



Motivación y mentalidad

Curso de Fundamentos

Introducción

Aprender a codificar es increíblemente gratificante, pero también puede ser difícil y frustrante. Como cualquier habilidad que valga la pena conocer, lleva tiempo adquirirla, y no se puede aprender en un fin de semana o incluso en un mes. Dicho esto, creemos que cualquiera puede aprender a programar siempre y cuando esté dispuesto a dedicar tiempo y esfuerzo.

Así que antes de entrar en la carne del plan de estudios, cubriremos los siguientes aspectos para ayudarte a sacar el máximo provecho de The Odin Project: factores que te ayudarán a tener éxito en el aprendizaje de codificar y las trampas que debes tratar de evitar.

Motivación

Tómate un momento para pensar por qué has decidido aprender a programar.

- ¿Quieres tener una carrera satisfactoria que pague bien?

Contenido de la lección

Introducción

Motivación

Mentalidad de crecimiento

El proceso de aprendizaje

Qué hacer cuando estás atascado

Una nota sobre la generación de código de IA

Gestionar tu tiempo de estudio

Trampas a evitar

Conclusión

Asignación

Recursos adicionales

- ¿Te entusiasma la programación de salida creativa que ofrece?
- ¿Estás decidido a desarrollar las habilidades y capacidades para crear cualquier aplicación que se te ocurra?
- ¿Quieres iniciar tu propia empresa convirtiendo una idea de aplicación en realidad?

Tu motivación podría ser una combinación de estas razones o algo completamente diferente. Sea lo que sea, aférrate firmemente a tu motivación: esto será lo que te arrastra hasta el final de este viaje, dándote un objetivo definitivo al que apuntar.

Mentalidad de crecimiento

Tu mentalidad es muy importante cuando te enseñas a ti mismo nuevas habilidades, no solo programación. Tu mentalidad tendrá más impacto en tus posibilidades de éxito que casi cualquier otra cosa.

Alguien con una **mentalidad fija** cree que si no consigue algo en su primer intento, nunca lo hará. Creen que no son lo suficientemente inteligentes como para poder hacer o entender algunas cosas.

Sin embargo, hay un amplio cuerpo de investigación que muestra que la inteligencia no es fija, sino que se puede desarrollar. Alguien con la **mentalidad de crecimiento** cree que puede mejorar en cualquier cosa con esfuerzo y persistencia.

¿Qué significa esto para ti? Significa que puedes aprender nuevas habilidades y desarrollar nuevos talentos con **persistencia y determinación**.

Habrás muchas veces a lo largo de The Odin Project en las que te quedes atascado en un concepto o en un problema de programación y es posible que te encuentres cuestionando tu capacidad para aprender a programar. Cuando te encuentres en esta posición, recuerda que es posible que *aún* no lo consigas, pero que con persistencia y determinación lo harás. Luchar con algo es crecimiento. No importa cuánto tiempo luches con un concepto o proyecto; lo único que importa es que tengas la determinación y la tenacidad para llevarlo a cabo. Así es como ocurre el aprendizaje real.

Mientras trabajas en el plan de estudios, acepta las dificultades que encuentres con conceptos difíciles y proyectos complejos. ¡Asegúrate de celebrar tu persistencia en la superación de esas luchas!

Cuando te encuentres cuestionando tus habilidades, reflexiona sobre los éxitos que ya has logrado mientras aprendías a programar: los proyectos que has completado y los conceptos que una vez no entendiste, pero que ahora sí. Esta es toda la prueba que necesitas de que puedes hacerlo.

El proceso de aprendizaje

Aprender conceptos y luego practicarlos te ayudará a entender más completamente cómo funcionan y encajan las cosas. Los proyectos son

el método definitivo para garantizar que su comprensión teórica se alinee con cómo funcionan realmente los conceptos y técnicas de programación.

Al aprender, tu mente cambiará constantemente entre el modo de enfoque y el modo difuso. **El modo de enfoque** ocurre cuando te enfocas conscientemente en aprender, leer, ver vídeos o trabajar en un proyecto. **El modo difuso** ocurre inconscientemente, en momentos en los que no estás aprendiendo activamente, como cuando estás lavando los platos, haciendo ejercicio o durmiendo. En este estado, tu mente se ocupa del negocio de conectar lo que has estado aprendiendo con las otras cosas que sabes. Aquí es donde ocurren los avances.

