



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO

ENEP ZARAGOZA

EL PSICOLOGO COMO AUXILIAR EN LOS HABITOS
DE ESTUDIO A NIVEL MEDIO SUPERIOR

TESIS TEORICO - PRACTICA

QUE PARA OBTENER EL TITULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGIA

P R E S E N T A N :

CAROLINA REYNA REYNOSO
ALICIA AVIÑA SANCHEZ



MEXICO, D. F.

1986



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 está 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

	Pág.
INTRODUCCION.....	111
<u>PRIMERA PARTE. ELEMENTOS TEORICOS</u>	
Capítulo I. Psicología Educativa.....	22
Capítulo II. Orientación Educativa y Vocacio- nal.....	29
<u>a.</u> Concepto.....	30
<u>b.</u> Desarrollo de la Orientación Educativa y Vocacional en Mé- xico.....	33
<u>c.</u> Desarrollo en el I.P.N. a Ni- vel Medio Superior.....	40
Capítulo III. Hábitos de Estudio.....	47
<u>SEGUNDA PARTE. ESTUDIO APLICADO AL CURSO DE HABITOS DE ESTUDIO, UNA ALTERNATIVA.</u>	
Introducción.....	73
Sesiones del curso.....	75
Resultados del curso.....	105
Anexo 1. Carta descriptiva.....	158
Anexo 2. Material de apoyo.....	181
Anexo 3. Técnicas de dinámicas de grupo.....	183
Apéndice. La Adolescencia y sus Característi- cas.....	226
Bibliografía.....	265

INTRODUCCION

El objetivo de este trabajo es contribuir a reducir los altos índices de reprobación que se dan a consecuencia de la insuficiencia de intereses, habilidades y aptitudes en el alumnado y que a su vez trae como consecuencia un alto índice de deserción.

De acuerdo a los datos estadísticos de aprovechamiento obtenidos por la SEP (se anexa ficha 1, página 17), existe un alto índice de deserción y una de las causas es la reprobación.

En base a las estadísticas de aprovechamiento de los años de 1980 - 1981 y 1981 - 1982 la población estudiantil se reduce de un 48% a un 50% (estadísticas de la SEP, a nivel medio básico y medio superior, 1982).

Los fenómenos de bajo rendimiento académico por falta de actualización constante por parte de los encargados de la educación, es una de las causas de que no se proporcionen al alumnado nuevas y diferentes alternativas de estudio, que reduzcan su bajo aprovechamiento. Toda esta problemática preocupa a autoridades educativas, profesionales de la educación, padres de familia y sociedad en su conjunto.

Una alternativa para este problema es que los psicó

logos educativos, pedagogos, orientadores educativos y -- profesores, atiendan la asesoría del estudiante en rela-- ción con su rendimiento académico ya que su papel es el -- de optimizar el aprovechamiento de los alumnos, durante -- su estancia en las instituciones educativas.

Los psicólogos como coadyuvantes del proceso educativo han mostrado su interés por el hecho de que la psicología ayuda al profesor a observar continuamente los resultados de sus métodos, de modo que pueda modificarlos -- día a día y año con año, a fin de lograr mejores resultados. Los principios psicológicos no siempre llevan recomendaciones directas para la práctica educativa. Como dijo William James en 1899, la psicología es una ciencia y la enseñanza un arte, la ciencia proporciona los principios que deben practicarse en la enseñanza, llama la atención a prácticas erróneas y sugiere nuevas posibilidades, al mismo tiempo que ayuda al profesor a evaluar lo razonables que sean sus procedimientos de prueba.

En los ambientes socioculturales donde se desarrolla el alumno, se observa que existen factores poco favorables como son: bibliotecas deficientes, ubicación de -- las escuelas, rodeadas de ruido, horarios, grupos numerosos, etc., que dificultan su desenvolvimiento, por lo que se le deben proporcionar técnicas de estudio que le permitian enfrentar de la mejor manera su responsabilidad como.

estudiante (documento de trabajo del CCE, I.P.H., 1981).

Los datos mencionados de deserción con respecto a sus actividades de estudio aunado a las aportaciones obtenidas por investigaciones acerca de deficiencias en el estudio, desembocan en la elaboración de un curso de hábitos de estudio. De estas investigaciones es importante mencionar el estudio hecho por Weigel y Weigel, 1967, quienes encontraron que los estudiantes tienen conocimiento adecuado de las habilidades de estudio, pero que no las utilizan; por lo tanto, concluyeron que los cursos de hábitos de estudio deben maximizar el uso de estas habilidades.

Por otro lado, Robyak y Patton 1978, Robyak y Dowhey 1979, llegaron a la conclusión de que el resultado de un curso de hábitos de estudio puede estar determinado por los diferentes núcleos de rendimiento académico previo, incluyendo una disposición característica o necesidad de usar las habilidades y formar hábitos de estudio.

Con esto se quiere decir que el estudiante requiere de objetivos definidos, de un plan de acción y de voluntad persistente para llevarlo hasta el logro de dichos objetivos.

El curso de hábitos de estudio planteado en este trabajo emplea el método de estudio dirigido que tiene por objeto propiciar la adquisición más rápida y segura de un-

método de trabajo.

El estudio dirigido conjuga los elementos necesarios para realizar de manera sistemática el proceso de enseñanza-aprendizaje, sin embargo, la calidad de éste no podrá lograrse mientras no se enseñe al educando a utilizar sus propias capacidades.

Se concluye que es tarea de todo un grupo de la educación (psicólogos, pedagogos, profesores, orientadores educativos, etc.) proporcionar la metodología y los instrumentos adecuados, planes de estudio, de acuerdo a las necesidades e intereses de los alumnos y de la sociedad en la cual se desarrolla, para hacer del alumno el agente de su propio aprendizaje, dentro y fuera de la escuela. Desde este punto de vista se hace necesaria la aplicación de conocimientos, la modificación de actitudes, el desarrollo de habilidades para evitar el aprendizaje superficial que es pasajero y que sin dejar huella sólo permite alcanzar una calificación (Documento de Trabajo de la Dirección General de Educación Secundaria, SEP, 1982).

Este trabajo comprende una parte teórica y otra aplicada. La primera está integrada por tres capítulos que están relacionados con las funciones de la educación. En el primero se describen las funciones que desempeña el psicólogo educativo como son el de auxiliar y reforzar el pro

ceso enseñanza-aprendizaje.

En el segundo capítulo se hace una descripción de las funciones de la orientación educativa tomando como referencia el programa de la Dirección de Orientación Educativa del I.P.N. (Instituto Politécnico Nacional). El Tercer capítulo analiza la importancia de los hábitos de estudio para el desarrollo del alumno en el ámbito escolar y por consiguiente en el proceso enseñanza-aprendizaje, -tonando en cuenta el estudio dirigido y sus características.

La segunda parte del trabajo que es el estudio --- aplicado, consta de trece sesiones, que forman el "curso de hábitos de estudio, una alternativa", y tiene por objetivo ofrecer a las escuelas de nivel medio superior un -- programa de apoyo para introducir a los alumnos en el estudio. La primera sesión se dedica a favorecer el desa-- rrollo de las relaciones humanas en el grupo; nueve sesio-- nes al conocimiento, comprensión y aplicación de técnicas de estudio que se seleccionaron de acuerdo a las necesida-- des manifestadas por alumnos, maestros y a la experiencia personal; dos sesiones se emplearon para el análisis y -- síntesis que los alumnos hicieron de las técnicas de estu-- dio de este curso, las que aplicó en el método de estudio dirigido con materias de su grado escolar; y finalmente -- una sesión donde se evaluó el curso entre alumnos e ins--

tructoras. Además se elaboró la carta descriptiva (†) del curso, en la cual se puede ver de manera sintética su estructura, en la que se indica el número de sesiones, tema, objetivo, actividad, material (††) y técnicas de dinámicas de grupo (†††), tiempo y observaciones.

Al final de cuenta con un apéndice titulado Adolescencia y sus características, ya que es importante conocer las para una mejor comprensión del alumno, debido a que el curso está enfocado a esta población.

† Ver anexo 1.

†† Ver anexo 2 (Se incluyen los materiales indicando a qué sesión corresponden).

††† Ver anexo 3.

(Se incluyen la descripción de las técnicas de dinámicas de grupo y ejercicios usados en cada sesión.

INDICE DE APROVECHAMIENTO DE NIVEL MEDIO SUPERIOR

	TOTAL			1o. AÑO			2o. AÑO			3o. AÑO		
	Inscripción Total	Existencia	Aprobados	I.T.	E.	A.	I.T.	E.	A.	I.T.	E.	A.
México 1980-1981	28553	25768	21464	9388	8407	7818	8333	7945	5910	10832	9416	7736
Distrito Federal 1980-1981	44235	41385	30518	18221	16500	11514	13912	13194	9374	12107	11691	9630
México 1981-1982	7382	6657	5093	4039	3681	2845	1730	1485	1174	1613	1491	1074
Distrito Federal	52248	47008	38777	24258	21438	17321	14813	13246	11817	13177	12324	9630

CENTRO DE ESTUDIOS CIENTIFICOS Y TECNOLOGICOS No. 4

CURSO HABITOS DE ESTUDIO DIRIGIDO

1er. SEMESTRE 1980 - 1981

	TOTAL DE GRUPOS	MAQUINAS Y HERRAMIENTAS	TECNICO EN CONSTRUCCION	TECNICO ELECTRICISTA
GRUPOS INSCRITOS.	18	6	6	6
TOTAL DE ALUMNOS.	1080	360	360	360
GRUPOS QUE TOMARON EL CURSO.	6	2	2	2
% DE ALUMNOS APROBADOS QUE TOMARON EL CURSO.	75%	75%	74%	76%
% DE ALUMNOS APROBADOS QUE NO TOMARON EL CURSO.	50%	50%	50%	50%

BIBLIOGRAFIA

Enciclopedia Universal Ilustrada Europea
Americana, Tomo XXVII. Espasa-Calpe, -
S. A. y Madrid, Barcelona.

- - - - -

Haddad Slim, Mario. Psicología y Aprendizaje, Una Aventura Intelectual, Editorial Mc Graw Hill, México, D. F., 1983.

- - - - -

Mastache, Román, Jesús. Estudio Dirigido, Editorial Bolívar, S. de R. L., México, 1945.

- - - - -

Metodología General de la Enseñanza, 1981, Vols. I y II.

- - - - -

González, Diego. Didáctica o Dirección de Aprendizaje (Parte general), Editorial Cultural Centroamericana, Argentina, 1981.

- - - - -

Grolier A. Enciclopedia Autodidáctica. - Editorial Quillet. México, 1985.

- - - - -

Larroyo. La Ciencia de la Educación. Editorial Formis, S. A. México, 1958.

- - - - -

Tecnología Educativa. S.E.P. México, D.F. 1983.

- - - - -

Villarreal Canseco, Tomás. Didáctica General,
Ediciones Oasis, México, 1981.

Knowles, Malcolun, S. El Estudio Autodirigido,
Editorial Alhambra Mexicana, México, 1982.

PRIMERA PARTE

ELEMENTOS TEORICOS

CAPITULO I

PSICOLOGIA EDUCATIVA

Una pregunta que surge es ¿Qué ayuda nos puede proporcionar la Psicología Educativa?, se examina más acerca de la Psicología que de la educación, puesto que la Psicología es la ciencia de la conducta; en este campo el psicólogo se encarga de la investigación sistemática de los fenómenos de la conducta y establecer principios mediante los cuales pueda entenderlos; para esta finalidad el psicólogo se vale de los métodos de la ciencia, como es: observar cuidadosamente la conducta y luego llevar a cabo registros precisos y ordenados; la educación por otra parte es un proceso social, cuyo objetivo es modificar la conducta de manera concreta y conveniente. (Janicet Cibsan, 1978).

Cuando se sugiere que la Psicología puede ser válida en el análisis y en la valoración de la práctica educativa, no se refiere a esta concepción crítica de la ciencia de la psicología, sino a un tipo de psicología que es empírica y sistemática. Empírica significa que los principios y las generalizaciones que se aplican se han derivado del experimento y de la observación cuidadosa, practicados en tal forma que otras personas puedan verificarlos. Sistemática significa que los datos y las interpretaciones se ordenan y se organizan de tal manera ...

que todo el sistema ilumina y califica a cada una de las partes separadas. Así, la teoría psicológica que servirá de base tiene sus raíces en la investigación "pura" del laboratorio, así como en los descubrimientos de estudios llevados a cabo en salones de clase reales (Morris F. Eson, 1972).

Por lo tanto la Psicología Experimental humana colabora particularmente con el estudio del aprendizaje (Gardner Lindzey, 1978).

Dado que la Psicología y la Psicología Educativa se ocupan del problema del aprendizaje, ¿cómo distinguir entre los intereses teóricos especiales y los de investigación de ambas disciplinas?. Como ciencia aplicada, la psicología educativa no trata las leyes generales del aprendizaje en sí mismas, sino tan sólo aquellas propiedades del aprendizaje que pueden relacionarse con las maneras eficaces de efectuar deliberadamente cambios cognoscitivos estables que tengan valor social (Ausubel, 1953). La educación, por consiguiente, se concreta al aprendizaje guiado o manipulado, encauzado hacia fines prácticos y específicos. Estos fines pueden definirse como la adquisición permanente de cuerpos estables de conocimiento y de las capacidades necesarias para adquirir tal conocimiento (Ausubel, 1978).

El interés del Psicólogo en el aprendizaje, por otra parte, es mucho más general. Le conciernen muchos otros aspectos del aprendizaje, aparte del logro, eficiente de las capacidades y destrezas mencionadas para el desarrollo dentro de un contexto dirigido. Más convenientemente el Psicólogo investiga la naturaleza de experiencias de aprendizaje simples fragmentarias o de corto plazo, que supuestamente son más representativas del aprendizaje, en lugar de las clases de aprendizaje permanente comprendidas en la asimilación extensa y los cuerpos organizados de conocimiento. En consecuencia, las siguientes clases de problemas del aprendizaje incumben especialmente a la investigación psicoeducativa, a) descubrir la naturaleza de aquellos aspectos del proceso de aprendizaje que afecten, en el alumno, la adquisición y retención a largo plazo de cuerpos organizados de conocimiento. b) el amplio desarrollo de las capacidades para aprender y resolver problemas; c) averiguar cuáles características cognoscitivas y de personalidad del alumno, y qué aspectos interpersonales y sociales del ambiente de aprendizaje, afectan los resultados de aprender una determinada materia de estudio, la motivación para aprender y las maneras características de asimilar el material; d) determinar las maneras adecuadas y de eficiencia máxima de organizar y presentar materiales de estudio y motivar y dirigir deliberadamente el aprendizaje hacia metas concre-

tas (Ausubel, 1978).

Otra manera de resumir la diferencia entre ambas disciplinas consiste en afirmar que son los aspectos generales del aprendizaje de salón de clase; esto es, el de una materia de estudio, guiada premeditadamente dentro de un contexto social, es el campo especial del Psicólogo educativo. La materia de estudio de la Psicología Educativa puede inferirse directamente de los problemas a que se enfrenta el profesor de salón de clase. (Ausubel, 1978).

Sus investigaciones tratan las variables de la interacción entre el alumno y el profesor, tipo de enseñanza y agrupamiento según sus capacidades (Gardner Lindzey, 1978).

Por ejemplo, para enseñar con eficacia en el aula, el maestro debe comprender a sus alumnos, ya que ellos avanzan en edad, y aumenta su capacidad de comprender pensamientos más complejos y abstractos para "asimilar" otras y diferentes clases de información ya que aumentan a cada paso. Y conforme cada alumno va cambiando, los métodos de enseñanza que modificarán con mayor eficacia su conducta tendrán que cambiar. El Psicólogo Educativo estudia las diferencias individuales y la influencia de las mismas en la forma en que aprenden las personas. Las diferencias intelectuales así como las semejanzas en materia-

de intereses, actitudes, motivaciones y ajustes. Aplicadas verdades descubiertas por el psicólogo en el laboratorio a las situaciones escolares, el maestro que no hace uso adecuado de los principios del reforzamiento no podrá esperar que sus alumnos aprendan necesariamente. Traza métodos de evaluación y medición de la conducta para determinar si los alumnos han aprendido de verdad gracias a la enseñanza que se les ha proporcionado. Un maestro no puede saber si ha alcanzado la meta que se ha propuesto hasta que mide los progresos alcanzados y los hace de manera que posea validez. El maestro puede aplicar con toda propiedad su enseñanza, todos y cada uno de los principios conocidos de la conducta y sin embargo hasta que no mide el aprovechamiento de sus alumnos, a su entera satisfacción no sabrá qué es lo que ha logrado. Los procedimientos de evaluación que se usan rutinariamente; en las escuelas de hoy se ha ido perfeccionando hasta el punto de que ahora son instrumentos complejos y muy refinados, es decir, el psicólogo de la educación ha desarrollado un conjunto de instrumentos de investigación, utilizando técnicas de investigación particulares para el estudio del desarrollo y del aprendizaje. La comprensión de estas técnicas e instrumentos le ayudan al maestro a evaluar los resultados de la educación y de la investigación en materia de Psicología Educativa (Janicet Gibson, 1978).

Una comprensión de la Psicología Educativa colocará al maestro en una mejor posición para decidir qué puede hacerse y cómo, qué no dará resultado, y por qué. Le dará una perspectiva más clara de lo que constituyen las metas realistas para el alumno en su estado actual de desarrollo y cómo puede ser ayudado a alcanzar estas metas. Debe capacitar al maestro para desempeñar un papel más eficaz de sincronizar el plan de estudios a las necesidades, metas y objetivos de los alumnos individuales en su clase y evitar muchas dificultades experimentadas por los maestros que operan sobre la premisa de que es responsabilidad de los niños adaptar sus necesidades y aspiraciones al plan de estudios fijado por el maestro. En resumen, una comprensión de la psicología educativa debe aumentar la eficacia con que el maestro ayuda al alumno a la realización de su capacidad máxima y, no menos importante, debe dar por resultado reducir la frustración para el maestro y el alumno por igual. (George J. Maully, 1973).

BIBLIOGRAFIA

E. Eson Morris, Bases Psicológicas de la Educación, Nueva Editorial Interamericana, S. A. de C. V., 1978.

Gardner Lindzey y F. Thompon, Universidad de Texas - Psicología, Barcelona, 1978.

J. Movly George, Psicología para la Enseñanza - Nueva Editorial Interamericana, S. A. de C. V., 1978.

Janicet - Gibson, Psicología Educativa, La Psicología Educativa y algunos fines del Maestro, Editorial Trillas, 1978.

P. Ausubel, David, Psicología Educativa, Editorial Trillas, 1978.

C A P I T U L O I I

LA ORIENTACION EDUCATIVA Y VOCACIONAL

Surgió con el advenimiento de la división del trabajo. Esta era una necesidad que fácilmente se satisfacía por el escaso número de posibilidades y porque generalmente los hijos realizaban el oficio del padre. Sin embargo, suponer que el problema de la Orientación Educativa y Vocacional constituye una invención de nuestro tiempo sería erróneo. Cuanto más compleja, variable y opulenta llega a ser una sociedad, tanto más esencial es el papel que desempeña en ella la Orientación Educativa y Vocacional. En una sociedad sencilla, un niño sabe, casi desde la infancia, cuál es su lugar en la vida; y su educación formal o informal, le proporciona los conceptos y destrezas que necesitará. En un mundo moderno cuando un niño nace, nadie sabe con exactitud qué se espera de él cuando sea hombre y ante él se abren varios caminos distintos. Este niño deberá estar preparado para encontrar un lugar y mantenerse en él dignamente y alcanzar un grado de estabilidad personal en sus propias emociones y relaciones con otras personas. Hay problemas de carácter doméstico, estético, intelectual, moral, jurídico, político y religioso que no han sido resueltos y mucho menos los de carácter económico y social (Gal Roger, 1958).

En décadas recientes, especialmente en el periodo posterior a la Segunda Guerra Mundial se ha apreciado el rápido crecimiento de la Orientación Educativa y Vocacional (prestando ese servicio en instituciones públicas y privadas). En escuelas superiores, como universidades y el Instituto Politécnico Nacional (IPN) de este país, los centros de orientación ya no se consideran como innovaciones interesantes, sino como partes indispensables de la estructura administrativa. Los orientadores trabajan en casi todas las escuelas de enseñanza media superior y figuras también en gran número, en las escuelas secundarias. En estas instituciones los servicios de orientación incluyen muchas actividades destinadas a auxiliar a los alumnos en sus problemas de ajuste y en sus necesidades. Estas necesidades incluyen las de salud (física y mental), las sociales y recreativas, las morales, las educativas, las de áreas vocacionales y económicas (Manual de Información de La Dirección General de Orientación Educativa, 1982).

En este trabajo se hará referencia a la Orientación Educativa y Vocacional.

a.- Concepto de Orientación Educativa y Vocacional.

La Orientación Educativa es un servicio cons--

tante de ayuda al alumno para favorecer el desarrollo de actitudes positivas en un ambiente propicio dentro del cual sea factible encaminar el proceso de preparación, a fin de promover actitudes deseadas en el estudio; considerar en primer término las exigencias educativas del sistema (puntualidad, orden, etc.), es decir, el proceso en donde se ayuda al alumno a planear su programa educativo.

Y se prepara para realizarlo basándolo en sus adelantos, intereses, necesidades, habilidades e inclinaciones, desarrollando armónicamente todas las facultades del alumno; pensamiento y resolución de problemas, sentimientos, imaginación y acción orientada con firmeza.

El exacto concepto humanista de la educación, a la cual no debe ser ajeno nada que al hombre se refiera, pues el encauzamiento, conducción del alumno mediante la integración de su conciencia y su carácter junto con la visión más clara que sea posible de su destino, de su misión en la vida por el descubrimiento de aficiones y aptitudes, constituyen la esencia y fin de la educación.

Lo deseable sería que los educadores encontraran cada vez con mayor frecuencia, que es útil pensar en la educación como un proceso en el cual se orienta el aprendizaje y tomar en cuenta los siguientes puntos (Mira y López, Emilio, 1965).

1. Estudio del equilibrio. Los orientadores educativos contribuyen con las escuelas en salud mental y tratan de ayudar a que la enseñanza no sea autoritaria y arbitraria siendo tutores en grupo y mediadores en problemas maestro-alumno, impartiendo pláticas de relaciones humanas.

2. Adaptación. Los orientadores ayudan a que los alumnos conozcan el nuevo sistema en que se desarrollan, dándoles a conocer todos los elementos para su estancia en una institución.

3. Desarrollo de técnicas de asesoramiento. Individual y orientación de grupo, que permitan a los estudiantes a ser partícipes de la actividad educativa.

4. Favoreciendo la toma de decisiones del alumno para sus finalidades. Este es un paso, ajeno a las situaciones educativas en la cual los maestros toman decisiones por los estudiantes con respecto a finalidades que solamente reconocen los mismos maestros. La persona que imparte la orientación ayuda a esclarecer los problemas, llama la atención hacia posibles consideraciones que puedan haberse pasado inadvertidas.

Pero el factor que determina si un asunto o situación determinada representa un problema, es el reconocimiento y aceptación de ellos, por la persona o alumno que

es responsable de su situación (Chleussebaire, Alejandro, 1955).

5. Realización de actividades de estudio y de investigación. El programa de Orientación Educativa conduce a un programa continuo de investigación y de estudio de sus alumnos (Rhodes, James A., 1975).

Si los educadores orientan el aprendizaje, cada alumno, sin perder de vista los valores inherentes a lo individual, se integrará a su grupo y sumará sus intereses de la escuela, la sociedad y de su país a los valores que presiden la evolución de la humanidad. (Mira y López, 1965).

Actualmente la orientación se concibe como asignatura al alumno en la formación de una imagen objetiva de sí mismo y de una visión realista y crítica de la realidad que lo circunda.

b. Su desarrollo en México.

Gran parte del desarrollo de la orientación educativa en México se ha debido al interés de las autoridades de la educación por incluirla en los sistemas de enseñanza.

En 1914 por iniciativa del profesor Lauro Aguirre (ENM) se estableció una oficina que poco después, en-

colaboración con el Dr. Santamarina, su propio creador, - transformó en Departamentos de Psicopedagogía e Higiene, - y que luego en 1936, dio lugar al Instituto Nacional de - Psicopedagogía. (Conferencias de C.E. V. U.N.A.M., 1950)

En 1926 la formación del adolescente se considera- ba importante en las instituciones de nivel medio supe- - rior para poder realizar estudios superiores.

Posteriormente la Secretaría de Educación Pública, organiza el Dpto. de Psicopedagogía e Higiene Mental, la- sección de Orientación Educativa y Vocacional y el Insti- tuto Nacional de Pedagogía, cuyas funciones consistían en realizar investigaciones de índole psicopedagógica de cla- sificación de información profesiográfica y de aplicación de métodos de selección escolar.

En 1933 la UNAM organiza varios ciclos de confereⁿ - cias sobre el campo profesiográfico, como primer signo de su preocupación por la Orientación a nivel profesional.

Un paso firme puede considerarse la fundación del- Instituto de Psicopedagogía en 1937, prestando uno de sus principales servicios, la Orientación Profesional.

Su primer director fue el Dr. Guillermo Dávila y - se destacaron como funciones principales la psicofisiolo- gía del trabajo, el estudio de la Orientación Vocacional,

la selección profesional y organización del trabajo, la preparación de especialistas y la divulgación científica. Esto dio lugar a la organización de un laboratorio de --- Orientación Profesional, con sus oficinas de estudios socio-económicos.

En 1950 empezó a funcionar el Instituto Nacional de la Juventud Mexicana, al cual puede considerársele como coadyuvante para proteger a los jóvenes, dándoles oportunidad para prepararse física y culturalmente e incrementar en ellos los valores cívicos y morales concomitantes a todo ciudadano, así mismo estudiar los problemas de cada muchacho para procurar su resolución,

En 1940 con el establecimiento de la carrera de --- Psicología en la UNAM y en la ENS, se inicia la preparación de las especialidades que habrán de dedicarse a la orientación en las diversas instituciones educativas.

En 1953 La Sociedad de Estudios Profesionales, se ocupa de los problemas que plantea la O. E. y V. realizando una primera reunión en la Ciudad de México, en la cual se subraya el carácter del proceso ininterumpido que debe tener la orientación a través de las diversas etapas educativas.

A raíz de esto se llevan a cabo diversas reuniones en el interior de la república.

