



**Universidad Nacional Autónoma de México**

Facultad de Psicología

59.  
2 sj

*Una aportación para mejorar las llamadas  
Técnicas y hábitos de estudio*

TESIS PROFESIONAL  
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGIA  
PRESENTAN

ENRIQUEZ ASENCIO MARTHA  
FRANCO MORANCHEL JESUS ALEJANDRO



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## I N D I C E

	Págs.
RESUMEN.	
INTRODUCCION.	1
ASPECTOS GENERALES DE LA ORIENTACION VOCACIONAL.	5
LA ORIENTACION VOCACIONAL EN LA ESCUELA NACIONAL PREPARATORIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO.	13
MARCO TEORICO.	18
PROGRAMA "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE".	26
METODO.	66
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	66
VARIABLES DEPENDIENTES	68
VARIABLES INDEPENDIENTES	68
VARIABLES CONTROL	69
VARIABLES EXTRANAS	69
HIPOTESIS	70
SUBHIPOTESIS	71
POBLACION Y MUESTRA	74
DISENO	76

	Págs.
INSTRUMENTO	78
PROCEDIMIENTO	80
ANALISIS DE LOS DATOS	82
RESULTADOS.	83
DISCUSION.	90
CONCLUSIONES.	95
SUGERENCIAS.	97
ANEXO 1	
BIBLIOGRAFIA	

## RESUMEN.

El presente estudio está dirigido a estudiantes de 4o. año del Plan tel No. 7 "Ezequiel A. Chávez", de la Escuela Nacional Preparatoria de la Universidad Nacional Autónoma de México, el cual contempla -- otro enfoque o alternativa a la problemática que presentan los estu dantes en cuanto a Técnicas y Hábitos de Estudio, reflejándose es- to en un deficiente rendimiento académico, en un bajo promedio y -- más aún, llegando en caso extremo a desertar de la Institución.

En la introducción presentamos los antecedentes de esta problemáti- ca, sirviendo al mismo tiempo de justificación a la inquietud que nos llevó al diseño y aplicación de nuestro trabajo.

Exponemos en primer término una remembranza de la trayectoria de la Orientación Vocacional en términos generales y el desarrollo de la Orientación Vocacional en nuestra máxima Casa de Estudios. En lo - referente al Marco Teórico, describimos el fundamento de nuestra in vestigación. En otro capítulo abordamos la problemática expuesta, la metodología y el procedimiento de cómo abordarlo.

Presentamos el programa "Cómo mejorar el Aprendizaje", con sus obje- tivos, su procedimiento, su duración en sesiones y tiempos, así como el contenido del mismo, como una alternativa para disminuir la pro- blemática del rendimiento escolar.

Por último, ponemos a consideración algunas sugerencias para estudios futuros que sigan la misma temática, resultados estadísticos, nuestras limitaciones y conclusiones.

## INTRODUCCION.

En el trabajo diario con los estudiantes de la Escuela Nacional Preparatoria perteneciente a la Universidad Nacional Autónoma de México, se ha observado la deficiencia en los alumnos en cuanto a la adquisición de las Técnicas y Hábitos de Estudio, lo que repercute en un bajo aprovechamiento o reprobación académica, esto no quiere decir sin embargo, que no existan adecuadas Técnicas y Hábitos de Estudio; por otro lado, en la labor cotidiana hemos observado que estas Técnicas sugieren al estudiante eliminar estímulos que distraigan su atención y/o adecuar un lugar físico en donde su ubicación - puede habilitarlo en su concentración y aprendizaje. (William F. -- Brown, 1977).

Siendo la realidad que a la mayoría de los estudiantes de escasos - recursos se les dificulta e imposibilita llevar a efecto esos conse- jos, llevándolos al fracaso en su intento sin mejorar su situación escolar. Representa esto una gran preocupación para psicólogos de- dicados a la Orientación, autoridades escolares, padres de familia y todas aquellas personas interesadas en esta problemática escolar.

Al revisar los artículos, libros y cursos que hay sobre la temática de Técnicas y Hábitos de Estudio, hemos encontrado que el problema es abordado sugiriendo y enumerando pasos o técnicas, y dándolos o aconsejándolos como "recetario", como en los casos de las técnicas que refiere William F. Brown, Thomas F. Staton, Guillermo Michel, -

entre otros, en los cuales si se lleva paso a paso las técnicas de los autores mencionados, se llega al éxito; por citar algunas, mencionaremos que para mejorar la memoria (Michel G., 1979), nos dice que hay que llevar a cabo los siguientes pasos: Tratar de comprender, repasar, utilizar claves nemotécnicas, programar el aprendizaje y concentrarse; sobre este mismo tema (William F. Brown) dice -- que el olvido es el resultado de cuatro procesos: cesación del uso, interferencia, represión y bajo aprendizaje. Por otro lado, (Thomas F. Staton) menciona que solo con atención se logrará la concentración, que prestando más tiempo al material, se logrará el objetivo de adquirir y recordar lo aprendido y que lo que se aprende no es de ninguna utilidad salvo que se recuerde, y da dos puntos principales que ayudan a aprovechar la memoria más eficientemente, el propósito de recordar y conocer bien el material.

En base a la experiencia, hemos observado que estos modelos no abordan en forma general la problemática del estudiante, ya que se toman cosas parciales, por lo que se ha visto la necesidad de buscar nuevas alternativas que permitan una aproximación más real a la solución de la problemática antes planteada.

La finalidad de este trabajo es hacer una contribución más a las llamadas Técnicas y Hábitos de Estudio, mediante la elaboración y aplicación de un programa, el cual está diseñado en cinco sesiones con un tiempo de 50 minutos cada una de ellas; enfocándolo a la reflexión misma de los estudiantes en cuanto a su situación real, así co-

mo los diferentes aspectos que influyen en el aprendizaje, analizando un AQUÍ y AHORA de su problemática escolar, para que de acuerdo a sus condiciones adquiriera la Técnica y/o Hábito que mejore su situación -- académica a favor de sí mismo, de la institución y de su sociedad como futuro o probable profesionalista económicamente activo.

Lo que nos llevó a diseñar este programa, tiene como finalidad el -- aportar una estrategia que se acerque más a la obtención de mejores -- resultados, insertando al alumno a que participe en su propio proceso de aprendizaje y que se incluya en todo lo que él interviene de tal -- manera que una de las metas es enseñar a pensar al estudiante a tra-- vés de vivenciar unas experiencias donde se revisan factores que in-- fluyen e intervienen en su desarrollo escolar; ya que lo importante -- del conocimiento no es disponer de información acabada, sino poseer -- instrumentos para resolver los problemas que se le presenten en su vi da como estudiante, y este programa tiene como uno de sus propósitos propiciar y promover la explicitación de las dificultades y conflic-- tos que le perturban en sus estudios.

Uno de los planteamientos de esta investigación es que el estudiante de Preparatoria presenta un problema central en sus estudios, no sabe organizar su tiempo dentro y fuera de las instalaciones escolares y -- por lo mismo, no cuenta con un tiempo definido o establecido para su vida académica, no tiene la suficiente motivación para sus estudios y por consecuencia, no tiene bien definido su objetivo como estudiante; no acepta todas las materias del plan de estudios por su previo apren

dizaje, rechazándolas y/o discriminándolas por lo que no las recibe como un requisito o complemento en su formación de estudiante, reprobando y "arrastrando" materias; no acepta los exámenes como parte de un proceso normal del binomio ENSEÑANZA-APRENDIZAJE, tomándolas como castigo, y se enfrenta a ellos con cierta resistencia, provocándole angustia con todas las consecuencias de la misma y presentando en sus relaciones interpersonales problemas para interactuar con sus compañeros, maestros, autoridades, familiares, etc., repercutiendo en una baja en el aprendizaje.

Otro factor fundamental de este programa es que pretende romper con el tradicionalismo asimétrico, en el cual se contempla al maestro - activo-emisor y al estudiante pasivo-receptor; ya que hay por lo general una persona o grupo que enseña y otro que aprende, esta disociación debe de ser suprimida. El objetivo del mismo estaría dirigido a la búsqueda personal que nace en la propia responsabilidad - dentro de cada individuo, en donde se haga indispensable que el educando conciba la recepción y participación activa de sus conocimientos con la adopción de actitudes adecuadas en la relación interpersonal, la indagación y el aprendizaje y la ubicación como ser humano frente a otros.

El desarrollo de esta investigación se llevó a cabo en la Dirección General de Orientación Vocacional, en uno de los planteles de la Escuela Nacional Preparatoria, a los que proporciona servicio, el cual se desarrollará ampliamente en el capítulo correspondiente.

## ASPECTOS GENERALES DE LA ORIENTACION VOCACIONAL.

Los primeros escritos respecto a la necesidad de elegir un oficio se realizan en Atenas, cuyo punto de vista implicaba un consenso respecto a este proceso de afinidad entre el llamado a desempeñar un oficio y las características personales.

Posteriormente, diversos autores griegos y romanos reencausan a sus lectores en frases ocasionales, acerca de su posible elección profesional. Sin embargo, no fué sino hasta el renacimiento que la necesidad de elegir un oficio es retomada con interés por algunos filósofos.

Posteriormente, durante la Revolución Francesa, con la cual se instituyó la libre elección profesional y a raíz de la Revolución Industrial, algunos autores resaltaron la necesidad de proporcionar -consejos para la adecuada ocupación vocacional.

En América se tiene conocimiento de algunas publicaciones de este --tema, como es el caso de L. Sander S. Richardas, en Nueva Inglaterra.

Frank Parsons, 1907, dió una plática sobre la elección de la ocupación a los miembros de un grupo de graduados en High School, sobre vocaciones y profesiones, basándose en estudios concretos que había realizado. Dicha discusión suscitó tales inquietudes entre los jóvenes que muchos de ellos solicitaron una orientación personal con

respecto a los problemas de su carrera. Ello le hizo más evidente la necesidad de asesoramiento personal y por tal razón, organizó una oficina consultiva vocacional en Boston, iniciándose así en Norteamérica, el movimiento de Orientación Vocacional y Profesional.

En México, los trabajos sobre orientación, se encuentran vinculados a la Educación desde sus orígenes y se remontan al año de 1911 en paralelo a la organización de Congresos de Educación, en los años de 1912 y 1913, se intenta sistematizar la labor orientadora, a buscar una correspondencia organizada entre las necesidades sociales y los requerimientos pedagógicos.

En Europa continuaban los trabajos para contribuir al establecimiento de oficinas de Orientación, de Selección Profesional y de Guía Vocacional. Su desarrollo implicó la creación de métodos y enfoques que dieron nuevos contenidos al trabajo de la Orientación. La Guerra Mundial de 1914, orienta todos los esfuerzos hacia las necesidades del momento e intensifica la selección en este caso los soldados, mediante la exploración de las aptitudes para las diferentes especialidades militares, creándose así en EE. UU., los Army Test. En Francia se realizaron también importantes investigaciones sobre aptitudes militares específicas.

Debido al gran número de mutilados de guerra, se extiende la labor de Orientación para satisfacer las necesidades de encontrar posibilidades ocupacionales, de esta manera se emprende el estudio Psico-

fisiológico de las profesiones. Sin embargo, la crisis económica, política y social, dió un gran impulso al movimiento de Orientación. En 1920, se reúnen en Ginebra bajo la invitación del Profr. Claparéde, investigadores representantes de Instituciones de los países europeos; se integra en esta reunión la primera Conferencia Internacional de Psicoterapia y se crea la correspondiente Asociación Internacional permanente, desde esta fecha hasta 1936.

La depresión de 1929 y principios de los 30s., da un nuevo sesgo a la Orientación, debido al desempleo, la Orientación Vocacional se convierte en una actividad dirigida a situar -ocupacionalmente- a los individuos y conserva a la vez su función educativa.

Esta función de índole educacional se ve reflejada en el hecho de que inicialmente el término utilizado para designar la ayuda proporcionada a los estudiantes para que obtuviesen un ajuste más benéfico al medio escolar fué el de Orientación Educacional; su nombre --perdurable: "ORIENTACION VOCACIONAL".

En México, se intensificaban los esfuerzos para consolidar la educación, sobre la educación básica se realizaban intentos de apoyar el desarrollo vocacional en base a la investigación científica, a la vez que se pretendía hacer de la misma orientación un proceso de investigación que permitiese sistematizar y desarrollar las experiencias en torno a una educación prevocacional que abarcaba desde las ciencias sociales y naturales hasta la cultura estética.

En 1912 y 1923, se celebran los Congresos del Niño, a través de los cuales se estimula el interés por la Psicología Evolutiva y Experimental, para la aplicación de técnicas estandarizadas de medición pedagógica y mental, así como para la educación del deficiente.

Asimismo, continúan los propósitos de Orientación ya iniciados a través del Instituto de Pedagogía de la Secretaría de Educación Pública, el cual inició sus funciones bajo la Dirección del Dr. Guillermo Dávila.

Por estas fechas surgen en México destacados investigadores y promotores de la Orientación, entre ellos el propio Guillermo Dávila, José Gómez Robledo, Roberto Solís Quiroga, Alfonso Quirón Duarón, Antonio Galicia, Alfonso Campos Artigas, Luis Herrera y Montes, entre otros, miembros fundadores algunos de ellos, del Departamento de Psicopedagogía de la Secretaría de Educación.

De nuevo los conflictos bélicos convulsionan la Orientación a raíz ahora, de la Segunda Guerra Mundial, que hace necesaria una reestructuración económica que logra el aumento de la producción y la elevación del nivel de vida proporcionándose así la búsqueda del ajuste y rendimientos laborales máximos.

Se torna urgente la especialización y el perfeccionamiento de las diversas tareas, ya que el desempleo aparece como el resultado del aumento de la producción y de los bienes de consumo, a través de la me

canización industrial; procesos que influyen en la Orientación, para que ésta se interesase y preocupara para investigar y presentar un panorama de posibilidades ocupacionales. A medida que crecía el desequilibrio entre la oferta y la demanda, se intensificaba la competencia dentro del mercado de trabajo de muchas profesiones cuyo campo de acción se restringía.

La influencia de este fenómeno en la Orientación hizo que se le diera primordial importancia a la información Profesiográfica.

En México, en 1944, se genera un proyecto dentro de la UNAM, para crear el Instituto de Orientación Profesional, durante la gestión del rector "Antonio Caso", por estas fechas también el Instituto Politécnico Nacional transforma su Departamento de Biotipología en -- Servicio de Orientación Educativa. En 1947 son designados los primeros maestros consejeros de Orientación en las Escuelas Secundarias, ese mismo año se realiza en Berna, el Congreso presidido por la Dra. Baugarte, en este congreso se tratan importantes temas sobre la -- Orientación, siendo relevante el del Análisis Factorial sobre las -- Profesiones.

En 1949, se decretó la Ley de Certificación Educativa, en la que se requiere Orientación Vocacional como una de las materias de la currícula de Secundaria y Preparatoria.

La Primera Guerra Mundial (1914-18), orientó todos los esfuerzos ha-

cia las necesidades del momento e intensificó la selección, en ese tiempo de soldados, para los diversos trabajos militares de acuerdo a sus aptitudes.

Argentina fue el primer país latinoamericano que en 1925, fundó el Instituto de Psicotecnia y Orientación Profesional, y además, fue el primer país del mundo que la consideró constitucionalmente un de recho. (\*)

En el año de 1953, se realiza un congreso de Orientación en París, presidido por el Dr. Pieron, ocupan especial interés los problemas de las aptitudes, de las capacidades y de las técnicas de examen pa ra la Orientación y Selección Profesionales.