Es importante saber que tu mente pasa por estos dos estados cuando aprendes porque puedes utilizar esto para hacer que tu aprendizaje sea más eficiente. Cuando estás atascado en un concepto o proyecto, tomar un descanso para refrescarte y dejar que tu subconsciente trabaje en hacer conexiones la mayoría de las veces produce una solución a tu problema. El truco es esforzarse primero en resolver el problema y luego tomar un descanso.

En resumen, entiéndelo, practícalo y finalmente enséñalo.

Enseñar lo que sabes a los demás es una excelente manera de solidificar lo que has aprendido y a menudo puede revelar agujeros en tu conocimiento que no habrías identificado de otra manera.

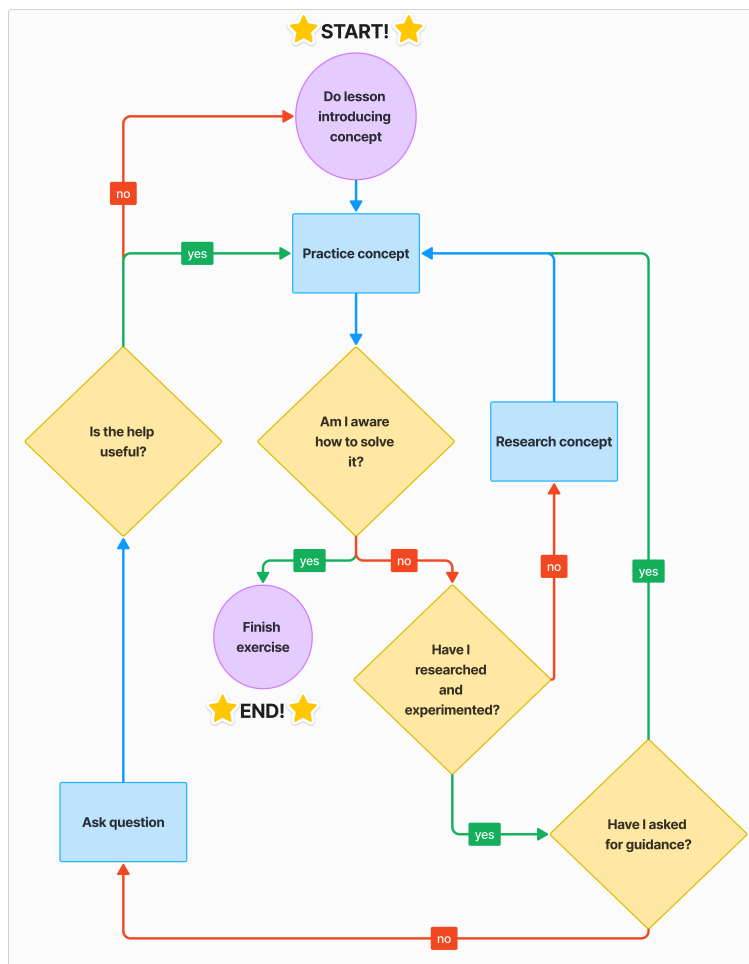
Puedes practicar este método de aprendizaje ayudando a otros en nuestra comunidad.

Qué hacer cuando estás atascado

Inevitablemente te quedarás atascado en algún momento del plan de estudios, tal vez debido a un concepto que tienes dificultades para entender o tal vez debido a que algo no funciona correctamente en un proyecto. Sea lo que sea, use las siguientes herramientas para liberarse:

- Búscalo en Google: puedes estar seguro de que alguien más se ha encontrado con el mismo problema que tú en algún momento. Una búsqueda rápida en Google a menudo puede llevar a una solución.
- Tómate un descanso: Deja que tu estado de aprendizaje difuso trabaje en el problema.
- Pide ayuda en el [servidor TOP Discord](#); ven preparado con tu investigación. La gente estará más dispuesta a ayudarte cuando puedan ver que ya te has esforzado en tratar de encontrar la solución por tu cuenta.

Además, no dude en seguir el siguiente diagrama para ayudarle a navegar por los problemas que pueda encontrar:



Una nota sobre la generación de código de IA

A medida que la tecnología avanza, hemos visto surgir algunas herramientas increíbles que pueden ayudar a acelerar la capacidad de codificación. Un área particular que ha explotado en popularidad últimamente es el uso de modelos de lenguaje grande (LLM) e IA generativas para completar código (como GitHub Copilot) y generar código (como ChatGPT).

