

TIPS PARA APRENDER A APRENDER



Aprender, Cómo?

Entre todas las actividades humanas, aprender ha sido una de las mas antiguas, siendo un proceso que va desde que somos unos bebes hasta la muerte. Aprender. Escuchamos con mucha frecuencia de ello de la voz de nuestros papas, profesores y familiares cercanos con frases tales como: “tienes que estudiar más”, “apaga la televisión y ponte a leer”, “Tu única obligación es estudiar”, “Tienes que estudiar porque si no, vas a: Barrer las calles, limpiar pisos” etc.; !Pero nadie nos dijo como aprender a aprender y/o estudiar!

Escucha, serás sabio.
El comienzo de la
sabiduría es el
silencio. Pitágoras

Como experiencia personal les voy a platicar de una anécdota de la primaria; recuerdo que estaba en primer año y estábamos aprendiendo a multiplicar, todos en el salón repetíamos en forma entonada las tablas, así durante todo el día; finalmente llego la hora de la salida y por supuesto la tarea: Multiplicaciones. Recuerdo que no entendía como resolverlas; resultando que al siguiente día además de que mi tarea estuvo mal, cuando me pasaron al frente a repetir las tablas !NO supe!!! NO recordaba como iba la tonada!... Estuve todo el día castigada fuera del salón, de pie , llorando... lo demás es otra historia. A lo que voy, es que a partir de ese momento, todos los días después de comer dedicaba un par de horas para estudiar, me “encerraba” en el patiecito de la casa, cerraba puertas y ventanas, y estando solita comenzaba a pensar, a razonar dentro de mi entender, era una niña de 6 años y a repetir; comprendí la lógica de las tablas y no tuve mayor problema; ese año fui segunda en mi clase. Yo creo que actualmente a pesar de los avances tecnológicos, persiste este problema en los estudiantes en México y quizá también a nivel mundial. Saber como se estudia significa saber como pensar,



Hay mucho que saber,
y es poco el vivir, y no
se vive si no se sabe.
Baltasar Gracián

Nunca consideres el estudio como una obligación, sino como una oportunidad para penetrar en el bello y maravilloso mundo del saber.

-ALBERT EINSTEIN

observar, analizar, organizar; es decir saber ser mentalmente eficiente. Investigaciones hechas en todo el mundo indican que el llevar a cabo un método sistemático de determinadas habilidades de estudio; no solo la voluntad, es responsable de los éxitos de los alumnos de alto rendimiento. Qué métodos usar? Si realmente deseas aprender a aprender, antes que nada debes descubrir los Tips o sugerencias de acuerdo a tu propia manera de ser y practicarlas, así como, aprender a utilizar tu memoria, leer, a escuchar, a escribir y a presentar exámenes durante toda tu vida, como estudiante esto te dará seguridad para tu vida profesional. Existen un sin fin de documentos sobre Tips para Aprender a Aprender; Yo te voy a enumerar algunos; pero recuerda **Tú** debes descubrir lo que se apeg a tu personalidad y Ojo! **Practicarlos.**

- Organizar tu lugar de estudio. Busca un lugar tranquilo y cómodo para estudiar y planifica tus horarios de estudio, es importante que tengas todo lo que necesitas a la mano, debes tener tu lugar de estudio ordenado.
- Todo empieza desde tus clases y como mencione anteriormente, de acuerdo a tu personalidad y habilidades escoge un método para estudiar
- Memoria y Atención
- Tratar de comprender
- Repasar. Re-pensar
- Claves mnemotécnica (Palabras-clave,símbolos visuales para recordar)
- Programa de aprendizaje (Estudio frecuente de periodos cortos)
- Concentración
- Aprende a leer
- Hojea todo el libro - apuntes
- Formula preguntas
- Lectura activa. Subraya lo que consideres importante
- Resume en voz alta. Explicáte a ti mismo o a un grupo lo que acabas de leer, empleando tus propias ideas y palabras.
- Aprende a Escuchar. Cómo? Prepárate; es decir, pre-lee las notas del tema, clase, etc., concentración, escucha con mente abierta, estar alerta, proceso escuchar-pensar-escribir
- Toma apuntes y recopila datos como bibliografías y fuentes
- Aprende a comunicar tus ideas, es decir, organiza tus pensamientos
- Toma un descanso. Esto es muy importante ya que periodos largos e ininterrumpidos no son aconsejables.
- Duerme lo suficiente

Como podrás ver, para tener éxito en el estudio no solo se requiere fuerza de voluntad, se necesita también disciplina y Tus estrategias o métodos para aprender.

Espero que los Tips señalados te sean de utilidad y los empieces a utilizar.

Si tienes un comentario y / o sugerencia no dudes en escribirnos.



Selene S Lara

Contadora Pública, Maestra en Finanzas originaria de la CDMX, Selene Lara es fundadora de Healthy2go México, una empresa con el propósito de ayudar a la comunidad a tener una vida más saludable. Le encanta compartir su pasión por la vida sana, buena alimentación y el deporte.