En México, la Universidad Iberoamericana propone en 1954, la fundación de un Centro de Orientación bajo la guía del Dr. Gómez Arias.

En Río de Janeiro, en 1955, se realiza el Primer Seminario Latinoamericano sobre la Psicotecnia, durante el cual se discuten con in terés temas sobre los exámenes de la personalidad en la selección profesional y los resultados de la Orientación y Selección Profesionales en América Latina y las Técnicas de Información Ocupacional.

(\*) Datos obtenidos en la Ponencia de la Psic. Lara González, Alba; en el Primer Encuentro de Orientación Universitaria. 1984. Ciudad Universitaria.

John Crites (1974), destaca en la historia del desarrollo de la --  
Orientación Vocacional tres épocas; las cuales señalan los aconte-  
cimientos más significativos:

La Primera Epoca, la llamada de "OBSERVACION", la que abarca de F.  
Pearson y sus precursores, hasta la Primera Guerra Mundial; cuando  
el conocimiento de los fenómenos de la conducta vocacional era en  
gran medida cualitativo.

La Segunda Epoca, es la "EMPIRICA", que comprende los años entre --  
las dos Guerras Mundiales; cuando se cuantifican las variables y se  
establecían las leyes empíricas.

La Tercera Epoca, la denomina "TEORICA", la cual caracteriza el in-  
terés de campo mediante la formulación y comprobación de hipótesis  
y que es la que rige actualmente, según Crites:

Señala que la Cuarta Epoca, que sería el siguiente paso en el desa-  
rrollo de la Orientación Vocacional, consistirá en la investigación,  
en el laboratorio y en el campo de acción al mismo tiempo.

Como se observa en los antecedentes de la Orientación en México, Es  
ta solo ha cubierto parte de su problemática, ya que si bien es - -  
cierto que la Orientación en las instituciones de la Educación Me-  
dia Superior están estructuradas en programas específicos, también  
lo es que su papel es de carácter remedial. Ya que la Orientación

debe de proporcionarse al joven desde el nivel primario, o más aún, desde el nivel pre-escolar, situación que a la fecha no ha sido cubierta; en México a lo más que se ha llegado es la Orientación a Nivel de Educación Media Básica, proporcionando poca ayuda, ya que el orientador de este sector ha perdido su objetivo real y ha caído en un represor institucional y controlador de la conducta.

LA ORIENTACION VOCACIONAL EN LA ESCUELA NACIONAL PREPARATORIA DE LA  
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO.

*El Servicio de Orientación al Ciclo Pre-Profesional tiene sus antecedentes más cercanos en el Departamento de Orientación de la Escuela Nacional Preparatoria, fundado en 1958 durante la gestión del -- Lic. POU S ORTIZ.*

*Este Departamento tenía como finalidades la de proporcionar a los - estudiantes, información sobre la estructura y funcionamiento de la ENP y de la UNAM, (elementos que la fecha se conservan), asegurando los con métodos de estudio y ayudarlos a la solución de sus problemas vocacionales.*

*La atención se realizaba de manera individual y colectiva, el orientador contaba con una hora fija semanal para el desarrollo del trabajo colectivo, en cuanto al trabajo individual, se tenían con el - - alumno una o varias entrevistas a criterio del orientador.*

*Posteriormente, se creó la Dirección General de Orientación y Servicios, que centralizó en una sola dependencia al Departamento de - - Orientación de la ENP, al Departamento de Psicopedagogía que estaba encargado de ofrecer asesoría a los estudiantes en la Ciudad Universitaria y a otras dependencias como la de acción social que manejaba la oficina de becas y la bolsa universitaria de trabajo.*

Esta Dirección General pretendía abordar el problema de la atención masiva a los alumnos, sustentándose en el marco de la Orientación - Integral. Es en 1973, que se crea la Dirección General de Orientación Vocacional como única dependencia encargada de la Orientación dentro de la Institución y cuyo objetivo general es el de "abocarse a la Orientación Escolar, Vocacional, Profesional y Ocupacional de los alumnos de Enseñanza Media y Superior de la UNAM, así como a su adaptación comunitaria e individual". Entendida como un servicio a los estudiantes, cuya función es eminentemente de carácter social.

Dentro de esta nueva organización permanece como parte primordial - de los Servicios a Estudiantes, la Oficina de Orientación en el Ciclo Pre-Profesional, cuyo objetivo es el de: "Impartir Orientación a los alumnos de los diferentes grados de Bachillerato, con el fin de auxiliarlos en la resolución satisfactoria de las demandas de - ajuste o adaptación que les plantea su situación de: A) Ser estudiantes que deben satisfacer determinados niveles de asimilación y creación académica; B) Ser individuos que deben tomar importantes decisiones de carácter vocacional y profesional".

Para cumplir con sus objetivos las actividades en las secciones de Preparatoria se agrupan dentro de dos áreas fundamentales: La Orientación Escolar y la Orientación Vocacional. (\*)

(\*) Datos obtenidos en las "Memorias de la Primera Reunión Universitaria de Orientación", por la Psic. Jiménez Bocanegra Irma. 1979.

Actualmente la Universidad Nacional Autónoma de México cuenta con la Dirección General de Orientación Vocacional, la cual pertenece a la Secretaría General de Rectoría y que da servicio a los nueve planteles de la Escuela Nacional Preparatoria, comisionando una sección en cada plantel para dicho servicio, que consta de Orientación Vocacional y Orientación Escolar; basándose en programas elaborados por la misma dirección e impartidos anualmente en las modalidades de:

**JORNADA:** Sistema intensivo con temática previamente definida, dirigida a estudiantes de un determinado grado académico, los cuales son atendidos en su respectivo grupo escolar durante una semana, en sesiones diarias de una a dos horas cada una; se programan en horas fijas cedidas por los maestros.

**MODULAR:** Sistema de unidades temáticas previamente definidas, se programan en diferentes fechas a lo largo del año escolar; intenta responder a la demanda del estudiante en el momento que éste siente la necesidad de alguno de los servicios independientemente de su grado escolar.

**GRUPO ACADÉMICO:** Sistema con temática previamente definida o convenida; dirigida a estudiantes de un determinado grupo académico, los cuales son atendidos en su respectivo grupo escolar en horas cedidas por los maestros.

**GRUPO ESPECIAL:** Sistema convenido entre el alumnado y el Orientador en cuanto a temática y extensión del horario. Intenta responder a necesidades comunes de estudiantes que puedan ser tratados de manera grupal y son programados de acuerdo a la demanda.

**ENTREVISTA INDIVIDUAL:** Forma de atención que se presta a solicitud directa del estudiante cuando éste requiere asesoría sobre situaciones particulares de diversa índole.

El Objetivo General de Orientación Vocacional es:

"Los alumnos efectuarán su elección de carrera, en base a un proceso sistemático de análisis de información laboral, educativa, personal y profesigráfica, sustentada en un modelo de toma de decisión".

El Objetivo General de Orientación Escolar es:

"Los alumnos analizarán la información que les facilite su incorporación, mantenimiento y funcionamiento en el bachillerato universitario".

Uno de los aspectos fundamentales que esta llamado a atender la -- Orientación Escolar, es sin duda el rendimiento académico de los es

tudiantes, y como desde su inicio lo plantea la Dirección General - de Orientación Vocacional, como una situación del estudiante que es: "ser estudiantes que deben satisfacer determinados niveles de asimilación y creación académica", lo que ha llevado a elaborar diferentes modelos y estrategias que intentan resolver en alguna medida -- los efectos negativos de un rendimiento académico, en los cuales -- los resultados obtenidos hasta la fecha no han sido de lo más óptimo.

## MARCO TEORICO.

Si bien es cierto que el ser humano es estudiado por varias disciplinas, a la que nos abocaremos es al estudio del mismo desde el -- punto de vista psicológico, ya que como disciplina "la psicología -- se caracteriza o define por estudiar la conducta en su más alto nivel de integración. Abarca toda la conducta, es decir, todas las -- áreas de su manifestación". (Bleger J., 1975).

Si la psicología estudia la conducta del hombre en general, consideramos todos los fenómenos psicológicos como derivados de determinadas relaciones e interacciones concretas del ser humano, como ser -- social y con las situaciones reales de su vida, la investigación -- que nosotros realizaremos será estudiando al adolescente no como -- una entidad aislada, sino con todo su Esquema Referencial; ya que -- éste da las pautas para cómo toma y cómo adquiere sus aprendizajes, derivándose de esto mismo, las eficientes o deficientes técnicas o hábitos de estudio.

Entendemos por Esquema Referencial: "El conjunto de experiencias, conocimientos y afectos con los que el individuo piensa y actúa". (Pichón Riviere E. en Allevato 'del L.C., 1978). Retomando esta definición, para nosotros es importante que el estudiante antes de recibir consejos o reglas para mejorar en sus estudios, debe conocer el origen de su esquema referencial y cómo está influyendo en sus -- técnicas y hábitos de estudio en el AQUÍ y AHORA.

Las etapas del desarrollo humano tienen características y problemas propios, no es el propósito de esta investigación definir dichas ca racterísticas, sino únicamente haremos mención de algunas de ellas, en la etapa del adolescente sustentándolas en algunos aspectos de la técnica de grupos operativos como la Relación Objetal en donde objeto es "todo lo que está frente a nosotros, lo que tenemos delan te de nosotros en los ojos internos, espirituales, o los ojos exter nos del órgano de los sentidos; lo que captamos, pensamos o recono- cemos, todo aquello a que podamos estar dirigidos, respecto de algo que esta enfrente, sea real o irreal, evidente o abstracto, claro u obscuro. (Jasper en Bleger, 1971).

El teorema de W.I. Thomas, en donde según Merton postula que "si el hombre define situaciones reales, ellas son reales en sus consecuen- cias". (Merton en Bleger J., 1971). Merton relaciona el teorema de Thomas con lo que él mismo llama la "predicción creadora", que con- siste en el hecho de que la predicción de un suceso actúa ya como - causa para originarlo, haremos también mención del Esquema Concep- tual Referencial como ya se definió, así como los mecanismos de de- fensa de la Teoría Psicoanalítica, pero como es abordado en la téc- nica de grupos operativos en donde todas las conductas defensivas - son conductas que operan sobre la disociación (divalencia) y tien- den a fijar o estabilizar una distancia óptima entre objeto bueno y malo, y en donde las conductas defensivas son las técnicas con las que opera la personalidad total, para mantener un equilibrio homeos- tático, y que logran un ajuste o una adaptación del organismo, pero

que no resuelven el problema y por ello, es que recibe el nombre de disociativa.

La utilización de esta técnica es porque se logra con el Grupo Operativo un modelo situacional distinto a lo que comúnmente se da en las técnicas y hábitos de estudio en donde es parcializado y desconectado lo vivido de lo pensado. Y, en un sentido amplio, el Grupo Operativo es "un conjunto de personas con una tarea común, pero lo específico de él es abordar dicha tarea operando como equipo y analizando los obstáculos latentes derivados de las distorsiones defensivas del aprendizaje". (De Lella Allevato C., 1978).

También en nuestra investigación mencionamos actividades o requisitos institucionales, como el evaluar los conocimientos adquiridos para lo cual tomaremos el "cómo presentar exámenes". (Brown W.F., - 1977), en donde se hace hincapié de los tipos de examen que existen y de los problemas que se presentan al enfrentarse a ellos, todos estos temas son considerados en nuestro trabajo, ya que son importantes en nuestra investigación.

Adolescencia "es el periodo de transición entre la infancia y la edad adulta: (Larousse, 1984), en donde la adolescencia por sí misma es una etapa crítica, ya que el sujeto ni deja de ser niño ni es considerado como adulto.

Estamos de acuerdo con la autora Ana Freud, en cuanto a que esta --

crisis en la adolescencia no son trastornos indeseables en el adolescente, pese a las problemáticas que provocan a los que se involucran en ellos, sino que son considerados como fenómenos necesarios de los ensayos y errores que entraña la búsqueda de un nuevo sentido en la propia personalidad y de su rol social. Es por esto que la búsqueda de una solución a la problemática del por qué el estudiante no aprovecha al máximo los conocimientos impartidos por las instituciones, nos hemos encontrado que la mayoría de las Técnicas de Estudio desarrolladas, no es retomado el adolescente con el bagaje total de su problemática.

(Brown W., 1977; Michel G., 1979; Staton T., 1979; Ittesm, 1978; -- etc.), abordan este problema dando consejos o enumerando pasos que el estudiante debe de seguir para lograr una mejor técnica o hábito de estudio y así conseguir el triunfo o mejorar su aprendizaje.

En esta investigación tampoco trataremos de resolver la problemática de crisis que esta viviendo el adolescente, sino que él mismo reflexione para hacer una transformación de sus pautas para aprovechar su situación escolar. "El adolescente es una persona en crisis y esta crisis continua es la mejor adaptación al medio que se quiere modificar y transformar (Bohoslaky R., 1974), y crisis tiene que ver con la idea de desestructuración y reestructuración de la personalidad, "el adolescente no está determinado pasivamente por la escuela ni por la familia ni por el trabajo" (Bohoslaky R., -- 1974), sino por el contrario, para el adolescente la escuela, la fa

milia y el trabajo son de vital importancia para el desarrollo de su personalidad.

No queremos dejar de mencionar la problemática institucional que -- existe en la enseñanza, que abarca desde el presupuesto destinado - para esto, hasta los trabajadores administrativos y docentes que en ella intervienen, así como autoridades institucionales y estatales involucrados en la educación. Tampoco es nuestro principal interés desarrollar un estudio que modifique una estructura institucional a nivel de estas personas, ya que ha sido tratado en repetidas ocasiones sin dar una solución eficaz, pero tampoco queremos apartarnos - de que esto interviene, interjuega y modifica como parte de su in-tegración social del adolescente en el aprendizaje, sino lo que pretendemos es contextualizar la conducta del individuo que opera en un -- grupo.

Queremos dar una visión que encare a cada sujeto como singular y peculiar, sin que esto sea un estudio de sujetos aislados sino por el contrario, el estudio individual que vincule a cada sujeto con su - propio Esquema Referencial al grupo que pertenece, con la finalidad de abordar una tarea específica, la de aprender operando como equi-po, para esto nos basamos en la definición de Grupos Operativos .  
"Es un conjunto de personas con un objetivo común, operando como - - equipo." En la enseñanza el grupo operativo, trabaja sobre un tópi-co de estudio dado, pero mientras lo desarrolla se adiestra en los distintos aspectos del factor humano. (Pichón, R.E. en Bleger J., -

1971).

No se puede dejar a un lado el papel que desempeña el docente en el binomio ENSEÑANZA-APRENDIZAJE, que hasta la fecha en la mayoría de los casos sigue siendo asimétrica, impositiva y omnipotente. Sin considerar al educador que es un integrante más de esta relación en un grupo con su propia problemática que interviene e interfiere en el aprendizaje y no se puede pretender organizar la enseñanza en -- grupos operativos sin que el personal docente entre en el mismo proceso dialéctico que los estudiantes, sin dinamizar y relativizar -- los roles y sin abrir ampliamente la posibilidad de una enseñanza y aprendizaje mutuo y recíproco. El cuerpo docente teme la ruptura - del status y el caos consiguiente; en este sentido es necesario analizar las ansiedades de quedar "desnudo" sin status; frente al estudiente, que aparece entonces con toda la magnitud de un objeto per-secutorio. (Bleger J., 1971).