Si bien estas herramientas son increíbles, los estudiantes deben ser conscientes de los impactos que el uso de estas herramientas puede tener en la competencia principal. David Humphrey, profesor de informática, [escribió sobre ChatGPT y sus impactos potencialmente](#)

[negativos en el aprendizaje básico.](#) Es una buena lectura sobre las trampas del uso de la IA generativa en un contexto educativo.

Para los estudiantes que son nuevos en la programación, herramientas como ChatGPT o GitHub Copilot pueden resultar en puntos ciegos y lagunas en su conocimiento.

1. Al usar una IA generativa, los estudiantes pueden perder la oportunidad de descubrir cómo funciona algo y por qué las cosas se hacen de esa manera.
2. Hacer buenas preguntas es una habilidad importante, y confiar en la IA generativa en lugar de preguntar a la gente (como nuestra útil comunidad de Discord) puede retrasar el desarrollo de esta habilidad.
3. Aprender a hablar sobre el código que uno escribe es otra habilidad importante. En un entorno profesional, es muy probable que estés haciendo revisiones de código donde tienes que explicar el cómo y el por qué detrás de lo que estás presentando. Usar la comunidad de Odin para hacer buenas preguntas sobre su código cuando necesite ayuda también puede ayudar a desarrollar esta habilidad.
4. Como menciona David Humphrey, la salida de la IA generativa debe ser examinada de cerca, y los estudiantes que son nuevos en la programación generalmente no tienen una buena comprensión general para poder determinar si la salida es buena o mala.
5. Si bien aprender a proporcionar buenas

indicaciones a una herramienta de IA es una habilidad, es complementaria para desarrollar habilidades de programación fundamentales. El plan de estudios de Odín se esfuerza por enseñar esa habilidad fundamental.

6. Las herramientas de IA están diseñadas para responder preguntas y no están diseñadas para ayudar a los estudiantes a desarrollar habilidades de investigación y resolución de problemas. Si le pides información a una IA, te la proporcionará. Si le preguntas a un humano, puede que te invite a compartir tu comprensión del problema y ofrecer alguna orientación sobre cómo descubrir una solución.
7. Sin práctica en investigación, resolución de problemas y pensamiento crítico, las entrevistas podrían ser una lucha, ya que es muy probable que a los solicitantes no se les permita usar herramientas de IA.

No recomendamos el uso de herramientas de IA para su aprendizaje.

Gestionar tu tiempo de estudio

Tendrás más éxito con Odín si le dedicas tiempo **constante** en lugar de trabajar en él una vez a la semana. Construir el hábito de estudiar todos los días en un momento específico y con un objetivo específico asegurará que progrese constantemente.

Puede que te lleve más tiempo que a otros comprender los conceptos, o puede que te lleve

menos tiempo. Esto no significa que seas más inteligente o tonto que los demás, significa que has tenido diferentes experiencias de vida que pueden o no haberte preparado para aprender esos conceptos. Alguien que creció alrededor de un ingeniero puede tener algunas ventajas sobre alguien que no lo hizo, pero eso no significa que no puedas aprender esas habilidades.

El Proyecto Odín no es como el colegio o la universidad, es a su propio ritmo y le permite obtener una comprensión sólida de los conceptos antes de seguir adelante. En la escuela, te ves obligado a mantenerte al día, o fracasarás. La diferencia con The Odin Project es que no se espera que tengas muchos conocimientos previos; no hay requisitos previos. Hemos tenido personas exitosas viniendo por aquí que solo sabían cómo revisar su correo electrónico con un ordenador. También hemos visto el éxito de los titulares de títulos en informática. Tratar el Proyecto Odín como una línea de tiempo estática es comprensible, pero es un signo de expectativas fuera de lugar. No sabes lo que aún no sabes, ¡y está bien! No hay fechas de vencimiento para las lecciones en The Odin Project, por lo que puede pasar suficiente tiempo para hacerlo bien y discutir los temas.

Los plazos causan estrés innecesario. Dado que The Odin Project es una plataforma gratuita y abierta, no estás enderado a una fecha límite. Crear tus propios plazos puede llevarte a apresurarte a través de conceptos que no deberían apresurarse. Este curso está muy basado en la investigación, lo que significa que tendrás que

investigar para completar tareas y proyectos. No hay garantía de que encuentre el artículo o la publicación correcta lo suficientemente rápido como para cumplir con sus plazos, pero es probable que aprenda una TONELADA en el camino que pueda usar en el futuro. Las personas que hacen este tipo de investigación y se esfuerzan por escribir mejores soluciones tienden a convertirse en mejores desarrolladores en el futuro. No hay forma de saber cuánto tiempo te llevará aprender a consultar conceptos para encontrar tus respuestas. No hay pautas sólidas sobre eso. Si estás haciendo The Odin Project porque necesitas un trabajo bien remunerado en *este momento*, es poco probable que te conviertas en un desarrollador sólido dentro del plazo que has establecido. El estrés y la ansiedad tampoco te ayudan a aprender. Relájate y disfruta del viaje.