Se crea en la U.N.A.M. el servicio de Psicopedagogía y el Departamento de Orientación en la Escuela Nacional Preparatoria; en la S.E.P. el Departamento de Orientación Escolar y Profesional dependiente de la Dirección General de Enseñanzas Tecnológicas, Industriales y Comerciales y los respectivos departamentos psicopedagógicos en las Universidades de Guadalajara, Monterrey y Guanajuato.

En 1960 se crea la Comisión Especial de Orientación Profesional dentro del Consejo Nacional Técnico de la Educación, la cual lleva a cabo un plan de formación de orientadores del magisterio. A partir de ese año para el mejor desempeño de la labor orientadora, se incrementa en México, la investigación sobre problemas psicopedagógicos y ambientales.

Por su parte el Departamento de Psicopedagogía y salud mental de la UNAM realiza un estudio similar de los factores psicológicos, académicos y sociológicos que afectan a los estudiantes de las escuelas profesionales. En este mismo departamento se investigan además, los problemas de personalidad de los alumnos y la forma en que sus problemas revierten en el desarrollo de sus potencialidades.

La Universidad Nacional Autónoma de México inicia en 1966 un proceso de reforma en los aspectos básicos de-

docencia, investigación científica, difusión cultural y administración.

Dentro del plan general de la reforma se plantea -- también una reorganización de los servicios de orienta- ción de acuerdo a los objetivos de integración y actualiza ción; la orientación se plantea como "la unidad de lo so- cial y lo pedagógico, lo cultural y lo escolar, lo vocacio nal y lo político"; en una palabra, se convierte en orienta ción integral.

Ante el imperativo de orientar a los amplios secto- res de estudiantes sin descuidar la atención a problemas - individuales, se han utilizado los más diversos recursos: - orientación audiovisual, por correspondencia, a través de- conferencias, mesas redondas, consulta individual y de gru- po, etc.

Actualmente la orientación se concibe como "asisten- cia al alumno en la formación de una imagen objetiva de sí mismo, y de una visión realista y crítica de la realidad - que lo circunda". Ello abarca una gúfa tanto psicopedagó- gica como sociocultural. (Programa de O.E., 1960).

La SEP considera que la orientación de las vocacio- nales desborda ampliamente en ámbito de las labores escola res y explican porqué se incorporaron como elementos esen- ciales para el buen desempeño de la tarea, las siguientes-

directrices:

Mantener actualizado el registro y clasificación de las oportunidades de trabajo en cada región del país, en especial los aspectos reales de las ocupaciones y el aprendizaje que requiere:

Atenuar las tendencias estereotipadas hacia ciertas profesiones e incrementar el prestigio social de otras ocupaciones menos conocidas, o injustamente devaluadas.

Preferir el método de acumular observaciones durante el desarrollo de los estudios a utilizar exámenes diagnósticos en busca de soluciones rápidas y concretas; establecer el mejor ajuste profesional que se logra si el sujeto hace por sí mismo la decisión sin excluir el consejo prudente de figuras realmente significativas y bien informadas; y evitar confundir la labor de orientación o fomento del impulso vocacional con la selección para fines de trabajo y aun de instrucción.

El Consejo Nacional Técnico de la Educación en 1969, estudió los aspectos humanos de la Orientación Vocacional y sus relaciones con el desarrollo económico, social y político del país. Entre las recomendaciones que surgieron de ese estudio destacan la de conferirle carácter ejecutivo al Servicio Nacional de Orientación Vocacional (3 Nov.); la de fomentar la aplicación de los métodos acti

vos de enseñanza como medio de encauzar las inquietudes vocacionales; la de multiplicar la información oportuna sobre ocupaciones importantes, la de incrementar las relaciones importantes, la de incrementar las relaciones del sistema educativo con los sectores que captan a los egresados; y la de mantener y acrecentar el interés de todas las instituciones sociales en el Programa Nacional Sistemático de Orientación y Formación Vocacional. (Investigación Realizada por la DOE, 1982, IPN.).

En 1968, tuvo lugar la octava Asamblea Nacional Plenaria del Consejo Nacional de la Educación, en la que se abordaron como temas básicos, la reforma al sistema educativo nacional, la relación entre desarrollo educativo y económico, la organización de la educación media y superior y la importancia de la investigación científica dentro del contexto de la enseñanza superior.

Se destacó también la importancia de que los conocimientos del alumno se evalúen en términos cualitativos y no cuantitativamente, considerando más el desempeño cotidiano que los resultados eventuales de exámenes de aprovechamiento. Se fundó el servicio nacional de adiestramiento de mano de obra técnica que desarrollará un programa de creación de centros de capacitación para el trabajo industrial y agrícola. Se subrayó la necesidad de dar una continuidad orgánica a los ciclos escolares y

de utilizar los medios masivos de comunicación educativa, prensa, cine, radio y televisión. Se enfatizó la relevancia de la orientación en todos los niveles de enseñanza y se hizo referencia a la dimensión nacional de este esfuerzo creciente. (Universidad Nacional Autónoma de México -- 1950, Conferencia de O. Vocacional, UNAM.).

c. Desarrollo de la Orientación en el Instituto -
Politécnico Nacional a Nivel Medio Superior.

Las acciones de orientación educativa en el I.P.N. se remontan al año de 1956 cuando fue creado el Departamento de Orientación con base en la Oficina de Biotología que estudiaba ocasionalmente a los alumnos. (Historia de la OE en el I.P.N. 1980, Departamento de OE.).

Posteriormente en 1961 se editó la primera guía de carreras; tomándose como base la primera investigación fisiológica y en 1978 surge la primera versión de un programa sistematizado de actividades de orientación educativa que fue elaborado por un grupo de personas con experiencia en estas tareas.

Las actividades de orientación se llevaban a cabo en tareas permanentes complementarias, de apoyo y en tiempos extracurriculares.

En el año de 1980, con la creación de la Dirección de Orientación Educativa, se efectuaron consultas con ---

autoridades, estudiantes, personal especializado, profesores, etc., para conocer las necesidades de orientación de los alumnos de nivel medio superior de donde surgió el programa que se empezó a aplicar extracurricularmente en el año escolar 1980-1981.

En el año lectivo 1982-1983, ya incluida la orientación educativa en el curriculum, el programa se actualiza de acuerdo a la reestructuración del nuevo plan de estudios de los Centros de Estudios Científicos y Tecnológicos (CECyT).

El propósito del programa actual del I.P.N. es dotar al estudiante de elementos que le permitan integrarse a la escuela elegida; conocer los derechos y obligaciones que como miembro de la comunidad politécnica le corresponden; descubrir sus limitaciones y posibilidades de desarrollo; así como disponer de la información sobre la oferta educativa del I.P.N., las características profesionales de las diversas carreras, el mercado ocupacional y la necesidad de profesionistas que genera el desarrollo del país.

Su estructura implica actividades permanentes y actividades transitorias, las primeras están enfocadas al trabajo directo con los grupos y están distribuidas a lo largo de 6 semestres de acuerdo al grado de complejidad de sus objetivos. Las actividades permanentes abar-

can las siguientes áreas:

- a. Area de información institucional que incluye sesiones destinadas a favorecer la adaptación del estudiante al medio escolar y social del I.P.N.
- b. Area de hábitos de estudio, que incluye sesiones enfocadas a identificar los problemas relacionados con las actitudes hacia el estudio y la adopción de técnicas que le permitan optimizar el proceso enseñanza-aprendizaje.
- c. Area de información profesiológica, que incluye sesiones dirigidas a dotar al estudiante de elementos que faciliten la elección profesional.
- d. Area de relaciones humanas, que incluye sesiones encaminadas a favorecer las interrelaciones personales.

Las actividades transitorias se denominan complementarias y de apoyo, ambas amplían la cobertura de acción de las tareas permanentes de orientación. Las primeras abarcan como universo de trabajo, además de los estudiantes a nivel individual y grupal, a docentes, no docentes (secretaría, trabajadores manua-

les, etc.) y padres de familia.

Las de apoyo abarcan a otros departamentos de la propia escuela (servicio médico, social, talleres, etc.) así como instituciones de educación y desarrollo que puedan colaborar en las actividades programadas. Estas acciones están ubicadas a todo lo largo de la formación académica del estudiante del nivel medio superior. Gráficamente, este programa se representa de la siguiente manera: (Programa de Orientación Educativa en los CECyT. 1980, IPN).

PROGRAMA DE ORIENTACION EDUCATIVA DEL
I. P. N.

<u>Tipo de Actividades</u>	<u>Areas de Acción</u>	<u>Sesiones</u>	<u>Dirigida</u>
PERMANENTES	I.- Información institucional.		Grupos escolares.
	II.- Hábitos de estudio.		
	III.- Información profesiográfica.		Estudiantes (individual) Grupo de --- Orientación.
	IV.- Relaciones Humanas.		
TRANSITORIAS	- Semana propedéutica		Estudiantes (individual)
	- Seguimiento del aprovechamiento de alumnos.		
	- Aplicación de estudios psicológicos.		Grupos escolares.
	- Canalización de casos al depto. de diagnóstico y atención.		Grupos de --- Orientación.

<u>Tipo de Actividades</u>	<u>Areas de Acción Sesiones</u>	<u>Dirigida</u>
	- Organización de jornadas de trabajo.	Institución.
	- Promoción y difusión profesional.	
	- Capacitación de personal Docente y no Docente.	
	Promoción de jornadas de trabajo con las siguientes entidades:	- Padres de familia.
A	- Servicio social.	- Personal no docente.
P	- Servicio médico.	
O	- Talleres.	- Personal docente.
Y	- Escuelas profesionales.	
O	- Padres de familia.	
	- Canalización de problemas a los depts. de becas y bolsa de trabajo.	
	- Coordinación inter y extra institucional.	

La orientación educativa y vocacional participa de las finalidades esenciales ante las cuáles se organiza la educación.

Guiar al alumno hacia una inteligente y objetiva elección de metas; Propiciará su adaptación ante hechos y ante situaciones representativas de la actividad general que normalmente desempeñan los alumnos de esta etapa y en este tiempo; colabora en la constitución de actividades constructivas en los alumnos y en los grupos en que desempeña su función conductera, colabora en el ánimo del alum

ne la estrecha relación que existe entre la amplitud y -
calidad de su aprendizaje y la eficiencia que puede y de
be mostrar, en la ocupacional, o en sus estudios avanza-
dos, relaciona las metas hacia las que se dirigen sus as-
piraciones de estudio con la realidad socioeconómica, --
considerará sus limitaciones personales, tanto orgánicas
como de capacidad general, entre los diversos niveles --
que se escalonan en el sistema educativo; pugna porque -
se eliminen los prejuicios que aún subsisten aunque ya -
con tendencia a reducirse, en cuanto a elección vocacio-
nal.

Limitaciones de ingreso de la mujer en los nive-
les profesionales y sub-profesional, sub-valoraciones de
profesiones fundamentalmente manuales sobre las preferen-
tamente intelectuales; antepono las que se han de ejecu-
tar en la ciudad, sobre las que se habrán de realizar en
las zonas suburbanas o aún rurales. Obtiene la útil con-
ciencia de objetivos que, sistemáticamente pretende al-
canzar la escuela de nivel medio superior y las que in-
tenta obtener el grupo familiar. Propiciará en el alum-
no el advenimiento de una madurez social que le permita
realizar su vida en forma creadora, agregando activamen-
te su esfuerzo personal al de los demás. (Programa de -
O. Educativa en los CECyT 1980, I.P.N.).

B I B L I O G R A F I A

Orientación Educativa y Vecacional, Manual de Información de la Dirección General de Orientación Educativa, 1982.

Mira y López, Emilio, Manual de Orientación Profesional, 6a. Edición - Buenos Aires, Ed. Kapelusz, 1965.

Rhodes James A., Educación y Orientación Vocacional, Vers. de Ana L. Laguzzi; de Jones. Buenos Aires - Ed. Paidós, 1978.

CAPITULO III

HABITOS DE ESTUDIO

El hábito es una aptitud cualquiera, adquirida -- por el ejercicio para una determinada clase de actividad, la repetición de movimientos y actos, determina la orientación de la actividad psíquica, psicofisiológica y aun mecánica en un sentido determinado y constituye una modificación aportada a las condiciones naturales del ser en que se produce. El hábito es como se ha dicho desde la antigüedad una segunda naturaleza y entra de lleno en la categoría de las disposiciones e inclinaciones funcionales (Enciclopedia Universal Ilustrada, tomo XXVII).

Ya que el hábito es una aptitud adquirida para -- realizar con facilidad ciertos hechos o actos, más o menos complejos o una disposición adquirida para soportar ciertas influencias; vestirse, comer, montar en bicicleta, tocar un instrumento musical, soportar un clima, --- etc., en el primer caso se trata de un hábito motriz o -- activo; en el segundo, del hábito afectivo o pasivo. -- (A. Grollier, 1985).

FORMACION DE LOS HABITOS. El hábito motriz o activo en la mayoría de los casos, el factor es esencial, es la repetición, advirtiéndose, sin embargo, que cuando se habla de la repetición de un mismo acto, se dice esto de manera convencional. El alumno que se limitara a recopi

lar sus primeros garabatos, jamás aprendería a escribir; es preciso corregir incesantemente y mejorar, tener presente en el espíritu un modelo mental que dirija los esfuerzos. Por otra parte, la repetición está secuenciada por la descomposición de la acción en actos elementales que se ejecutan primero separadamente, para que lleguen a ser familiares, antes de componer el acto más complejo.

Por último, el papel que desempeña la atención -- facilitando la adquisición fácil y rápida del hábito. En cuanto a los hábitos pasivos, nacen de la acción prolongada de una influencia y de la graduación de su intensidad (A. Grollier, 1985).

Para una mejor comprensión, se clasifican a los -- hábitos en 4 clases: biológicos, motrices, mentales y -- del comportamiento (Haddad Slim, M. 1983).

HABITOS BIOLÓGICOS. Son aquellos que los organismos vivos desarrollan en relación con las funciones de -- sus vidas vegetativas y de relación; ejemplo; habituarse a cambios ecológicos, de altitud, de clima, de estación, de alimentación, de condiciones de salud o de vida.

HABITOS MOTRICES. Son los que cotidianamente se -- ejecutan de manera subconsciente y automática; abrir una -- puerta, sentarse en una silla, tomar un baño, conducir --

un automóvil, etc.

HABITOS MENTALES. Como el prestar atención, el de calcular, el de razonar, el de resolver situaciones o problemas o bien como el de repetir las tablas de multiplicar subconscientemente sin razonar.

HABITOS DE COMPORTAMIENTO. Son como el de estudiar, el de cumplir, sobrio, asentado, serio, honesto, responsable y fiel; o bien los hábitos epuestos.

Es también posible lograr el hábito de disfrutar los bienes de la naturaleza; la vista, la salud y la inteligencia, el clima y el sol, los paisajes y la aurora, el crepúsculo, una cascada de agua y una bella compañía.

FASES DEL HABITO. Todos los hábitos pueden obtenerse sin más reserva que la limitante en los hábitos de estudio, negativos, por su naturaleza misma; de hecho al consignar que los hábitos se adquieren, se está significando, no que se obtienen espontáneamente, sino que se procesan, se van formando.

Esto desemboca en algo trascendente, una primera fase del hábito: la procesal o formativa. Pero una vez adquirido el hábito, habrá que consolidarlo, que fijarlo, esa será la fase de estabilidad o de permanencia, que para formar criterio nunca resulta absoluta en senti

do estricto, el hábito sin esfuerzo tiende a la extinción progresivamente (Haddad Slim, M., 1983).

De acuerdo a lo mencionado anteriormente, el hábito es una disposición relativamente estable, adquirida por la experiencia, por la vivencia de actos eslabonados de repetición o de práctica mejorada cada vez, esto es, de ejercitación que conduce al perfeccionamiento.

EFECTOS DE HABITO. Los efectos de los hábitos pueden reducirse a dos: al perfeccionamiento gradual del acto y al carácter cada vez más maquinal del mismo.

El progreso del hábito consiste tanto en lo que suprime como en lo que construye.

Por todo lo anterior, es válido inferir que cuando se está procesando un ciclo de enseñanza-aprendizaje que pretende desembocar en la adquisición de una nueva conducta, que en este caso, sería el estudio dirigido, simultáneamente se está procesando la formación de un hábito o una serie de hábitos, que habrán de consolidarse en una fase relativamente estable, dando génesis, precisamente a una nueva conducta o aptitud perseguida (Haddad Slim M., 1983).

Una vez que se conoce lo que es un hábito y la importancia que tiene para el estudiante, la adquisición

de hábitos en este trabajo (sería el estudio dirigido). se imparte el curso "hábitos de estudio una alternativa", donde se da a conocer lo que es el estudio dirigido, ya que entre el estudio y el aprendizaje hay un nexo inseparable que los convierte en términos correlativos. Donde no hay estudio, no puede existir aprendizaje, pero éste tampoco será real en ausencia del primero, lo cual se debe sencillamente a que el ser humano estudia para aprender y aprende estudiando. Esto lleva de la mano a precisar el alcance y concepto del estudio, tal como debe ser, encarado a la luz de las nuevas corrientes pedagógicas y en vista de lo que hoy se entiende por aprendizaje (Dr. Diego González, 1981).

Para muchas personas, estudiar quiere decir aprender de memoria, no es esta la significación que dicho vocablo tiene en la pedagogía, "estudiar significa dirigir nuestras actividades físicas y mentales, hacia algún asunto con un fin o propósito determinado" (Maatche Román, Jesús, 1976).

Según la nueva pedagogía, "aprender no quiere decir estudiar en los libros ni escuchar lecciones orales, ni retener algo en la memoria (aunque todo esto puede ser parte del aprendizaje), sino adquirir una nueva forma de conducta o modificar una forma de conducta anterior" (Maatche Román, J., 1983).

El aprendizaje afecta al individuo, lo modifica, lo que se aprende pasa a incorporarse al ser humano, se convierte en conducta mental, emocional, moral, material. Los resultados de la enseñanza y del aprendizaje afectan a todo el organismo humano; reducirlo a sólo conocimientos es empequeñecerlo. Quien en su enseñanza no obtiene hábitos, habilidades, actitudes, ideales, modos de pensar, sentir y actuar, conocimientos inclusive está procediendo de modo limitado, mezquino y defectuoso (Mastache Román, J., 1976)

Una vez examinados los anteriores vocablos se facilita el análisis del Estudio Dirigido, según algunos autores que nos dicen que es: "La orientación del estudiante para la comprensión más adecuada y el empleo más eficaz de las técnicas del aprendizaje, específicamente aplicados mientras realiza en el aula las tareas señaladas de antemano, bajo la guía del profesor" (Metodología General de La Enseñanza, Vol. 1).

Es un plan o técnica para guiar y estimular al alumno en los métodos de estudio y del pensamiento reflexivo (Dr. González, Diego, 1981).

Es el estudio que se ejecuta de acuerdo con normas técnicas (Mastache Román, J., 1983).

El Estudio Dirigido enseña al escolar a valerse por sí mismo y es un medio para desarrollar su capacidad

en el estudio. Es el esfuerzo motivado que contribuye a la formación de los hábitos de estudio, los cuales van -
exigiendo menos la intervención del maestro. La prepara-
ción de la tarea la puede dirigir el maestro o los alum-
nos, después deben poner en claro el asunto a tratar, pa-
ra dar instrucciones necesarias sin exagerar y evitar --
con ello la iniciativa y espontaneidad de los alumnos.

Puede realizarse de modo individual en equipo o -
en grupo, este último es muy importante, puesto que hay -
que seleccionar a los alumnos que integran un equipo. El
papel del maestro está en orientar, sugerir, o estimular
manteniendo armonía. (Metodología General de la Enseñan-
za, Vol. 1, 1981).

En el Estudio Dirigido el maestro debe completar-
con anécdotas, aclaraciones, informes breves, citas, su-
gerencias, etc., auxiliar a los alumnos en la medida en-
que sea necesario, sin coartar la libre actividad e in-
vestigación de sus discípulos.

Los principios del Estudio Dirigido son los si-
guientes (Mastache Román, J., 1983).

1. Enseñanza y Estudio deben ser actividades tec-
nificadas. La enseñanza, el aprendizaje y el estudio --
son procesos que tienen lugar en determinadas condicio-
nes, que obedecen a ciertos principios y en los cuales -

participan elementos bien conocidos.

2. Aprender la materia y aprender a estudiarla. -

Este principio establece la necesidad y la responsabilidad del nuevo maestro en el sentido no sólo de enseñar la materia, sino de enseñar a estudiarla; pero esta enseñanza no debe ser arbitraria y vulgar, sino de acuerdo con las recomendaciones de la técnica correspondiente.

3. El aprendizaje se realiza en función de los objetivos en el aprendizaje: sin ellos la actividad educativa se extravía y conduce a resultados mezquinos o al fracaso. Perseguir algún objetivo implica seguir un proceso intencionado, comprensivo y ordenado.

4. Todo aprendizaje es autoaprendizaje. Rigurosamente hablando no se transmiten conocimientos, ni hábitos, ni habilidades, ni actitudes. Esto y mucho más se obtiene mediante el esfuerzo personal, voluntario y consciente. "Nadie puede aprender por otro, ni la actividad de una persona produce directamente aprendizaje, en otra realidad el grupo no aprende; es únicamente cada individuo el que aprende en el grupo y cada cual por su propia experiencia".

5. El aprendizaje es dinámico. Se aprende haciendo; pero el hacer didáctico está orientado por objetivos

iluminado por el grado de desenvolvimiento de la sociedad y del sujeto. Sólo la actividad que reúne estas conclusiones conduce al aprendizaje genuino. Aprendemos a escribir escribiendo, a ser tolerantes practicando la tolerancia, a reflexionar reflexionando y a resolver problemas resolviéndolos.

6. El aprendizaje es inteligente. El verdadero aprendizaje es inteligente; ni el aprendizaje animal ni el manual son mecánicos. La actividad comprensiva, inteligente, debe ser una de las normas esenciales de la enseñanza, del aprendizaje y del estudio en todos los niveles del desarrollo humano. "El pensamiento es el método del aprendizaje inteligente, el aprendizaje que emplea y recompensa el espíritu..."

7. El aprendizaje es individual. El maestro enterado no confunde, trabajo individualizado significa el reconocimiento de las diferencias individuales, trabajo adaptado al desarrollo psicobiológico del sujeto, atención a las necesidades de orden intelectual, social y cultural de los estudiantes.

8. El aprendizaje es social. La enseñanza tradicional no toma en cuenta las diferencias individuales; considera a cada grupo como masa indiferenciada; práctica de enseñanza y el aprendizaje eficiente, se apoyan en la cooperación, la ayuda mutua, la solidaridad, la comu-

nidad de ideales y de esfuerzos que producen el rendimiento óptimo, la madurez psicosocial y la plenitud de vida.

La aplicación correcta del método de Estudio Dirigido demanda el conocimiento de las dificultades individuales; algunas pueden ser comunes, otras estrictamente personales. La primera etapa de este proceso consiste en descubrirlas mediante pruebas de diagnóstico; la segunda en buscar y aplicar los remedios adecuados. (Mastache Román J., 1983).

Con todo esto, se puede decir del Estudio Dirigido que la tarea escolar activa es una realización metódica. Este es fuente de todo aprendizaje activo. Se le puede caracterizar como una guía para que el alumno por sí mismo lleve a efecto la tarea de aprender. En otras palabras, señala las maneras como se adquiere y extiende el aprendizaje (Ciencia de la Educación, 1958).

En el método de Estudio Dirigido, vamos a distinguir dos etapas fundamentales: la de Preparación y la de Ejecución.

¿Cuál es la razón de ser de estos dos momentos? (Tecnología Educativa, S.E.P. 1980).

La necesidad de administrar organizadamente la adquisición, el adiestramiento y la práctica de técnicas de

estudio, evitando a tiempo el advenimiento de hábitos perjudiciales (rutina, mecanización, lectura deficiente, etc.).

Lanzar al alumno en busca de la información, dominando eficaces instrumentos de trabajo.

ETAPA DE PREPARACION

En este primer tiempo del Estudio Dirigido, se instrumentará al alumno convenientemente para que adquiera independencia en el estudio, canalice su esfuerzo y abra nuevos caminos en el aprendizaje.

En primera instancia, se enfrentará al educando con las técnicas del trabajo intelectual y luego con los instrumentos propios de la investigación en la realidad.

Este enfrentamiento se realizará lento, progresiva y ordenadamente; se iniciará en los primeros grados con las actividades sencillas y amenas que introduzcan paulatinamente al alumno en el mundo del acobro, de la inquietud y del saber.

El desarrollo de la capacidad para estudiar con eficacia es una labor que comienza con la enseñanza de las destrezas más elementales, nunca se pretendería pensar entregar las herramientas a un aprendiz sin enseñarle de antemano cómo se debe manejar.

ETAPA DE EJECUCION

En esta etapa nos introducimos plenamente en el método de estudio dirigido, es aquí donde el método florece, porque el alumno sabiamente guiado por su maestro y con pleno dominio de las técnicas preliminares (adquiridas en la etapa de preparación) será capaz de enfrentar ciertas problemáticas, de estudiarlas, analizarlas y resolverlas.

El estudio dirigido es quizá el que mejor enseña al docente los pasos a seguir para enseñar de acuerdo con los cánones modernos y si el método es camino hacia una meta, el estudio dirigido indica abiertamente que su finalidad es; dirigir el proceso del aprendizaje, guiar discretamente al alumno para que se forme hábitos de estudio, de trabajo físico y mental, para que se canalicen las aptitudes favorables al estudio, a la observación y al sentido crítico que son indispensables para el ajuste perfecto del individuo a cada una de las (instalaciones), situaciones de la vida.

La aplicación del estudio dirigido en la escuela implica concretamente una educación para la vida y ofrece en forma altamente organizada un método para aprender, una economía del esfuerzo y una firme y segura orientación.

Se señalarán al docente cinco fases en el desarrollo del método, estos momentos los ubicarán organizadamente en su quehacer.

En cada una de las fases el maestro y las fases así como el alumno se abocan a una serie de actividades que bien conjugadas permitirán alcanzar los logros esperados.

FASES MOMENTOS DEL METODO

Planeamiento, asignación, estudio, consulta y debate en grupo y conclusiones, cinco fases que como veremos más adelante contemplan los pasos lógicos de la labor escolar (elección, organización y ejecución) y contribuye al desarrollo armónico del proceso educativo.