De esta manera nos damos cuenta que en el binomio EDUCADOR-EDUCANDO, van implícitos ambos Esquemas Referenciales. "El ser humano está integramente incluido en todo aquello en lo que interviene, de tal manera que cuando existe una tarea sin resolver haya, al mismo tiempo, una tensión o un conflicto psicológico. El conocimiento que se alcanza de un objeto es, al mismo tiempo, no otra cosa que una conducta del ser humano. Cuando se opera sobre un objeto, no solo se está modificando el objeto sino que se está modificando el sujeto y a la inversa; y ambas cosas ocurren al mismo tiempo". (Bleger J., 1971).

Creemos que esta relación sería idónea en la enseñanza-aprendizaje, sin embargo de acuerdo a nuestras observaciones como orientadores en la Escuela Nacional Preparatoria de la UNAM, hemos observado que esta relación no se lleva a cabo, ya que se encuentra disociada la relación alumno-maestro; el alumno por su parte ve al maestro como un objeto satisfactor de sus problemas académicos sin reflexionar que dentro de su integridad él juega la parte más importante; por otro lado, el docente por su misma posición no se presta a ser condescendiente en esta relación para la obtención de los objetivos de aprendizaje y de la institución.

Otro de los propósitos de esta investigación será insertar al sujeto en su relación objetal en términos educativos; ya que lo importante es explicitar la tarea y lograr un vínculo óptimo, que enriquezca -- tanto a la personalidad del sujeto como la tarea misma, lo que contribuye a rectificar pautas estereotipadas y distorsionadas de conducta. Si lo anterior lo aplicamos al tema que nos ocupa tratando de insertar al alumno a que participe en su propio proceso de aprendizaje, -- teniendo como objetivo enseñarlo a pensar y actuar a través de la viencia de experiencias, en donde se revisarán factores que influyen e intervienen en su aprendizaje. No pretendemos habilitar y/o ins-trumentar al sujeto en sus técnicas y hábitos de estudio, sino co-trabajar y co-pensar con el grupo, concibiendo al estudiante como un universo sin disociación, que actúa conforme al Esquema Referencial Pro-pio.

En toda relación objetal surgen conflictos entre el sujeto y el objeto, estos conflictos en el caso de los estudiantes, pueden provocar dos tipos de obstáculos: Los Obstáculos Epistemológicos, o sean los que corresponden al objeto del conocimiento y los Epistemofílicos, - que son los obstáculos del sujeto que aprende. Nuestro objetivo es centrarnos en los obstáculos de carácter Epistemofílicos, específicamente en los relacionados con el rendimiento académico.

Entendemos como relación objetal el interjuego que se establece entre el sujeto y los objetos a partir del Esquema Referencial del sujeto, estableciéndose entre ambos un vínculo que defina el tipo de estructura de relación.

## INTRODUCCION DEL PROGRAMA.

Este programa pretende dar otro enfoque al manejo de las llamadas **TECNICAS Y HABITOS DE ESTUDIO**, no dándolo como recetario, sino propiciando la reflexión en los estudiantes a través del análisis de los diferentes aspectos que creemos que influyen en el aprendizaje, por tal motivo el nombre que lleva es "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE".

Los aspectos técnicos que lo sustentan surgieron a partir de una revisión exhaustiva de los diferentes materiales que sobre el tema -- existen y en la búsqueda de algunas alternativas que permitieran introducir en los programas de Orientación Escolar, una mayor cantidad de elementos de reflexión por parte de los alumnos.

En términos generales, se podría decir que los programas que se proponen asesorar a los estudiantes en las técnicas que utilizan para estudiar, pueden ser de carácter motivacional o instrumental según pongan el énfasis en la relevancia de las actitudes frente al estudio, o en el manejo de las técnicas de estudio.

Después de conocer alguno de los programas que se están aplicando - en instituciones de nivel medio superior y superior, así como el revisar bibliografía, llegamos a la conclusión de diseñar un programa en donde se facilitara al estudiante la identificación de alguno de los elementos que interfieren en su aprendizaje, haciendo hincapié no tanto en los obstáculos que presenta el material por aprenderse

(Obstáculos Epistemológicos), sino en los obstáculos que se le difi-  
cultan al sujeto aprenderlos (Obstáculos Epistemofílicos).

**OBJETIVO:**

*Al termino del programa los alumnos consideraran la importancia de algunos elementos que les permitan establecer cambios significativos para mejorar su aprendizaje.*

"PRESENTACION DEL GRUPO Y MANIFESTACION DE EXPECTATIVAS"

DURACION: 50 min.

1.- TECNICA:

*Dinámica de grupo: presentación. Expositiva. Discusión dirigida.*

2.- PROCEDIMIENTO:

2.1. *El coordinador dará una explicación acerca del objetivo general del curso y el por qué de su presencia; posteriormente les pedirá que formen un círculo para iniciar las actividades.*

2.2. *El coordinador iniciará el trabajo con su presentación e invitará a cada uno de los alumnos a que hagan lo mismo en forma voluntaria; aclarando que deben ser incluidas sus expectativas.*

2.3. *En caso de que los alumnos no expresen claramente sus expectativas se harán las siguientes preguntas:*

*¿Por qué asistieron al curso?*

*¿Qué esperan del curso?*

*¿Qué materias se les dificultan?*

*¿Qué promedio obtuvieron en la secundaria?*

2.4. Sería conveniente que en este momento se hiciera referencia sobre la situación escolar del alumno en la actualidad, procurando dar confianza para que los alumnos se expresen con libertad.

2.5. El coordinador explicará que:

- "La relación conductual se da siempre por dos elementos:

SUJETO ----- OBJETO

en la cual el estudiante estará en la posición del sujeto y en el objeto estarán depositados todos aquellos elementos con los cuales se relacionan: libros, maestro, materias, exámenes, escuela, familia, etc.

2.6. Ahora vamos a explicar las características que tienen los objetos:

Concreto (lo que existe, lo que es)

Virtual (lo que significa para el sujeto)

Positivo (lo que es bueno para uno)

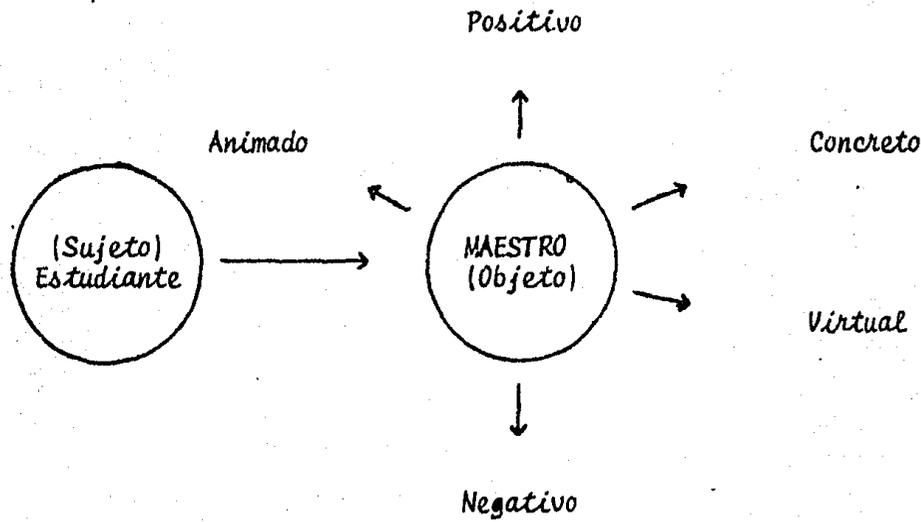
Negativo (lo que es malo para uno)

Animado (lo que tiene vida: hombres, animales)

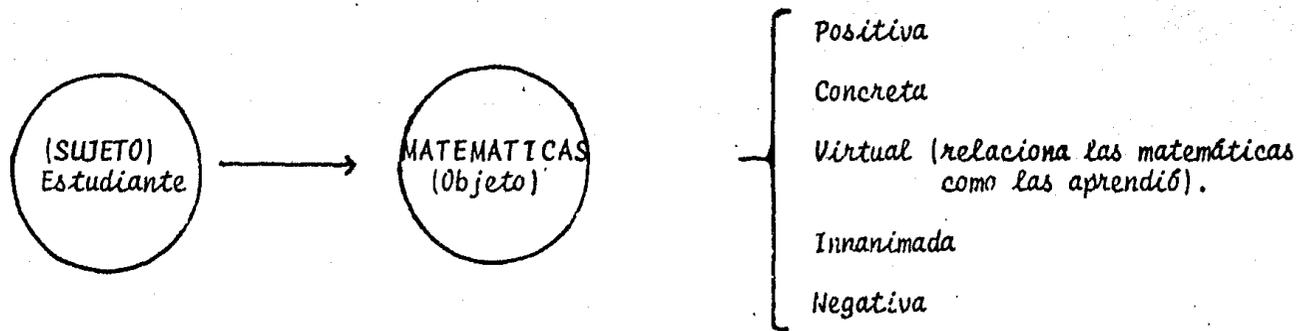
Inanimado (libros, exámenes, materias).

2.7. Posteriormente, el coordinador recomendará algunas de las respuestas citadas por los alumnos y los confrontará con la explicación de la "Relación Objetal".

2.8. Ahora bien, un mismo objeto puede presentar varias características, por ejemplo:



2.9. Vamos a ver ahora un ejemplo con la materia de Matemáticas:



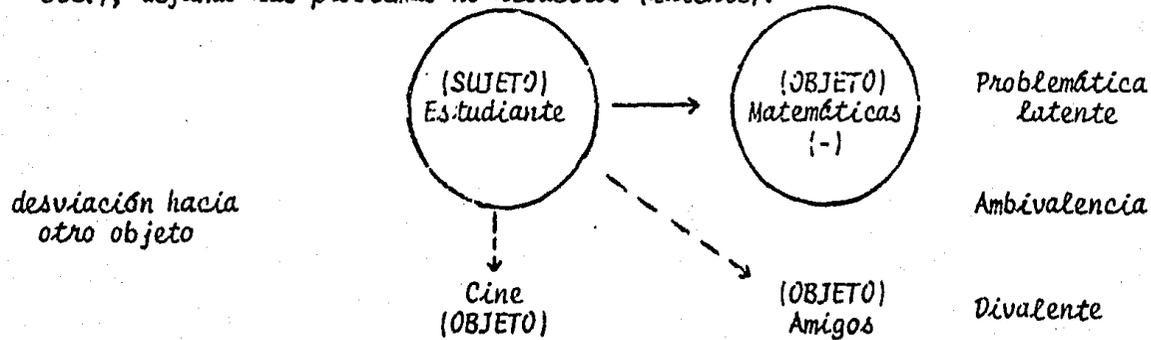
2.10. La materia de Matemáticas es concreta porque existe y está dentro del plan de estudios, pero también es virtual porque la asocias con tu experiencia previa, ésta

puede ser positiva o negativa.

- Positiva porque tuviste "buenos maestros", pasaste la materia, no tuviste dificultades con ella; y si te gusta es porque aprendiste en un momento de tu vida que es "bonita".
- Negativa si has tenido maestros que "no te han explicado" la materia bien, te han dicho que es difícil y así lo has aprendido, y por lo tanto, te enfrentas a ella con resistencia.
- También Matemáticas es un objeto inanimado porque no tiene vida propia.

2.11. Ahora bien, en el caso de que fuera Negativo Matemáticas para ti:

- No aceptas al objeto total con todas sus características (ambivalente), aceptarás al objeto dividiéndolo negativamente para ti, dispersándote con otras actividades, es decir, te relacionas (evades) con otros objetos (cine, amigos, T.V., etc.), dejando tus problemas no resueltos (latente).



- 2.12. Un ejemplo sería que si tienen mañana un examen de Matemáticas, no estudias argumentando que tuviste muchas actividades que hacer, que te sentiste indispuesto, - cansado y que tenías el compromiso de ir al cine con un amigo, etc. (DIVALENCIA).
- 2.13. En este caso, reprobárs Matemáticas y tu problema seguirá existiendo y tratarás de dar excusas que sean socialmente aceptadas para no sentirte mal contigo mismo y evadirás tu responsabilidad siempre y cuando no aceptes a las Matemáticas como tu objeto total. (AMBIVALENCIA).
- 2.14. Se dieron cuenta ya de lo que es una relación objetal y a qué se debe, porque tie nen problemas con algunas materias, resistencia a asistir a algunas clases; tradu ciéndose esto en reprobación y bajas calificaciones.
- 2.15. Se dará tiempo necesario para que los alumnos expresen sus ideas.
- 2.16. Concretamente en esta sesión aprendimos cómo nos relacionamos con los diferentes objetos. Muchas veces ustedes mencionan que reprueban porque el maestro "no llega a tiempo", que no explica bien, que no sabe enseñar, y esto puede ser una realidad, sin embargo, ustedes tienen el compromiso de terminar el Bachillerato, por lo tanto se tienen que relacionar con la materia y no con el maestro y es ahí don de deben tener su compromiso y su actitud positiva hacia el estudio.
- 2.17. En este programa vamos a ver temas relacionados con la motivación y el aprendizaje, presentación de exámenes y aprendizaje y relaciones interpersonales.

2.18. Debemos estar muy claros en que no se trata de darte recetas de cocina, vamos a tratar de analizar entre todos, las interferencias que se presentan en el aprendizaje y dar soluciones posibles personales o grupales.

3.- MATERIALES:

Ninguno,

4.- ACTIVIDADES PARA EL COORDINADOR:

- Preparar su exposición con el material de apoyo (Bleger).
- Tratará de aprenderse los nombres de los integrantes para establecer mejor Rapport, empatía y comunicación con el grupo.

"MOTIVACION Y APRENDIZAJE"

DURACION: 50 min.

1.- TECNICA:

Interrogatorio dirigido, expositiva.

2.- PROCEDIMIENTO:

2.1. El coordinador relacionará lo visto en la sesión anterior, con el tema de motivación y aprendizaje; realizará una breve síntesis de la sesión I.

2.2. El coordinador pide a los alumnos que expliquen qué entienden por motivación, una vez emitidos los conceptos, el coordinador retomará lo expresado por los alumnos y lo complementará de la siguiente manera:

- Motivación es el interjuego de factores internos y externos que nos mueven a actuar.
- Factor interno, está compuesto por las diversas necesidades del organismo.
- Factor externo, lo constituyen determinadas condiciones o determinados objetos que operan como estímulos.

Ejemplo de factor interno: la sed.

Ejemplo de factor externo: la vista del líquido.

Ejemplo de estímulo interno: adquisición de conocimientos.

Ejemplo de estímulo externo: reconocimiento social o académico.

(terminar bachillerato).

- La motivación interna es desencadenada por el esquema referencial de cada individuo; entendiendo por esquema referencial, el conjunto de experiencias, conocimientos y afectos con los que el individuo piensa y actúa, y tiene implícitos esquemas o estructuras rígidas o estereotipadas, las cuales impiden el aprendizaje.

2.3. Después de esto, el coordinador preguntará a los alumnos qué entienden por aprendizaje, y después de la intervención de los alumnos retomará los conceptos expresados por ellos, y dará la definición de aprendizaje.

