliminar
- F** Formularse preguntas
- G** Ganar información mediante la lectura
- H** Hablar para describir o exponer los temas leídos
- I** Investigar los conocimientos que se han adquirido

1. Examen preliminar

Se debe leer cuidadosamente el título que va a estudiar, lee la introducción o prólogo, el índice de la obra, mira los dibujos, los esquemas, etc. Por último, debes dar lectura rápida a algunas páginas.

2. Formularse preguntas

El método didáctico se basa en preguntas y respuestas sumamente concretas.

3. Ganar información mediante la lectura

En general, hay dos formas de leer: en voz alta y en silencio.

4. Hablar para describir o exponer los temas leídos

Al terminar de leer un capítulo o un subtítulo del mismo, debes cerrar el libro y repetir los conceptos, con tus propias palabras.

5. Investigar lo aprendido

Esta etapa debe realizarse en forma oral. Es un autoexamen de lo aprendido.

Cada una de las fases del método EFGHI es un eslabón necesario de una cadena que conduce a un estudio más eficiente, pero no pueden proporcionar aprendizaje salvo que le dediques tiempo y trabajo



MSc. Ruth Mujica



ESTUDIANDO



No existe un método seguro que pueda emplearse a todas las personas, con un mismo resultado. Cada estudiante aprende de diferente forma, dependiendo de su personalidad, su estado de salud, las condiciones en que vive y de sus diferencias individuales.

Existen técnicas que para algunos serán excelentes pero que a otros no les darán buenos resultados. Por ejemplo, en la lectura previa algunos autores recomiendan seguir con un dedo el renglón al momento de leer; sin duda habrá educandos que lo pondrán en práctica y sentirán que esta técnica los ayuda a concentrarse mejor en la lectura, pero asimismo encontraremos otros tantos que preferirán leer más rápido sin necesidad de estar señalando el libro con su dedo.

El método básico de estudio, es simplemente una propuesta integrada por técnicas que han justificado ser sencillas y efectivas, pero cada persona deberá experimentar cuáles son las técnicas que realmente le funciona y así podrá crear su propio método de estudio.



Uno de los mayores errores que cometen los alumnos es esperar hasta un día antes del examen para comenzar a estudiar. A continuación, presentamos una serie de consejos y sugerencias:

1. Duerme bien la noche anterior al examen.
2. Llega puntual.
3. No te desesperes si algo se te olvida.
4. Certifica de que comprende perfectamente.
5. Planea el uso del tiempo.
6. Concéntrate en resolver tu examen.
7. Asegúrate de contestar todas las preguntas.
8. Recuerda que el que saca las mejores calificaciones no es el más inteligente, sino el mejor preparado.

Bibliografía

- ✓ Olcese, Alfieri, Cómo estudiar con éxito, técnicas y hábitos para aprender mejor, Ed. Alfaomega, México, 2006.

A la vista de la información, es posible destacar, como síntesis, una serie de afirmaciones relevantes:

Las estrategias de aprendizaje, son el conjunto de actividades, técnicas y medios que se planifican de acuerdo con las necesidades de la población a la cual van dirigidas, los objetivos que persiguen y la naturaleza de las áreas y cursos, todo esto con la finalidad de hacer más efectivo el proceso de aprendizaje. Existen algunas técnicas que se han usado tradicionalmente para sintetizar y comprender pero que son más útiles para comprobar que se ha aprendido.

Es pertinente recordar, que el éxito académico depende principalmente de cuatro aspectos:

- ✚ Aptitudes intelectuales.
- ✚ Conocimientos previos.
- ✚ Motivación.
- ✚ Técnicas y hábitos de estudio.

En definitiva, son muchos los problemas, que hoy por hoy, existen en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Sin embargo, se ha de hacer un esfuerzo por superarlos. De lo contrario, se les estaría ayudando a los estudiantes que serán los profesionales del mañana. En este sentido en la actualidad se cuenta, además de los esfuerzos personales de cada uno de los docentes en sus respectivas asignaturas, con un espacio y un tiempo que se pueden aprovechar para la realización de cursos específicos: *las tutorías*.

Te invitamos a participar en nuestra Aula Virtual Docentes 2.0, vive una nueva experiencia de conocimiento. ¡Te esperamos!