Primera fase planeación

Planear involucra todas aquellas acciones relacionadas con el análisis de los contenidos del programa y su jerarquización, elección de temas, así como la preparación del material didáctico, la elaboración de guías de estudio, etc. Es aconsejable interesar a padres y alumnos sobre los temas del (producto) programa en reuniones previas al tratamiento de los mismos.

Segunda fase asignación

Es el momento en el cuál los maestros motivan a la clase, aprovechando los incidentes de la vida cotidiana o por medio de narraciones, pasajes, medios audiovisuales

les; etc., da luego un enfoque general para finalizar esta fase haciendo la entrega al alumno ó al grupo, de una guía de estudio, donde figuran el tema objetivo que se persigue, las actividades y la bibliografía. El alumno al recibir su guía de estudio analiza el temario y las problemáticas van en procura del material de consulta y se pone en contacto con los expertos ó profesionales para solicitar las entrevistas.

Tercera fase de estudio dirigido:

Comprende aquella situación en la cual el alumno aplicando las técnicas de trabajo intelectual y los instrumentos de investigación indaga en fuentes bibliográficas ó en realidad, siguiendo su guía de estudio en el momento de preparar fichas e informes, de realizar experiencias y entrevistas.

El maestro en su función de orientar, observará atentamente a sus alumnos mientras estudian, tratando de descubrir sus intereses, aptitudes, dificultades y habilidades.

Realizará oportunas sugerencias sobre el mejor método de encarar la tarea, evaluando y encerrando la tarea constantemente.

Cuarta fase de consulta:

Esta etapa no debe incluirse y ubicarse cronológicamente.

camente en cuarto lugar, pues en realidad la consulta se cumple desde que se inicia el desarrollo del tema hasta finalizarlo.

El alumno verá en el maestro su asesor y consejero y recurrirá a él en todas las ocasiones que así lo requiera.

El maestro se ubicará en una posición generosa y comprensiva pero recordará que en ningún momento la dirección debe sustituir la actividad personal del educando. Sólo debe orientarla, darle sentido, hay que dejar amplio margen para la actividad espontánea y libre del alumno.

La consulta abarca además del maestro a expertos, a autoridades y profesionales a los que el alumno puede recurrir para ampliar su indagación.

Quinta fase: Debate en grupo y conclusiones.

Si bien el estudio puede ser individual, finalizar un tema con una decisión sabiamente organizada, arribando a conclusiones fruto de elaboración y debate, aportará al método el aspecto socializador tan formativo para el ser humano, animal, político por excelencia.

LAS GUÍAS DE ESTUDIO:

La preparación de las guías de estudio será un trabajo para el maestro, del alumno o del grupo, por tal mo-

tivo será de profunda meditación y análisis.

Frente a los contenidos del programa seleccionará los temas de interés y volcará en la guía el fruto de su pensamiento reflexivo contribuyendo poderosamente al éxito del método, la elaboración de guías que contemplan fundamentalmente los intereses viables del estudiante, la naturaleza del alumno y el medio ambiente sociocultural donde la escuela desarrolla su acción.

Las guías diferirán según el grado que curse el alumno, seguirán la disciplina y los objetivos perseguidos, pero pueden ajustarse a un esquema que presente ordenadamente las cuestiones a tratar.

La guía debe motivar al alumno, las problemáticas serán hábilmente presentadas y las actividades se adecuarán a la realidad educativa; una guía de estudio puede seguir el siguiente esquema:

- a. Tema.
- b. Subtema (si lo hubiera).
- c. Objetivos.
- d. Actividades.
- e. Bibliografía.

Insistimos con respecto a la etapa de ejecución, ésta debe iniciarse sólo cuando el alumno ha adquirido ha

grupo de alumnos ó en una técnica grupal para que arriben las conclusiones, pero únicamente el grupo de alumnos lo hará sin la intervención del profesor que sólo se mantendrá espectante durante el lapso que así lo requiera el tema.

Es también oportuno y muy aconsejable solicitar -- las tareas grupales tales como informes gráficos, mapas, trabajos prácticos, experiencias, etc..

La aplicación de eficaces técnicas grupales tales como los seminarios Phillips 66, debate dirigido, corrillos, etc., en el método de estudio dirigido es tema para otras páginas, pero diremos que llegar con éxito a conclusiones grupales depende de una buena elección y de una eficaz aplicación.

Sintetizando diremos que la combinación del estudio dirigido a lo individual y lo socializado, ofrece al maestro la oportunidad de dirigir el aprendizaje, teniendo en cuenta al grupo de alumnos y al individuo dentro -- del grupo.

Cualquier denotación que se atribuya al "estudio -- dirigido" confronta preferentemente estos problemas:

- a. Que el alumno estudie en las mejores condiciones.

- b. Que forme hábitos y actitudes de estudio así como intereses e ideales culturales.
- c. Que adquiriera la mejor técnica de estudio.

En términos más llanos puede decirse que al maestro compete enseñar a estudiar a sus alumnos, lo cual incluye hábitos, procedimientos y principios técnicos; el aprendizaje se convierte en formas de actuar perfectamente comprobables.

La técnica de estudio dirigido plantea una serie de cuestiones;

1. Las condiciones sociales que favorecen al estudio.
2. Las condiciones de salud física y mental del que estudia.
3. Las habilidades correspondientes a un buen método de estudio.
4. Los pensamientos de estudio más adecuados y eficaces.
5. Las normas técnicas para estudiar.
6. Las dificultades más frecuentes que encuentran los alumnos cuando estudian.

7. Las normas higiénicas para proteger la salud -- cuando se estudia.
8. La economía en tiempo y energías.
9. Los objetivos del trabajo escolar.
10. El manejo del material escolar.
11. La redacción de notas, resúmenes e informes.
12. La elaboración de trabajos de investigación, -- etc.

El trabajo eficiente requiere planeación previa; -- de otro modo se sacrifica economía, eficiencia y objetivos claros. En las situaciones escolares como en las de la vida real, la eficiencia y el buen éxito son imposibles sin un plan definido de acción. Maestros y alumnos deben conocer, con precisión, qué tratan de hacer, por qué tratan de hacerlo y cómo pueden obtener los mejores resultados.

Se habrá notado que numerosos factores se combinan en los procesos enseñar-estudiar aprender, de tal modo -- que se convierten en situaciones sumamente complejas. Esto basta para explicar el seguro fracaso de los improvisados.

Entre las actividades del estudio dirigido se reco

miendas:

- a. Uso del diccionario, el cuaderno de trabajo, de libros.
- b. Interpretación de símbolos en mapas, gráficas, tablas o documentos.
- c. Programación del tiempo para sus actividades, especialmente en la distribución de los temas de estudio.
- d. Toma de notas, elaboración de resúmenes, de sin tesis, de cuadros sinópticos, subrayado de ideas principales, análisis de documentos y de hechos.
- e. Guías de observación, entrevistas y experimentos.
- f. Solución de guías de estudio, de cuestionarios y de problemas.
- g. Preparación de colecciones.

Estas actividades pueden ser seleccionadas por el maestro de acuerdo con las situaciones y características del grupo y del objetivo que se trate de alcanzar.

Los resultados favorables del estudio dirigido de-

penden de la disposición del maestro para conducir a los alumnos. La actitud del profesor debe ser orientadora, flexible, investigadora y consecuente con las dificultades y avances que se presenten.

Los resultados eficientes se obtienen de manera planeada y esta es la tarea de todo educador; para lograrlo felizmente es necesario lo que ya es sabido por todos; conocimiento de los seres que educan, implementación de capacitación pedagógica, experiencia técnica y dominio de la materia que enseña.

Retomando la definición de estudio dirigido como un plan o técnica para guiar y estimular al alumno en los métodos de estudio y del pensamiento reflexivo.

Se elaboró un curso en el que se trata de ayudar al alumno adolescente proporcionándole algunas técnicas para lograr llegar al estudio dirigido, estas técnicas les ayudarán a resolver las siguientes cuestiones:

1. Las condiciones de salud física y mental del que estudia.
2. Las habilidades correspondientes a un buen método de estudio.
3. Los procedimientos de estudio más adecuados y eficaces.

4. Las normas técnicas para estudiar.
5. Las dificultades más frecuentes que encuentran los alumnos cuando estudian.
6. Las normas higiénicas para proteger la salud cuando se estudia.
7. La economía de tiempo y energía.
8. Objetivos del trabajo escolar.
9. El manejo del material escolar.
10. Redacción de resúmenes, subrayado.
11. Elaboración de trabajos de investigación, etc.

En general, el estudiante con todo este proceso adquiere el dominio de las técnicas generales y específicas del aprendizaje.

Se puede concluir que la función del maestro tiene como base el proceso del aprendizaje; una técnica eficaz o una metodología no es más que la aplicación práctica de los principios teóricos que sirven de fundamento para la dirección del aprendizaje. Los objetivos de la enseñanza deben grabarse en la mente del profesor; esto es indispensable para lograr el desarrollo integral de la personalidad del alumno, sólo en esta forma se lograrán -

resultados del aprendizaje de la formación de hábitos adecuados de conducta que afectan la vida del individuo, sus ideales y actitudes que los orientan para realizar sus propósitos de mejoramiento personal. (Villanueva C. Tomás, 1981).

El estudio de los caracteres propios de la adolescencia desde los puntos de vista física, mental, emocional y social, el planteamiento de los problemas vitales de esta edad, el descubrimiento, la exploración de intereses juveniles, constituyen la tarea fundamental del profesor para poder llevar a cabo el establecimiento y adecuada motivación de la enseñanza como condición indispensable de un aprendizaje eficaz (Metodología General de la Enseñanza, Vol. I).

En este tipo de estudio se caracteriza el dinamismo de la juventud, esto contribuye a que el alumno deje de ser pasivo y lo ayude y facilite un alto grado de autoexpresión, lo cual es un aspecto esencial de las nuevas corrientes educativas, es un nuevo espíritu de dinamismo y vitalidad. (Metodología General de la Enseñanza, Vol. I).

2a. PARTE

ESTUDIO APLICADO AL "CURSO DE HABITOS
DE ESTUDIO, UNA ALTERNATIVA"

Si lo veo, puedo tal vez recordarlo,

Si lo veo y lo escucho,

seguramente podrá serme de alguna utilidad....

Pero si lo veo, lo digo y lo hago,

jamás podré olvidarlo

porque forma parte de mí mismo.

Proverbio chino.

INTRODUCCION

El curso de "hábitos de estudio, una alternativa" -- tiene por objetivo ofrecer a las escuelas de nivel medio superior un programa de apoyo para introducir a los alumnos en el estudio de cada una de sus materias para que de esta manera logre un mayor y mejor aprovechamiento en sus estudios. El curso trata de lograr la participación del alumno ante el grupo y su integración en trabajos de equipo, que tenga conocimiento de las distintas técnicas de estudio, las cuales podrá aplicar de acuerdo a sus necesidades como estudiante y además que pueda llegar a una autoevaluación de sus conocimientos, formándose metas a corto y a largo plazo.

Este curso se llevó a cabo en el Centro de Estudios Científicos y Tecnológicos No. 6 "Miguel Othón de Mendizábal" del I.P.N. del área Médico Biológicas, con alumnos del 1er. semestre, sexo masculino y femenino, sus edades fluctuaban entre 15 y 20 años.

El curso consta de 13 sesiones, la primera sesión se dedica a favorecer el desarrollo de las relaciones humanas en el grupo; 9 sesiones al conocimiento, comprensión y aplicación de técnicas de estudio y dos sesiones se emplearon para el análisis y síntesis de todas las técnicas vistas en el curso; los materiales que se emplean en estas se

siones se encuentran en el anexo 2, y las técnicas de dinámicas de grupo, se encuentran en el anexo 3.

El material que se utilizó, cuestionario de hábitos de estudio, se aplicó como pretest y posttest; ejercicios para poner en práctica sus conocimientos del curso; material del Departamento de Orientación Educativa; de otras fuentes de información; láminas ilustrativas como auxiliares en la presentación del curso, pizarrón, gis y borrador.

Sesión I

Temas:

- Presentación de instructoras y de alumnos.
- Identificación, expectativas y temores de los --
alumnos.
- Aplicación del Pretest.

Duración 120 minutos.

Objetivos: los alumnos:

- Iniciarán el reconocimiento de las instructoras-
y del grupo.
- Expresarán verbalmente qué esperan del curso.
- Identificarán por medio del pretest cuáles son -
sus deficiencias en el estudio.

Técnicas:

Expositiva, palabra clave, el riesgo (anexo 3-1).

Material:

Pizarrón y gis.

Cuestionario "hábitos de estudio", 1 ejemplar para
cada alumno (anexo 2-1).

Actividades:

Se iniciará la sesión mencionando que este día se dará inicio al curso que lleva como título "Hábitos de Estudio, una Alternativa, y será impartido por dos instructoras, las cuales se presentarán ante el grupo, mencionando su nombre, para poder identificarlas y dirigirse a ellas de manera directa; profesión para que el alumno sepa qué servicios se les pueden dar además de impartir el curso; departamento en el que se labora, para que se pueda localizar a las instructoras fuera de clase; antigüedad en la institución y en la docencia, para que conozcan con qué experiencia cuentan.

Para la presentación de los alumnos se empleará la técnica de palabra clave que será dirigida por una de las instructoras y auxiliada por la otra instructora.

Para las expectativas y temores, se empleará la técnica del riesgo que será dirigida por una de las instructoras y la otra supervisará que trabajen correctamente los equipos.

Se repartirán los pretests dando las indicaciones para que se resuelvan.

Sesión II

Tema:

Contenido del curso.

1. Aprendizaje.

Duración 120 minutos.

Objetivo: Los alumnos:

- Conocerán el contenido del curso, cómo se desarrollará y las responsabilidades de los integrantes del grupo.
- Conocerán qué es el aprendizaje y los factores que influyen para que éste se dé.

Técnica:

Encuadre, "Phillips 66", interrogativa, expositiva (anexo 3-II).

Material:

Pizarrón, gis

Aprendizaje (anexo 2-II).

Actividades:

- Las instructoras darán una visión general de todo el curso utilizando la técnica de "Encuadre".

Al inicio se le indicará al grupo cómo se colocarán las sillas, la forma en que participarán y cómo se hará la evaluación de la técnica (duración 50 minutos).

- Una de las instructoras dirigirá el tema en la que en forma directa, hará preguntas a los alumnos sobre qué factores influyen para que se dé su aprendizaje, mientras que la otra instructora apuntará en el pizarrón las respuestas de los alumnos (duración 10 minutos).
- Una instructora explicará qué es el aprendizaje así como los aspectos que influyen para que éste se dé (biológico-mental, psicológico y social -- (duración 40 minutos).
- Se formarán equipos de trabajo para sacar las conclusiones de aprendizaje, utilizando la técnica de "Phillips 66" (duración 30 minutos).

Sesión III

Tema:

2. Motivación para el aprendizaje.

Duración 120 minutos.

Objetivo: Los alumnos:

- Conocerán qué es la motivación y cómo influye en el aprendizaje.

Técnica:

- Diálogos simultáneos.
- Expositiva.
(anexo 3-III).

Material:

- "Motivación para el aprendizaje" (anexo 2-III)
- Cuestionario sobre motivación, un ejemplar por alumno (anexo 2-III).
- Pizarrón, gis y borrador.

Actividades:

- Las instructoras repartirán un cuestionario sobre motivación, el que contestarán en forma in-

dividual (30 minutos).

- Expondrán verbalmente sus respuestas. (20 minutos).
- Una de las instructoras completará la información dada por los alumnos y ambas instructoras posteriormente sacarán conclusiones junto con el grupo (duración 50 minutos).

Sesión IV

Temas:

3. Factores que involucran el aprendizaje.

3.1. Atención.

3.2. Visión.

3.3. Organización.

Duración 120 minutos.

Objetivo: Los alumnos.

Identificarán los diferentes factores que influyen en el aprendizaje.

Conocerán la importancia de los diferentes factores que involucran el aprendizaje; como son la atención, visión y organización.

Técnicas:

- Expositiva (anexo 3-IV)
- Demostrativa (anexo 3-IV)
- Lluvia de ideas (anexo 3-IV)
- Foto verdad (anexo 3-IV)

Material:

Factores que involucran el aprendizaje, atención.

visión y organización (anexo 2-IV).

Ejercicio NO. 1, un ejemplar por alumno (anexo 2-IV)

Láminas 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 8 páginas 295, 296, -
297, 298, 299, 300, 301 y 302).

Actividades:

- Una instructora explicará que existen diferentes factores que influyen para que se dé el aprendizaje, auxiliándola en el tema la otra instructora (en el control del grupo y aportando ideas).
(duración 15 minutos).

- Una instructora explicará la importancia de la atención en el aprendizaje apoyándose en láminas 1, 2, 3, 4 y 5, en donde el alumno identificará algunas formas de distracción al estudiar.
(duración 10 minutos).

La otra instructora la auxiliará en el tema, con el rotafolio y en el control de los alumnos.

- Una de las instructoras por medio de la técnica "Luvia de ideas" preguntará a los alumnos cómo influye la visión en el aprendizaje (duración 10 minutos).

- La instructora explicará la importancia de la visión en el aprendizaje auxiliándose con las lá-

minas 6 y 7 para realizar la técnica "foto verdad"

La otra instructora supervisará que los alumnos realicen adecuadamente las técnicas (duración 40 minutos).

- Una de las instructoras por medio de la técnica --- "Lluvia de ideas" preguntará a los alumnos qué es la organización en el aprendizaje y cómo influye dentro y fuera de la escuela (duración 15 minutos).

- Una instructora explicará la importancia de la organización auxiliándose con la lámina 8 (duración 15 minutos).

La otra instructora supervisará que se realice adecuadamente la técnica y auxiliará aclarando dudas.

Sesión V

Temas:

3.4 Comprensión.

3.5 Memoria.

3.6 Repetición

(Duración 120 minutos)

Objetivo. Los alumnos:

- Aplicarán en un ejercicio sus conocimientos de comprensión.
- Conocerán la importancia de la memoria por medio de ejercicios.
- Conocerán la importancia de la repetición en el proceso de aprendizaje.
- Elaborarán una conclusión de los factores que involucran el aprendizaje.

Técnicas:

- Expositiva (anexo 3.V)
- Interrogativa (anexo 3.V)
- Phillips 66 (anexo 3.V)

Material:

- Comprensión, memoria, repetición (anexo 2-V).
- Pizarrón, gis, borrador.
- Ejercicio No. 2, un ejemplar por alumno.
(anexo 3).
- Ejercicios Nos. 3 y 4, una por alumno (anexo 3-V).
- Rotafolio.
- Papel, lápiz, pluma y goma.

Actividades.

- La instructora expondrá la importancia de la comprensión auxiliándose de la lámina 9 (duración 15 minutos).
- Se repartirá a cada alumno el ejercicio No. 2, donde pondrá en práctica la comprensión (duración 15 minutos).
- Una instructora realizará preguntas del tema donde el alumno evaluará los conocimientos de la visión y audición (duración 10 minutos).
- La otra instructora supervisará que la técnica se realice adecuadamente y que se cumplan las ins--

trunciones para la realización del ejercicio.

- En equipos de trabajo utilizando la técnica --- "Phillips 66" los alumnos mencionarán la importancia de la memoria en el aprendizaje (duración 20 minutos).

Una instructora mostrará las láminas 10 y 11 -- del proceso de la memoria (duración 5 minutos).

- Se repartirán los ejercicios Nos. 3 y 4 donde podrá en práctica la memoria, (duración 20 minutos). La otra instructora ayudará a escribir las conclusiones en el pizarrón, supervisará las hojas de los ejercicios.

- Una de las instructoras expondrá el tema de repetición (duración 10 minutos).

- La instructora preguntará a los alumnos cómo, cuándo y en qué materias emplea y empleará la repetición.

- Se formarán equipos de trabajo para que por medio de la técnica "Phillips 66" se dé una conclusión de la importancia de los factores que involucran el aprendizaje.

- La otra instructora aclarará dudas y supervisará que se lleven a cabo las indicaciones en la técnica.

Sección VI

Temas:

4. Técnicas para mejorar el aprendizaje.

4.1 Método E. F. G. H. I.

4.2 Cómo tomar notas.

Duración 120 minutos.

Objetivo: Los alumnos.

Conocerán las técnicas de estudio.

Analizarán las técnicas de estudio.

Aplicarán un método de lectura y un método para tomar notas.

Darán alternativas para la aplicación de estas técnicas en su vida de estudiantes.

Técnicas:

- Expositiva (anexo 3-VI)
- Rejilla (anexo 3-VI)
- Debate (anexo 3-VI)

Material:

Sobre técnicas para mejorar el aprendizaje, el método EFGHI (lectura) como tomar notas (anexo 2-VI).

Rotafolio.

Actividades.

- Una de las instructoras expondrá que existen diferentes técnicas para mejorar el aprendizaje - (duración 10 minutos). La otra instructora la auxiliará en el pizarrón y con aportaciones del tema.
- Ambas instructoras repartirán el material sobre el método EFCHJ a cada alumno para que analice por medio de la técnica de "Rejilla o Debate" - (duración 40 minutos).
- Se expondrán las conclusiones a las que se lleguen.
- Ambas instructoras repartirán el ejercicio No. 5 donde aplicarán el método EFCHJ (duración 10 minutos).
- Ambas instructoras repartirán el material de cómo tomar notas y organizarán equipos de trabajo aplicando la técnica Debate (duración 15 minutos).
- El alumno escribirá en el rotafolio las conclusiones a las que se llegaron (duración 15 minutos).

Sesión VII

Tema:

4.3 Cómo subrayar.

4.4 Cómo resumir.

Duración 120 minutos.

Objetivo: Los alumnos.

- Conocerán una técnica de subrayado.
- Emplearán sus conocimientos de toma de notas, en el tema de subrayado.
- Por medio de la lectura sintetizarán el material del resumen.
- Aplicarán la técnica de resumen con los materiales leídos.
- Analizarán en grupo el tema de resumen.

Técnica.

- Expositiva.
- Trabajo en equipo (anexo 3-VII).
- Interrogativa.
- Seminario (anexo 3-VII).

Material de cómo subrayar, resumen.

- Pizarrón, gis, borrador, rotafolio
- Ejercicio 6

Actividades:

- Una instructora expondrá el tema de cómo subrayar empleando un párrafo para ejemplificar el tema (duración 20 minutos).
- Los alumnos tomarán notas del tema.
- Se reunirán en equipos de 8 personas , compararán y completarán sus notas con sus compañeros (duración 15 minutos).
- Los alumnos aplicarán la técnica de subrayado en el ejercicio 6, donde también pondrán en práctica la atención, memoria, ensamiento, imaginación y lenguaje (duración 10 minutos).
- Leerán en voz alta cómo quedó su historia (duración 15 minutos).
- La otra instructora auxiliará durante toda la sesión con aportaciones al tema y supervisando que se sigan las instrucciones.
- Para el tema de resumen se proporcionará bibliografía con una sesión de anticipación, indicándoles a los alumnos que tendrán que traer leída la información del tema aplicando el método EFGHI y el subrayado.

- En la sesión se dividirá el grupo para trabajar -
el tema de resumen con la técnica de seminario -
(duración 50 minutos).

- Al finalizar la clase entregarán un resumen del -
tema (duración 10 minutos).

Sesión VIII

Tema:

4.5 Cómo escuchar.

4.6 Cómo prepararse para los exámenes.

Duración: 120 minutos.

Objetivo: Los alumnos.

- Conocerán la importancia de saber escuchar para no distorcionar la información.
- Conocerán los distintos pasos a seguir, para realizar un examen.

Técnica:

- Distorción de la comunicación y/o teléfono descompuesto (anexo 3-VIII).
- Expositiva (anexo 3-VIII).
- Discusión dirigida (anexo 3-VIII).

Materiales:

- Pizarrón, gis, borrador.
- Rotafolio.
- Cuestionario de cómo prepararse para los exámenes (anexo 2-VIII).
- Cómo escuchar (anexo 2-VIII).
- Cómo prepararse para los exámenes (anexo 2-VIII).

Actividades:

- La conducción de la sesión la realizará una de las instructoras, anotando en el pizarrón el nombre del tema y se indicará que se realizará una técnica acerca de la comunicación, en la que se aplicará la técnica de la distorsión de la comunicación y/o teléfono descompuesto, la otra instructora supervisará que no queden dudas y que se sigan las instrucciones (duración 30 minutos).

- Una de las instructoras expondrá el tema de cómo saber escuchar, utilizando la lámina 12 del rotafolio.

Los alumnos tomarán notas. La otra instructora supervisará que no queden dudas y que se sigan las instrucciones (duración 30 minutos).

- Una de las instructoras dirigirá la sesión de cómo prepararse para los exámenes, explicando la técnica de rejilla, mientras la otra instructora repartirá el material del tema, supervisando que no queden dudas y se sigan las instrucciones (duración 40 minutos).

- Al finalizar la técnica se realizará una evaluación por medio de preguntas, aplicándose la

técnica de discusión dirigida, para saber si se logra el objetivo. La otra instructora supervisará que se lleve a cabo la técnica y repartirá cuestionarios (duración 10 minutos).

Sesión IX

5. Técnicas de Investigación.
6. Cómo se forma un hábito de estudio.

Duración: 120 minutos.

Objetivo: Los alumnos.

- Conocerán los pasos que se siguen para la investigación de un trabajo.
- Aplicarán sus conocimientos en la investigación de un trabajo.
- Mantengan e incrementen sus hábitos de estudio.

Técnica:

- Expositiva (anexo 3-IX).
- Interrogativa.
- Phillips "66" (anexo 3-IX).
- Trabajo individual.

Material:

- Técnicas de Investigación (anexo 2-IX).
- Fichas de trabajo.
- Cómo se forma un hábito de estudio.

Actividades:

- Una de las instructoras hará la exposición del tema de técnicas de investigación, auxiliándose de láminas de rotafolio, las que llevarán los

pasos más importantes para la elaboración de un trabajo de investigación. La otra instructora supervisará que se tomen las notas correspondientes, contestará preguntas y ayudará a revisar los trabajos de investigación (duración 40 minutos).

- La sesión será dirigida por una de las instructoras.

Los alumnos tomarán notas del tema y realizarán preguntas, auxiliándose de fichas de trabajo. (duración 20 minutos).

- Los alumnos elaborarán y entregarán un trabajo de investigación en la siguiente sesión, que contenga los pasos que se siguen en una investigación. El tema de este trabajo se hará de acuerdo a la especialidad del grupo. Y se entregará revisado una sesión posterior.