APRENDIZAJE:

"Cambios de la conducta relativamente permanentes".

"Alguna forma de cambio interno".

"Proceso de adaptación mediante el cual el organismo logra nuevos modos de conducirse, a fin de ajustarse más apropiadamente a las demandas de la vida". (Anderson Gates).

2.4. A continuación el coordinador relacionará la motivación con el aprendizaje, diciendo:

"Cuando en la motivación el estímulo es más satisfactorio a los intereses de cada

alumno, hay una mejor disposición para el aprendizaje; por el contrario, si el estímulo es frustrante o negativo, obstaculiza el aprendizaje o no se da éste".

"Para que se tenga un aprendizaje significativo, y/o para eliminar algunas interferencias que se encuentran en tu aprendizaje, podemos analizar varios factores que intervienen":

- Resistencia al cambio. Es todo aprendizaje cuya finalidad consiste en un cambio de pautas de conducta. Este genera diversos temores que a continuación se indican:
  - a) Miedo al ataque, cuando se enfrenta una nueva situación u objeto de conocimiento, sin una instrumentación pertinente, éste se percibe como peligrosa dada la dificultad para enfrentarla adecuadamente.
  - b) Miedo a la pérdida, es la inseguridad que se siente cuando se deben abandonar los instrumentos o conocimientos adquiridos, pero que ya no sirven para el campo actual.
- Rigidez en el aprendizaje. Funciona como control rígido que actúa como defensa de la ansiedad y bloquea el proceso del aprendizaje.
- Disociación entre sujeto y objeto. En nombre de pretendidas objetividades, se excluyen los factores subjetivos que se dan en el proceso del aprendizaje.
- Disociación entre la teoría y la práctica. Es la diferenciación que se da entre lo que se piensa y lo que se hace.

- *Iniciación en experiencias de aprendizajes significativos. Son los cambios que se operan con las rupturas mencionadas, para que sean pensadas, reflexionadas y sistematizadas teóricamente, a partir de la experiencia vivida en la práctica grupal.*

3.- MATERIALES:

*Ninguno.*

4.- ACTIVIDADES PARA EL COORDINADOR:

- *Preparar su exposición con el material de apoyo de Bleger y De Lella Allevato Cayetano.*

"PERSONALIDAD Y APRENDIZAJE"

DURACION: 50 min.

1.- TECNICA:

Expositiva.

Lluvia de ideas.

Discusión dirigida.

2.- PROCEDIMIENTO:

2.1. El coordinador referirá algunos puntos importantes que se han trabajado en las sesiones anteriores para iniciar su trabajo con la explicación de lo siguiente:

2.2. Analizaremos en esta sesión las características de la personalidad que influyen positiva o negativamente en el aprendizaje y cómo las pautas adquiridas y estereotipias influyen en nuestra actuación en el aquí y en el ahora.

2.3. El coordinador comenzará explicando que:

La mayoría de los autores mencionan que la personalidad se estructura de pautas adquiridas a partir de los primeros años de edad, introyectando de su familia y sociedad, lo que se le proporciona como moral e inmoral o como bueno o malo, y en donde su carácter y temperamento interactúan para poder estructurar su propia personalidad.

2.4. Continuará diciendo que:

"La influencia de estas primeras pautas en el desarrollo de la personalidad deja huellas necesarias que se actúan inconscientemente y que de alguna manera influyen en el proceso de aprendizaje, en donde, existe una asociación de estas huellas infantiles que ponen en juego nuestros propios intereses, que no los vemos como propios sino creados, y en esa medida no avanzamos en nuestra formación a partir de que no los hacemos nuestros.

2.5. Después de la explicación del coordinador, acerca de la formación de la personalidad y haciendo notar lo desagradable o agradable de lo que aprendieron y por qué les crearon obstáculos, les pedirá que digan cuáles conductas son las que los caracterizan, es decir, aquellas que son repetitivas en ellos, por ejemplo, que -- siempre al levantarse lo hacen de mal humor, etc. Ahora expresen todas las características que creen tener (lluvia de ideas).

2.6. El coordinador anotará en el pizarrón las características y tratará de explicar a partir de dos o tres ejemplos lo recompensante o lo frustrante de éstas, haciendo la relación de las mismas con la obtención de nuevos conocimientos, (aprendizaje), y lo conveniente de modificar lo que interfiriera negativamente con su proceso de aprendizaje.

Referirá: Las bases hereditarias, favorecen o dificultan en su caso, la adquisi-

ción de habilidades específicas. En la práctica, sin embargo, las influencias provenientes del medio pueden tener mucha más importancia. Así podemos dar por sentado que dos personas se diferenciarán, en lo tocante a sus habilidades, sobre todo, si se les ha enseñado y guiado de distinto modo y también, si ha sido diversa la manera como se han vigilado y corregido sus aprendizajes.

2.7. El coordinador dará algunos ejemplos de la importancia que tiene la memoria en relación con el aprendizaje. (Escogerá de los siguientes ejemplos el y/o los necesarios según el tiempo de que disponga).

- 1.- Se ha investigado que la retención aumenta, si después de un tiempo de estudio, la persona duerme o descansa.
- 2.- Los espacios de tiempo que se dedican al estudio sin descanso, no deben de ser muy prolongados, pues de lo contrario el cansancio es muy grande y la intensidad del aprendizaje disminuye.
- 3.- H.D. Mittag (1955), investigó qué papel desempeña en la retención la actitud del que aprende, y observó que depende de factores situacionales del sujeto, demostrando que la retención no es de manera alguna una función elemental de la memoria que pudiera considerarse aisladamente.
- 4.- La retención depende de la actitud del que aprende: "lo que se hace con gusto sale bien", con esto nos estamos refiriendo a las actitudes centrales de la personalidad.

- 5.- Requisitos muy importantes para el éxito en el aprendizaje son la atención -- concentrada en el estudio y una disposición emocional favorable, para lo cual, es importante crear una atmósfera de "alegría" en el aprendizaje, tanto en la escuela como en la casa.
- 6.- La aversión al estudio y el miedo a la escuela, son fenómenos funestos y en quienes se presenta, disminuye la capacidad de rendimiento, en la medida en que crecen la repugnancia al estudio y la angustia al fracaso.
- 2.8. El coordinador mencionará que las condiciones internas y externas, dificultan el aprendizaje. En cuanto a las primeras podemos mencionar que la manera en cómo se enfoca la materia objeto de estudio, su actitud frente al maestro, su disposición frente al aprendizaje, la confianza que tiene de sí mismo y otras de naturaleza subjetiva. En cuanto a la segunda, podemos mencionar, las relaciones desfavorables en el hogar, impiden organizar y cumplir las tareas encomendadas, así como las exigencias excesivas por parte de la familia, etc., pueden ser la causa de un rendimiento poco satisfactorio.

"PRESENTACION DE EXAMENES"

DURACION: 50 min.

1.- TECNICA:

Expositiva, ejercicios dinámicos estructurados.

2.- PROCEDIMIENTOS:

2.1. El coordinador hará una introducción, acerca del por qué de la presentación de exámenes, qué tipo de exámenes existen y expresará los siguientes puntos:

- a) La forma de "aprenderse" los conocimientos durante la secundaria fue a base de "memorización", "repetición" y por consecuencia el olvido surgía casi de inmediato.
- b) Preparabas tus exámenes mensualmente y esto te obligaba a utilizar tus conocimientos sólo en el momento del examen para después olvidarlos y así sucesivamente.
- c) Ahora que ya estas en preparatoria, el grado de complejidad de los conocimientos aumenta y éstos no deberían ser tan fácilmente olvidados, ya que forman parte de un proceso de formación pre-profesional (propedéutico), por lo tanto el sistema o método de aprendizaje debe ser a base de comprensión y análisis del material.

- d) Esto te llevará a que durante todo el año puedas ir procesando paulatinamente la información, de modo tal que al finalizar el año no tendrás que preparar todo el material, sino que éste ya habrá sido acumulado día a día.
- e) Te enfrentarás a diferentes tipos de exámenes, ya que no hay una uniformidad en su elaboración y cada maestro puede utilizar el que este más de acuerdo a la materia o a su criterio.

Estos pueden ser:

1.- Objetivo

2.- De ensayo

3.- De problemas.

1.- El examen objetivo es en el que hay una sola respuesta, puede ser falso o verdadero, opción múltiple, relación de columnas, jerarquización, etc.

2.- El de ensayo es en el cual la respuesta está dada por una palabra o más, un número o más, o sea, las preguntas son abiertas.

3.- Los exámenes tipo problema se realizan usando fórmulas o aplicando reglas y se sigue un proceso, paso a paso, (matemáticas, física, química, etc.).

- f) Recuerda que los exámenes no los puedes evitar, forman parte de tu evaluación y tienes que presentarlos de la mejor manera. No olvides lo que vimos

acerca de la relación objetiva, por lo tanto, el presentar exámenes, no es algo frustrante sino que es una realidad y la tienes que aceptar como tal.

2.2. Vamos ahora a hacer un ejercicio para tratar de clarificar lo anterior, pongan atención, pues todos van a participar.

1.- En los ejemplos siguientes, enunciaremos las presiones a las que están sometidos cuando presentan un examen objetivo.

**INSTRUCCIONES:**

- a) "No escribirán nada"
- b) "Sólo darán una respuesta"
- c) "La respuesta será verbal"

- A continuación escucharán lo que les voy a comentar:

Hace unos días fui al mercado y compré un jarrón que me costó \$ 600.00 pero al llegar a mi casa me encontré con un amigo, y pidió que se lo vendiera, entonces se lo vendía en \$ 700.00; después me arrepentí y fui a ver a mi amigo, sólo que me lo vendió en \$ 800.00. Pasa un poco de tiempo y finalmente me convenció para que se lo volviera a vender y esta vez le cobre \$ 900.00.

- La pregunta es: ¿gané, perdí o quede a mano?
- La respuesta correcta es que gané \$ 200.00
- El coordinador pide a los alumnos que expresen su respuesta.

- Una vez que expresen su opinión, el orientador les dirá:

"Todos llegamos a una respuesta, por diferentes procesos y éstos son dados por--  
que creemos que esto es válido para nosotros, después veremos por qué ocurre esto.

2.3. Los de ensayo también someten a diferentes presiones:

a) "Escriban en una hoja"

b) "No voy a repetir la pregunta"

c) "A los 10 segundos digo la otra inmediatamente"

d) "No respondo ni aclaro preguntas".

- El orientador elegirá de las siguientes preguntas, las que considere convenientes:

- Me acuesto a las 8 y pongo el despertador tradicional para levantarme a las 9 de la mañana. ¿Cuántas horas de sueño podré tener en esa forma?

(R. Una hora de sueño).

- Si un médico les da tres píldoras y les indica que tomen una cada media hora. ¿Cuánto tiempo les durarán?

(R. Una hora).

- Algunos meses tienen treinta días, otros treinta y uno. ¿Cuántos meses tienen 28 días?

(R. Todos).

- La Independencia de México respecto a BÉlice se celebra el 15 de septiembre.

¿Tienen también un 15 de septiembre en BÉlice?

(R. Sí. También tienen un 13 y 16 de septiembre).

- Si tuvieran solamente un cerillo y entraran a una habitación oscura en la que hubiera una lámpara de aceite, un calentador de petróleo y cierta cantidad de leña menuda. ¿Qué encenderían primero?

(R. Lo primero que encienden es el cerillo).

- Un hombre construye una casa de cuatro lados, resulta una estructura rectangular en la que todos los lados dan al sur. Se acerca un gran oso. ¿De qué color es el oso?

(R. Blanco, porque sólo hay osos blancos en el polo norte).

- Un campesino tenía 17 ovejas y todas menos 9 se ahogaron en una inundación.

¿Cuántas le quedan?

(R. Quedan 9 ovejas).

- Dividan treinta entre  $1/2$  y agréguenle 10. ¿Cuál es el resultado?

(R.  $30 \text{ entre } 0.5 = 60 + 10 = 70$ ).

- Tomen dos manzanas de tres. ¿Qué tendrán?

(R. Tienen dos manzanas).

- ¿Cuántos animales de cada especie llevó Moisés en su Arca?

(R. Fue Noé, no Moisés).

- 2.4. El coordinador pedirá que expresen todas las respuestas posibles a los problemas planteados y serán anotadas en el pizarrón; posteriormente dará las respuestas - correctas, con sus respectivas explicaciones.
- 2.5. Concluirá diciendo que cada uno tiene diferentes habilidades y formas de procesar la información, pero muchas veces es equivocada. Vamos a explicar por qué: (teorema de Thomas).
- Cuando un individuo cree algo verdadero la consecuencia será verdadera a lo que él cree verdadero; cuando en realidad lo que él creía verdadero es falso; esto muchas veces es porque así nos lo han hecho creer, socialmente es practicado y uno lo va asimilando en el curso de su vida.
  - "Si temblara en este momento, qué pasaría? Las mujeres gritarían, se desorganizarían; llorarían y los hombres no; esto es porque así se ha educado socialmente. Esto lo vemos inclusive hasta en el rol sexual, por lo tanto las mujeres deben comportarse en una forma determinada y los hombres en otras; es decir, esto es lo que creemos verdadero y es como actuamos".
  - Por lo anterior, nuestra capacidad de escuchar y entender es porque creemos tener una habilidad y nos hace caer en errores, por lo tanto no hemos logrado desarrollar bien nuestra habilidad y no discriminamos ni analizamos bien lo que se nos da.

- 2.6. Los exámenes de problemas no los trataremos ampliamente, ya que no hay dificultad para entenderlos, pues para dar la respuesta se debe seguir un proceso, paso a paso y desarrollar determinada fórmula, etc. Esto muchas veces es consecuencia del procedimiento marcado por el maestro.
- 2.7. Podemos concluir haciendo referencia a los siguientes puntos:
- Llegar a tiempo a un examen favorece, ya que evita mostrarse angustiado.
  - Tomen su tiempo necesario para contestar el examen, a nadie se le aumenta la calificación si lo entregan primero. Si lo hacen rápido es probable que pasen por alto algo importante o crean que están contestando correctamente.
  - Analicen bien las palabras claves del examen, ya que muchas veces se pueden confundir, sobre todo cuando aparecen palabras como: ejemplificar, identificar, enunciar, relacionar, simplificar, comparar, jerarquizar, etc.
  - No olviden que no siempre los exámenes reflejan lo que el alumno sabe, sino que el rendimiento mayor o menor depende de la confianza en sí mismo y su estabilidad emocional.

Nota: Dado que es muy extenso el tema y el material de esta sesión, se recomienda utilizar el número de ejemplos que el orientador crea adecuados, tomando en cuenta las características del grupo y el tiempo disponible.

4.- MATERIALES:

Ninguno.

5.- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:

Preparar su exposición: lectura del cuadernillo 7 de Brown y leer los ejemplos del material de Clauss.

RELACIONES INTERPERSONALES

DURACION: 50 min.