Resumiendo: ¡No te preocupes, solo ve a aprender!

Trampas a evitar

Las siguientes son algunas de las trampas que los principiantes a menudo encuentran al aprender a programar. Haz tu mejor esfuerzo para evitarlos.

Procrastinación

La procrastinación será tu mayor enemigo cuando intentes progresar.

Solución: La [Técnica Pomodoro](#) es una forma de administrar tu tiempo para mantenerte concentrado. La idea es establecer un

temporizador para 25 minutos y trabajar en una tarea hasta que el temporizador se apare. Si se distrae o se interrumpe durante los 25 minutos, comience los 25 minutos de trabajo de nuevo. Una vez que se haya concentrado con éxito en el trabajo durante 25 minutos, tómese un descanso de 5 minutos. Cuando termine tu descanso, repite los 25 minutos de trabajo y los 5 minutos de descanso. Después de haber completado cuatro bloques de trabajo de 25 minutos, tómese un descanso más largo de 15 a 30 minutos.

La técnica Pomodoro es genial para evitar la procrastinación, ya que te obliga a trabajar sin distracciones. Dado que el tiempo de trabajo solo dura 25 minutos antes de tomar un descanso, no es abrumador, lo que hace que sea más difícil racionalizar la procrastinación.

Si quieres probarlo, [Pomofocus](#) es un temporizador pomodoro personalizable que funciona en el navegador de escritorio y móvil.

No tomar descansos

A medida que te metes en el material, es posible que te sientas obligado a estudiar continuamente durante largos períodos de tiempo. Puede parecer que al principio estás haciendo más trabajo, pero esto a menudo conduce al agotamiento, lo que consecuentemente resulta en una menor productividad.

Puede parecer contradictorio, pero en realidad harás más si retrocedes regularmente para recargar tu cerebro y tu cuerpo. Los estudios muestran que el rendimiento aumenta después de descansos de todas las duraciones: desde

vacaciones prolongadas hasta micro descansos de 30 segundos. John Trougakos, profesor asociado de Administración en la Universidad de Toronto, dice que la concentración mental es similar a un músculo. Nuestra concentración se cansa después de un uso sostenido y necesita un período de descanso para recuperarse, al igual que un culturista descansando entre series en el gimnasio.

Solución: Use la técnica Pomodoro mencionada anteriormente para cronometrar con qué frecuencia y cuánto tiempo tomar sus merecidos descansos. Siéntase libre de jugar y experimentar con diferentes frecuencias y duraciones de descansos.

Qué hacer durante tu descanso:

- Escucha música.
- Diario
- Garabato
- Medita
- Juega un juego rápido.
- Ve a dar un pequeño paseo afuera.

Echa un vistazo a este artículo para [obtener más información sobre descansos y productividad](#).

Distracciones digitales

Las distracciones digitales son las notificaciones por correo electrónico y Facebook y los sitios web que pierden tiempo, como las redes sociales. Estas distracciones rompen tu enfoque y hacen que la procrastinación sea tentadora. Por lo tanto, deben evitarse durante el tiempo de

estudio.

Solución: Desactive las notificaciones y agregue un bloqueador a su Internet para limitar su tiempo en los sitios que distraen.

Distracciones físicas

Las distracciones físicas son distracciones de su entorno, como un televisor de fondo u otras personas hablando. Estas distracciones pueden ser tan perjudiciales para tu concentración como las distracciones digitales.

Solución: Encuentra un lugar tranquilo en tu casa donde puedas concentrarte en tus estudios. Si esa no es una opción, puedes usar auriculares con cancelación de ruido para bloquear las distracciones ruidosas en tu entorno. También hay bibliotecas públicas y universitarias gratuitas que son serenas y cómodas. Algunas bibliotecas incluso funcionan las 24 horas del día, los 7 días de la semana, sin interrupciones. Más allá de proporcionar un espacio de estudio agradable, la presencia de otros que estudian a tu alrededor inculca una sensación de productividad.