- La sesión la dirigirá una de las instructoras. En equipos (6 personas) de trabajo, el alumno expondrá que es un hábito, y los hábitos de estudio con los que cuenta en su vida de estudiante. Para realizar la sesión se aplicará la técnica de Phillips "66". La otra instructora ayudará a supervisar los equipos de trabajo (duración 15 minutos).

- Una de las instructoras expondrá el tema de lo que es un hábito, auxiliándose del pizarrón. -- (duración 15 minutos).

- Los alumnos en equipos (6 personas) de trabajo, discutirán qué hábitos necesitan incrementar, cuáles adquirir y cómo lo piensan realizar, lo anotarán por equipos en una lámina de rotafolio. Para realizar la sesión se aplicará la técnica de Phillis "66". La otra instructora supervisará que se sigan las instrucciones (duración 30 minutos).

Sesión X

Tema:

- 6.1 Administración del tiempo.
- 6.2 Proyecto personal.

Duración: 120 minutos.

Objetivo: Los alumnos:

- Conocerán los pasos que se deben seguir para la elaboración de un horario vital.
- Aprenderán a organizar su tiempo.
- Elaborarán un proyecto personal en donde se fije metas a corto, mediano y largo plazo.

Técnica:

- Lluvia de ideas (anexo 3-X).
- Expositiva (anexo 3-X).
- Trabajo individual.
- Discusión dirigida y demostrativa.

Material:

- Pizarrón, gis, borrador.
- Cuaderno y pluma.
- Administración del tiempo (anexo 2-X).
- Proyecto personal (anexo 2-X).

Actividades:

- La conducción de la sesión la realizará una de -

las instructoras, preguntando a los alumnos la importancia de organizar el tiempo en nuestra vida.

Para realizar la sesión se aplicará la técnica de lluvia de ideas, auxiliándose del pizarrón.

La otra instructora ayudará y aclarará dudas (duración 20 minutos).

- Una de las instructoras ampliará el tema, en forma expositiva, utilizando el pizarrón. La otra instructora auxiliará para que se lleve a cabo la sesión (duración 20 minutos).

Los alumnos elaborarán un horario vital trabajando en forma individual. La otra instructora supervisará que se sigan las instrucciones (duración 20 minutos).

- Una de las instructoras y los alumnos definirán lo que es un proyecto, aplicando la técnica de discusión dirigida, utilizando el pizarrón. La otra instructora supervisará que se sigan las instrucciones (duración 20 minutos).

- La sesión será dirigida por una de las instructoras. Los alumnos realizarán un proyecto personal, trabajando en forma individual. La otra instructora supervisará que se sigan las instrucciones (duración 20 minutos).

- Una de las instructoras supervisará la sesión.

Pasarán al pizarrón dos alumnos escogidos al azar a exponer su proyecto personal. La otra instructora supervisará que se sigan las instrucciones - (duración 20 minutos).

Señales XI y XII

Tema:

7. Estudio dirigido.

7.1 Implementación del estudio dirigido.

Duración: 240 minutos.

Objetivo: Los alumnos.

- Conocerán qué es y los resultados que tiene el estudio dirigido empleando técnicas de estudio.

Técnica:

- Trabajo en equipo.

Material:

- Apuntes de su especialidad (anexo 2-XI-XII).
- Estudio dirigido (anexo 2-XI-XII).

Actividades:

- Una de las instructoras explicará qué es el estudio dirigido y ambas instructoras aclararán dudas.
- Se formarán equipos de trabajo (5 personas).
- Se escogerá la materia a estudiar (relacionada con su área técnica).
- Se les dará un tiempo de cuatro horas para que hagan uso de las técnicas de estudio.

- Las instructoras conducirán y orientarán a los -
alumnos en las dificultades y avances que se -
presenten.

Sesión XIII

7.1 Aplicación del postest.

7.2 Conclusión del curso.

Objetivos: Los alumnos.

- Evaluarán la técnica de estudio dirigido.
- Analizarán la técnica de estudio dirigido para -- que concluya que él es el agente de su propio -- aprendizaje.
- Conocerán mediante la aplicación del postest, con qué conocimientos de hábitos de estudio cuenta el alumno al finalizar el curso.
- Se organizarán en el grupo para crear círculos de estudio dentro de la escuela.

Material:

- Postest (anexo 2-XIII)

Actividades:

- Ambas instructoras junto con los alumnos llegarán a la conclusión del curso. Utilizando la técnica de lluvia de ideas, auxiliándose del pizarrón (duración 30 minutos).
- Una de las instructoras dará las indicaciones de la sesión. La otra instructora repartirá los -- cuestionarios que se utilizarán.

Los alumnos contestarán un cuestionario[†] sobre -
hábitos de estudio. (duración 30 minutos).

- Ambas instructoras escribirán en el pizarrón y -
ayudarán a que el alumno llegue al objetivo de -
la sesión. Utilizando la técnica de lluvia de -
ideas.

Los alumnos escribirán en el pizarrón las suge--
rencias más relevantes de cómo se organizarán -
para aplicar sus conocimientos del estudio diri-
gido.

† NOTA: El cuestionario que se aplicó como pretest,
es el mismo que se utilizará como postest,
se encuentra en la página (184).

RESULTADOS DEL CURSO

Sesión I

Objetivos. Los alumnos.

Iniciarán el reconocimiento de las instructoras y del grupo.

Expresarán verbalmente qué esperan del curso.

Identificarán por medio del pretest cuáles son sus deficiencias en el estudio.

Durante la presentación de las instructoras el grupo se sentía un poco nervioso y no realizaron preguntas acerca de la presentación, parecía que la información era suficiente.

Para la presentación de los alumnos, se utilizó la técnica palabra-clave. En un principio los alumnos no participaban, pero conforme se tranquilizaron, el grupo participó en su totalidad, obteniéndose las siguientes respuestas.

<u>Palabras de agrado</u>	<u>Porcentaje</u>	<u>Palabras de desagrado</u>	<u>Porcentaje</u>
Superación	16%	Padrísimo	11.5%
Unidos	13%	Apoyados	11 %
ser alguien	12%	Responsables	11 %
Beneficios	11%	Estimulado	9.5%
Esperanza	11%	Bien	9.5%
Seguridad	10%	Tenaces	9.5%

Trabajo	9%	Confianza	9.5%
Aprovechamiento	9%	Unidos	9.5%
Capaces	9%	Seguridad	9.5%
		Ser alguien	9.5%

Se pudo observar que para algunos alumnos las palabras que le eran de agrado, para otros no; por eso algunas palabras aparecen en ambas listas. También se pudo observar que la palabra "responsable" fue tachada y rayada en tres ocasiones; cuando se les preguntó a los alumnos que la tacharon, respondieron que les molestaba que el compañero que la apuntó en el pizarrón la anotara con letras mayúsculas y ocupando mucho espacio. A este respecto se les hizo ver la importancia que tenía esa y todas las demás palabras para lograr los objetivos del curso. Al finalizar la sesión observó que la mayoría del grupo logró relajarse, inclusive algunos hicieron bromas, pero a pesar de esto sabían trabajar como equipo y como grupo. Las expectativas más comunes que plantearon fueron: cumplir con el objetivo del curso, que haya comunicación y que se trabaje en equipo. En general aprendieron que se debe estar unido y tener un objetivo en común para lograr aprender y aprovechar el curso.

En la identificación de las expectativas y temores de los alumnos se aplicó la técnica del riesgo, al finalizar se logró que los alumnos asumieran los temores que habían expuesto y trabajar con ellos a lo largo del curso,-

los temores son los siguientes:

1. No obtener los resultados esperados del curso.
2. Inasistencia, ya sea de los alumnos o de las instructoras.
3. Temor a ser reprendidos y expulsados del equipo por no participar en él.
4. No haber comunicación entre alumnos e instructoras.
5. Se tome a juego la clase y no la comprendamos.

Posteriormente se concluyó que los temores que se plantearon podían ser asumidos por todo el grupo y las instructoras, poniendo empeño, constancia y dedicación a lo largo del curso.

En cuanto a la aplicación del pretest: Se repartió el cuestionario de hábitos de estudio a los alumnos, éstos no manifestaron dudas en relación a las instrucciones. Aunque todos empezaron a un mismo tiempo, no terminaron todos igual.

El tiempo mínimo para contestar el cuestionario fue de 15 minutos y el máximo de 30 minutos, hubo algunas dudas con respecto a las preguntas, pero fue sólo en un 5% de los alumnos.

Los resultados se sacaron con base en las siete ---

áreas de que consta el cuestionario, así como el resumen que se encuentra al final. En las instrucciones que se dieron a los alumnos, se les indicó que debían circular la contestación "sí o no" y sólo cuando no se decidieran por ninguna de las dos, marcaran el signo de interrogación (ver los resultados en los cuadros 1 y 2, páginas -- 152 y 153).

Sesión II

Objetivo: Los alumnos

- Conocerán el contenido del curso, cómo se desarrollan y responsabilidades de los integrantes del grupo.
- Identificarán qué es el aprendizaje y los factores que influyen para que éste se dé.

Contenido del curso: Para este tema se aplicó la técnica del encuadre, por medio de esta técnica se les dieron a conocer los criterios generales para llevar a cabo el curso: Asistir puntualmente a cada sesión, otorgándose 10 minutos de tolerancia; contar con 10 minutos de descanso en las sesiones de 3 horas; conocer los temas y la duración del curso; otorgándose el 100% a la asistencia y la participación.

En general se dieron todos los lineamientos para llevar a cabo el curso, y se comprometieron alumnos e instructoras a asumir la responsabilidad.

Aprendizaje: Primeramente se les preguntó a los alumnos sobre qué factores influyen para que se dé su aprendizaje, algunas de las respuestas son las siguientes:

1. Que esté el alumno atento.
2. Que estudie el alumno antes de entrar a clase.
3. Que estemos bien físicamente.

4. Que no traigamos nuestros problemas a la escuela.
5. Que repasemos los apuntes.
6. Que preguntemos las dudas al maestro.

Después se expuso el tema y se formaron los equipos para sacar las conclusiones del tema.

Equipos de trabajo para sacar las conclusiones del tema utilizando la técnica de Phillips 66.

Equipo 1: El aprendizaje es importante para nosotros, ya que intervienen varios factores que son primordiales para mejorar nuestra vida diaria.

Equipo 2: Nos sirvió para concientizarnos y saber cuáles son los malos hábitos de estudio que tenemos y así aplicar nuevas formas o técnicas para mejorar el aprendizaje.

Equipo 3: Comprendemos hasta qué punto nuestra forma de aprendizaje es correcta.

Equipo 4: Nos ayuda a organizarnos, a trabajar, a comunicarnos y formarnos una personalidad.

Equipo 5: Comprendemos que para tener un debido aprendizaje debemos de poner en práctica los conocimientos que se nos dan.

Equipo 6: Ver hasta qué punto podemos llevar a cabo el aprendizaje, tomando en cuenta todos los factores que influyen.

Equipo 7: Para aprender necesitamos poner en práctica los conocimientos que se nos dan.

Equipo 8: Aprendimos que para que se dé el aprendizaje no solamente se necesita poner atención en las clases.

Se concluyó que el aprendizaje es importante en la vida de toda persona, ya que por medio de él se aprende a resolver situaciones o conflictos, y retomar lo aprendido anteriormente. Para poder aprender no solamente se debe de tomar en cuenta lo que se da en clase, sino las experiencias vividas y sobre todo saber si estamos bien física y mentalmente, para poder rendir dentro y fuera de la escuela.

Sesión III

Objetivos. Los alumnos:

- Conocerán qué es la motivación y cómo influye ésta para que se dé el aprendizaje.

Primeramente se repartió a los alumnos el cuestionario de motivación, el cual contestaron en un tiempo mínimo de 20 minutos y máximo de 30 minutos. No hubo dudas con respecto a las preguntas.

Después los alumnos expusieron verbalmente sus respuestas, algunas de éstas se presentan a continuación:

Pregunta 1: ¿Qué entiendes por motivación?

- Estímulo de cada persona según su estado de ánimo.
- Es un estímulo que se tiene para lograr un objetivo.
- Es una reacción estimulante que ejerce la sociedad hacia un individuo.

Pregunta 2: ¿Se puede aprender sin estar motivado?

- En esta pregunta fueron varios los alumnos que respondieron, que no se podía aprender sin estar motivado; sin embargo, hubo una minoría que res-

pondió que sí se podía aprender, dependiendo del factor psicológico, social y cultural que el individuo tenga.

Pregunta 3: ¿En dónde se encuentra la motivación?

- En todas las personas que tienen deseos de superación.
- En uno mismo.
- Competencia, obligación, superación (confianza, amor, etc.).

Pregunta 4: ¿Te sientes motivado para aprender?

- Sí.
- Sí, pero con inseguridad.

Pregunta 5: ¿En qué etapas del ser humano existe la motivación?

- En todas.
- Desde que empieza el ciclo de vida.

Se logró que el grupo participara en un 85% en la sesión. La conclusión general a la que se llegó fue la siguiente:

La motivación es un estímulo o fuerza interior -- que nos ayuda o nos impulsa a lograr un objetivo o una meta. No se puede aprender sin estar motivado, por lo tanto, la motivación se encuentra en uno mismo, en todas las etapas de la vida.

Sesión IV

Objetivo. Los alumnos:

Identificarán, conocerán y comprenderán la importancia de los diferentes factores que involucran el aprendizaje, como son la atención, visión y organización.

En esta sesión los alumnos se mostraron motivados con los ejercicios que desarrollaron y se cumplieron los objetivos.

Se dio la explicación de los factores del aprendizaje haciendo mención de cada uno. Posteriormente se inicia la explicación del primer factor del aprendizaje que es la atención, utilizando láminas de apoyo para su mejor comprensión; una vez que el tema se comprendió se procede a repartir el ejercicio, que servirá para que el alumno ponga más atención en el tema.

Este ejercicio consta de 25 preguntas y el máximo de aciertos fue de 21 y el mínimo 8, el tiempo máximo fue de 32' y el mínimo de 10'.

Se comentó con los alumnos esta diferencia de tiempo y de aciertos que indicaban una gran diferencia de atención hacia un mismo ejercicio y se sugirió que desarrollarán más su atención con ejercicios y en clase.

Visión; Aquí se empleó la técnica de lluvia de ----

Equipo 2. Dijo que no era nada, que los queríamos-
engañar.

Equipo 3. Que era un león.

Equipo 4. No se pusieron de acuerdo en lo que ----
veían.

Equipo 5. Decían que era una anciana.

Ai final los 5 equipos vieron a la joven y la vie-
ja.

Sólo el 6o. equipo desde un principio vio a la jo-
ven y a la vieja, pero esto fue porque dos de los inte---
grantes del equipo conocían el ejercicio.

Organización; En este tema se empleó la técnica -
de lluvias de ideas, obteniéndose las siguientes opinio--
nes.

1. La organización es importante, pues sin ella -
no sabríamos por dónde empezar a estudiar.
2. Organizar es tener en regla todos nuestros ---
apuntes, es saber cómo y cuándo debemos estu-
diar para aprender.
3. Organizar es tener en orden toda nuestra vida
para poder rendir en la escuela.
4. Organización es el hábito de saber lo que tene
mos que hacer.
5. Es cuando no tenemos que andar a la carrera --

ideas y los alumnos nos dieron las siguientes opiniones:

1. La mayoría de lo que se aprende entra por los ojos.
2. Sin la vista les sería más difícil comprender el aprendizaje, que se obtiene al ver bien.
3. Que si no se tiene buena visión se pueden auxiliar de lentes.
4. Que había que conocer si estamos en el lugar adecuado dentro del salón de clase con respecto a nuestra vista.
5. Que muchas veces no ponemos atención porque no vemos bien.
6. Que a veces miramos sin ver.
7. Que no se pueden mirar con atención muchas cosas al mismo tiempo; ejemplo, ver la televisión y ver nuestros apuntes. Con la explicación que dieron las instructoras se amplió el tema, los muchachos no hicieron preguntas por lo que se pasó al ejercicio de la señora joven y la señora vieja, para poner en práctica la visión.

Se hicieron 6 equipos de 9 personas cada uno, en 5 equipos se siguió todo el proceso de la técnica, y se obtuvieron los siguientes comentarios de los equipos.

Equipo 1. Comentó que era una montaña con gaviotas.

porque para todos hemos hecho un plan.

6. Es trazar un camino adecuado para alcanzar el aprendizaje.
7. Es no hacer las cosas nada más por hacerlas, si no tener un plan y seguirlo.

Se explicó el tema y al final de éste, el grupo comentó que existe mucha relación entre visión, atención y organización, ya que las tres se complementan para que cada una de ellas fuera efectiva, ya que contando con una -- buena visión es más fácil poner atención a las cosas, pero que si están desorganizadas de nada vale una buena visión y la atención es difícil, ya que no sabríamos por dónde empezar.

Conclusión de la importancia de los factores que involucran el aprendizaje: Se realizó la técnica de Phillips "66" y se obtuvieron las siguientes respuestas:

- Para lograr un buen aprendizaje no debemos descuidar ningún factor ya que ésto resta calidad a -- nuestro aprendizaje.
- Si realmente contamos con estos factores podremos salir adelante en nuestros estudios.
- Ahora ya conocemos cuáles son los factores que influyen en nuestro aprendizaje, ahora nos toca a -- nosotros no olvidarlos sino mantenerlos y apli--

carlos en nuestra vida de estudiantes.

- Todos nosotros contamos con los factores del aprendizaje, pero es hasta ahora que sabemos que si no los aplicamos fracasaremos como estudiantes.
- Que todos los factores son importantes y de nada valdría en desarrollar unos y otros sino para nuestro aprendizaje.

Nos hemos dado cuenta de que son importantes.

- Todos los factores que hemos visto en clase y además en algunos estamos deficientes, pero ahora que sabemos en qué estamos fallando trataremos de ponerle remedio.
- En ocasiones el estudio se nos hace difícil, pero es que no estamos utilizando todos los factores del aprendizaje.

Posteriormente sacamos una conclusión general del grupo que fue la siguiente:

Los factores del aprendizaje son importantes en la vida de todo estudiante, pero no basta conocerlos hay que aplicarlos, la mayoría con la práctica pueden ser mejores solamente en la visión, además de la práctica hace falta un chequeo periódico.

Sesión V

Objetivos. Los alumnos:

- Apliquen en un ejercicio sus conocimientos de comprensión.
- Conozcan la importancia de la memoria por medio de técnicas.
- Conozcan la importancia de la repetición en el proceso aprendizaje.

Elaborará una conclusión de los factores que involucran el aprendizaje.

Se expuso el tema de comprensión y para su evaluación se repartió por alumno el ejercicio el "Oráculo Desemascarado". En este ejercicio el alumno debe leer y al final responder a la pregunta que se hace, se dieron tres respuestas las cuales tenían igual porcentaje de alumnos y ninguno cambiaba de opinión, por lo que se indicó se leyera una segunda leída. Posteriormente se analizaron las respuestas y un alumno pasó a explicar cuál era la respuesta correcta, hubo comentarios como "me confundí", "no entendí la pregunta", "leí demasiado rápido", "creí que sí había entendido", etc. Se reformaron los comentarios y se explicó que eso es lo que sucede cuando se ponen a estudiar y cada uno entiende de forma diferente un mismo tema.

Memoria; El tema se inició con la técnica Phillips-

"66", las respuestas que se obtuvieron fueron muy parecidas:

- Sin memoria no hay aprendizaje permanente.
- Si no contamos con buena memoria nuestro aprendizaje sería pasajero.
- El aprendizaje está supeditado a la buena o mala memoria.
- Quienes no tienen memoria no retienen lo aprendido y son los que reprueban.
- Sólo los que tienen una buena memoria realizan una carrera profesional, pues son los que retienen más los conocimientos.
- Sin memoria no se transmitirían los conocimientos, sin memoria de unos a otros para aprender las materias que se estudian.
- No se pueda pensar en aprendizaje duradero sin memoria.
- La memoria es la capacidad de retener los conocimientos que da como resultado un buen aprendizaje.
- A mayor capacidad de retención mayor aprendizaje. La memoria es el factor más importante con que debe contar un estudiante.

Posteriormente se amplió el tema de la memoria empleando las láminas 10 y 11 y realizándose un ejercicio

3 y/o 4, donde se puso en práctica la memoria.

Se obtuvieron los siguientes resultados después de que cada alumno revisó su ejercicio:

- Los alumnos que tuvieron error comentaron que no habían puesto atención, que carecían de memoria, que no se habían organizado para ver las imágenes y concluyeron que para desarrollar una buena memoria tienen que poner en práctica los otros factores, del aprendizaje.

Repetición: Se expuso el tema y para su evaluación se les preguntó a los alumnos, cómo, cuándo y en qué materias emplea y empleará la repetición, se obtuvieron las siguientes respuestas:

<u>¿Cómo?</u>	<u>¿Cuándo?</u>	<u>¿En qué materias?</u>
Realizando una y otra vez los ejercicios que se vieron en clase y los que se dejan de tarea.	Inmediatamente después de haber visto el tema.	Matemáticas, dibujo, inglés, etc., realmente debe ser en todas las materias porque aunque su manera de estudiar

¿Cómo?

¿Cuándo?

¿En qué materias?
es diferente
todas necesitan
de la repetición
para lograr
aprenderlas.

Sesión VI

Objetivos: Los alumnos:

- Conocerán y analizarán técnicas de estudio.
- Aplicarán un método de lectura y un método para tomar notas.
- Darán alternativas para la aplicación de estas técnicas en su vida de estudiante.

Técnicas para mejorar el aprendizaje: Durante la exposición del tema, algunos alumnos estaban un poco inquietos, pero después se observó que todo el grupo estaba atento a la exposición.

Método E.F.G.H.I.: para analizar este método se aplicó la técnica del "Debate", se observó que los alumnos se interesaron en elaborar sus preguntas, hubo intercambio de ideas, y cuando se inició el debate algunos equipos participaron bastante bien, sin embargo, en otros había alumnos bastante apáticos que no participaron con sus equipos. Para motivar más al grupo, en el pizarrón se anotaban los tantos que obtenían si contestaban bien las preguntas.

Después trabajaron con el ejercicio de "la educación sexual en la adolescencia". Se observó que los alumnos mostraron gran interés en la lectura, sin embargo, cuando se tuvo que aplicar el método en la lectura, disminuyó el interés en algunos, logrando posteriormente mos-

trar interés en su trabajo.

Los alumnos sólo pudieron llevar a la práctica la 1ra., 2da. y 4ta. etapas del método de lectura, las otras no se pudieron observar debido a las características de cada una. Variaron muy poco las respuestas que cada alumno dio en las distintas etapas.

Cabe hacer mención que algunos alumnos sólo desarrollaron hasta la 2a. etapa y otras sólo realizaron un resumen del ejercicio.

Al finalizar la sesión cada equipo sacó una conclusión del tema, éstas se exponen a continuación.

Equipo 1:

Esta técnica es de mucha utilidad, se puede usar en todas las materias.

Equipo 2:

La técnica EFGHI es muy eficaz, ya que nos proporciona los pasos para lograr un mayor aprendizaje.

Equipo 3:

Este método nos ayuda por su forma básica de estudio a comprender y formular preguntas e ideas en un texto, para su mejor comprensión. Sirve para analizar ideas correctas del tema y lo podemos aplicar en las materias de Fisiología, Matemáticas, Técnica Instru-

mental, Fisiología e Inglés.

Equipo 4:

El método nos sirve para aprovechar mejor nuestro tiempo y para comprender las materias.

Equipo 5:

El método es bueno y nos servirá, siempre y cuando lo pongamos en práctica en nuestras materias.

Equipo 6:

Este método nos enseña a estudiar, o sacar conclusiones de los temas leídos y a sacar provecho de la información.

Equipo 7:

El método EFGHI, es fácil de aplicar y aprender según los pasos que indica, es un buen método de estudio.

Equipo 8:

En todas las etapas nos sirve como base para una mejor lectura de comprensión y también sirve para todas aquellas materias en las que hago apuntes o lecturas.

Cómo tomar notas; para realizar este tema se aplicó la técnica de "Debate". Se logró que participara en su mayoría al grupo. Sin embargo, algunos se notaban cansados,

no obstante participaron en sus equipos. Cuando se empezaron a hacer preguntas, volvieron a mostrar apatía algunos alumnos, sin embargo, sus mismos compañeros los hicieron participar.

Después de terminar con la técnica, los alumnos escribieron en el pizarrón la conclusión a la que se llegó:

El saber tomar notas es una parte importante de nuestro aprendizaje, ya que por medio de éstas podremos tener las notas de todas las materias al día, así como también lograr concentrarnos en lo que dice el maestro, además también nos ayuda a pasar los exámenes, ya que si tenemos bien nuestras notas no hay necesidad de volver a leer todos los libros, sino que sólo nos concentraríamos en las notas tomadas en clase. Otro aspecto importante es que lo pongamos en práctica en todas las materias.

Sesión VII

Objetivos. Los alumnos:

- Conocerán una técnica de subrayado.
- Emplearán sus conocimientos de toma de notas, en el tema de subrayado.
- Por medio de la lectura sintetizarán el material de resumen.
- Aplicarán la técnica de resumen en los materiales leídos.
- Analizarán en grupo el tema de resumen.

Cómo subrayar. Primeramente se expuso el tema, se logró que los alumnos participaran en un 90% y que tomaran notas del tema. Después se reunieron en equipos para comparar y completar sus notas. Se observó que los alumnos mostraron curiosidad por saber qué habían anotado sus demás compañeros, también se vio que algunos habían hecho anotaciones muy breves, pero que sus compañeros les proporcionaron el material que les faltaba (hubo compañerismo).

Posteriormente se les repartió el ejercicio No. 6, relacionado con una historia. Se observó que los muchachos se descontrolaron en un principio, pues no encontraban coherencia en la lectura, pero poco a poco lograron ubicarse y empezaron a subrayar el texto. También se apreció que desconocían algunas de las palabras, ya que cons...

tantemente preguntaban a las instructoras.

En cuanto a los resultados de la lectura no se puede sacar una sola historia, ya que cada uno percibió la lectura de diferente manera. Subrayaron palabras y frases diferentes para formar cada uno la historia que le parecía lo más congruente. El mayor porcentaje de los alumnos formaron su historia relacionándola con el joven, otro 40% relacionándola con el anciano, en un 10% con el niño y un 5% tomaron en cuenta al joven y al anciano.