1.- TECNICA:

*Expositiva.*

*Discusión dirigida*

2.- PROCEDIMIENTO:

- 2.1. El coordinador hara una crónica sobre lo visto anteriormente en este programa. En el transcurso de este programa hemos visto: la relación objetal, motivación, memoria, aprendizaje, cómo presentar exámenes y personalidad, lo que trataremos en esta sesión será ver algunas conductas defensivas que impiden el proceso del aprendizaje y que bloquean las relaciones interpersonales.
- 2.2. El coordinador cuestionará al grupo sobre lo que entienden por relaciones interpersonales y escuchará al mismo que espontáneamente se expresen. Si los alumnos no lo hacen, él pedirá al azar indicando que den su opinión.
- 2.3. Después de escuchar algunas definiciones, el coordinador concluirá dando la definición o completando la de los alumnos: "Las relaciones interpersonales son el juego de factores internos y externos de un sujeto con otro y otros sujetos".

- La forma en que nos relacionamos con los demás es la base de los resultados positivos o negativos de cualquier tarea que nos propongamos.
- Para entender mejor las relaciones interpersonales trataremos de definir algunas conductas defensivas que emitimos, y que son: "Las técnicas con las que opera la personalidad total para mantener un equilibrio eliminando fuentes de inseguridad, ansiedad, peligro y tensión".
- Son técnicas que logran un ajuste o una adaptación del organismo pero que no resuelve el conflicto porque éste sigue ahí (latente), es decir, no se acepta el objeto como tal y por lo tanto, no se resuelve el problema.

2.4. El coordinador continuará:

- La conducta defensiva es una disociación del objeto (hacer una referencia a la primera sesión, relación objetal). Relacionándolos con los mecanismos de defensa y cuestionando a los alumnos si queda claro.

2.5. Continuará diciendo que los mecanismos de defensa que usamos más comúnmente son:

- Proyección.
- Desplazamiento.
- Regresión.
- Fantasía.
- Racionalización.

Se les pide a los alumnos que expresen qué entienden en cada uno de ellos.

2.6. El coordinador procederá a explicar cada uno de ellos, pidiendo además, a los alumnos, den ejemplos al respecto, para que de esta forma el grupo participe activamente.

- a) *Proyección.*- El hecho de atribuir a otro objeto características, cualidades e intensiones que el objeto desconoce de sí mismo. Ejemplo: tienes alguna fricción con algún compañero y argumentas "es que no entiendo al maestro, es muy enojón, no explica bien, etc."
- b) *Desplazamiento.*- Desplazar el conflicto hacia otro objeto diferente. Ejemplos: tener un examen y el estudiante reprueba esa materia, lo que le da -- mucho coraje y en lugar de discutir con el maestro le reclama a un compañero. "Me cae muy mal X persona, pero en lugar de decirselo a él, lo atribuyo (desplazo), a otra persona (objeto). Es decir, desplazar es que en lugar de solventar sus conflictos con el sujeto que le está provocando el problema, lo deposita o lo descarga a otro objeto.
- c) *Regresión.*- Es volver a las formas anteriores y menos adecuadas, es decir, pautas infantiles. Ejemplo: llanto, enojo, mal humor, chantaje, etc. Si -- una chica no entiende una clase de cálculo, se pone a llorar en lugar de -- afrontar el problema responsablemente, como sería el estudiar o buscar soluciones, con algún compañero que le ayude, estudiar en la biblioteca, etc.

d) *Fantasia.*- Soñar despierto para no encararse con la realidad. Ejemplo: tengo una dificultad con un compañero, discuto y no me salen palabras para aclarar o responder a la discusión; después alguien me comenta sobre mi discusión y le di go: "Si pobre, le fué muy mal, me lo puse como campeón".

Otro ejemplo: Voy a pasar todos mis exámenes este año.

- Voy a decirle al maestro de historia, que no se entiende su clase; que explique mejor.

- Jugar a la lotería y hacer planes con el dinero (sin haber ganado todavía).

e) *Racionalización.* Dar un giro intelectual o lógico (a nuestras limitaciones); aceptada por los demás y por uno mismo, a la situación que nos causa conflicto.

Ejemplo: llegué tarde a clase porque... el camión no pasaba; habla un embotellamiento; se descompuso el camión (cuando en realidad el que no salió a tiempo de su casa, fué el propio estudiante).

2.7. Al finalizar el coordinador, concluirá con lo que hemos visto; ahora ustedes pueden darse cuenta de que sus problemas de aprendizaje y con sus compañeros, amigos, vecinos, familiares, etc., no son gratuitos y nada más porque sí, sino que en gran parte, nosotros mismos y sin querer hacerlo (la mayoría de las veces) contribuimos a fomentarlos.

Lo que es importante considerar es que si somos capaces de darnos cuenta de qué -

sucede y en qué momento, es decir, lo concientizamos; nuestro aprendizaje y nuestras relaciones interpersonales podrían mejorar notablemente.

Traten de entender sus motivos y ajustar sus metas; tener una actitud positiva hacia ustedes y hacia los demás; y, seguramente, mejorarán en sus estudios y en su vida en general.

Nota: Recomendar que se vuelvan a citar los alumnos en un mes para ver cómo han aplicado lo aprendido.

GUIÓN DE APOYO PARA EL PROGRAMA "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE".

De Lella Allevato, Cayetano A.  
"La Técnica de grupos operativos en la formación del personal docente universitario". Perfiles -- Educativos No. 2. CISE, UNAM. Oct., Nov., Dic., 1978.

A).- PROPOSITO:

Con la aplicación de la técnica de grupo operativo se pretende:

- 1.- El descubrimiento y superación de ciertas perturbaciones del aprendizaje a través de la ruptura de:
  - a) Estereotipos del aprendizaje que funcionaron como controles rígidos, haciendo las veces de defensas de la ansiedad y bloqueen el aprendizaje.
  - b) Disociaciones entre sujeto y objeto, que en nombre de la pretendida objetividad tratan de eliminar los factores subjetivos del individuo.
  - c) Disociaciones entre teoría y práctica; de entre lo que se piensa y lo que se actúa.
- 2.- Iniciación en experiencias de aprendizaje significativas: los cambios que se operen con las rupturas mencionadas sean pensadas, reflexionadas u sistematizadas teóricamente, a partir de la experiencia vivida en la práctica grupal.

3.- *Iniciación al trabajo grupal:*

*A partir de la tarea fijada ir puntualizando nociones generales sobre la dinámica de los propósitos grupales.*

4.- *Introducción al estudio de la psicología de la personalidad: a partir de problemas concretos vividos por los participantes, a fin de esclarecer y estimular su participación en su grupo de clases.*

B).- FUNDAMENTO TEORICO:

1.- *Cambio y resistencia al cambio.*

*Dado que todo aprendizaje consiste en un cambio de pautas de conducta, el supuesto teórico es que todo cambio genera temores. De los cuales, distinguieron dos:*

- Miedo al ataque: cuando se enfrenta una situación u objeto de conocimiento nuevo sin la instrumentación necesaria, se percibe como peligroso dada la dificultad para abordarlo adecuadamente.*
- Miedo a la pérdida: ligado a la inseguridad que se siente cuando se deben abandonar los instrumentos o conocimientos previamente adquiridos, pero que ya no sirven para el campo actual.*

*Las resistencias al cambio son defensas psicológicas hacia estos miedos o ansiedades; cuyas formas de expresión pueden ser la existencia de subgrupos; la defensa regida de*

ciertos elementos del esquema lleva hacia la omnipotencia de que ya se sabe todo; y su presencia exagerada crea confusión.

2.- El esquema referencial.

Por este se entiende al conjunto de experiencias, conocimientos y efectos con los que el individuo piensa y actúa. Tiene por tanto, aspectos conscientes e inconscientes. Existen esquemas rígidos, estereotipados como defensa a la ansiedad. La tarea del coordinador es favorecer la puesta en juego de dichos esquemas, promoviendo su dinamización para que los participantes aprendan a revisar constantemente sus esquemas referenciales de la nueva información.

3.- Estereotipas.

Son conductas fijas con que los sujetos enfrentan la tarea, haciendo caso omiso de la -- originalidad de la nueva situación. Y se trata de generar una práctica de investigación y producción.

4.- Disociación teórica-práctica.

Son modelos teoricistas separados de la práctica o modelos empiristas no integrados a la teoría. Psicológicamente esta disociación protege contra ansiedades ligadas al temor de pensar y/o a la confrontación con la realidad y/o que se pretende con el grupo operativo es integrar la práctica con lo que se piensa y pensar con lo que se hace.

5.- Disociación sujeto-objeto.

Se refiere al aprendizaje no estructurado como si el conocimiento fuera independiente - del sujeto. En grupo operativo se postula que una tarea es eficiente cuando se incorpora sistemáticamente a la misma, el sujeto. Se logra mayor objetividad tomando en cuenta al individuo que conoce; tomar la realidad tal como se da.

6.- Aprendizajes significativos.

Estos implican la ruptura de estereotipos y disociaciones. Con lo cual se permite al sujeto aprender y transformar al objeto y modificándose a sí mismo en este acto. De tal forma, que el aprendizaje significativo está ligado a la posibilidad de asumir nuevos roles y de realizar una adaptación activa a la realidad.

Si un objetivo del grupo operativo es aprender y pensar, esto es posible en la medida en que se integra lo afectivo con lo intelectual.

7.- Pre-teoría, teoría y proyecto.

Pre-teoría: coincide con los comienzos del trabajo grupal, y se caracteriza por la presencia del como si aprendiera.

Teoría: implica el abordaje y elaboración de los medios básicos; la ruptura de las disociaciones y la vinculación de los temas de aprendizaje con la conducta grupal. Es la finalidad y objetivo del grupo. Los temas explícitos enfocan la atención del grupo: pero la incorporación del factor humano hace que los procesos grupales y del aprendizaje se -

*integren con el tratamiento de los temas.*

Proyecto: *surge cuando se ha logrado el sentimiento de pertenencia y se plantean objetivos que van más allá del aquí y ahora.*

8.- *Adjudicación y asunción de roles.*

*En los inicios del grupo los roles tienden a ser fijos y estereotipados, a medida que se entra en la tarea y se produce la integración de la conducta los roles se hacen funcionales e intercambiables.*

*Un rol adjudicado es un rol necesitado por el grupo que puede o no ser asumido. Una tarea del coordinador es identificar los roles que le son adjudicados para devolverlos al grupo.*

*El grupo está en teoría cuando los roles y liderazgos están y se hacen funcionales a dicha tarea.*

*En teoría del grupo operativo es importante el concepto de emergente grupal, que es el portavoz de las ansiedades del grupo. Es emergente toda conducta individual o grupal -- que representa al grupo y que se relaciona con la teoría.*

9.- *Contenidos laterales.*

*Son los significados de la conducta que obstaculizan la tarea y no son inmediatamente conscientes al grupo. La intervención del coordinador debe remover los obstáculos para la realización de la tarea y promover las condiciones que lo posibilitan.*

10.- Tarea manifiesta y latente.

La tarea manifiesta es la finalidad explícita del grupo y es la que produce las orientaciones de las conductas grupales.

La tarea latente sería las ansiedades, conflictos y defensas que perturban la tarea manifiesta.

Lo que se pretende es reconocer que tales obstáculos existen, afrontándolos para su superación.

En el grupo operativo el proceso de enseñanza-aprendizaje se trabaja en dos niveles al mismo tiempo; sobre un conjunto de temas o sea, la tarea manifiesta y mientras esto se realiza los individuos se adiestran en el descubrimiento del factor humano y en el funcionamiento como equipo, la tarea latente.

GUIÓN DE APOYO PARA EL PROGRAMA "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE".

TEOREMA DE: W. I. THOMAS

(Sacado del libro "Psicología de la Conducta de José Bleger).

*Este teorema postula que si el hombre define situaciones como reales, ellas son reales en sus consecuencias.*

*Los seres-humanos se comportan según la estructura de su campo psicológico, es decir, según la estructura que para ellos tiene el campo ambiental, y dicha conducta deviene a su vez, parte integrante de la nueva situación y tiene efectos sobre el desarrollo ulterior de esta última. Es decir, responden al significado que dan a las situaciones y en cuanto se asigna una significación, "la conducta consecuente y algunas consecuencias de esta conducta están determinadas por este significado".*

*Merton relaciona el teorema de Thomas con lo que él llama "la predicción creadora", que es, la predicción de un suceso actual, ya como causa para originarlo. "Un mecanismo por el cual un error de buena fe engendra su propia realización ilegítima, produciendo las mismas circunstancias que erróneamente se supuso existen".*

La predicción de una situación es ya una conducta que se hace parte integrante de una nueva situación y tiene efecto en el desarrollo subsecuente de la nueva situación y la nueva conducta.

La predicción creadora es, al comienzo una falsa definición de la situación, pero de todos modos, configura un campo psicológico que evoca una nueva conducta, que convierte en real la concepción original/falsa.

La predicción creadora hace su vigencia general en el campo de las relaciones humanas y no en el mundo de la naturaleza.

Cualquier predicción sobre un asunto humano no es por sí sola creadora de las condiciones que lo realizan, hay hechos naturales sobre los cuales nuestras creencias pueden influir, ejemplo: si -- creemos y estamos firmemente convencidos de la total destrucción de la vida por el empleo que creemos inevitable de la fórmula atómica, esta creencia puede actuar como con causa y la profecía o-- puesta también, lo que significa que la realidad es según la pensamos o creemos los seres humanos, se convierte una verdad relativa (que es cierta como momento del suceder humano), en una modificación idealista.

Ej. 1. Un individuo que se cree ladrón creará situaciones en las que los demás desconfiarán de él.

Ej. 2. Un banco sobre el que se difunde el rumor, falso, de su insolvencia y su quiebra económica. Este rumor hace que los inversionistas acudan en masa a retirar sus inversiones y la demanda masiva produce realmente la insolvencia y la quiebra pronosticada.

Es posible que resulte más correcto hablar para estos fenómenos de "campos psicológicos autorrealizadores", en lugar de predicción creadora, porque el fenómeno es mucho más amplio que lo que abarca esta última denominación.

El campo que se autorrealiza no es solo el campo de conciencia, sino el campo psicológico en su totalidad, de tal manera que lo que se realiza puede no ser una creencia "campo de conciencia", sino un campo psicológico inconsciente y aún indeseable para el mismo sujeto.

No existe campo psicológico que no esté relacionado con un campo ambiental; inclusive las ideas falsas y las predicciones erróneas son siempre emergentes de una situación real-objetiva. Es decir, - un campo psicológico se configura siempre como emergente de un campo ambiental, aún entrando en contradicción crees este último.

*El campo psicológico autorrealizador refleja, por lo tanto, ciertos elementos o ciertas estructuras del campo ambiental.*

## M E T O D O .

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

En el constante trato que nos permite nuestras labores cotidianas - con los adolescentes de la Escuela Nacional Preparatoria, hemos observado la deficiencia de ellos en cuanto a sus Técnicas y Hábitos de Estudio, lo que ha repercutido tanto en su desarrollo individual, académico e institucional que ha representado un problema general - que perjudica su educación y por ende también repercute en el desarrollo tecnológico y económico del país.

En otras palabras, el estudiante de la ENP presenta un problema en su vida académica, al no contar o tener deficientes técnicas y hábitos de estudio, repercutiendo en un bajo rendimiento y reprobación escolar, arrastrando consigo todas sus consecuencias socioeconómicas.