Agujeros de conejo

Debido a que cubrimos tanto material en The Odin Project y enlazamos a tantos cursos y herramientas de alta calidad, es fácil para los estudiantes ser arrastrados a madrigueras al pasar tiempo tratando de aprender todo lo que hay que saber sobre un tema para el que no están listos o que no les beneficiará mucho. **Nos hemos esforzado mucho en estructurar el plan de estudios** para que todas las cosas

importantes que necesita saber sobre el desarrollo web se cubran exactamente cuando necesite conocerlas.

Solución: Apegarse al camino trazado tanto como sea posible. Intenta limitar el tiempo que pasas bajando por las madrigueras de los conejos, ya que estos desvíos pueden arruinar realmente tu impulso.

Comparándote con los demás

Los estudiantes a menudo se comparan con otros que están más avanzados en su viaje de codificación o que tienen más experiencia. Esta es una receta para la depresión y la frustración.

Solución: Solo compárate a ti mismo con tu yo pasado. ¿Han mejorado tus habilidades y conocimientos desde donde estabas la semana pasada, el mes pasado o el año pasado? ¡Siéntete orgulloso del progreso que has hecho!

Tomar notas contraproducentes

El Proyecto Odin no recomienda tomar muchas notas a lo largo de su viaje educativo de desarrollo web porque puede llevar mucho tiempo y a menudo conduce a un esfuerzo desperdiciado.

Solución: En lugar de tomar notas para usar como referencias directas, tome notas que puedan servir como indicaciones para futuras investigaciones. Es importante sentirse cómodo con la lectura de la documentación, que esencialmente actúa como notas preexistentes hechas por otra persona.

Conclusión

Aprender cualquier nueva habilidad es un viaje lleno de badenes de velocidad y obstáculos que superar. Esperamos que los principios establecidos aquí lo pongan en una posición mucho mejor para tener éxito y sacar el máximo provecho Proyecto Odin.

Asignación


1. Para darle un pequeño impulso a su motivación, lea sobre el éxito de otros en el [foro de Historias de Éxito del servidor TOP Discord](#).
2. Para obtener más información sobre la mentalidad de crecimiento, revisa los siguientes recursos:
 - [Cree que puedes mejorar](#)
 - [Armena](#)
 - [Puedes aprender cualquier cosa](#)
3. Para obtener más información sobre las mejores formas de aprender, vea este resumen del [curso de aprendizaje de Coursera](#). El curso completo está vinculado en los recursos adicionales.

Recursos adicionales

Esta sección contiene enlaces útiles a contenido relacionado. No es obligatorio, así que considérelo como suplemento.

- [Convertirse en una historia de éxito TOP](#)
- [Gestionar la inspiración y la motivación](#)
- [Aprendiendo a codificar cuando oscurece](#)
- Si bien el tiempo de pensar e investigar es un cuello de botella más grande que la velocidad de escritura sin procesar, si desea mejorar sus habilidades de escritura, algunas opciones excelentes incluyen [typing.com](#), [Keybr](#) y [Monkeytype](#).
- [Por qué los procrastinadores procrastinan](#)
Aprenda sobre el mono de gratificación instantánea, el tomador de decisiones racional, el monstruo de pánico y cómo navegar por el patio de recreo oscuro. [Breve introducción en vídeo del mismo autor](#)
- [100 días de código](#) es un desafío que los nuevos desarrolladores a menudo utilizan para rastrear su viaje de codificación y mostrar su trabajo. Considere visitar su sitio web si está buscando una manera de mantenerse motivado e inspirar a otros desarrolladores.
- Echa un vistazo al curso [Aprender a aprender](#) de Coursera.

 [Mejorar en GitHub](#)

 [Informar de un problema](#)

[Ver registro de cambios de la lección](#)



Ver
curso

Marcar completo



Próxima
lección

¡Apóyanos!

El Proyecto Odin está financiado por la comunidad. ¡Únete a nosotros para empoderar a los estudiantes de todo el mundo apoyando a The Odin Project!

[más información](#)

[Donar ahora](#)



THE ODIN PROJECT

Educación de codificación de alta calidad mantenida por una comunidad de código abierto.



Sobre nosotros

[acerca de](#)

[EQUIPO](#)

[blog](#)

[Casos de éxito](#)

soporte

[preguntas frecuentes](#)

[Contribuir](#)

[Contacta con nosotros](#)

Guías

[Guías de la comunidad](#)

[Guías de instalación](#)

LEGAL

[Términos](#)

[PRIVACIDAD](#)