Al finalizar se hizo hincapié en la importancia que tiene un buen subrayado para comprender las ideas y el contenido de un texto, así como también la importancia que tiene el tener cerca de nosotros un diccionario para buscar el significado de las palabras que no comprendemos.

Cómo resumir: para la realización del tema se aplicó la técnica de seminario. La mayoría de los alumnos participaron, algunos fueron muy concretos en su exposición, otros la ampliaron un poco más, lo mismo se observó en los resúmenes que elaboró cada equipo. Se observó que algunos equipos no analizaron el total del material que se les proporcionó, de esto se deduce el porqué hicieron algunos resúmenes muy pequeños. Al finalizar se sacaron del tema los pasos más importantes para hacer un resumen.

para los exámenes es el repaso, ya que éste ayuda a disponer del tiempo preciso para repasar todo lo dado en el curso, los repasos tempraneros son buenos para que el material sucesivo sea más fácil de aprender. Es conveniente que cinco o seis semanas antes del examen final se elabore un horario de repaso. Otra sugerencia es repasar en equipo sus lecciones siempre y cuando se haga. El día del examen se debe de estar lo más concentrado posible para poder contestar, emplear todo el tiempo que se tenga para contestar y revisar todo el examen.

Para hacer un examen es necesario primero repasar con anterioridad los apuntes u otros exámenes que se tengan a la mano; para podernos apoyar para resolver un examen posterior, es conveniente también hacer esquemas, sumarios, etc., recordar y organizar los conocimientos en el momento del repaso. Repasar en equipo también es útil, principalmente si se reúnen para estudiar realmente, y si entre los integrantes se elaboran preguntas y las contestan. El día del examen se debe poner toda la atención que sea necesaria para que no haya equivocaciones u olvidos, también es necesario la atención para saber qué es lo que se está pidiendo que se haga en el examen.

Al finalizar se sacó una conclusión del tema, tomando como base lo que expuso cada equipo y el cuestionario que se aplicó.

El prepararse para los exámenes es uno de los factores que también son importantes para el aprendizaje, ya que por medio de ellos sabemos qué tanto aprendimos sobre las materias. Es por esto que se necesita que el estudiante se prepare con anticipación poniendo en práctica las técnicas que ya se han mencionado y sobre todo estar seguro de que se quiere aprender.

Sesión IX

Objetivos. Los alumnos:

- Conocerán los pasos que se siguen para la investigación de un trabajo.
- Aplicarán sus conocimientos en la investigación de un trabajo.
- Mantendrán e incrementarán sus hábitos de estudio.

Técnicas de investigación. Se expuso el tema aclarando dudas y se les indicó que para la próxima sesión se entregaría un trabajo en donde aplicarían lo expuesto. -- Ellos sugirieron que fuera un trabajo sobre la materia de biología, lo cual fue aceptado; en la siguiente sesión solamente un 75% del grupo entregó su trabajo, el resto del grupo dijo que había tenido mucha tarea, pero que lo entregaría en la siguiente sesión. Se revisaron los trabajos, la mayoría de ellos se apegó en un 95% al plan de trabajo que se les dio, sin embargo, en algunos casos --- eran deficientes, porque eran demasiado breves en cuanto a contenido. Se comentaron los resultados en el grupo y se llegó a la conclusión de que les hace falta práctica para elaborar este tipo de trabajos, pero supieron seguir los pasos que se indicaron y así como elaborar fichas.

Se formaron equipos de 6 personas para: a) que --

dieran la definición de un hábito y b) con qué hábitos de estudio cuenta.

1. a) Son personas que comúnmente hacen las cosas de la misma manera.
b) Tenemos un lugar determinado de estudio.
2. a) Es lo que todos hacemos sin pensar, pues ya estamos acostumbrados a hacerlo.
b) Se carece de un hábito en el estudio, ya que solamente estudiamos cuando hay exámenes.
3. a) Es una repetición constante de alguna cosa, como por ejemplo, la forma de comer, de bañarse, de estudiar, etc.
b) Algunos estudiamos diario, pero no con un horario fijo, otros sólo cuando hay examen.
4. a) Son las costumbres que hemos aprendido de nuestros padres y en general, de la sociedad en la que vivimos.
b) Con el hábito de la limpieza, el orden y el de llevar al corriente los apuntes, realmente no tenemos un horario fijo de estudio.
5. a) Un hábito es algo que hacemos sin pensar, pues, ya se ha hecho una costumbre, como es el manejar.
b) No contamos con un buen hábito de estudio, ya que estudiamos a la hora que podemos y le dedicamos tiempo a cada materia según la

dificultad de ésta.

6. a) Son todas las costumbres buenas y malas que hemos aprendido desde niños y que se pueden cambiar o incrementar si así lo quiere.

b) Todos los días estudiamos poco tiempo, no aplicamos ninguna técnica de estudio, ya que no las conocíamos. La forma en que estudiamos es muy particular y de acuerdo a la experiencia de cada uno, en estos momentos todos estamos de acuerdo en que según sean los hábitos de estudio que podamos adquirir será provechoso el estudio.

7. a) Hábitos son todas aquellas formas de conducta que hemos aprendido durante toda nuestra vida y que pueden ser buenas y malas.

b) No hemos adquirido un hábito de estudio constante y esto puede ser porque no teníamos idea de cómo poder hacerlo.

8. a) Un hábito es todo aquello que a fuerza de repetirlo de una misma forma se queda con nosotros como parte de nuestra conducta cotidiana.

b) Tomamos apuntes regularmente, realizamos resúmenes, revisamos diariamente el material que vamos a utilizar en la escuela y contamos con un

lugar de estudio fijo.

Posteriormente se expuso el tema de lo que es un hábito e inmediatamente se volvieron a formar los equipos para que de acuerdo a lo que ya habfan discutido y escuchado de la instructora indicaran qué hábitos necesitan incrementar, adquirir y cómo lo piensan realizar.

1. En nuestro caso no es incrementar sino planear - un método de estudio con ciertas reglas y que en un momento determinado no rompamos al primer obstáculo que se nos presente, ya que de la --- constancia que tengamos en llevar una forma de estudio podremos obtener el hábito que tanto necesitamos.

2. No estudiar únicamente en exámenes, sino diariamente con un horario fijo y utilizando técnicas de estudio, tratando de quitarnos los malos hábitos, como son: no tener en la mesa todo lo que vamos a ocupar, tener la televisión prendida, no comer mientras estudiamos, etc., y seguir las sugerencias que expuso la instructora para lograr así la adquisición del hábito de estudio.

3. Estudiar con un horario fijo, desarrollar la --- atención y tomar notas, son los hábitos que ne-

lugar de estudio fijo.

Posteriormente se expuso el tema de lo que es un hábito e inmediatamente se volvieron a formar los equipos para que de acuerdo a lo que ya habían discutido y escuchado de la instructora indicaran qué hábitos necesitan incrementar, adquirir y cómo lo piensan realizar.

1. En nuestro caso no es incrementar sino planear - un método de estudio con ciertas reglas y que - en un momento determinado no rompamos al primer obstáculo que se nos presente, ya que de la --- constancia que tengamos en llevar una forma de estudio podremos obtener el hábito que tanto ne^{ce}sitamos.
2. No estudiar únicamente en exámenes, sino claramente con un horario fijo y utilizando técnicas de estudio, tratando de quitarnos los malos hábitos, como son: no tener en la mesa todo lo - que vamos a ocupar, tener la televisión prendida, no comer mientras estudiamos, etc., y se--- guir las sugerencias que expuso la instructora para lograr así la adquisición del hábito de es^{tu}dio.
3. Estudiar con un horario fijo, desarrollar la --- atención y tomar notas, son los hábitos que ne-

cesitamos incrementar, participar en clase, no perder el tiempo, relacionar lo que oímos y hacemos en clase, con lo que sabemos, son las reglas que necesitamos adquirir y esto lo lograremos con la constancia y repetición.

4. Debemos realizar todo un plan para adquirir buenos hábitos de estudio, como es el horario de estudio, la organización en nuestros útiles, la utilización de las técnicas de estudio y esto es de acuerdo al tiempo que cada uno tiene.

Lo que no debe tener diferencia es la constancia y el compromiso de nuestra parte, para lograr que el estudio sea un verdadero hábito.

5. Creemos que debemos adquirir muchos hábitos ya que no contamos con ninguno, pero lo importante es cuáles primero y cuáles después, ya que para que podamos adquirirlos, será poco a poco. Realizamos algunos hábitos de acuerdo a la importancia que pensamos tienen para nuestros estudios.

- Tener un horario para estudiar, ser puntuales, constantes y organizados, utilizar las técnicas de estudio, participar en clase, cumplir con el reglamento de la escuela; todo esto lo lograremos.

mos si tenemos verdadero interés por cumplir lo que nos hemos impuesto.

6. Incrementar el tiempo de estudio, adquirir como propias las técnicas de estudio y adecuarlas a nuestras necesidades, repetirlas en forma constante hasta que se forme el hábito.
7. Con lo expuesto tenemos una idea de cómo poder lograr un hábito de estudio y creemos que sería conveniente tomar en cuenta todos los puntos, ya que cada uno de ellos contribuye a la formación del hábito de estudio. Si tenemos interés en la adquisición de un buen hábito pondremos en práctica cotidiana todas las ideas para adquirirlo.
8. Siempre tomaremos apuntes, realizaremos resúmenes y revisaremos el material que se utiliza en la escuela; debemos adquirir el hábito de planear nuestro tiempo de una manera adecuada y organizada, participar en clases, poner mayor atención y no perder el tiempo. Esto probablemente nos llevará tiempo, pero la constancia dará excelentes resultados.

sesión X

Objetivos. Los alumnos:

- Conocerán los pasos a seguir para la elaboración de un horario vital.
- Aprenderán a organizar su tiempo.
- Elaborarán un proyecto personal en donde se fijen metas a corto, mediano y largo plazos.

Administración del tiempo: Primeramente se les pidió a los alumnos que dieran su opinión sobre la administración del tiempo (lluvia de ideas), que fueron las siguientes:

- 1er. alumno: Es bueno tener un horario, pero es difícil seguirlo.
- 2o. alumno: Ayuda a organizar el tiempo.
- 3er. alumno: Las personas que tienen un horario tienen organizada su vida.
- 4o. alumno: Las personas que siguen un horario se pueden mecanizar.
- 5o. alumno: Se le puede asignar a cada actividad un tiempo.
- 6o. alumno: Si se tiene un horario de estudio no se nos juntará todo para el final.
- 7o. alumno: El horario puede formar un hábito de orden.

8o. alumno: El horario es bueno, pero no debe de ser rígido cuando existen otras actividades.

Posteriormente se pasó a la explicación del tema y se repartieron unas formas para el horario, en el que se indicó a cada alumno el tiempo que dedicaba a estudiar, así como sus actividades personales, se revisó y se hicieron algunas anotaciones tratando de que el alumno incrementase sus horas de estudio de acuerdo a sus actividades personales.

Proyecto personal: Por medio de la técnica de discusión dirigida, los alumnos fueron definiendo lo que es un proyecto personal, qué es una meta y cuál es el objetivo de fijarnos metas en nuestra vida. Posteriormente se les repartió un cuestionario para que elaboraran su proyecto personal, indicándoseles que si existía alguna pregunta confusa lo manifestaran inmediatamente, la pregunta que no entendieron fue la de administración personal, la cual se aclaró a todo el grupo; no existiendo ninguna otra duda se prosiguió a contestar el cuestionario.

Los primeros alumnos que entregaron su proyecto no contestaron las últimas dos preguntas o metas, que eran "el año próximo" y "dentro de tres años"; se les preguntó el porqué las habían dejado sin contestar y contestaron que --

era mucho tiempo y no podían comprometerse a tan largo plazo, les dimos un ejemplo; que al inscribirse en esa escuela el objetivo era ser técnico clínico y que esa meta se alcanzaba en tres años y que aún así se inscribían, comprendieron el ejemplo, recogieron sus cuestionarios y contestaron todo.

Las contestaciones más comunes del proyecto personal fueron:

ELABORA TU PROYECTO PERSONAL

En cuanto a la:

Mi meta es:

ATENCIÓN

Concentrarme en lo que hago, --
tratar de captar todo lo expueg
to.

Tratar de superarme siendo atenu
to, sin interrumpir y no permiu
tir que me interrumpan. Entenu
derio, analizarlo, tomando las-
ideas principales.

FORMA DE LEER

Mejorarlo para comprender mejor
las cosas, leer más y con cuidau
do y entendiendo.

FORMA DE TOMAR APUNTES

Llevarlos al corriente, tomar--
los bien, más limpios, más orgau
nizados, más rápido y constanteu
mente ir adquiriendo habilidad--
en los apuntes.

FORMA DE REDACTAR

Redactar correctamente y con --
claridad, escribir claro, y to--
do lo necesario para ser más --
conciso.

Redactar con mis propias pala--
bras, hacer un mejor análisis y
síntesis de los textos.

En cuanto a la:

Mi meta es:

ADMINISTRACION PERSONAL

Cuidar de mi persona y mis cosas, mejorar cada una de las actividades.

Que realice dentro y fuera de la escuela, organizarme para hacer otra actividad que me traiga algún provecho.

Estudiar a una hora determinada y tener una hora para cada cosa.

ORGANIZACION DEL TIEMPO

Organizar mi horario adecuadamente para un mejor aprovechamiento de mi tiempo, tareas, juego y ver a mi novia.

Ser más organizado en los equipos en cuanto a convivencia y trabajo, mejorar todos juntos mediante la ayuda mutua.

EXPOSICION Y ESTUDIO

EN EQUIPO

Unirme más al equipo y participar con él en todos los trabajos para realizarlos mejor en calidad y exposición.

En cuanto a la,

Mi meta es:

PREPARACION PARA LOS EXA-
MENES

Poner más interés en todas las materias dedicándoles más tiempo. Estudiar durante todo el semestre para poder presentar bien los exámenes.

PARA ESTE AÑO

Mi meta es:

Corregirme, pasar todas las materias, salir bien el 1er. semestre; saber aprovechar lo que hoy estudio.

EL AÑO PROXIMO

Hacer mi servicio social, seguir en el CECyT, ser mejor que este año, tener más empeño en el estudio.

Sacar mejores calificaciones.

Terminar el CECyT, ser un buen técnico, poder ingresar a una escuela superior, haber cumplido todas las metas propuestas.

Dentro de 3 años yo.

Con este formato se les demuestra a los alumnos que se puede realizar un proyecto personal, quitándole o aumentando propósitos de acuerdo a las metas fijadas.

Sesión XI y XII

Objetivos. Los alumnos:

- Conocerán qué es y cuáles son los resultados que tiene el estudio dirigido, empleando técnicas de estudio.

Después de haberles hecho las indicaciones y explicaciones de lo que es el estudio dirigido, se pusieron de pie 5 alumnos de los más adelantados, ya que eran los de mayor calificación dentro del grupo, que se ofrecieron para organizar un equipo de trabajo; los alumnos se inscribieron con el compañero que quisieron, el único requisito era que no apuntaran más de 10 alumnos por equipo.

Los alumnos llevaron sus cuadernos de la materia que escogió el grupo y bajo la supervisión de las dos instructoras trabajaron.

Las instructoras se dividieron los grupos para supervisión, las técnicas que se observaron que más empleaban era EFGHI, resúmenes y el subrayado en la primera sesión que fue de 2 horas. Los alumnos duraron entre 15' y 30' para organizarse y empezar a trabajar, una vez que se inició el trabajo de equipo se intervino cuando se observaba que algún integrante no participaba y no se integraba al ritmo de trabajo de los demás.

En la sesión XII, se aprovechó mejor el tiempo, ya

que los alumnos sabían lo que iban a hacer, manifestando - que si practicaban más esa forma de estudio lograrían mejo - res calificaciones, aunque un 4% del grupo manifestó que - le era difícil pertenecer a un equipo de estudio, ya que - éste tendría que organizarse en un turno diferente de cla - ses y ellos trabajan. El resto del grupo manifestó no te - ner problemas para seguir este método de estudio. Estas - opiniones las recibimos de los 5 equipos en forma indivi - dual.

Objetivo. Los alumnos:

- Evaluarán la técnica de estudio dirigido.
- Analizarán la técnica de estudio dirigido para que concluir que él es el agente de su propio aprendizaje.
- Conocerá mediante la aplicación del postest con qué conocimientos de hábitos de estudio cuenta el alumno, al finalizar el curso.
- Se organizará en el grupo para crear círculos de estudio dentro de la escuela.

Ambas instructoras invitaron a los alumnos para por medio de la técnica: lluvia de ideas, dieran algunas conclusiones del curso y éstas fueron las siguientes:

- Fue provechoso, ya que la mayoría no contábamos con técnicas de estudio.
- Aprendimos que para que el estudio sea eficaz, éste debe ser planeado.
- Nos enseñó a trabajar en equipo de estudio, lo cual era difícil en el grupo.
- El curso unió al grupo, pues todos teníamos un mismo interés; aprender a aprender.
- Comprendimos que no solamente con maestro se puede aprender.

- El aprender por propia iniciativa nos dará mejores resultados
- El curso nos llevo a lograr un estudio de equipo
- Aprendimos a intercambiar conocimientos entre compañeros
- Entendimos que para lograr el aprendizaje debemos ser organizados y que ésto no nos lo darán los maestros sino nosotros mismos, en la medida de que apliquemos un método de estudio. Se sacó una conclusión general que fué la siguiente:
- El curso fue un nuevo camino que nos indica una forma de estudiar en la que empleamos técnicas de estudio dirigido

CONCLUSION DEL POSTEST

Por los datos obtenidos del postest (cuadro I), se puede decir que un gran número de alumnos tuvo un cambio de actitud hacia los hábitos de estudio y en aquellos alumnos que no se ha obtenido este cambio se puede decir que carecen de esa técnica de estudio, y que, para que su estudio sea más eficaz tendrán que aplicar lo visto en el curso o investigar en otras fuentes.

En el resumen (cuadro II) que hacen al final, los alumnos, se observa que en la pregunta "mis mejores hábitos", el alumno no solamente se concreta a escribir lo que trae el cuestionario sino que menciona algunas técnicas que se vieron en el curso y que ya los toma en cuenta entre sus hábitos de estudio.

En la pregunta; debo corregir preferentemente (cuadro II), los alumnos mencionan varias técnicas, pero no se consideran como fallas que el curso no se alcanzó a cubrir, sino como técnicas que el alumno por acabar de conocerlas no las ha practicado pero que las tiene presentes para corregirlas.

Una vez que se terminó el postest los alumnos dieron algunas sugerencias de cómo organizarse para seguir con el estudio dirigido:

- Mantener los equipos que se habían formado du--

rante el curso.

- Fijar un horario en el contrario al que asisten a clases.
- Fijar un lugar de reunión.
- Marcar reglas y hábitos para que funcione el equipo.

Los alumnos que trabajan hicieron mención de que ellos no podrían asistir a ninguna sesión de estudio entre semana, por lo que sugirieron:

- Formar equipos de estudio con alumnos en su misma situación.
- Su horario sería en sábado.
- Con un lugar de reunión y reglas, de acuerdo a su situación.

Cuadro 1

Elementos.	Indicadores					
	Total de 1		Total de 2		Total de 3	
	Pretest	Postest	Pretest	Postest	Pretest	Postest
1a. Unidad. Lugar (fijo, sin ruido, mesa espaciosa, sin distracciones, luz suficiente, recursos necesarios).	105	221	61	57	56	23
2a. Unidad. Tiempo (horario de actividades, programación de estudio, -- distribución entre asignaturas).	84	101	70	113	107	49
3a. Unidad. Atención (mirar al profesor, tomar atención a las explicaciones, realizar preguntas y realizar tareas).	171	177	73	69	15	26
4a. Unidad. Apuntes (tomar nota de explicaciones, cuaderno de apuntes, anotación de palabras difíciles y subrayado).	153	203	74	53	31	14
5a. Unidad. Estudio (subrayado, uso de diccionario, resumir, relacionar, completar apuntes, llevarlos al día, reconsiderar datos).	505	700	299	193	169	60
6a. Unidad. Esquema (esquemas de lecciones, materias, libros, apuntes, destacando ideas principales).	74	151	63	49	70	18
7a. Unidad. Ejercicios - (comprensión del tema, - consulta de libros, guiones, redacción clara, ortografía y limpieza).	196	244	65	51	49	17

Cuadro II

Al final de las unidades se les pidió a los alumnos escribieran un resumen de sus mejores hábitos, obteniéndose los siguientes resultados:

Pretest

Postest

a) Mis mejores hábitos de estudio son:

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">- Tener un lugar de estudio fijo, donde no haya ruido y -- con suficiente luz.- Poner atención en clase, tomar apuntes y cumplir con las tareas. | <ul style="list-style-type: none">- Tener un lugar fijo para estudiar.- Realizar apuntes.- Tener un horario.- Atención en lo que realizó.- Aplicar el método E.F.G.-H. I.- Tener un método para prepararme en los exámenes.- Tomar notas.- Trabajar en equipo. |
|---|---|

b) Debo corregir preferentemente:

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">- El no tener un horario de -- estudio.- El no llevar al día y en orden las notas y los ejercicios de las distintas asignaturas.- El no saber hacer esquemas empleando las palabras necesarias.- El no saber captar las ideas principales de la lectura. | <ul style="list-style-type: none">- Componer la ortografía.- Eliminar objetos y ruidos distractores cuando estudia.- Manejar un diccionario.- Participar más en clase.- Relacionar lo aprendido con otras materias.- Aplicar el método de investigación en mis trabajos. |
|---|---|

- El no saber consultar otros libros ni buscar las palabras o frases que no se entiendan.
- Preguntar cuando no se comprenda.
- Ortografía, redacción y limpieza.
- Ser más limpio en mis trabajos.
- Tratar de tener salud física y mental.

CONCLUSIONES

En forma general el curso cubrió los objetivos propuestos en cada sesión. El material que se utilizó fue el adecuado ya que logró mantener la atención y un trabajo dinámico en el grupo.

Se considera importante que se imparta el curso con dos instructoras ya que fue más fácil lograr tanto la integración del grupo como el trabajo dentro de él, sobre todo en grupos que inician su ciclo escolar en escuelas de nivel Medio Superior, donde la población que ingresa cuenta con diferentes características, ya que provienen de escuelas técnicas, diurnas, federales y particulares.

En cuanto al grupo existió un compromiso de trabajo, el cual se manifestó con una asistencia del 95% y la constancia individual y grupal, ya que pudieron aplicar sus conocimientos a situaciones reales como estudiantes, conociendo sus limitaciones y alcances y una alternativa para poder superarse dentro de un equipo de estudio dirigido.

El tiempo que se asignó a las sesiones de relaciones humanas, de conocimientos, comprensión y aplicación de técnicas de estudio fue el adecuado, no así el tiempo asignado al de estudio dirigido que tendrá que ampliarse de acuerdo con el grupo.

Se sugiere se impartan estos cursos a nivel medio-básico y especialmente a nivel medio superior, como una

herramienta más para su vida de estudiantes y posteriormente como profesionistas, todo esto es en base a la experiencia vivida como estudiantes, como orientadoras, como instructoras y sugerencias de los alumnos que recibieron el curso.

Se sugiere impartir estos cursos al inicio del primer semestre, en las primeras semanas, con una duración de dos horas diarias y que posteriormente se mantengan de manera constante durante toda su estancia en las instituciones, de acuerdo a las posibilidades y necesidades de cada centro de estudios, con la colaboración de todo aquel que tenga algo que ver con la educación.

El material de este curso puede adecuarse y ampliarse de acuerdo al objetivo de cada institución.

Se sugiere para la elaboración del curso, la participación de todos y cada uno de los maestros, con el fin de que aporten sus ideas acerca de qué técnicas y ejercicios ayudarían a los alumnos a lograr una mayor comprensión de sus materias y con esto lograr el objetivo, que es el aprendizaje del alumno.

Para impartir este tipo de cursos en las instituciones se necesita la colaboración tanto de los orientadores como de los maestros que cuenten con horas de currículo.

El psicólogo Educativo a nivel medio superior debe reforzar y proporcionar planes de hábitos de estudio en colaboración con todos los educadores, que a este nivel trabajan con adolescentes, y que esto implica un conocimiento de las necesidades y características propias de esta etapa.

ANEXO I

CARTA DESCRIPTIVA

SESIÓN	TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES	MATERIAL	TÉCNICA	TIEMPO	OBSERVACIONES
1a.	Presenta	Que el alumno conozca a las instructoras.	Presentación de las instructoras que aplicarán el curso. (1 y 2). Mencionando nombre, profesión, tiempo de trabajar en la escuela.	Pizarrón y g's.	Expositiva.	10'	Ambas instructoras pasarán a presentarse frente al grupo.
		Alumno	La instructora hará las indicaciones para aplicar la técnica grupal. 1. Postición de las sillas. 2. Formas de participar.	Pizarrón y g's.	Palabras clave.	40'	La conducción de la sesión la realizará una de las instructoras y la otra instructora auxiliará para que se lleve a cabo la sesión.

SESION	TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES	MATERIAL	TECNICA	TIEMPO	OBSERVACIONES
		Las espectativas y tiempos acerca del curso.	<p>3. Evaluación de la técnica.</p> <p>La instructora dará las indicaciones para que los alumnos:</p> <p>1. Formen equipos de trabajo.</p> <p>2. Comprendan la forma de desarrollar la técnica.</p> <p>3. Evaluación de la técnica.</p>	pizarrón y gis.	El riesgo.	35'	Una de las instructoras dirigirá la sesión y la otra instructora verá que trabajen correctamente los equipos.
	Aplicación del pretest.	Identificar los conocimientos con los que cuenta el alumno.	Los alumnos contestarán un cuestionario sobre hábitos de estudio.	Questionario y lápiz.		35'	Una de las instructoras dará las indicaciones para la aplicación del pretest. La otra instructora repartirá

7
0
1

SESION	TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES	MATERIAL	TECNICA	TIEMPO	OBSERVACIONES
2a.	Contenido del curso.	Que el alumno conozca el contenido del curso, desarrolle y responsabilidades de los integrantes del grupo.	La instructora dará una visión general de todo el curso utilizando una técnica grupal. Hará las siguientes indicaciones. 1. Posición de las alumnas. 2. Forma de participar de instructoras y alumnos. 3. Evaluación de la técnica.	Pizarrón y Encuadre.		50'	Los cuestionarios. Y ambas contestarán dudas. La sesión la dirigirá una de las instructoras. Y la otra instructora supervisará que se lleven a cabo las indicaciones para la realización de la técnica.