Dentro de la Universidad Nacional Autónoma de México, como ya antes lo mencionamos, se cuenta con el Servicio de Orientación Vocacional y Escolar, teniendo este último servicio dentro de sus campos de acción el proporcionar atención para el mejor aprovechamiento académico, lo que nos ha llevado a diseñar un programa denominado "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE", que intenta dar una alternativa en busca de solucionar parcialmente la problemática general, tratando de capacitar al adolescente en una forma distinta para abordar este problema; esto quiere decir que tratamos de que el adolescente se haga responsable de su situación escolar, como estudiante, confrontándolo con -

sus aspectos de personalidad, sus capacidades, sus limitaciones y - todo lo referente a su Marco de Referencia y tratando de que haga - uso de lo que dispone en un AQUÍ y un AHORA, en cuanto a ventajas - escolares que le ofrece la Institución y que pudiera el adolescente encontrar esta alternativa que mejore su condición de estudiante.

Si bien es cierto que el adolescente no es el único responsable de la situación escolar deteriorada por la que está atravesando, reconocemos nuestras limitaciones hasta el momento, de no poder trabajar con el cuerpo docente ni con las autoridades institucionales, - creemos que el adolescente por su calidad de estudiante, es la parte más necesitada de mejorar esto, y por lo tanto, la parte con la que se pudiera trabajar mejor, por esto el programa esta dirigido a ellos para tratar de implementar una alternativa más de mejorar finalmente su aprendizaje.

El programa esta dirigido a estudiantes de 4os. años, de la Escuela Nacional Preparatoria, por ser alumnos de primer ingreso con necesidad de efectuar cambios que les permitan adquirir adecuadas Técnicas y Hábitos de Estudio, para su mejor desarrollo académico.

**VARIABLES:**

V. D. : *Serán los efectos del programa en los alumnos reflejados en el Instrumento de Medición utilizado.*

*Entendemos por efectos del programa los cambios de conducta del alumno, en cuanto a sus técnicas y hábitos de estudio que se medirá con el instrumento "Habilidad para el estudio", el cual mide 9 áreas y consta de 90 reactivos de C. y F. (CIERTO y FALSO).*

V. I. : *El programa "Cómo mejorar el Aprendizaje".*

*Entendemos por el programa "Cómo mejorar el Aprendizaje" 5 sesiones de 50 minutos cada una, en las que se tratan temas enfocados o dirigidos a que el estudiante analice diferentes factores que obstaculizan sus estudios.*

**VARIABLES CONTROL:**

- 1 *estudiante del turno diurno de la Escuela Nacional Preparatoria No. 7.*
- 2 *estudiantes de 4os. años de la Escuela Nacional Preparatoria -- No. 7.*
- 3 *estudiantes de 14 a 18 años.*
- 4 *estudiantes de ambos sexos.*
- 5 *estudiantes que hubieran asistido a por lo menos 4 de 5 sesiones.*

**VARIABLES EXTRANAS:**

1. *Que el alumno no haya asistido a las sesiones porque el maestro no le dió permiso.*
2. *Que el alumno no asistió debido a trabajos académicos que tenía que realizar.*
3. *Que el alumno no haya contestado con toda la veracidad posible por temor a ser calificado.*
4. *Empatía que cause el coordinador para con los alumnos.*

**SUBHIPOTESIS:****VARIABLE: ACTITUD ANTE EL ESTUDIO.**

Ho Los estudiantes no tendrán diferencias significativas en su actitud ante el estudio, después de llevar el programa "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE".

Hi Los estudiantes tendrán diferencias significativas en su actitud ante el estudio, después de llevar el programa "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE".

**VARIABLE: ACEPTACION ALUMNO-MAESTRO.**

Ho Los estudiantes no tendrán diferencias significativas en la - Aceptación alumno-maestro, después de llevar el programa "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE.

Hi Los estudiantes tendrán diferencias significativas en la Aceptación alumno-maestro, después de llevar el programa "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE".

**VARIABLE: HABILIDAD PARA CONCENTRARSE.**

Ho Los estudiantes no tendrán diferencias significativas en su habilidad para concentrarse, después de llevar el programa "CCMO MEJORAR EL APRENDIZAJE".

Hi Los estudiantes tendrán diferencias significativas en su habilidad para concentrarse, después de llevar el programa "COMO - MEJORAR EL APRENDIZAJE".

VARIABLE: HABILIDAD PARA MEMORIZAR.

Ho Los estudiantes no tendrán diferencias significativas en su habilidad para memorizar, después de llevar el programa "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE".

Hi Los estudiantes tendrán diferencias significativas en su habilidad para memorizar, después de llevar el programa "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE".

VARIABLE: HABILIDAD PARA TOMAR APUNTES.

Ho Los estudiantes no tendrán diferencias significativas en su habilidad para tomar apuntes, después de llevar el programa "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE".

Hi Los estudiantes tendrán diferencias significativas en su habilidad para tomar apuntes, después de llevar el programa "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE".

VARIABLE: HABILIDAD PARA MANEJAR LIBROS DE TEXTO.

Ho Los estudiantes no tendrán diferencias significativas en su ha

bilidad para realizar trabajos escritos, después de llevar el programa "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE".

Hi Los estudiantes tendrán diferencias significativas en su habilidad para realizar trabajos escritos, después de llevar el programa "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE".

VARIABLE: HABILIDAD PARA PRESENTAR EXAMENES.

Ho Los estudiantes no tendrán diferencias significativas en su habilidad para presentar exámenes, después de llevar el programa "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE".

Hi Los estudiantes tendrán diferencias significativas en su habilidad para presentar exámenes, después de llevar el programa "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE".

Estas Sub-Hipótesis pertenecen al grupo Experimental, el cual fué sometido al tratamiento del programa "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE".

#### POBLACION Y MUESTRA.

El experimento se llevó a cabo tomando como universo el Plantel No. 7 "Ezequiel A. Chávez" de la Escuela Nacional Preparatoria de la -- Universidad Nacional Autónoma de México, seleccionando al azar a los alumnos de 4os. años entre los 14 y 18 años de edad, del turno diurno de ambos sexos, y, de clase media baja, esta característica socio económica se tomó en base a las investigaciones que la Dirección General de Estadística ha hecho en esta área.

De acuerdo a las características de nuestra investigación, se eligió una muestra no probabilística aleatoria, por cuota, debido a esto el estudio tiene ciertas limitaciones, ya que los resultados que se obtuvieron no pueden generalizarse para toda la población de la Escuela Nacional Preparatoria.

Se tomó exclusivamente a grupos de 4os. años, de ambos sexos, de diferentes estratos económicos, turno diurno y edades de 14 y 18 años. Para obtener los grupos con que se trabajaría como grupo Control y Experimental, se procedió a elegir aleatoriamente de la siguiente manera:

Se pusieron los números de los 18 grupos de 4os. años en diferentes pedazos de papel y se incluyeron en una esfera, se procedió a tomar uno por uno sin reposición tomando el 4, 8, 12 y 16vo. papel para determinar el grupo Control y Experimental. En otro proceso de elec-

ción también al azar, se procedió de igual manera, se doblaron los papeles y se incluyeron nuevamente en la esfera sacando los primeros dos papeles para el grupo Control y los dos restantes para el grupo Experimental.

A ambos grupos se les aplicó un instrumento de medición en cuanto a Técnicas y Hábitos de Estudio, adaptado por la Dirección General de Orientación Vocacional de la Universidad Nacional Autónoma de México, y aplicado en esta temática a los alumnos de la Escuela Nacional Preparatoria; basado en el Instrumento de medición original de las Técnicas y Hábitos de Estudio del Dr. William F. Brown-Holtzman, con la finalidad de medir la situación actual del estudiante en cuanto a niveles óptimos o inadecuados para la supervivencia académica del alumno. (Anexo 1).

## DISEÑO.

El tipo de diseño de la investigación es un estudio cuasi-experimental, debido a que no se ejerció un control total de las variables - pero se conocían las variables específicas que el diseño en particular no controló.

El tipo de diseño fue un diseño Pre-Post, ya que se tomaron medidas sobre algunos aspectos relacionados con nuestra variable dependiente antes de haber aplicado el tratamiento, para asegurar de alguna manera la eficiencia del programa y para comprobar que nuestros sujetos de la muestra eran equivalentes tanto en relación con los puntajes medios como en relación a los puntajes de variación, para llegar a conocer las variaciones o cambios que se operan en la variable dependiente después de haber introducido el tratamiento.

Los requisitos para pertenecer al grupo Control eran que el alumno hubiera realizado pre y posttest del instrumento de medición sin ninguna sesión del programa "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE".

Los requisitos para pertenecer al grupo Experimental eran que el alumno tuviera pre y posttest del instrumento de medición y que asistiera a por lo menos 4 de las 5 sesiones del programa "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE".

Dentro del grupo Experimental quedaron 30 alumnos que cumplieron --

*con los requisitos de los 68 alumnos que habían sido inscritos, para el grupo Control quedaron 87 de 104.*

*Dentro del tratamiento estadístico se hizo un ajuste de estos grupos.*

### INSTRUMENTO.

Se utilizó un cuestionario de Habilidades y Técnicas de Estudio, que mide 9 áreas que son:

- a) Actitud ante el estudio.
- b) Aceptación alumno-maestro.
- c) Organización ante el estudio.
- d) Habilidad para concentrarse.
- e) Habilidad para memorizar.
- f) Habilidad para tomar apuntes.
- g) Habilidad para manejar libros de texto.
- h) Habilidad para realizar trabajos escritos.
- i) Habilidad para presentar exámenes.

Que consta de un cuadernillo de 90 preguntas de CIERTO-FALSO; una hoja de respuestas; una plantilla para su calificación; y perfil para graficar los resultados del sujeto.

Se utilizó también el programa llamado "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE", el cual consta de 5 sesiones de 50 minutos cada una de ellas como mínimo, que contiene los siguientes temas:

- SESION 1 Presentación del Grupo y Manifestación de Expectativas.
- SESION 2 Motivación y Aprendizaje.
- SESION 3 Personalidad y Aprendizaje.

SESION 4 *Presentación de Exámenes.*

SESION 5 *Relaciones Interpersonales.*

## PROCEDIMIENTO.

Una vez seleccionada la Muestra y el Diseño Experimental para nuestra investigación y habiendo realizado el programa que se aplicaría para mejorar las Técnicas y Hábitos de Estudio, a los estudiantes - de 4os. años de la Escuela Nacional Preparatoria, se procedió de la siguiente manera, tanto en el grupo Control como en el Experimental:

Se asistió al grupo académico del que se había seleccionado como grupo Control para aplicar el test que se había seleccionado como instrumento de medición en una hora cedida por el maestro en turno, indicándoles que contestaran con la mayor veracidad posible, ya que esto serviría para saber el grado actual en cuanto a sus técnicas y hábitos de estudio.

En cuanto al grupo Experimental, se procedió de la misma manera que hasta entonces se había procedido con el grupo Control, solo que al término del mismo se les informó que se impartiría un programa denominado "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE", durante 5 sesiones continuas con duración de 50 minutos diarios y que se acordaría la hora preferente que no interfiriera con sus clases y que podrían inscribirse los alumnos que así lo desearan.

Una vez establecido con ellos los días y el horario se les invitó para que asistieran puntualmente.

Las sesiones fueron impartidas en la hora y días señalados tomando asistencia en cada una de las sesiones.

Después de finalizar el programa "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE", en el grupo Experimental se dejó un período de 30 días para que el -- alumno aplicara sus reflexiones y análisis en situación escolar actual, que pudiera dar un cambio positivo y/o adquiriera las Técnicas y Hábitos apropiados para su vida académica.

Cubierto el plazo se procedió a aplicar el mismo instrumento de medición como postest.

En cuanto al grupo Control se le aplicó el mismo instrumento de medición como postest que al grupo Experimental y en el mismo período de tiempo, a este grupo no se le aplicó tratamiento y/o programa alguno.

Una vez obtenidos los resultados del pretest y postest del instrumento de medición de ambos grupos, se procedió a identificar a los alumnos que cubrieran los requisitos en ambos grupos; para grupo -- Control que tuvieran pre y postest únicamente; y para el grupo Experimental que hubieran asistido a por lo menos 4 de las 5 sesiones - del programa y que tuvieran pre y postest.

## ANÁLISIS DE LOS DATOS.

Se utilizó el paquete computarizado SPSS (Paquete Estadístico para Ciencias Sociales), utilizando la prueba "t" de Student y la prueba "Wilcoxon", en el caso de distribución de datos para determinar si existen diferencias significativas entre las medias de los grupos - de nuestra muestra.

Utilizando el tipo de muestras apareadas que mide las diferencias de observaciones apareadas cuando se aplica una prueba de los efectos de un cierto tratamiento antes y después del mismo (Panel).

Se manejaron las siguientes variables:

- 1.- Actitud ante el estudio.
- 2.- Aceptación alumno-maestro.
- 3.- Organización ante el estudio.
- 4.- Habilidad para concentrarse.
- 5.- Habilidad para memorizar.
- 6.- Habilidad para tomar apuntes.
- 7.- Habilidad para manejar libros de texto.
- 8.- Habilidad para realizar trabajos escritos.
- 9.- Habilidad para presentar exámenes.

## RESULTADOS.

Los resultados que se obtuvieron mediante el paquete SPSS computarizado en el proceso No. 2 T-Test, realizando un análisis de correlación de nuestras variables en dos momentos, el cual calcula y muestra tablas de cruce de 2 y n variables. Se utilizó la prueba 't' de Student al nivel de significancia de  $\alpha$  .05, en dos rutinas: Una en donde se obtuvo la comparación de medias en el pretest del grupo Control con el grupo Experimental, para comprobar si las muestras eran homogéneas; y otras, para obtener la comparación de medias en pre y postest, tanto el grupo Experimental como en el grupo Control, mediante un estudio panel para comprobar si hubo cambio en nuestras variables.

En las variables 3-3' y 7-7'

La distribución no fue normal, por lo tanto no era adecuado utilizar la prueba 't', por lo que recurrimos al uso de la prueba de muestras apareadas de "Wilcoxon" como aproximación a la prueba 't', ya que esta es una prueba libre.

En los cuadros que a continuación se muestran se observa el tratamiento estadístico a los que fueron sometidos, observándose la diferencia de medias: Desviación y Error Standard, donde se observa la comprobación de aquellas variables donde hubo cambio significativo y en las que no lo hubo.

CUADRO COMPARATIVO DE MEDIAS, DIFERENCIAS DE MEDIAS, DESVIACION Y ERROR STANDAR DEL GRUPO EXPERIMENTAL (1) Y GRUPO CONTROL (2).