SESION	TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES	MATERIAL	TECNICA	TIEMPO	OBSERVACIONES
1.	Apron	que el alumno	La instructora	Pizarrón, gis	Interro-	10'	Una de las ins-
	di zaje, identifi que	.. preguntará a	- y borrador.	gativa.			tructoros impar-
	qué es el ---	los alumnos --					tirá el tema y-
	aprendizaje.	qué factores -					la otra instruc-
		influyen para-					tora lo auxilia
		que se dé su -					rá contestando.
		aprendizaje.					preguntas de --
			La instructora	rotafolio.	Expositi-	40'	los alumnos.
			explicará que es		va.		
			el aprendizaje-				
			así como los as-				
			pectos que in-				
			fluyen para que				
			se dé éste. (bi-				
			lógico-mental, -				
			La y los fac-	psicológico y so-			
			tores que in-	cial).			
			fluyen para -	Se formarán equi-	Pizarrón,-	Ph'ilia	20'
			que el objeti-	pos de trabajo -	gis y borra	"66"	
			vo se logre.	para sacar las -	dor.		
			conclusiones del				

SESION	TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES	MATERIAL	TECNICA	TIEMPO	OBSERVACIONES
		el aprendizaje	tema.				
3a. 2.	Motivación	Que el alumno conozca qué es la motivación y cómo influye en su aprendizaje.	Los alumnos en equipo contestarán un cuestionario sobre motivación. Al término de esta dinámica expondrán oralmente sus respuestas.	Pizarrón, gta y boarder.	Diálogos simultáneos.	20'	Una de las instructoras dirigirá la sesión, y la otra instructora repartirá los cuestionarios y abrirá en las conclusiones generales del grupo.
			La instructora complementará la información dada por los alumnos, posteriormente se harán conclusiones generales en el grupo.		Interrogativa.	20'	
					Expositiva.	20'	
					Discusión dirigida.	30'	

SESION	TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES	MATERIAL TECNICA	TIEMPO	OBSERVACIONES	
4a.	3.	Factores que involucran el aprendizaje.	El alumno identificará los diferentes factores que influyen en el aprendizaje.	La instructora explicará que existen diferentes factores que influyen para que se dé el aprendizaje.	Pizarrón, Expositiva.	15'	La sesión será dirigida por una de las instructoras. La otra instructora la auxiliará en la exposición del tema.
	3.1	Atención; que el alumno conozca la importancia de la atención en el estudio.	La instructora explicará la importancia de la atención en el aprendizaje apoyándose en láminas, en donde el alumno identificará algunas formas de distracción al estudiar.	Pizarrón, Expositiva.	10'	Una de las instructoras expondrá el tema y la otra instructora supervisará que todos los alumnos realicen el ejercicio.	

SESION	TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES	MATERIAL	TECNICA	TIEMPO	OBSERVACIONES
--------	------	----------	-------------	----------	---------	--------	---------------

		te.	La instructora explicará la importancia de la organización auxiliándose de láminas.	Rotafolio.	Expositiva.	15'	
5a.	3,4	Comprensión.	La instructora expondrá la importancia de la comprensión y la instructora realizará preguntas del tema donde el alumno aplicará los conocimientos de la visión y audición. El alumno realizará un ejercicio donde pondrá en práctica la comprensión.	Pizarrón, Placas y borrador.	Expositiva. Interrogativa.	15' 10'	La sesión será conducida por una de las instructoras. La otra instructora supervisará que la técnica se realice adecuadamente y que se cumplan las instrucciones para la realización del ejercicio.
				Ejercicio 2.		15'	

167

SESION	TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES	MATERIAL	TECNICA	TIEMPO	OBSERVACIONES
3,5	Memo- ria.	En equipo de trabajo los alum- nos mencionarán la importan- cia de la memoria en el --- aprendizaje.	La instructora anotará las -- conclusiones de cada uno de -- los equipos ampliando el te- ma.	Pizarrón, giz y bo- rrador.	Phillips "66" Interro- gativa.	12' 10'	Conducirá la se- sión una de las instructoras. La otra instructora ayudará a escribir conclusiones en el pizarrón, y su- pervisará que se- lleve a cabo el ejercicio.
		Mostrará la lámina del proce- so de la memoria.		Rotafolio	Expositiva	5'	
		El alumno realizará un ejerci- cio donde pondrá en práctica la memoria.		Ejercicios		10'	

SESION	TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES	MATERIALES	TECNICA	TIEMPO	OBSERVACIONES
3.6	Repetición.	La instructora expondrá el tema de repetición.	Pizarrón, Expositor.	Expositiva.	10'	Conducirá la sesión una de las instructoras. La otra instructora ayudará a que los equipos realicen todas las actividades para localización de su trabajo.	
		La instructora preguntará a los alumnos ¿cómo, cuándo y en qué materias empleará la repetición.	Pizarrón, Expositor.	Preguntas dirigidas	10'		
		Los alumnos realizarán en equipos de trabajo una conclusión de la importancia de los factores que involucran el aprendizaje.	Papel, lápiz, plumas y goma.	Trabajo en equipo.	20'	bajo.	

10
10

SESION	TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES	MATERIAL	TECNICA	TIEMPO	OPSERVACIONES
--------	------	----------	-------------	----------	---------	--------	---------------

6a. 4.	Técnica para mejorar el aprendizaje en la escuela y en el hogar.	Que el alumno adquiera técnica de estudio para lograr un mejor aprendizaje.	La instructora mencionará diferentes técnicas para mejorar el aprendizaje.	Rotafolio	Expositiva.	10'	La exposición la realizará una de las instructoras. La otra instructora auxiliará en el transcurso de la sesión con aportaciones.
--------	--	---	--	-----------	-------------	-----	---

4.1	Método EFGHJ. todo de lectura	Que el alumno conozca un método de lectura	Se repartirá el material sobre el todo EFGHJ. A cada uno de los alumnos. Se analizará el tema en equipo.	Método	Debate	40'	Una de las instructoras conducirá la sesión. La otra instructora supervisar los equipos de trabajo.
-----	-------------------------------	--	--	--------	--------	-----	---

			Posteriormente, se realizará una lección donde aplicará el método de la adolescencia.	Ejercicio 5.		10'	
--	--	--	---	--------------	--	-----	--

SESION	TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES	MATERIAL	TECNICA	TIEMPO	OBSERVACIONES
4.2	Cómo tomar notas.	Que el alumno no conozca un método para tomar notas.	El maestro repartirá el material y organizará equipos de trabajo. Explicará la dinámica de la técnica. Evaluación; El alumno escribirá en el rotafolio las conclusiones a las que llegó el grupo.	pizarrón, gis y rotafolio, material de cómo tomar notas.	Rejilla.	45'	La sesión será conducida por una de las instructoras. La otra instructora supervisará los equipos para que se lleve a cabo correctamente la técnica.
7a.	4.3	Cómo subrayar sus conocimientos de toma de notas, en el tema de subrayado.	El maestro expondrá el tema de cómo subrayar, empleando un párrafo para ejemplificar el tema.	Pizarrón, gis y rotafolio.	Expositiva.	20'	La sesión será conducida por una de las instructoras. La otra instructora supervisará los equipos de trabajo.

SESION	TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES	MATERIAL	TECNICA	TIEMPO	OBSERVACIONES
			El alumno tomará notas del tema y posteriormente en equipos de trabajo comparará y complementará sus notas con las de sus compañeros.		Trabajo en po.	20'	
			Evaluación, El alumno aplicará sus conocimientos de subrayado en la lectura, y comentará en voz alta qué subrayó y por qué.		Interrogativa.	20'	
4.4	Cómo	Que el alumno se aplique la técnica de resumir.	El instructor preparará la bibliografía para desarrollar el tema, con una sesión de anticipación.	Material sobre resumen.			Una de las instructoras dará las indicaciones y la otra instructora ayudará a revisar la tarea indicada.

SESION	TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES	MATERIAL	TECNICA	TIEMPO	OBSERVACIONES
			Indicándoles a los alumnos que tendrán que traer leída la lectura, aplicando las técnicas de estudio ya vistas (método EFGHI, lectura y subrayado).	(D O E) Dirección de Orientación Educativa. Resúmenes y cómo hacer los. 2 copias del resumen (libros).			
			Se dividirá al grupo en dos partes para trabajar la técnica.	Datos obtenidos en la investigación.	Seminarío.	60'	Ambas instructoras trabajarán una parte del grupo, para llevar a cabo la técnica.

SESION	TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES	MATERIAL	TECNICA	TIEMPO	OBSERVACIONES
8a.	4.5	Cómo escuchar para no distorcionar la información.	Que el alumno conozca la importancia de saber escuchar para no distorcionar la información.	Se anotará en el pizarrón el nombre del tema y se indicará que se realizará una técnica acerca de la comunicación.	Pizarrón, Distorsión y ho de la comu nicación - y/c teléfono - descompues to.	30'	Una instructora dirigirá la sesión y la otra instructora supervisará que no queden dudas y que se sigan las instrucciones.
			El instructor expondrá el tema de cómo saber escuchar utilizando láminas que lo ilustran.	Notafo-- lio, ma terial de cómo escuchar.	Expositiva	30'	
			Los alumnos tomarán notas.				

SESION	TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES	MATERIAL	TECNICA	TIEMPO	OBSERVACIONES
4.6	Cómo preparar	Que el alumno conozca los diferentes tipos de exámenes para seguirlos a realizar un examen.	El instructor repartirá el material de "Cómo prepararse para los exámenes" y explicará la dinámica que se realizará para este tema.	Material de Expositiva.	Expositiva.	10'	La sesión la dirigirá una de las instructoras y la otra instructora supervisará que se lleve a cabo la técnica así como repartir cuestionarios.
			Al finalizar la técnica, se realizará una evaluación por medio de preguntas para saber si se logró el objetivo.	Cuestionario.	Discusión dirigida.	10'	

SESION	TEMA	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	MATERIAL	TECNICA	TIEMPO	ORSERVACIONES
			guen en una investigación,				
			El tema de este trabajo - se hará de acuerdo a la - especialidad del grupo y - se entregará revisado -- una sesión posterior.				
6.	Cómo se forma un hábito de estudio.	Que el alumno mantenga e incremente sus hábitos de estudio.	En equipos de trabajo (7 personas) el alumno expondrá qué es un hábito, y los hábitos de estudio con los que cuenta en su vida de estudiante, La instructora expondrá el tema de lo que es un hábito de estudio.	Material "66"	Phillips	15'	Una de las instructoras dirigirá la sesión y la otra instructora ayudará a supervisar los equipos de trabajo.

SESION	TEMA	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	MATERIAL	TECNICA	TIEMPO	OBSERVACIONES
			Los alumnos en equipos de trabajo (6 personas) discutirán qué hábitos necesitan incrementar, cuáles adquirir y cómo lo piensan realizar (lo apuntarán en una lámina).		Phillips	30'	
					"66"		
10a.	6.1	Adm <u>que</u> el alumno <u>aprenda a</u> <u>organizar su</u> <u>tiempo y conoz</u> <u>ca los pasos</u> <u>que se deben</u> <u>seguir pa</u> <u>la</u> <u>elaboración de</u> <u>un horario vi</u> <u>tal.</u>	La instructora preguntará la importancia de <u>organizar el tiempo en</u> <u>nuestra vida.</u> La instructora ampliará <u>el tema, los alumnos</u> <u>elaborarán su horario</u> <u>vital.</u>	Pizarrón, Lluvia- borador. Ideas. Material admi- nistrati- ón del- tiempo. Pizarrón, Expo- sición, ho- rrador. Cuaderno y Trabajo pluma.		20'	La sesión la dirigi- rá una de las in- structoras, la otra instructora ayudará y aclarará dudas y revisará los horarios.

SESION	TEMA	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	MATERIAL	TECNICA	TIEMPO	OBSERVACIONES
6.2	Proyecto personal	Que el alumno elabore un proyecto personal en donde se fije metas a corto, mediano y largo plazo.	La instructora y alumnos definirán lo que es un proyecto personal. Los alumnos realizarán un proyecto personal. Pasarán al pizarrón dos alumnos escogidos al azar a exponer su proyecto personal.	Pizarrón, Borrador, Material del proyecto personal. Cuaderno y pluma. Pizarrón, Borrador.	Discusión dirigida. Trabajo individual. Expositiva y Demostrativa.	20'	La sesión la dirigirá una de las instructoras y la otra instructora supervisará que se sigan las instrucciones.

SESION	TEMA	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	MATERIAL	TECNICA	TIEMPO	OBSERVACIONES
11a.	7. Implementación --	que el alumno co-	Se formarán equi-	Material de Estudio		4 ho--	Las dos instruc-
y	del estu-	nozca y vea los-	pos de trabajo.	estudio di-	dirigi-	ras.	toras tendrán -
12a.	dio diri-	resultados del -	se escogerá la	rigido.	do.		el papel de ---
	gido.	estudio dirigi-	materia a estu--				orientadoras y-
		do, empleando --	diar.	De su área-			supervisoras de
		las técnicas de-	se les dará un -	técnica.			los equipos de-
		estudio vistas -	tiempo de cuatro				trabajo.
		durante el cur--	horas para que -				
		so.	hagan uso de las				
			técnicas de estu-				
			dio.				
			- La instructora				
			conducirá y orien-				
			tará a los alum--				
			nos en las difi--				
			cultades y avan--				
			ces que se presen-				
			ten.				

SESION	TEMA	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	MATERIA	TECNICA	TIEMPO	OPSERVACIONES
13a.		Que el alumno con- cluya que él es - el agente de su - propio aprendiza- je.	Conclusión.	Pizarrón, gis y borrador.	Lluvia de ideas.	30'	Ambas instructo- ras participarán.
7.1	Aplicación de pos- test.	Saber con qué co- nocimientos de H. de Estudio cuenta el alumno al fina- lizar el curso.	Los alumnos con- testarán un -- cuestionario so- bre H. de Estu- dio.	Cuestiona- rio y lá- piz.		30'	Una de las ins- tructorras dará - las indicaciones de la sesión y - la otra instruc- tora repartirá - los cuestiona- rios.
7.2	Con- clusión del cur- so.	Que el alumno se- organice en el -- grupo para exami- narse. círculos de estu- dio.	Los alumnos es- cribirán en el -- pizarrón las su- gerencias más - relevantes de - cómo se organi- zarán para apli- car sus conoci- mientos del es- tudio dirigido.	Pizarrón, gis y borrador.	Lluvias de ideas.	30'	Ambas instructo- ras escribirán - en el pizarrón y ayudarán a que - el alumno llegue al objetivo de - la sesión.

ANEXO 2

MATERIAL DE APOYO

Cuestionario de Hábitos de Estudio.

El cuestionario (1) que se aplicara, cuenta con -- preguntas que indican los hábitos y métodos de estudio -- con que cuenta ó carece cada uno de los alumnos. Es por eso que se utiliza como un pretest. Se aplicará antes de **iniciar** el curso de hábitos de estudio y se les dirá a los alumnos que el objetivo de este cuestionario es detectar los hábitos de estudio en forma individual e incrementar aquellos que les falten.

Instrucciones: Se repartirá un cuestionario por alumno, indicándoles que éste cuenta con varios aspectos, los cuáles tendrán que ser contestados con la mayor veracidad posible. Indicándoles que no se trata de aprobar o reprobar, sino de detectar fallas, que se cuenta con 75 minutos para contestarlo, que no se deje ninguna pregunta sin contestar y que sigan las indicaciones que se dan en el cuestionario; posteriormente se analiza la interpretación de cada uno de los puntos con que cuenta este pretest y de acuerdo a los resultados con que cuenta, en donde se pondrá una mayor atención para poder lograr un mejor aprovechamiento de nuestro curso.

(1). Este cuestionario fue objeto de dos estudios, el primero por J. S. Johnson en los EE.UU. y el segundo por Wilbur J. Hawber de la Universidad de Minnesota, los cuales confirmarán los mismos resultados de

validez de las preguntas (González Garduño Irma; y -
Etal. 1980).

A su vez se comparó este cuestionario con algunos --
otros utilizados en el Departamento de Orientación -
Educativa, como: "Valora tu estudio y hábitos de es-
tudio", y se encontró que este cuestionario tenía --
las características de ambos cuestionarios en una --
forma más organizada.

HÁBITOS DE ESTUDIO

CUESTIONARIO

¿sabes estudiar?

Quizá llevas varios años estudiando y te sorprenderá que pregunte si sabes estudiar. ¡Claro que sabes estudiar! Pero a tu manera y es probable que ese modo tuyo de estudiar no sea el más adecuado a tu capacidad, ni el más conveniente a las asignaturas que cursas. Te propongo que contestes a este cuestionario, para que, antes de iniciar nos en el curso sepas qué es lo que tienes que corregir y qué es lo que tienes que perfeccionar de tus hábitos y métodos de estudio.

Instrucciones:

Rodea con un círculo la contestación "Sí" o "No" que mejor indique lo que haces.

Rodea el signo de interrogación sólo cuando no puedas decidirte entre el "Sí" o "No". El signo de interrogación equivale a "Algunas veces", "No siempre".

Lugar.

1. ¿Tienes un lugar fijo para estudiar? Sí ? No
2. ¿Estudias en una habitación alejada de ruidos, televisión, radio, etc.?..... Sí ? No
3. ¿Hay suficiente espacio en tu mesa de estudio?..... Sí ? No

4. ¿La mesa está sin objetos que puedan distraerte?..... Sí ? No
5. ¿Tiene luz suficiente para estudiar sin forzar la vista? Sí ? No
6. Cuando te pones a estudiar, ¿tienes a mano todo lo que vas a necesitar?..... Sí ? No

Tiempo.

7. ¿Tienes un horario fijo de reposo, estudio, tiempo libre, ecc.?..... Sí ? No
8. ¿Haces un programa del tiempo que piensas dedicar al estudio diariamente?..... Sí ? No
9. ¿Divides tu tiempo entre las asignaturas que debes estudiar?..... Sí ? No
10. ¿Estudias como mínimo cinco días a la semana?..... Sí ? No
11. En tu plan de estudios, ¿incluye períodos de descanso? Sí ? No

Atención.

12. ¿Miras al profesor cuando explica?..... Sí ? No

13. ¿Tomas notas de las lecciones señaladas para estudio y de los ejercicios que debes hacer?..... Sí ? No
14. ¿Estás atento durante la explicación del profesor?.... Sí ? No
15. ¿Preguntas cuando no comprendes alguna cuestión?..... Sí ? No
16. ¿Participas en tareas comunes de la clase?..... Sí ? No

Apuntes.

17. ¿Tomas notas de las explicaciones de los profesores?.. Sí ? No
18. ¿Tienes cuadernos de apuntes divididos por materias?.... Sí ? No
19. ¿Anotas las palabras difíciles, las tareas especiales, lo que no comprendes, etc?.. Sí ? No
20. ¿Revisas y completas los apuntes?..... Sí ? No
21. ¿Subrayas las ideas importantes?..... Sí ? No

Estudio.

22. ¿Lees toda la lección antes de estudiarla?..... Sí ? No

23. ¿Tienes facilidad para encontrar las ideas básicas de lo que lees?..... Sí ? No
24. ¿Subrayas las ideas y los datos importantes?..... Sí ? No
25. Cuando no estás seguro del significado ortográfico o pronunciación de una palabra. ¿consultas el diccionario?..... Sí ? No
26. ¿Señalas lo que no entiendes?... Sí ? No
27. ¿Escribes los datos importantes o difíciles de recordar?..... Sí ? No
28. Cuando estudias, ¿lo haces de forma activa, formulandote preguntas a las que intentas responder?..... Sí ? No
29. Cuando estudias, ¿tratas de resumir mentalmente?..... Sí ? No
30. ¿Emplicas algún sistema o procedimiento para recordar datos, nombres, etc.?..... Sí ? No
31. ¿Después de estudiar una lección la repasas?..... Sí ? No
32. ¿Tratas de relacionar lo aprendido en una asignatura con lo de otras?..... Sí ? No
33. ¿Pides ayuda cuando tienes dificultades en los estudios?..... Sí ? No

34. ¿ Completas el libro con los --
apuntes tomados en clases?.... Sf ? No
35. ¿ Llevas al día las asignatu--
ras y ejercicios?..... Sf ? No
36. ¿ Cuando te sientas a estudiar--
te pones rápidamente a estu--
diar?..... Sf ? No
37. ¿ Cuando estudias te señalas ta
reas y las terminas?..... Sf ? No
38. ¿ Estudias intensamente, esfer--
zándote por aprender?..... Sf ? No
39. ¿ Ante un dato geográfico desco
nocido consultas el mapa?..... Sf ? No
40. ¿ Ante una cuestión, problema o
dificultad en el estudio, tien
des a considerar previamente -
los datos que conoces antes de
lanzarte intuitivamente a en--
centrar la solución?..... Sf ? No

Esquemas

41. ¿ Haces esquemas de cada lec--
ción?..... Sf ? No
42. ¿ En los esquemas incluyes la -
materia del libro y de los --

- apuntes tomados?..... Sí ? No
43. ¿ Empleas el menos número posible de palabras para hacer los esquemas?..... Sí ? No
44. ¿ Tus esquemas destacan las ideas principales?..... Sí ? No

Ejercicios:

45. ¿ Te aseguras de que has comprendido bien lo que tienes que hacer antes de ponerte a trabajar?..... Sí ? No
46. ¿ Consultas otros libros además de los de texto?..... Sí ? No
47. ¿ Antes de redactar un trabajo haces un guión o esquema?..... Sí ? No
48. ¿ Haces todo lo posible por redactar tus ejercicios de manera clara?..... Sí ? No
49. ¿ Compruebas la ortografía, redacción y limpieza de lo que escribes?..... Sí ? No
50. ¿ Tienes un cuaderno o carpeta para guardar tus ejercicios?.. Sí ? No

Resumen:

Repasa las contestaciones y escribe: Mis mejores

hábitos de estudio son:

Debe corregir preferentemente:

Aprendizaje.

El aprendizaje es un proceso que dura toda la vida y es muy importante, ya que a través de él, el sujeto puede resolver situaciones problemáticas de lo ya aprendido anteriormente.

Podemos decir que el aprendizaje se entiende cuando se produce un cambio relativamente permanente del comportamiento que ocurre como resultado de la práctica.

Se dice "relativamente permanente" porque el comportamiento no dura indefinidamente, ya que el sujeto recibe estímulos del medio ambiente que van a hacer que -- cambie su conducta. El proceso del aprendizaje se desarrolla a través de las áreas: a) cognoscitiva, b) psicomotriz, c) afectiva.

a) Cognoscitiva, en este aspecto se presenta una asimilación y acumulación de la información (conocimiento) que está recibiendo el alumno para procesarlo e integrarlo y después buscar una solución.

b) Psicomotriz, el individuo desarrollará habilidades y destrezas a nivel verbal y motor. Por medio de estos niveles él conocerá la asimilación que ha adquirido en el aula de clases, teórico-práctico.

c) Afectiva, se presentará un equilibrio de su -- personalidad (emocional, actitud positiva-negativa, sentimientos, ideales, etc.).

De acuerdo a estas áreas el ser estará desarrollando sólo una parte para su continuo cambio personal dentro del aprendizaje. Pues a las manifestaciones del hombre se les denomina "conductas", ésta se define como conjunto de operaciones fisiológicas, motrices y verbales, por medio de las cuales un individuo incrementa o reduce las tensiones de su medio ambiente social. De esta forma, la conducta será una coexistencia de tres áreas: a) Aprendizaje Biológico, b) Aprendizaje Psicológico y c) Aprendizaje social.

a) Aprendizaje Biológico

El estudio eficaz depende mucho del estado sano de tu cuerpo y tu cerebro. Sin embargo, con frecuencia los descuidamos por atender asuntos que consideramos más importantes.

El cerebro es la parte del sistema nervioso central que se encuentra en el cráneo. A su vez, el cerebro depende de otros órganos del cuerpo para nutrirse, conservarse y desarrollarse. El cuerpo para mantenerse sano necesita de: la dieta, el ejercicio, el sueño y del relajamiento y la diversión.

LA DIETA. Los científicos afirman que no existe el alimento cerebral, pero están de acuerdo en que el cuerpo y el cerebro se constituyen de todo aquello que se

ingiere. La mayor parte de los dietistas y otros expertos en nutrición saben que no existe una dieta normal, que la ingestión de alimentos varía mucho en cantidad y calidad según las personas, y que un grupo de personas que dicen llevar una dieta balanceada, sufren desnutrición y otras enfermedades relacionadas con deficiencias alimenticias.

Corresponde a los expertos en nutrición decir qué es lo que debes comer. Sin embargo, saber lo que no debes comer es sólo cuestión de sentido común. Tal vez sea preferible afirmar que tu cuerpo casi siempre te dice cuáles son los alimentos que no debes comer (es sólo cuestión de sentido común) en exceso. A continuación se te proporcionan algunas sugerencias.

- no importa qué tantos alimentos tomes durante el día, trata de hacer cuando menos una comida balanceada: verduras (no cocidas en exceso); carne, aves o pescado fresco; fruta fresca; y algún producto lácteo o avícola como leche y huevos.
- no comas mucho antes de algún examen importante. El comer en exceso puede hacerte sentir perezoso y somnoliento.
- Evita el uso excesivo de estimulantes. Esta

sugerencia es práctica no moral.

- Ten cuidado con las pastillas sedantes y estimulantes. El alcohol y la nicotina son sedantes y no estimulantes como se piensa.

EL EJERCICIO. Es el esfuerzo orgánico o mental constante para mejorar el cuerpo y la mente. Si no hacemos ejercicio físico nos volveremos torpes, flojos e inactivos. A continuación se dan algunas recomendaciones.

- El esfuerzo físico no siempre es ejercicio.

Puedes pensar que haces ejercicio cuando corres para alcanzar el autobús, haces la tarea, lavas la ropa, trabajas en una tienda o caminas a través de los pasillos de la escuela, pues no es así. Este tipo de ejercicio te cansa, pero no te refuerza los músculos, no te despierta la mente. El verdadero ejercicio te hace respirar más profundo, sudas y te sientes más fresco.

- El buen ejercicio es divertido. Tal vez te disguste lo que tú llamas ejercicio porque te aburre. Todos sabemos por propia experiencia que los ejercicios calistécnicos, o los que hacemos solos en el gimnasio, pueden ser tediosos. Si piensas así busca algún ejercicio que te guste.

- Usa el sentido común al hacer ejercicio.

Si hace mucho tiempo que no haces ejercicio, empieza poco a poco. El esforzarte demasiado te producirá tensión muscular, cansancio y dolor de espalda o de piernas. Conforme incrementas tu actividad puedes aumentar poco a poco el tiempo y la energía física que dediques a ello.

EL SUEÑO. Por lo general los expertos están de acuerdo en que toda la gente, salvo excepciones, necesitan de siete a nueve horas de sueño. A continuación se dan algunas sugerencias.

- Intenta descubrir qué cantidad de sueño te permite funcionar mejor y luego trata de dormir ese número de horas con regularidad.

- No debes permitir que nada interfiera con tus horas de sueño. Puedes pensar que estás obligado a estudiar durante toda o casi toda la noche antes de un examen importante. Sería más sensato que durmieras bien, independientemente de lo que alcanzas a estudiar. El buen sueño restaura la mente y el cuerpo, lo cual te ayudará más en la clase o en el examen, que todas las horas que invertiste en estudios frenéticos de última hora.

- tu horario de sueño es un hábito. Existen soluciones para cualquier problema relacionado con dormir, ya sea que no concilies el sueño o que duermas demasiado. Por ejemplo, si estás acostumbrado a dormirte a las 11:00, intenta lo siguiente, trata de irte a la cama a las 10:30 durante una semana. Al final de ésta (o más si es necesario) habrás adquirido el hábito de dormir media hora más.

- Intenta relajarte antes de irte a la cama. Es difícil dormirse cuando la mente aún está ocupada con asuntos serios, entre ellos la lectura pesada y el pensamiento prolongado; media hora antes de cerrar los ojos, escucha música suave, lee un libro ligero, un artículo de revista, una historietita o plática con alguien sobre un tema trivial. Si eres de las personas que concilian el sueño con dificultad, báñate con agua caliente, toma un vaso de leche, una taza de chocolate o incluso recuerda que las bebidas calientes y los sedantes de cualquier tipo tienden a volverse indispensables, por lo que debe evitarse su uso excesivo.

EL RELAJAMIENTO Y LA DIVERSION.- No todo es trabajo, tu cuerpo y tu mente necesitan relajamiento y distrac

tracción. En seguida se te proporcionan algunas sugerencias.

- Interrumpe tu estudio de vez en cuando. Tal vez seas capaz de concentrarte en un libro de texto durante horas y horas, pero después de cierto tiempo casi todos sentimos que nuestra atención es dispersa y nuestro ánimo decae, cuando esto ocurra deja de estudiar, puedes ser útil tomarse un descanso de cinco o diez minutos por cada hora.

2.

- Planea la diversión según tus necesidades individuales. Distráerte significa refrescarse mediante algún pasatiempo, ejercicios, diversión o entretenimiento. Si te diviertes viendo televisión hazlo de vez en cuando.

Si elaboramos una lista de nuestras posesiones más preciadas, éstas diferirían, pero todos incluiríamos a la mente y al cuerpo en los primeros lugares. Ellos son un mecanismo fino y delicado. Merecen cuidados y atenciones.

En resumen, nunca olvides que el organismo es maravilloso y que el cerebro es un instrumento fino y delicado, no debe abusarse de ellos, pero tampoco deben descuidarse. No deben forzarse mucho, ni permitir que se estanque, cuidalos como si fuesen tu más preciado te-

soro, pues eso es precisamente lo que son.

b) Aprendizaje Psicológico.

Lo psicológico es un aspecto importante para que se lleve a cabo el aprendizaje e influye para el éxito o fracaso en tus estudios, ya que muchos alumnos por tener problemas de tipo familiar, monetarios, sentimentales o de trabajo, no dan todo el rendimiento que se debiera en sus materias, sintiéndose cansados, aburridos, no motivados, sin ese interés que debe dar el estudio, ya que toda su energía la gastan en sus "problemas". Ejemplo: el estar libre de preocupaciones sobre problemas personales, monetarios y evitar influencias que distraen es un requisito necesario para estudiar con eficiencia. Muchos alumnos se sienten inclinados a abandonar los estudios y conseguir un empleo con el fin de tener más dinero para gastar o tal vez crean que sus padres son demasiado estrictos y no tienen suficiente libertad personal o quizá piensan que los estudios no valen la pena porque no asisten a muchas actividades sociales, que ahora les parecen importantes. Estos problemas tienen que ver con la satisfacción de objetivos de corto alcance, esto es, más dinero, más libertad o aceptación por los demás, precisamente en esta edad. El interés en personas del sexo opuesto, el deseo de tener más dinero para gastar o la búsqueda de mayor libertad personal, son preocupaciones normales e importantes para todo .

estudiante, sin embargo, no debes permitir que tales pensamientos interfirieran con tus objetivos de largo alcance, como son el prepararse para una ocupación futura y desarrollar una filosofía de la vida cargada de sentido. Algunas sugerencias para mejorar la actitud emocional, son las siguientes.

- Desahógate cuando algo te preocupe, comunícalo, no te lo guardes, confía tu preocupación a alguna persona prudente que merezca tu confianza, ya sea un buen amigo, tus padres, el médico o el orientador de la escuela. Si comunicar los problemas ayuda a aliviar la tensión, a ver tu preocupación con claridad y con frecuencia, ver el modo de resolverlo. Evádate por algún tiempo cuando los asuntos van mal. A veces ayuda el apartarse del problema por algún tiempo, relajarse viendo una película, leyendo un libro, jugando o realizando un corto viaje. El permanecer en la situación y sufrir, es una forma de autocastigo y no un modo de resolver el conflicto.

- Deshaste de tu enfado. Si te enfadas con frecuencia recuerda que aunque tu actitud pueda darte una sensación temporal de rectitud e incluso de poder, por lo general hará que te sientas tonto y al final triste. Si sientes el impulso de insultar a alguien que te haya provocado, intenta contener el arrebato. Espera varios días, en el intervalo encauza la energía reprimida hacia

otros canales, dedícate a alguna actividad física como el atletismo, o da un paseo, o bien realiza la limpieza de tu habitación.

- Has algo por los demás. Si dedicas mucho tiempo a preocuparte de ti mismo intenta hacer algo en favor de otras personas, comprobarás que así disminuyen tus propias preocupaciones y esto te producirá la amable impresión de haber hecho algo valioso.

- Cada cosa a su tiempo. Para las personas sometidas a tensión, una cantidad ordinaria de trabajo puede parecer insoportable, la carga parece tan grande que el afrontar cualquier parte de ella ocasiona azotamiento. Recuerda que ésta es una solución pasajera, puedes abrirte camino afrontando algunas tareas urgentes, una a una soslayando el resto por el momento. Una vez superados esos primeros obstáculos, verás que los demás son superables.

c) Aprendizaje social.

El aprendizaje del ser humano está ligado al aspecto social, en él influirá el grado de adaptación al medio ambiente social. Cuando se aplica un castigo, recompensa, motivación o se imita una conducta, dependiendo de la variabilidad en la aplicación de estos factores, nos dará un comportamiento, en el que psicológica y socialmente el individuo estará afectado. Por ejemplo:

- Cuando un alumno presenta deficiencia de hábitos sociales dentro de un grupo no podrá desarrollarse a nivel social, porque su comportamiento ha sido castigado o no ha sido suficientemente estimulado.

- A nivel académico en el alumno, podríamos mencionar que cuando él tiene un bajo nivel académico se originará una serie de comportamientos de baja autoestima, en lo cual se considera inepto, que no sirve para el estudio, etc. Pero puede ser que no se le dedique el tiempo necesario para estudiar, por lo que le cuesta trabajo comprender, es decir, existen una infinidad de factores que sería difícil describir.

En el aprendizaje el sujeto interviene en su totalidad como un organismo biológico y como una entidad psíquica, que se encuentra en una situación.

La situación significa el ambiente en que vive, la escuela a la que concurre, el tipo de familia a la que pertenece, los grupos con que se vincula, su historia particular y su clase social. Cuando una persona presenta algún problema en el aprendizaje, podemos darnos cuenta de qué manera el aspecto social, entre otros, los problemas familiares, interfiere en el logro del mismo, más de lo que habitualmente se cree. Por lo expuesto, podemos definir o entender como "ambiente social" todas las actitudes, los valores, las creencias, la religión o la nación.

a la que pertenece un sujeto. El ambiente social puede o no, ser favorable para el aprendizaje, cuando un alumno proviene de un grupo con normas y valores distintos, su mundo socio-cultural entra en conflicto, ya que para él le será difícil interiorizar todas aquellas actitudes que son una barrera para su aprendizaje; no solamente en la escuela, en lo que se refiere a la asimilación de conocimientos, sino también al relacionarse con sus compañeros, sus maestros y aquellas personas que lo rodean. Y aunque haga esfuerzos para llevar a cabo la acción que le están exigiendo las condiciones reales de su medio ambiente hacen que no pueda lograrlo; en cambio un niño ubicado en su medio en donde, actitudes, valores y normas son los mismos o no difieren, se van acumulando una serie de factores positivos para el aprendizaje sistemático.

Podemos concluir que para que podamos aprender, los tres aspectos del aprendizaje antes mencionados y que siempre que fallemos en nuestros estudios, debemos tratar de conocer en dónde se encuentra nuestra falla y poner el remedio adecuado, aunque no podemos pasar por alto que el proceso enseñanza-aprendizaje se inicia a través de una relación continua de maestro-alumno.

Departamento de Orientación Educativa, 1980.

2. QUESTIONARIO SOBRE LA MOTIVACION

1. ¿Qué entiendes por motivación?

2. ¿Se puede aprender sin estar motivado?

3. ¿En dónde se encuentra la motivación?

4. ¿Te sientes motivado para aprender?

5. ¿En qué etapas del ser humano existe la motivación?

2. Motivación para el Aprendizaje.

No se puede enseñar a quien no siente deseos de aprender, hay que motivarle.

Mario Haddad Slim.

La conducta del individuo está determinada por distintos conjuntos de factores dinámicos. Uno de esos conjuntos es la motivación.

No importa la edad, ni el sexo, ni las condiciones socio-económicas para aprender. Si tienes miedo a cometer errores, piensa en quienes a tu alrededor han logrado aprender algo aparentemente imposible, para lo cual han necesitado eso que llamamos motivación. Literalmente significa lo que mueve (fuerza interior).

Ahora bien, a través de los tiempos han sido muy variados los intereses que motivan a la humanidad. Aún para los filósofos, las inclinaciones motivadas han sido muy diversas. Para Demócrito fue la felicidad, para Epicuro el placer, para Sócrates el conocimiento, para Aristóteles la virtud, para Spinoza el panteísmo, para Nietzsche la voluntad de podería (super hombre), para filósofos y profanos ha sido el hombre y el amor la motivación universal.

Cuando las necesidades de alimento y amor no se han satisfecho, se producen tensiones dentro del organismo.

mo que lo impulsan a satisfacer esas características.

La psicología clásica distingue los motivos de -- los móviles; los primeros son las causas intelectuales -- de nuestros actos, los segundos las razones afectivas. -- Otros distinguen dos clases de motivos; los fisiológicos y los sociales.

Los primeros se originan en las necesidades naturales del organismo y son innatos; los segundos se generan por evolución y artificio de las costumbres humanas y son cambiantes.

Tomando en cuenta que la motivación es una fuerza interior que impulsa a una persona para que logre el --- aprendizaje, se requiere de esa fuerza para que el apren dizaje sea más participativo, más efectivo, más entusias ta. Es muy diferente la actitud de quien dice "no puedo porque cometo errores", a la del que afirma, "puedo a pa sar de que cometa errores".

Si reflexionas un poco, podrás captar que los ani males también aprenden, pero los seres humanos somos los únicos capaces de compartir nuestra experiencia de éxito o fracaso y de dirigir consciente o voluntariamente nues tra actividad de aprendizaje, se subraya voluntariamente con el deseo de que busques dentro de ti mismo cuáles -- son tus metas y qué vas hacer para alcanzarlas. Si real

mente deseas aprender a aprender encontrarás dentro de ti, el impulso, la fuerza, el estímulo, que te harán mover a hacer realidad tus deseos.

Para ello necesitarás aclarar y precisar tus objetivos. Una actitud dinámica durante el proceso de aprendizaje, que, para decirlo una vez más, dura toda la vida, hace necesario que formules claramente y en orden de importancia tus objetivos de aprendizaje y que son: 1. ¿qué pretendo?; 2. ¿Qué quiero aprender?, ¿para qué?, ¿por qué?; 3. ¿Qué formas de actuar, de pensar y de sentir voy a obtener (u obtuve) como resultado de mis experiencias?; 4. ¿Cómo voy a lograr conseguir lo que quiero?; 5. ¿Cuándo?,

Si planteas así tus objetivos, te será más fácil -- evaluar por tí mismo los resultados que vas obteniendo; -- proceder de esta manera nos hará ver que nuestros objetivos no son una meta ideal, inalcanzable, sino algo que va tomando forma y cuerpo dentro de nosotros mismos, que nos va enriqueciendo paulatinamente y que, a corto o largo plazo, nos beneficiará.

De lo anteriormente expuesto podemos inferir, que los postulados de la motivación son los siguientes:

1. Toda conducta es motivada.
2. Toda conducta está dirigida a una meta; satisfá

cer una carencia.

3. Los impulsos motivantes se derivan de las carencias, por lo cual, las pretensiones resultan de la dimensión de aquéllas.
4. Las personas son individualmente diferentes en sus motivaciones.
5. Las carencias, aún en las mismas personas, -- son evolutivas.

Podemos concluir que la motivación es una condición interna, mezcla de impulsos, propósitos, necesidades e intereses que mueven al individuo a actuar.

Haddad slim, Mario, 1983.

3. Factores que involucran el aprendizaje

El aprendizaje no se da por sí solo, ni se efectúa en forma misteriosa e inexplicable, no se puede asimilar automáticamente lo que leemos u oímos si no hacemos un esfuerzo mental.

Para que esto se lleve a cabo, es necesario que enriquezcas y desarrolles tu capacidad, tus hábitos y tus facultades.

Resulta difícil efectuar y poner en práctica labores que no te atraen, pero que son necesarias para que logres aprender. Para que los conocimientos sean más útiles deben aprenderse en relación con algo que puedas hacer, y que, sobre todo, debes saber por qué y cómo va a ayudarte el material para tu aprendizaje.

Para lograr un óptimo aprendizaje, debes de poner en práctica y desarrollar en toda su capacidad la atención, la visión, la organización, la comprensión, la memoria y la repetición.

A continuación explicamos cada uno de estos factores y la importancia que tienen para tu aprendizaje.

Atención.

La atención es uno de los factores que son necesarios para que se lleve a cabo el aprendizaje, este factor

es importante porque en él estás concentrando la potencia absoluta de tu mente, además toma en cuenta que recordamos sólo aquello en lo que fijamos nuestra atención, lo que repasamos en nuestro interior, lo que consideramos y pensamos en forma madura mediante la reflexión, tratando de encontrar relación entre una y otra situación, y

Para poder concentrarte y atender el material que estás leyendo deberás estar motivado y haber desarrollado cierta clase de interés o de curiosidad en relación al material, además deberás vivir tus experiencias para que el aprendizaje sea más significativo, es por esto -- que deberás pensar en la utilidad que tiene para cada -- una de tus materias.

Visión

Otro de los factores que influyen en el aprendizaje y que está de alguna manera relacionado con la atención es la visión.

Es importante saber si nosotros vemos bien desde el lugar que ocupamos en el salón de clases, ya que no es el mismo esfuerzo para las personas que ocupan los -- asientos de la parte de adelante que para los que se -- sientan en la parte de atrás; teniendo en cuenta que muchas veces no nos encontramos en buenas condiciones visuales y que no asistimos a un chequeo periódico de los-

ojos; esto tiene como consecuencia un bajo rendimiento en nuestro aprendizaje, además de repercusiones físicas como dolores de cabeza y de ojos.

Este factor está relacionado con la atención, ya que si no vemos bien nos será más difícil poner atención y concentrarnos en lo que nos están explicando, así como en lo que estamos leyendo y en el material que revisamos.

En algunas ocasiones vemos el conjunto, pero no observamos lo que miramos sin ver (foto verdad, anexo III).

Organización

Es importante que antes de que comiences a estudiar organices el material que vas a aprender; primero debes de tener una idea general de lo que vas a aprender y después conocer los detalles de la lectura por medio de un estudio más concentrado. Cuando vayas a iniciar un curso o clase, examina los resúmenes o apuntes de los libros o cuadernos de trabajo, con éstos tendrás un buen material para tener una idea general de lo que va a tratar tu trabajo, además deberás de hacer un repaso de lo que se dejó o se vio en él, así como estudiar otra vez el índice del capítulo para tener claramente establecida en la mente su organización.

Existen varios factores que influyen en la organi

zación, éstos son: el interrumpir el estudio para afilar lápices, pedir papel, buscar apuntes, el cansancio de los ojos, tener sueño, mostrar incomodidad física mientras se estudia, etc.

Para poder estudiar eficazmente deberás contar con una silla apropiada, se recomienda sentarse en una de respaldo recto y cómoda, demasiado incómoda causará la fatiga, además de que se reduce la concentración. Deberás evitar estudiar en la cama o acostado en un sofá, pues estas posiciones van asociadas con la relajación y terminarás por dormirte.

Debes tener espacio en tu mesa de trabajo para poner lo que vayas a necesitar, no la tengas con material innecesario.

Cuando vayas a estudiar escómbrela y pon en ella lo que vayas a necesitar, diccionario, cuaderno de apuntes, lápices, plumas, gomas de borrar, libro de texto que vayas a estudiar, etc.

Todo lo anterior te ayudará a organizarte mejor y de esta manera lograrás concentrarte y aprender más.

3.4 COMPRESION

Comprender lo que se estudia es importante para que realices un aprendizaje eficaz. Si comprendes bien el tema, no sólo lo recordarás con facilidad, sino que el conocimiento lo podrás aplicar ante una situación nueva.

Para que se logre esto se necesita conocer el significado de las palabras, entender las frases. En un tema, la comprensión está en su conjunto y en cada una de sus partes, para después organizar y recordar los conocimientos.

La comprensión es la consecuencia del análisis y de la síntesis de los hechos e ideas. La comprensión equivale al entendimiento, su propósito es penetrar en el significado, de sacar deducciones, de admitir las ventajas o razones para aprender, de adquirir el sentido de algo. De esta manera lograrás comprender mejor tu material de aprendizaje.

3.5 MEMORIA

La memoria es la facultad que se tiene para reproducir los fenómenos vividos. La memoria ocupa un lugar importante en el aprendizaje, con el que está íntimamente ligado.

En algunas ocasiones hemos experimentado la frustración de intentar recordar en vano algo que creíamos

conocer bien.

Existen algunos estudios hechos por psicólogos que demuestran que la interferencia, el olvido por un mal aprendizaje y el olvido como forma de represión son conceptos importantes para comprender el olvido.

El olvido debido al proceso de interferencia ocurre porque lo recién aprendido impide recordar lo aprendido anteriormente y porque lo aprendido anteriormente impide recordar lo aprendido después. Las actividades que ocurren entre el momento en que debe ser recordado, interferirán cuando se intente recordar el material aprendido. Lo que has aprendido previamente influye sobre tu habilidad para recordar algo que estás aprendiendo.

Olvido por un mal aprendizaje (subaprendizaje). El aprendizaje eficaz requiere un estudio activo, no pasivo, de las materias. Tienes que seleccionar y relacionar, hacer ciertas preguntas, repetir y repasar; en resumen tienes que trabajar duro para aprender. La mayoría de los lapsos de memoria sufridos por los estudiantes se deben a que la primera vez no se aprendió realmente la asignatura. El subaprendizaje aparecerá probablemente cuando el material por aprender carezca de pleno significado para ti o siempre que tu actividad de aprender transcurra en condiciones en las que es difícil concentrarse.

El olvido por represión ocurre porque tendemos a aceptar lo que se conforma a nuestros intereses, valores, prejuicios y rechazamos cuanto no se acomoda a nuestras expectativas y experiencias personales. Nuestra actitud hacia una situación de aprendizaje puede ser positiva o negativa. El estudiante con una actitud positiva tiende a leer y escuchar activamente; el estudiante con una actitud negativa tiende a leer y escuchar pasivamente.

Existen algunas reglas para mejorar la memoria, estas son las siguientes;

1. Capta lo significativo.
2. Repasa inmediatamente.
3. Aprende al máximo el material.
4. Distribuye el aprendizaje.
5. Utiliza claves nemotécnicas.
6. Practica la reformulación.
7. Minimiza la interferencia.
8. Reconoce tus actitudes.

3.6 REPETICION

Para recordar lo que has estudiado deberás de repetir lo que estudiaste, esto es, no nada más es estudiar sino repetir lo aprendido para que no se olvide. Si se quiere obtener más provecho del tiempo que se dedica al estudio, se necesita dedicar también tiempo al repaso, lo

cual te ayudará a comprender mejor el material y mejorar tu memoria.

La repetición no consiste en volver a leer el material, sino en recordar mentalmente al material leído, sobre un tema y consultar el libro de texto o tus notas únicamente para confirmar el orden del material o comprobar y completar lo memorizado.

Es importante que tomes en cuenta que no con sólo ver los factores involucrados en el aprendizaje te convertirás en una persona que aprenda eficientemente; para tener éxito en el aprendizaje necesitas ponerlos en práctica.

Debemos tener en cuenta que si descuidamos alguno de estos factores nuestro rendimiento en el aprendizaje será menor.

Martínez Sáenz, Amelia. 2a. edición.

TECNICAS PARA MEJORAR EL APRENDIZAJE

EN LA ESCUELA Y EN EL HOGAR

Iniciaremos con un ejemplo: si nosotros preguntamos a un grupo de alumnos ¿quién podría inflar cien globos en una hora?. Algunos empezarían a inflarlos con la boca, lo que daría como resultado un agotamiento físico, pérdida de tiempo y no lograrían concluir la tarea. Otros con más recursos emplearían una bomba de aire, lo que daría como resultado, menos cansancio físico, ahorro de tiempo y la seguridad de cumplir la tarea.

Este ejemplo podemos extrapolarlo a los alumnos, -- que no emplean técnicas de estudio, lo que da como resultado un bajo aprovechamiento escolar, agotamiento mental, -- pérdida de tiempo y dinero.

En la mayoría de los casos, los alumnos carecen de información acerca de las técnicas de estudio, y de ¿cómo? y ¿cuándo? deben de emplearse cada una de ellas.

Algunos alumnos conocen ciertas técnicas de estudio, pero no las aplican por: falta de interés por aplicar algo nuevo, miedo a no saber aplicarlo y a perder tiempo; una mala aplicación de la técnica, que haya tenido como resultado el reprobar una materia.

Debemos tomar en cuenta que para lograr una buena aplicación de la técnica es necesaria una práctica constan

te, motivación y que emplees todos los factores que influyen en el aprendizaje (atención, visión, audición, etc.), cuando apliques las técnicas de estudio que vamos a conocer en este curso.

Se escogieron las siguientes técnicas de estudio:

- a) Método E. F. G. H. I. (lectura).
- b) Cómo tomar notas.
- c) Cómo subrayar.
- d) Cómo resumir.
- e) Cómo escuchar.
- f) Cómo tener éxito en los exámenes.
- g) Técnicas de investigación.
- h) Cómo se forma un hábito de estudio.

Consideramos que estas técnicas te ayudarán a dejar de ser un alumno pasivo-receptivo, te servirán para despertar tu interés en investigar otras técnicas de estudio, que podrás aplicar en tu vida de estudiante y posteriormente en tu vida de profesionalista.

4.1 METODO E F G H I (lectura)

Todo método de Lectura resultará un simple boletín de información, inútil y hasta inoperante si los procedimientos que aquí se sugieren no son puestos en práctica. Los principios y procedimientos que en los métodos de Lectura aconsejan, serán útiles y valiosos si los conocen y aplican cuando se lee.

El método P Q R S T es fácil de recordar, ya que contiene cinco letras consecutivas del alfabeto.

Este método de cinco fases que en inglés se conocen como:

E = Examen preliminar.

F = Formularse preguntas.

G = Ganar información mediante la lectura.

H = Hablar para describir e exponer los temas leídos.

I = Investigar los conocimientos que se han adquirido.

La equivalencia nemotécnica en español P O R S T = E F G H I.

En cada una de las cinco etapas que se van a examinar hay dos factores que se deben conocer:

a) Cómo se realiza la etapa.

b) Cuáles son las consecuencias útiles que se-

obtienen por realizarlas bien.

Etapas del método E F G H I

la. etapa. Examen preliminar.

Consiste en dar una hojeada para ver lo que viene más adelante. Esto se hace con el fin de despertar el interés del alumno.

Se puede realizar el examen preliminar mediante cualquiera de los dos procedimientos que se mencionan a continuación.

Por temas o subtemas, para proporcionar una idea más clara y general del asunto que se debe aprender.

Por medio de oraciones claves que normalmente se encuentran en el primero o último de los párrafos, proporcionando una idea general sobre el contenido de éstos.

Por medio de un sumario, que algunos autores anejan al final del artículo o del capítulo, en donde se incluyen las principales ideas contenidas en los mismos.

Si no se cuenta con ninguno de los anteriores, se realiza el escudriñamiento, que consiste en leer rápidamente y cuidadosamente una página de arriba a abajo, no leyendo palabra por palabra, para tener una idea de lo que el autor está tratando. El examen preliminar también permite juzgar la organización del tema que se va a estudiar.

2a. etapa. Formularse preguntas.

Cuando se vaya desarrollando el examen preliminar es conveniente formular algunas preguntas que se considere se podrán contestar mediante la cuidadosa lectura del material.

Todas las cuestiones podrán formularse, teniendo en cuenta solamente, el título del trabajo. Se pueden formular preguntas más detalladas conforme se efectúa el examen preliminar del tema.

Cuando se tienen preguntas al final del capítulo o lectura, es conveniente leerlas antes de iniciar la lectura y tenerlas presentes.

Las ventajas que presenta el formularse preguntas anticipadamente se encuentran:

En el saber con exactitud lo que se busca cuando se está estudiando.

Cuanto más esfuerzo haya por encontrar las respuestas a preguntas provechosas e inteligentes, conforme se va estudiando, más eficaz será el aprendizaje.

Las preguntas favorecen la concentración, ya que indican lo que se tiene que precisar a lo largo del estudio.