P R E T E S T

	GRUPOS	MEDIA	DIFER. MEDIAS	DESV. STANDAR	ERROR STANDAR	VALOR 't'	$\infty .05$
ACTITUD ANTE EL ESTUDIO	Grupo 1	6.1667	-0.8563	2.245	0.410	-1.86	0.069
	Grupo 2	7.0230		1.947	0.209		
ACEPTACION ALUNNO-MAESTRO	Grupo 1	4.3333	-0.5403	2.426	0.443	-1.09	0.282
	Grupo 2	4.8736		2.095	0.225		
ORGANIZACION ANTE EL ESTUDIO	Grupo 1	5.0667	-0.6000	1.799	0.328	-1.56	0.124
	Grupo 2	5.6667		1.853	0.199		
HABILIDAD PARA CONCENTRARSE	Grupo 1	6.3667	-0.3574	1.450	0.265	-1.11	0.270
	Grupo 2	6.7241		1.696	0.182		
HABILIDAD PARA MEMORIZAR	Grupo 1	5.8333	-0.3046	1.642	0.300	-0.90	0.374
	Grupo 2	6.1379		1.488	0.160		
HABILIDAD PARA TOMAR APUNTES	Grupo 1	5.4667	-0.085	1.634	0.298	-0.25	0.801
	Grupo 2	5.5517		1.437	0.154		
HABILIDAD PARA MANEJAR LIBROS DE TEXTO	Grupo 1	5.8667	-0.6003	2.129	0.389	-1.82	0.075
	Grupo 2	6.6667		1.921	0.206		

HABILIDAD PARA REALIZAR TRABAJOS ESCRITOS	Grupo 1	6.2000	-0.4782	1.955	0.357	-1.17	0.247
	Grupo 2	6.6782		1.852	0.199		
HABILIDAD PARA PRESENTAR EXAMENES	Grupo 1	5.8333	-0.638	1.724	0.315	-1.75	0.085
	Grupo 2	6.4713		1.697	0.182		

- Como se puede observar en este cuadro, en el trabajo al nivel Alfa  $\alpha$  .05, tanto en el grupo Control como en el grupo Experimental se parte de que: Las varianzas son homogéneas; las medias son parecidas, de donde se puede concluir que eran dos grupos homogéneos.

ESTUDIO PANEL DEL GRUPO CONTROL PRETEST-POSTEST DEL INSTRUMENTO DE MEDICION.

	MEDIA	DIFER. MEDIA	DESV. STANDAR	DIFER.	ERROR STANDAR	DIFER.	VALOR 't'	$\infty$ ,05
ACTITUD ANTE EL ESTUDIO	7.0230 6.724	0.2989	1.947 2.176	1.779	0.209 0.233	0.191	1.57	0.121
ACEPTACION ALUMNO-MAESTRO	4.8736 5.4483	-0.5747	2.095 2.351	-0.5747	0.225 0.252	0.193	-2.97	0.004
ORGANIZACION ANTE EL ESTUDIO	5.6667 5.9310	-0.2644	1.853 2.230	-0.2644	0.199 0.239	0.192	-1.37	0.173
HABILIDAD PARA CONCENTRARSE	6.7241 6.9425	-0.2184	1.696 1.973	2.026	0.182 0.212	0.217	-1.01	0.317
HABILIDAD PARA MEMORIZAR	6.1379 6.2069	-0.0690	1.488 1.526	1.569	0.160 0.164	0.168	-0.41	0.683
HABILIDAD PARA TOMAR APUNTES	5.5977 5.6437	-0.0460	1.418 1.718	1.606	0.152 0.184	0.172	-0.27	0.790
HABILIDAD PARA MANEJAR LIBROS DE TEXTO	6.6667 6.9655	-0.2989	1.921 1.944	1.824	0.206 0.208	0.196	-1.53	0.130

HABILIDAD PARA REALIZAR TRABAJOS ESCRITOS	6.6782	-0.4368	1.852	-0.4368	0.199	2.12	-2.06	0.042
	7.1149		1.852		0.199			
HABILIDAD PARA TOMAR APUNTES	6.4713	0.2069	1.697	1.869	0.182	0.200	1.03	0.305
	6.2644		1.807		0.194			

Como se puede observar en este cuadro nuestro grupo Control después del tratamiento estadístico trabajando a un nivel de Significancia de  $\infty$  .05, 7 de las nueve variables que se manejaron no hubo cambio significativo. A este grupo no se le aplicó el programa "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE".

ESTUDIO PANEL DEL GRUPO EXPERIMENTAL EN PRE-POSTEST, DEL INSTRUMENTO DE MEDICION  
Y DESPUES DE HABER APLICADO EL PROGRAMA "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE".

	MEDIA	DIF. DE MEDIA	DESV. STANDAR	DIFER.	ERROR STANDAR	DIFER.	VALOR 't'	$\alpha$ .05
ACTITUD ANTE EL ESTUDIO	6.1667 7.1333	-0.9667	2.245 2.063	1.829	0.410 0.377	0.334	-2.0	0.007
ACEPTACION ALUMNO-MAESTRO	4.3333 5.2667	-0.0333	2.426 2.067	2.348	0.443 0.377	0.429	-2.18	0.038
ORGANIZACION FRENTE AL ESTUDIO	5.0667 6.6333	-1.5667	1.799 1.650	1.569	0.328 0.301	0.286	-5.47	0.000(*)
HABILIDAD PARA CONCENTRARSE	6.3667 7.3333	-0.9667	0.265 0.264	1.450	0.265 0.264	0.265	-3.6	0.001
HABILIDAD PARA MEMORIZAR	5.8333 6.5333	-0.7000	1.642 1.676	1.512	0.300 0.306	0.276	-2.5	0.017
HABILIDAD PARA TOMAR APUNTES	5.4667 6.0333	-0.5667	1.634 1.245	-0.5667	0.298 0.227	0.324	-1.7	0.091
HABILIDAD PARA MANEJAR LIBROS DE TEXTO	5.8333 7.5667	-1.7000	2.129 1.888	1.512	0.389 0.345	0.276	-6.1	0.000(*)

HABILIDAD PARA REALIZAR TRABAJOS ESCRITOS	6.2000 7.000	-0.8000	1.955 1.619	1.157	0.0357 0.296	0.211	-3.79	0.001
HABILIDAD PARA PRESENTAR EXAMENS	5.8333 6.5333	-0.7000	1.724 1.697	2.322	0.315 0.310	0.424	-1.65	0.109

Como se puede observar en este cuadro al trabajo de nivel de significancia del  $\infty$  .05, en el grupo Experimental en 5 de las variables manejadas, sí hubo diferencias observadas de donde podemos concluir parcialmente que la  $H_0$  es rechazada y la  $H_1$ , es aceptada; ya que en la mayoría de las variables sí hubo -- diferencia después del tratamiento en la aplicación del programa "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE".

(\*) En estas variables, en donde la probabilidad fue del 100%, se usó la prueba estadística para muestras apareadas de "Wilcoxon", en la que se obtuvo:

VARIABLE 3-3' VALOR Z = 2.55

VARIABLE 7-7' VALOR Z = 2.74

De donde: 1.96 era el valor crítico para el 95% de significancia.

## DISCUSION.

La investigación que se llevó a cabo, proponía un programa que pretendía encontrar diferencias significativas en el proceso enseñanza-aprendizaje; mediante un enfoque diferente de las Técnicas y Hábitos de Estudio, en donde el adolescente o estudiante "vivenciara y analizara los diferentes factores que intervienen en su situación escolar y que repercuten fundamentalmente en su formación académica".

Esta inquietud nos surgió en nuestra experiencia laboral como Orientadores Vocacionales de la Escuela Nacional Preparatoria pertenecientes a la Dirección General de Orientación Vocacional, al observar -- que en el manejo de los programas hasta entonces existentes en cuanto a las Técnicas y Hábitos de Estudio, basados fundamentalmente en la Técnica del Dr. William F. Brown, no se obtenían los resultados -- esperados, pues no se ha hecho una evaluación estadística que demuestre diferencias significativas para poder hablar de cambios en sus -- hábitos de estudio.

En la investigación para la elaboración del programa planteado, nos dimos cuenta que la Institución había abordado hasta entonces la problemática del estudiante por diferentes ángulos; desde la creación física de nuevos locales y centros tanto recreativos como de estudio hasta la modificación de planes de estudio, sin embargo no se abordaba el problema del estudiante desde la perspectiva de él mismo ni --

con su problemática personal, lo que hacía que el problema siquiera latente, diseñamos entonces un programa donde él fuese el centro del mismo y que conociera algunas alternativas de reflexión que pudieran dar respuesta a su problemática personal en relación a las Técnicas y Hábitos de Estudio y que conforme a un estilo propio pudiera dar respuesta a sus problemas escolares.

Nuestro universo lo representaba la Preparatoria No. 7 y la muestra que elegimos fue de los cuartos años, con un diseño experimental no probabilístico, aleatorio y por cuota con un grupo control y un grupo Experimental, lo que nos representó grandes limitaciones ya que los resultados no se pueden generalizar para toda la población de la Escuela Nacional Preparatoria.

En cuanto al desarrollo del programa, observamos que el tiempo planeado de 50 minutos para cada sesión es insuficiente para el desarrollo de la misma, ya que las intervenciones de los alumnos y las discusiones que se generaban en torno a el tema hacía que se prolongara la sesión en más minutos. Cabe señalar que la asistencia de nuestra muestra poblacional se mantuvo casi constante a pesar que la asistencia era voluntaria.

El buscar una técnica que tuviera aspectos integrativos, nos llevó a utilizar algunos elementos de la técnica de los Grupos Operativos, - por considerar que reúne y satisface algunos de nuestros objetivos - propuestos al tomar en cuenta los problemas Epistemológicos y Episte

conflictivos de los integrantes de un grupo en el grupo, el abordar la tarea y sus complicaciones antes de hacer los momentos preliminares que pasa un grupo antes de conformarse como tal, etc., que completaba el enfoque de nuestro planteamiento como Dinámica Grupal.

Creemos que una de nuestras limitaciones importantes es lo concerniente a nuestro instrumento de medición, ya que no contabamos con un instrumento que midiera lo que nosotros deseabamos medir en el programa, pero elaborar el instrumento necesario representaba otro trabajo de tésis, por lo que nos ajustamos al instrumento "HABILIDADES PARA EL ESTUDIO" del Dr. Brown, manejado y modificado por la Dirección General de Orientación Vocacional, ya que sus dos primeras áreas que son:

- 1.- Actitud ante el estudio, y
- 2.- Aceptación alumno-maestro

Miden fundamentalmente en lo que está basado nuestro programa y sus 7 áreas restantes que son:

- 3.- Organización ante el estudio
- 4.- Habilidad para concentrarse
- 5.- Habilidad para memorizar
- 6.- Habilidad para tomar apuntes
- 7.- Habilidad para manejar libros de texto
- 8.- Habilidad para realizar trabajos escritos, y
- 9.- Habilidad para presentar exámenes.

Concretaban la modificación en cuanto a sus Técnicas y Hábitos de -  
Estudio, los cuales están implícitos en nuestro programa.

Con el instrumento utilizado nuestro estudio se limitó a medir únicamente la actitud ante el estudio al nivel cognoscitivo según planteamiento de la tesis de la Lic. Castrejón y el Lic. Salas; en donde plantean 3 componentes en la actitud que es el "Componente Afectivo", que se refiere a los sentimientos de la persona con respecto al objeto, o sea, al modo en que valora los objetos que están incluidos en una categoría concreta: "Componente que no se pudo medir por la dificultad que presenta".

"Componente de Comportamiento".- Que se refiere a la tendencia o --  
predisposición a actuar de acuerdo a la idea y sentimiento que se --  
tiene del objeto actitudinal. En esta evaluación se requería más --  
tiempo para poder ser medido el cambio en conducta y poder hacer un  
estudio longitudinal que tampoco se llevó a cabo por su limitación  
de tiempo. "Componente Cognoscitivo", que se refiere a las percepciones  
del individuo a sus creencias y estereotipos, o sea, a la idea  
o conocimiento que tiene acerca del objeto psicológico, esto fue lo  
que creemos midió nuestro instrumento dejando fuera los otros dos --  
componentes de la actitud del planteamiento en la tesis "Actitud So-  
cial hacia el Alcohol, el Alcoholismo y los Alcohólicos Estudio Ex-  
ploratorio".

En los resultados que arrojó el tratamiento estadístico, en nuestro grupo Experimental fué de diferencias significativas al  $\infty$  .05, en 7 de las 9 áreas que se manejaron; sin embargo, no podemos asegurar que el cambio se debió únicamente por el programa, ya que hubo diferentes variables extrañas como la experiencia vivencial; la necesidad de afiliación; la necesidad de afecto; la necesidad de ser escuchado que no se controlaron y que pudieron intervenir en los cambios.

A pesar de que no se hizo un estudio longitudinal donde un pos-test nos hubiera permitido dar resultados más confiables y donde un diseño experimental nos hubiera dado la posibilidad de pronosticar hasta cierto punto mejores resultados en cuanto a modificaciones de estudio como lo representa un estudio factorial, creemos que nuestro programa cumplió sus objetivos al permitirle al estudiante tener mejor conocimiento de sí mismo ante una reflexión y dándole más alternativas que permitan una modificación positiva para mejorar sus Técnicas y Hábitos de Estudio Personales.

## CONCLUSIONES.

Podemos concluir que en nuestro trabajo en términos generales es -- aceptada nuestra hipótesis de trabajo, en cuanto a que el estudiante conoció algunos elementos o factores que intervienen en su aprendizaje de acuerdo a las 5 sesiones que se vieron en el programa de "COMO MEJORAR EL APRENDIZAJE", tomando como base los resultados de nuestra investigación en la que se obtuvo diferencias significativas en 7 de las nueve áreas que se manejaron, tales como Actitud -- ante el estudio; Aceptación alumno-maestro; Organización frente al estudio; Habilidad para concentrarse; Habilidad para manejar libros de texto; Habilidad para realizar trabajos escritos, así como la -- aceptación por parte de los estudiantes hacia nuestro programa pro-- puesto y reflejado en su asistencia voluntaria.

Por otro lado, también se cumplió nuestro objetivo de que el estudiante analizara y reflexionara los factores mediante vivencias en que se propició la auto-respuesta a sus soluciones por parte de los mismos estudiantes.

Una parte que podemos también concluir es que nuestro programa sensibilizó al estudiante para que enfrentara su situación con una actitud personal, ya que él es una parte importante en el complicado binomio ENSEÑANZA-APRENDIZAJE.

Al afirmar que nuestra investigación tuvo resultados positivos, aún

con su aplicación, estamos conscientes que falta todavía mucho camino que recorrer para seguir aproximándonos a la parte medular del -- problema educativo en lo referente a la situación escolar del estudiante, pero estamos aún más conscientes de nuestra responsabilidad como Psicólogos, de seguir buscando más alternativas de solución a este difícil pero dignificador trabajo que es de formar estudiantes críticos, analíticos y reflexivos, pero sobre todo conscientes de su responsabilidad como estudiantes para un beneficio consigo mismos, para la Institución y para el País.

Exhortamos a todas aquellas personas: maestros, psicólogos, pedagogos, investigadores, etc., que estén inmersos en la educación y les interese particularmente el problema de la situación escolar de -- nuestra población estudiantil; que no escatimen esfuerzos para continuar con investigaciones; que se acerquen más a la realidad y así poder obtener mejores frutos como educadores.

**SUGERENCIAS.**

- 1.- Se sugiere para futuras investigaciones, tomar una muestra poblacional más representativa para poder generalizar resultados.
- 2.- Buscar un Diseño Estadístico que permita pronosticar los resul  
tados.
- 3.- Que cada sesión sea con el tiempo suficiente para su buen desa  
rrollo.
- 4.- Que se le aumente en base a una investigación más sesiones al programa.
- 5.- Que se contemplen problemas institucionales, personales y do--  
centes para efectuar estrategias más idóneas que lleven a la -  
posible solución de problema ENSEÑANZA-APRENDIZAJE.
- 6.- Diseñar un Instrumento de Medición que permita medir los obje-  
tivos del programa.
- 7.- Buscar nuevas técnicas de evaluación que permitan medir los --  
factores que intervienen en el programa.
- 8.- Que se haga un estudio longitudinal para poder medir los cam--  
bios conductuales en base a este seguimiento.

- 9.- Que se cuenten con más grupos Experimentales.
- 10.- Que se controlen la mayor parte de las variables extrañas.
- 11.- Que se haga una evaluación de la participación del Coordinador.
- 12.- Que se elabore un programa paralelamente a éste en donde se -  
traten problemáticas relacionadas con los docentes.

**ANEXO 1**

DIRECCION GENERAL DE ORIENTACION VOCACIONAL  
OFICINA DE ORIENTACION NIVEL BACHILLERATO

HABILIDADES PARA EL ESTUDIO

*Este inventario tiene como finalidad explorar los procedimientos que has utilizado hasta la fecha para estudiar.*

*Con él se analizan nueve áreas muy importantes para un estudio efectivo, por lo tanto el contestarlo te dará oportunidad de conocer en cuál de ellas debes modificar tus procedimientos para mejorar tu rendimiento escolar.*

INTRUCCIONES

*A continuación encontrarás una serie de afirmaciones que de acuerdo a tu criterio pueden ser ciertas o falsas.*

*Lee con cuidado cada una de ellas y tacha en la HOJA DE RESPUESTAS, la letra C cuando la consideres cierta o más o menos cierta. Cuando la consideres falsa o más o menos falsa, tacha la F.*

*No dejes de contestar ninguna de las afirmaciones y asegúrate que tu respuesta corresponda al número de la cuestión.*

- 1.- Me gusta leer libros de texto porque son muy importantes.
- 2.- Los maestros comprenden las necesidades e intereses de los estudiantes.
- 3.- Con frecuencia me retraso en una materia, debido a que tengo que preparar otras.
- 4.- Prefiero estudiar sin ver o escuchar la T.V., el radio o el to radiscos.
- 5.- El recitar para uno mismo es un procedimiento eficaz en el - - aprendizaje de nombres, fechas y lugares.
- 6.- El utilizar un sistema de signos propios facilita el tomado de apuntes.
- 7.- Se me dificulta el seleccionar los puntos más importantes al - leer un tema.
- 8.- Por lo general dejo para el último momento la preparación de - mis trabajos escritos porque tengo dificultades para hacerlos.
- 9.- Decido con facilidad qué y cómo estudiar para un examen de selección múltiple.
- 10.- Habitualmente me siento incapaz para concentrarme en mis estudios, debido a inquietud, aburrimiento o estado de ánimo.
- 11.- No dudo en pedir ayuda a mis maestros en las materias que se - me dificultan.
- 12.- Los estudiantes destacados son los que han renunciado a las ac tividades recreativas.
- 13.- En el lugar donde estudio se pueden ver con facilidad revistas, cuadros, banderines, etc.
- 14.- El material memorizado a última hora es el medio más eficaz pa ra, presentar un examen con éxito.
- 15.- Por lo general dejo pasar un día o más para revisar mis apuntes tomados en clase.
- 16.- Se me dificulta organizar en secciones lógicas el material que debo aprender al consultar el texto de la materia.
- 17.- No representa ningún problema para mí el seleccionar, organizar y elaborar trabajos por escrito.
- 18.- Normalmente empleo mucho tiempo en la solución de la primera - mitad de una prueba y, por lo tanto, tengo que apresurarme en la segunda.

- 19.- Al ponerme a estudiar normalmente me encuentro muy cansado, - aburrido o con sueño para hacerlo eficazmente.
- 20.- Me gusta discutir futuros programas educativos o vocacionales con mis maestros.
- 21.- El tiempo que emplearla en elaborar un horario de actividades diarias, es mejor aprovecharlo en estudiar.
- 22.- Mi estudio se ve perturbado con frecuencia por actividades o ruidos que provienen del exterior de mi cuarto.
- 23.- Cuando se está estudiando para un examen por temas, uno debe prepararse para reconocer hechos específicos en lugar de recordar conceptos generales.
- 24.- Me atraso al tomar notas debido a que no puedo escribir con la suficiente rapidez.
- 25.- Detenerse a consultar palabras desconocidas mientras se estudia en el texto es una pérdida de tiempo porque reduce la velocidad de la lectura.
- 26.- La calificación que se obtiene en un trabajo escrito depende principalmente de la extensión del trabajo.
- 27.- Las pruebas son situaciones molestas de las cuales uno no se puede escapar y que de una manera u otra hay que presentarlas.
- 28.- Cuando me retraso en el estudio por alguna razón ajena a mi - voluntad, me pongo al corriente sin que se me indique.
- 29.- Durante discusiones acaloradas con mis compañeros nunca critico a mis maestros, porque considero que todos podemos tener fallas.
- 30.- Si fuera posible uno debería concentrar todas sus clases en - tres días a la semana para tener tiempo para otras actividades.
- 31.- Con frecuencia pienso en algo totalmente diferente a lo que estoy leyendo.
- 32.- Cuando estudio para un examen dispongo los diferentes conceptos que tengo que aprender en un orden lógico.
- 33.- Una carpeta de argollas es más apropiada que un cuaderno para tomar apuntes porque se pueden organizar fácilmente.
- 34.- Tanto las novelas como los libros de texto deben ser leídos en la misma forma.
- 35.- La originalidad del pensamiento es ignorada en la calificación de los trabajos escritos.

- 36.- La angustia ante el examen es una consecuencia del estudio insuficiente.
- 37.- No puedo concentrarme porque me pongo inquieto, malhumorado o nostálgico.
- 38.- El modo más eficaz de relacionarse con los maestros es estar de acuerdo con todo lo que dicen.
- 39.- Al preparar el horario de estudio debe dársele preferencia a los temas que a uno más le gustan.
- 40.- Se deben tener fotografías y recuerdos en el escritorio para reducir el aburrimiento.
- 41.- Inmediatamente después de leer varias páginas de un texto no puede recordar su contenido.
- 42.- Cuando se toman apuntes de clase se debe tratar de escribir con las palabras exactas del maestro.
- 43.- Se debe detener la lectura del texto a intervalos frecuentes e intentar prever las preguntas que podría utilizar el maestro.
- 44.- La falta de fluidez para expresarme por escrito me dificulta la presentación de exámenes por temas.
- 45.- Las instrucciones de "enumerar", "ilustrar" o "comparar" en un examen por temas, requieren de la misma técnica para resolverlo.
- 46.- Me siento confuso e indeciso acerca de lo que debieran ser mis metas educativas y vocacionales.
- 47.- A los maestros les gusta ejercer demasiado su autoridad.
- 48.- Normalmente termino a tiempo los trabajos que tengo que hacer.
- 49.- El escritorio donde se estudia debe de estar colocado de manera que permita una buena vista desde la ventana.
- 50.- En los exámenes olvido nombre, fechas, fórmulas y otros detalles que había estudiado.
- 51.- Las definiciones y los términos técnicos vistos en clase se deben copiar con las palabras exactas del maestro.
- 52.- Me concentro poco tiempo al leer, porque las palabras dejan de tener sentido, al poco tiempo me da sueño.
- 53.- Tengo dificultad para expresarme por escrito.

- 54.- Analizar o modificar palabras o frases es una pérdida de tiempo en un examen de selección múltiple.
- 55.- Después de los primeros días de clase pierdo interés en mis estudios.
- 56.- Los maestros fijan las fechas de examen retiradas de un evento social o cultural importante.
- 57.- Estudio entre 12 y 15 horas a la semana fuera de clase.
- 58.- Los alumnos estudian con mayor efectividad cuando escuchan el radio o el tocadiscos.
- 59.- Para memorizar es mejor leer varias veces un capítulo en vez de elaborar un resumen o cuadro sinóptico de él.
- 60.- Es preferible utilizar un estilo narrativo en vez de cuadros sinópticos para tomar apuntes de clase.
- 61.- Me es difícil reconocer los puntos importantes del libro de texto que posteriormente vienen en los exámenes.
- 62.- Al terminar de leer un tema se me facilita hacer una síntesis de él por escrito.
- 63.- En los exámenes por temas se cometen menos errores que en las pruebas de selección múltiple.
- 64.- Aun cuando no me gusta una materia, la estudio mucho para sacar buenas calificaciones.
- 65.- Los maestros tienden a ridiculizar a los estudiantes de más bajo rendimiento.
- 66.- Para la mayoría de los estudiantes es casi imposible cumplir con todas las obligaciones escolares.
- 67.- Para evitar el resplandor y la irritación de los ojos mientras se estudia, se debe cuidar la iluminación del cuarto de estudio.
- 68.- Es más fácil recordar un tema con las palabras del autor del texto que el resumen que uno pueda hacer con sus propias palabras.
- 69.- Al tomar apuntes tiendo a escribir una serie de notas que más tarde resultan innecesarias.
- 70.- La falta de interés por la materia me dificulta el mantenerme atento cuando estoy leyendo el texto.
- 71.- Al empezar a escribir un trabajo se debe escribir todo lo que se piensa no importando el orden.

- 72.- Es mejor insistir en la respuesta de una pregunta problemática en un examen, que saltarsele y volver a ella más tarde.
- 73.- Estudiarla más si tuviera mayor libertad para escoger las materias que me gustan.
- 74.- Los maestros son lo suficientemente flexibles para comprender a los jóvenes.
- 75.- Estudio improvisada y desorganizadamente y en el último momento.
- 76.- La lámpara del escritorio debe estar colocada de tal manera que la luz se concentre directamente sobre el material a estudiar.
- 77.- Los conocimientos que se adquieren memorizando son los que más perduran.
- 78.- Los maestros exponen lo más importante del tema al inicio de la clase.
- 79.- El estudiante universitario debe evitar el subrayar el texto porque deja de tener buen aspecto.
- 80.- Las palabras con que debe escribirse un trabajo tienen que ser cuidadosamente seleccionadas.
- 81.- Salgo mal en los exámenes porque me es difícil pensar claramente y planear mi trabajo en corto tiempo.
- 82.- Divertirse y disfrutar de la vida lo mejor posible no está opuesto con el estudio.
- 83.- Los maestros tienden a hablar en un tono de superioridad que impide al estudiante establecer buenas relaciones con ellos.
- 84.- Me lleva mucho tiempo el prepararme para ponerme a estudiar.
- 85.- El "soñar despierto" me distrae mientras estudio.
- 86.- La memoria no es importante para el buen estudiante.
- 87.- La habilidad para tomar apuntes es un aspecto personal que no se puede mejorar.
- 88.- Cuando los puntos importantes han sido vistos en clase no es necesario leer el texto.
- 89.- Al consultar un libro para elaborar un trabajo escrito se deben sintetizar las ideas principales con palabras propias.
- 90.- Las calificaciones se basan más en la habilidad para memorizar que en la habilidad para pensar y analizar las cosas.



# HABILIDADES PARA EL ESTUDIO

Perfil

D.	P.	A	B	C	D	E	F	G	H	I
BIEN DESARROLLADA	100	10	10	10	10	10	10	10	10	10
	95		9	9		9	9		9	9
	90	9	8	8	9			9		
	85					8	8			8
	80	8		7	8				8	
DESARROLLADA	75		7					8		
	70									
	65	7		6			7			7
	60		6		7	7			7	
	55							7		
POCO DESARROLLADA	50									
	45	6	5	5			6			6
	40				6	6		6	6	
	35									
	30	5	4	4						5
NECESITA DESARROLLO	25						5	5	5	
	20	4	3			5				
	15			3	5			4		4
	10	3	2			4	4		4	
	5			2	4		3	3	3	3
0	2-0	1-0	1-0	3-0	3-0	2-0	2-0	2-0	2-0	2-0

## AREAS

- A. Actitud ante el estudio
- B. Aceptación alumno-maestro
- C. Organización ante el -- estudio.
- D. Habilidad para concen-- trarse.
- E. Habilidad para memorizar.
- F. Habilidad para tomar - apuntes.
- G. Habilidad para manejar libros de texto.
- H. Habilidad para realizar trabajos escritos.
- I. Habilidad para presentar exámenes.

D = Diagnóstico

P = Percentil



## BIBLIOGRAFIA

- 1.- Aiseson Kogan, Aida.- Introducción a la Psicología. Ed. Goleana. Buenos Aires, 1971.
- 2.- Arnau Gras, Jaime.- Psicología Experimental. Ed. Trillas. -- México, 1979.
- 3.- Bauleo J., Armando.- Ideología, grupo y familia. Ed. Nueva Visión. Buenos Aires, 1974.
- 4.- Bleger, José.- Textos seleccionados de Psicología de Conducta. Ed. Paidós. Buenos Aires, 1975.
- 5.- Bohoslavsky, Rodolfo.- Orientación Vocacional. La Estrategia Clínica. Ed. Nueva Visión. Buenos Aires, 1977.
- 6.- CENAPRO-ARMO.- Memorias de la Reunión Técnica sobre Orientación. Talleres Gráficos del Instituto Nacional de Productividad. México, 1982.
- 7.- Coordinación de Difusión y Comunicación.- Pruebas de Significancia Estadística T, F,  $\chi^2$ . Facultad de Psicología. -- UNAM, 1982.

- 8.- Cuevas, Corina; Corrascal, Luis; Flores Mirta y Rivera, Sofía.  
Prácticas de Estadística. Facultad de Psicología. UNAM,  
1984.
- 9.- De Lella Allevato, Cayetano.- La Técnica de los Grupos Operativos en la Formación del Personal Docente Universitario.  
Ed. CISE-UNAM. México, 1978.
- 10.- Dirección General de Orientación Vocacional. Secretaría de Recorria.- Memorias de la Primera Reunión Universitaria de Orientación. UNAM, 1979.
- 11.- F. Brown, William.- Guía de Estudio Efectivo. Ed. Trillas.  
México, 1977.
- 12.- F. Brown, William.- Manual del Estudiante Asesor. Ed. Trillas.  
México, 1975.
- 13.- F. Staton, Thomas.- Cómo estudiar. Ed. Trillas. México, 1979.
- 14.- Freud, Ana.- El yo y los mecanismos de defensa. Ed. Paidós.  
Buenos Aires, 1974.
- 15.- G. Clauss H. Hiebsch.- Psicología del Niño Escolar. Ed. Grijalbo, S.A. México, 1977.

- 16.- Hoyos Medina, Carlos.- La noción del "grupo" en el aprendizaje: Su operatividad. Revista No. 2 de Perfiles Educativos. -- Ed. CISE-UNAM, 1978.
- 17.- J. Laplanche y J.B., Pontales.- Diccionario de Psicoanálisis. Ed. Galeana. Buenos Aires.
- 18.- La Foucarde, Pedro.- Evaluación de los Aprendizajes. Ed. Kapelzy, p.p. 77-158. Buenos Aires, 1969.
- 19.- Lewin, Jack.- Fundamentos de Estadística en la Investigación - Sociol. Ed. Harla, S.A. de C.V. México, 1979.
- 20.- Mc. Guigan, F.J.- Psicología Experimental. Enfoque Metodológico. Ed. Trillas. México, 1974.
- 21.- Michel, Guillermo.- Aprende a aprender. Ed. Trillas. México, -- 1979.
- 22.- Osipow, Samuel H.- Teorías sobre la elección de carreras. Ed. Trillas. México, 1976.
- 23.- Sigmund, Freud.- El yo y el ello. Obras Completas, Vol. XIX. Ed. Amorrourtur. Buenos Aires, 1923.
- 24.- V. Glass y C. Stanley, Julian C.- Métodos Estadísticos Aplicados a las Ciencias Sociales. Ed. Dossat, S.A. Madrid, 1974.