Esta etapa ayuda mucho al momento de preparar los exámenes. Las buenas calificaciones en los exámenes no son la única razón para estudiar; pero sería ridículo

pretender que no sean importantes en el trabajo escolar.

3a. etapa. Ganar información mediante la lectura - y no leer solamente las palabras. La lectura eficiente -- exige ser activo.

La trascendencia de la lectura eficaz depende de - la actitud; hay que pensar intensamente en lo que se está leyendo.

Se aprende en el mismo grado en que la mente se -- conserva atenta y se comprende cada uno de los aspectos - que se están leyendo.

4a. etapa. Hablar para describir o exponer los te- mas leídos.

Es decir, que se repita oralmente en las propias - palabras, lo que se ha leído.

Es conveniente que este recordatorio se haga en for- ma verbal; o sea de deducir realmente las palabras en voz alta o murmurándolas. Pensar nada más "Oh..., hum..., -- ah..., ya recuerdo..., esto trata de..., sí, lo sé", no - es suficiente por ningún motivo. Una idea vaga e incier- ta, que no puede explicarse con palabras efectivas y cla- ras, tal vez no tenga ningún valor para nadie.

Esta etapa contribuye en mucho para lograr la com- prensión de lo que se estudia.

Si es posible expresar las ideas con las propias - palabras, seguramente que se ha aprendido el material bas

tante bien y es posible utilizarlo.

Es posible repetir de memoria, con gran exactitud, un determinado conjunto de datos sin comprenderlos. Tales hechos carecen, en estas condiciones, de valor.

Esta etapa es una idea, si ya se ha asimilado el contenido de la lectura, ya que es una pérdida de tiempo volver a estudiar el material que ya conoces y comprendes claramente, o estudiar el material nuevo cuando el básico ha sido realmente aprendido.

Todo estudio que se realice si se dedica, por lo menos la mitad de su tiempo normal de estudio meditando y volviendo a pensar sobre lo leído, brinda mejores resultados sobre el material visto.

Estas dos últimas etapas implican, prácticamente el mismo proceso mental, ambas exigen que se piense, que se emplee nuestra memoria y que organicemos y analicemos nuestras ideas, basándose en nuestros propios esfuerzos.

Se debe de tener presente que se debe ocupar la mitad del tiempo de estudio en las dos etapas que necesitan meditación y la otra mitad en la lectura; parece ser mejor procedimiento. Muchos especialistas recomiendan que se dediquen unos dos tercios del tiempo de estudio a la meditación; pero seguramente ninguno de ellos recomendaría que se dedique menos de la mitad.

5a. etapa. Investigar los conocimientos que se han adquirido.

Esta quinta y última etapa del sistema es una de las comprobaciones que tienes que hacer para asegurar un índice superior de eficiencia en las actividades cívicas donde se apliquen los conocimientos adquiridos.

Esta es una etapa síntesis de la anterior con fines de repaso, algún tiempo después del primer estudio. Lo que se debe recordar es que el repaso se basa en la meditación sobre el material que se está revisando, más bien que en pasar los ojos rápidamente sobre él. Los mismos conceptos que se han mencionado en la se aplican aquí.

Ahora se les proporcionará a los alumnos una lectura sobre "La educación sexual de la adolescencia" para que pongan en práctica el método de Lectura EFCHI.

Departamento de Orientación Educativa, 1980.

La técnica de cómo tomar notas tiene como objetivo proporcionarte una serie de sugerencias que te servirán en tu vida de estudiante y que las podrás poner en práctica, en clase, en conferencias, las cuales te van a ayudar a ampliar la información dada por el maestro o el conferencista, evitando que con el paso del tiempo olvides ese conocimiento.

Además el tomar notas estimula, dirige y canaliza el aprendizaje pues al hacerlo se estará logrando una mejor concentración, se tendrá una atención activa y al mismo tiempo intervendrán varios sentidos (oído, vista, tacto).

Los estudiantes que toman pocas notas en clase, ó no toman ninguna, suelen tener muchas excusas. Afirman -- que el tomar notas les impide escuchar la conferencia, se quejan de que el profesor ha organizado deficientemente su clase y que ésta es difícil de seguir o mantienen que él únicamente repite lo que ya está expuesto en el libro de texto.

La verdad es que tomar pocas notas en clase es --- esencial por varias razones:

- a) Se recoge permanentemente lo que nuestra memoria no retiene.
- b) Es un medio para fijar la atención en clase.

- c) Ayuda a entender las explicaciones y opiniones personales que tiene el profesor acerca de determinados aspectos de su materia.
- d) Ayuda a aprobar con éxito los exámenes.

Existen varias causas por las que no se puede lograr una buena toma de notas, algunas de las cuales son las siguientes:

1. Defectos de presentación.

- a) Utilizar cuaderno inadecuado.
- b) Escribir con letra ilegible.
- c) Falta de claridad.
- d) No aprovechar debidamente las hojas.
- e) Lagunas o falta de datos.
- f) Cuadros y gráficas incompletas.

2. Defectos de organización.

- a) No utilizar la forma esquemática.
- b) Excesiva variedad de notas que hace imposible ver su unidad.
- c) Poco rigor en la ordenación.

3. Defectos de expresión.

- a) Reproducir todo lo que dice el profesor.
- b) Ser detallista.
- c) Ser demasiado breve.
- d) Que haya poco rigor en el lenguaje.

4. Defectos de contenido.

- a) Emplear anotaciones que no se entienden.
- b) Dejar pensamientos e ideas sin desarrollar.
- c) Expresarse con simplicidad y ser poco concretos.

Algunas reglas que pueden ayudar a mejorar la habilidad para tomar notas:

1. Realizarlas en una carpeta.
2. Anotar la página del apunte, especificar el nombre, el profesor que explica el tema, la fecha, el título del tema y la materia.
3. Escribir con letra clara y legible.
4. Utilizar lápiz bicolor para subrayar con color rojo las ideas principales.
5. Destacar lo más importante y colocar títulos y subtítulos en donde corresponda.
6. Tomar las notas en forma esquemática con un sistema de numeración e identificación que te permita distinguir los puntos importantes.
7. Reproducir los diagramas, dibujos o esquemas que el profesor trace en el pizarrón.
8. Anotar ejemplos si aclaran ideas ambiguas.
9. Anotar correctamente nombres, fechas, fórmulas, axiomas, etc.
10. Emplear adecuadamente abreviaturas.

11. Evitar hacer anotaciones de distintas materias en la misma hoja.
12. Utilizar símbolos como asteriscos, guiones y flechas donde sea conveniente.
13. Aclarar las notas, distinguir las tareas de lectura u otras que estén mezcladas con los apuntes de clase.
14. Anotar las ideas propias, separándolas de las del profesor, sin embargo, se deberán poner entre comillas o marcarlas de otra manera como propias y no del instructor.
15. Dejar espacio suficiente para poder hacer aclaraciones y ampliar los apuntes.
16. Escuchar atentamente y prestar atención durante toda la clase.

Tu habilidad para tomar notas mejorará con la práctica, lo importante es aprender tanto como se pueda en clase, porque esto ayudará a entender y completar mejor las tareas por realizar fuera de clase.

La técnica del subrayado tiene como objetivo facilitar el estudio, ya que éste puede emplearse en libros, apuntes, revistas, en general, todo lo manuscrito, en lo que se destacará lo relevante.

El subrayado consiste en trazar una línea por debajo de una palabra, frase, párrafo, dibujo, etc., o también se puede subrayar sobre las palabras con un plumón amarillo, o también trazar una doble raya para destacar los aspectos más importantes y una línea sencilla para las ideas explicativas.

Además de destacar los niveles de importancia con diferentes tipos de subrayado también se pueden emplear otras estrategias como por ejemplo: sacar una flecha al margen de la página y anotar una duda o comentario, utilizar el signo de llaves para localizar un párrafo importante; anotar asteriscos para relacionar una idea con otra, poner signos de interrogación donde hay algo dudoso.

Antes de subrayar es necesario tener idea clara del tema, por lo que no se debe subrayar nada durante la primera lectura. No es conveniente estudiar un texto subrayado por otra persona porque los objetivos pueden ser diferentes en cada lector.

Únicamente puedes subrayar la información que ade-

más de haber comprendido, resulte de importancia.

De lo contrario corres el riesgo de destacar algo que en realidad era intrascendente.

Como no existe una fórmula para determinar qué es lo esencial en el contenido de un libro, ya que ello depende de la materia o tema que se lee. A continuación se te sugieren algunas ideas:

- a) En relación a un tema de historia, son de gran importancia las fechas, épocas, lugares, causas de sucesos, consecuencias, etc.
- b) En el caso de un tema de matemáticas, física, o química, conviene subrayar las fórmulas, principios, leyes o sistemas de medida, que puedas aplicar en la práctica.
- c) En temas de materias humanísticas como literatura y filosofía, resultan importantes sus autores o representantes, estilos, corrientes de pensamiento, géneros, obras, etc.

Cuando hayas terminado debes de comprobar que le subrayado exprese el contenido del texto (Departamento de Orientación Educativa, 1981).

Un resumen consiste en reducir un texto, de tal manera que éste sólo contenga cuestiones importantes, las cuales se caracterizarán por la fidelidad de las palabras, puntos importantes destacados y que exista conexión entre ellos.

Procedimientos para hacer un resumen:

La redacción del resumen tiene una técnica cuyos pasos son los siguientes:

- Lectura exploratoria del capítulo o fragmento -- que se estudiará.
- Lectura pormenorizada hasta su total comprensión, sobre párrafos fundamentales.
- Subrayado de las ideas más importantes.
- Comprobación de que lo subrayado tiene unidad y sentido.
- A partir de lo subrayado, escribe las ideas significativas con las propias palabras del autor; procura que exista filiación en el contenido, para que el tema no pierda significado.

Como puedes notar, para hacer un buen resumen, se tiene que dominar la técnica del subrayado (Hernández, -- Santiago Rene, G., 1982).

La conveniencia de encontrar las ideas esenciales.

en una lectura o en una clase, conferencia, discurso, se convierte en urgente necesidad cuando se trata de estudiar, es decir, de aprender todo en cuestión de un método.

1. Determinación del material de estudio. Consiste en saber qué, en qué y cuánto vamos a estudiar.

a) Qué, esto es, la asignatura o actividad del curso y el aspecto o tema correspondiente.

b) En qué, es decir, los medios de que nos vamos a valer para estudiar; resúmenes de clase, "apuntes, versiones taquigráficos, libros de texto, obras de consulta, mapas, esquemas, etc.

c) Cuánto, o sea, el número de unidades, capítulos o lecciones, así como el total de páginas.

Ejemplo:

a) ¿Qué asignatura ?

b) ¿ En qué ? (el medio que vamos a utilizar).

c) ¿ Cuánto ? (qué lección es, y cuál es su extensión).

2. Lectura del título y los subtítulos

Mucho se habrá adelantado cuando el material que vamos a estudiar tiene título y subtítulo, pues ambos ofre

cen una idea muy clara del contenido. Algunas veces, sin embargo, los subtítulos no se refieren expresamente al contenido sino que ofrecen una idea novedosa o humorística para despertar el interés por el asunto que se va a tratar.

3. Lectura Panorámica

Tenga o no subtítulo el material que se va a estudiar, es indispensable leerlo de corrido, con el propósito de enterarnos del asunto o asuntos de que trata, así como de la manera en que se ofrece. El estilo cambiará con la asignatura y, por supuesto con el autor.

4. División del material en fragmentos unitarios

Llamamos fragmentos unitarios a los conjuntos de ideas o pensamientos que se refieren a un solo aspecto del asunto tratado. El objetivo de esta división es la localización de los temas. No siempre será posible realizarla, unas veces por la brevedad con que se trata el asunto; otras porque tenga cierta extensión, se desarrollará la misma idea. Si el material de estudio -capítulo, lección, unidad-, está dividido en subtítulos, no necesita realizar este paso, excepto cuando la extensión o el contenido abarcado por el subtítulo exige la división.

5. Lectura atenta, concentrada, comprensiva y crítica

ca

Como nuestro propósito es localizar ideas estructu

rales, conviene seguir un orden de operación. Hay que empezar como es de suponerse, por el primer fragmento unitario o contenido del primer subtítulo. realizando una lectura atenta, concentrada, comprensiva y crítica.

6. Sustitución de términos y expresiones difíciles

Es necesario proveerse de un buen diccionario y si el caso lo amerita, de algunos libros de texto o de consulta que contengan el tema. Estos instrumentos nos servirán para consultar los términos y expresiones no familiares o difíciles de entender, con objeto de sustituirlos por otros equivalentes y claros. Algunos términos llamados tecnicismos no se pueden sustituir, en tal caso hay que anotar una sencilla explicación.

7. Localización y señalamiento de todas las ideas

Tenemos que encontrar todas las ideas, sin distinción, sin establecer diferencias de ninguna especie. Si así no fuera, no podríamos realizar la comparación que nos permitiera alcanzar nuestro objetivo. Las ideas son las unidades complementarias de pensamiento, y éstas se expresan, generalmente por medio de oraciones gramaticales. Emplea pequeñas diagonales para separar las unidades de pensamiento. Usa lápiz, puede ser que necesites borrar.

8. Separación de ideas repetidas y superfluas

Consiste en descubrir las ideas repetidas o equi

valentes para no tomarlas en cuenta más de una vez. También hay que descubrir las informaciones aclaratorias o supérfluas. Los parentésis resultan útiles para hacer la separación de las ideas repetidas.

9. Ordenamiento y enumeración de las ideas diferentes

Frecuentemente las ideas que quedan después de aplicar el procedimiento descrito, ya se encuentran debidamente ordenadas. Pero puede ser que no suceda así. En este caso hay que darles el orden adecuado y enumerarlas progresivamente, colocando entre dos diagonales, el número arábigo correspondiente.

10. Determinación de las ideas esenciales

Tomemos pues las ideas y dispongámonos a leerlas, a ponderarlas y a compararlas con detenimiento. De esta consideración sabremos cuáles son aquellas que se pueden suprimir sin que se pierda la continuidad o la integridad del tema.

11. Elección de un título común al fragmento

Una vez localizadas las ideas fundamentales conviene elegir un título que ofrezca una idea clara del contenido del fragmento con el que estamos trabajando.

12. Clasificación de ideas medulares en grupos homogéneas

Hay ocasiones en que las ideas medulares pueden

agruparse, de acuerdo con su afinidad, por referirse a un mismo punto. Esta segunda clasificación de ideas tiene por objeto dividir los temas en subtemas o éstos en conjuntos menores. También es corriente que los textos incluyan esta segunda división y aún puede haber una tercera, una cuarta, etc. (Departamento de Orientación Educativa, 1981).

CÓMO RESUMIR:

Otro medio para aprender consiste en saber resumir. El resumen es una exposición breve (algunas veces consta de una oración, otras de un párrafo o de dos) que proporciona los elementos esenciales del material visto ampliamente en el capítulo o en la clase. Otra forma de definirlo sería:

"Es un relato corto de las principales ideas presentadas por el escritor o el maestro, un repaso de los datos y conceptos" (Stanton, Thomas F., 1983).

Quien escribe un resumen no interpreta o comenta, su función es reducir lo que escribió el autor sin omitir detalles importantes.

Como quiera que le llames (resumen, abstracción, síntesis), la técnica de condensar material es una ayuda invaluable. En cualquier lectura obligatoria que realices, tu propósito debe ser absorberla y comunicársela a

otros (en especial a tu maestro) cuando te lo pidan. Hay cinco posibilidades para que realices buenos resúmenes.

1. El principal propósito de un resumen es abreviar lo más fiel y claro posible las ideas importantes de una clase o de un capítulo.

Para captar las ideas centrales tienes que leer en forma cuidadosa, analítica y reflexiva. Busca el significado de las palabras y frases de las cuales tengas dudas. No leas a la ligera; busca las expresiones claves o importantes.

2. Utiliza tus propias palabras. Cuando citas oraciones de cada párrafo, haces una relación de frases no un resumen. Aunque quieras citar frases o palabras claves, en el resumen debes usar tus propias palabras.

Puedes guiarte y ayudarte con el orden y la fraseología del material; pero el resumen en sí debe representar tu análisis y expresión propia sobre la idea principal.

3. Limita el número de palabras que uses. El resumen debe ser un condensado, sin embargo, no debemos reducir tanto que se pierda el contenido del texto. Este puede reducirse a dos terceras o a tres cuartas partes del total.

4. Sigue el orden del original. Para que resumas-

con más facilidad, conserva la proporción y el orden. Si cambias la estructura que utilizó el autor, alterarás la esencia. Resiste a la tentación de reacomodar los hechos y las ideas. Trata de mantener el estilo, contenido, orden y tono originales.

5. Usa un lenguaje adecuado. La condensación no debe ser un enjambre de palabras sueltas y oraciones incorrectas. Debe ser un modelo de dicción exacta y significativa, así como de oraciones bien construidas, pues cualquiera que no haya leído el original deberá entenderlo. No se espera que sea perfecto, pero sí que tenga mérito propio (Shaw, Harry, 1981).

RESUMEN:

1. Si verdaderamente deseas aprender a aprender, repiensa las sugerencias que se encuentran en este capítulo; escoge las que más se adapten a tí, descubre otras que más estén de acuerdo con tu propia manera de ser, sobre todo, practícalas.
2. De cualquier modo, si deseas mejorar y enriquecer tu método de aprendizaje deberás aprender a utilizar tu memoria, a escribir, y, por lo menos durante tu vida de estudiante, a presentar exámenes

nes, a explorar, probar y experimentar. Si adquieres habilidades y las practicas durante tu vida escolar, te resultará más fácil el aprendizaje.

3. Analiza y autoevalúa periódicamente tu progreso en tu capacidad de memoria, en tu manera de leer productivamente, en tu modo de escuchar y atender, en tu facilidad para escribir ensayos e artículos, informes e apuntes, libros e monografías. Aunque no estés en período de exámenes, examínate con sinceridad y reconoce tus errores y tus aciertos, tus fracasos y tus éxitos, tus avances y tus retrocesos.
4. Practica diariamente lo aprendido. Ambiciona siempre aprender más y mejor, educarte, libertarte. Que nadie piense por ti, ni vea por ti, ni hable por tí. Piensa, mira, observa y habla por ti mismo, para que tu reflexión y tu acción sobre el mundo ayudes a transformarlo (Michel, Guillermo (1981)).

BIBLIOGRAFIA.

Del tema Cómo resumir

Colegio de Bachilleres, Cómo estudiar, Procesos y -
Técnicas de Estudio, s/fecha.

Hernández Santiago René G. El éxito en tus estu---
dios, orientación del aprendizaje, Editorial Tri--
llas, México, 1982.

Michel, Guillermo, Aprende a Aprender, Guía de Auto
Educación, Editorial Trillas, México, 1981.

Staton, Thomas F.- Cómo Estudiar, Editorial Trillas,
México, 1983.

Shaw, Harry, Cómo lograr mejores calificaciones, 30 -
sugerencias, Editorial Graw Hill, México, 1982.

La mayor parte de la gente gasta buena parte de la vida escuchando. El éxito o el fracaso que muchas veces tienes en tus estudios se debe a qué tan bien o qué tan mal escuchas.

Debes estar motivado para escuchar con provecho. No prestarás gran atención ni comprenderás lo que se esté explicando a menos que realmente quieras y te esfuerces por aprenderlo. Debes actuar. Si mantienes una actitud pasiva tanto del cuerpo como de la mente, esperando que los puntos de vista del maestro queden debidamente impresos en tu cerebro, esto no será así. Tu cerebro tiene que estar atento.

Tu actitud y atención en clase pueden ayudar al maestro a expresarse con más claridad e interés. En lo que respecta a las calificaciones, es bien sabido que quienes escuchan al maestro con atención, tiene mayores posibilidades de ganarse la aprobación de éste, que quien se muestra en apariencia aburrido y desatento.

A continuación se presentan algunas sugerencias para mejorar tu habilidad auditiva:

1. Prepárate; Antes de ir a la clase lee tus tareas del libro de texto y tus apuntes de la clase anterior.

2. Concéntrate en la conferencia, no en el conferencista. A veces te fijas tanto en la apariencia y en la forma de exponer del orador, que no te puedes concentrar en lo que dice. No te distraigas por los movimientos, la voz o la técnica del maestro. Concéntrate en lo que dice, no en la forma como lo dice.
3. Escucha con la mente abierta. Existen ciertas limitaciones de orden psicológico que dificultan la percepción y la comprensión. Estas limitaciones son: nuestros conceptos preferidos, nuestras convicciones y nuestros complejos. No necesitas aceptar todo lo que diga el maestro, pero mantén una actitud abierta y no dejes que tu oposición te haga resistente a recibir la comunicación antes de que el punto esté completamente desarrollado.
4. Mantente alerta físicamente. Disminuye las dificultades auditivas o visuales sentándote cerca del maestro, en lugar de la parte de atrás del salón y mantén una actitud como de alerta.
5. Mantente atento en clase haciéndote preguntas como si fuera un examen, comparando el contenido de la clase con el del libro, interviniendo en

las discusiones en clase.

6. Busca las ideas principales. Debes enfocar tu atención en ideas centrales, debes diferenciar entre un hecho y una generalización, entre una idea y un ejemplo.
7. Resiste las distracciones. Muchas veces te distraes no solamente con lo que oyes sino también con lo que ves. Se vive una época de ruido, por lo que si deseas combatir la distracción puedes efectuar alguna de estas indicaciones: cerrando una puerta, apagando el radio, acercándote más a la persona que habla o pidiendo que hable más alto.
8. Usa el sistema: "Escucha, piensa, escribe". Enséñate tú mismo a escuchar atentamente el material que se te presenta, a evaluar críticamente su importancia y la evidencia que lo apoya, y entonces selecciona lo que es importante para tus notas y escríbelo con tu propio vocabulario.

Uno de los mejores métodos que se conocen para mejorar la facilidad de palabra es escuchar. Es obvio, pero no está de más mencionar que mientras escuchas, más aprendes; y mientras más aprendes, rindes más en clase, en tus tareas y en los exámenes.

4.6 COMO PREPARARSE PARA LOS EXAMENES

A pesar de que se dice que los exámenes han cambiado y superádese en muchos aspectos, éstos siguen siendo parte de nuestra vida condicionada al futuro del estudiante. Es por ello que gran cantidad de alumnos les temen.

Muchas preguntas surgen al tomar un texto de cómo aprender a estudiar, entre ellas: ¿qué puede hacer el estudiante para asegurar su preparación? ¿Cómo puede sacar el mejor rendimiento de su capacidad el día del examen? y --- ¿Qué es lo que se aprende de los exámenes.

LA PREPARACION DE LOS EXAMENES

La manera más segura de obtener éxito en los exámenes es aplicar una técnica eficiente de estudio durante -- cierto tiempo; se recomiendan varias tratando de que se -- adapten a la individualidad y sobre todo conciencia en la aplicación, lo que dará como resultado el éxito deseado.

Un papel clave en la preparación del examen lo constituye el repaso, el ver de nuevo una y otra vez, preferentemente desde diversos puntos de vista hasta lograr realmente convertirlo en parte integrante de la comprensión.

La revisión debe ser parte habitual de la rutina de estudio, desde el inicio de un curso, una y otra vez, a me

dida que se captan nuevas ideas.

Por dos razones es necesaria la revisión habitual desde el principio.

a) Por disponer del tiempo preciso (o de la tranquilidad mental) para repasar todo lo dado en el curso, no dejar todo para el último momento.

b) Los repasos tempraneros colaboran a que el material sucesivo sea más fácil de aprender, puesto que se dispone de una comprensión estable del material que lo precede; cuanto más se ha aprendido tanto más se facilita el aprendizaje.

Una vez que se acerca la fecha de los exámenes, es preciso revisar sus apuntes de una manera más sistemática. Es conveniente que cinco o seis semanas antes del examen final se confeccione un horario de repaso. No es conveniente olvidar y dejar mucho tiempo para el descanso y la recreación, especialmente los últimos días antes del examen.

Se pone énfasis en que el repaso debe empezar pronto, como una parte de la rutina del estudio de todo el curso. Cuando los exámenes se acercan, el repaso debe estar cuidadosamente programado, de tal forma que no se encuentre que se ha dejado todo para la última semana. Hasta aquí cuando hay que repasar sus lecciones, ahora bien, cómo -

debe de hacerse la preparación?.

Una forma conveniente es realizarla con dos o tres-
compañeros en equipo, reuniéndose dos o tres veces a la se-
mana para repasar los mismos temas, haciéndolo con madurez
para alcanzar el objetivo y que no se degenerate en charlas-
triviales.

Otra ventaja de trabajar por equipo es el proponer-
se cubrir todo el curso y no sólo las materias que a la --
persona que estudia le agraden y por otra parte el de ser-
vir como monitor "maestro", en la materia que más se domi-
na.

El orden al repasar con miras a un examen debe ser-
averiguar todo lo que se requiere para ese examen. Es con-
veniente hacer un cuestionario: ¿qué temas tocan? al ver -
los papeles del examen anterior. ¿Que clase de preguntas --
se plantean? ¿Hay determinadas preguntas inevitables sobre
ciertos temas? ¿Cuánto tiempo se va a emplear para respon-
der a cada pregunta?.

La razón por la que se sugiere procurar averiguar y
hacerse de todo el material que se pueda, respecto a los -
exámenes es que durante el repase, se practique todo aque-
llo que el examen exige hacer.

Ayuda también mucho a reorganizar lo aprendido, el-
repasar a la vez todo el material de que se dispone sobre-
un tema; es posible con ello que surjan asociaciones de --

ideas que antes no eran claras.

De igual forma, puede ser esclarecedor repasar a un mismo tiempo dos o tres temas relacionados. Aunque primeramente se han estudiado por separado, es posible que se hallen zonas comunes que unan los temas entre sí. De esta suerte se consigue ver los distintos temas bajo una nueva luz y se dispone de otro conjunto de asociaciones que ayudan a dar un empujoncito a la memoria.

Al tratar de adquirir nuevas perspectivas, es necesario forzarse así mismo a ver las cosas desde otro punto de vista.

Es bueno escribir sumarios y esquemas condensados que contengan las ideas esenciales de todos los puntos originales y de los trabajos escritos sobre algún tema, pero ahora serán mucho más breves y puestos al día a la luz de la experiencia más reciente.

Es aconsejable poner de relieve el recordar y reorganizar los conocimientos en el momento del repaso, porque éstas serán las actividades que se van a exigir en los exámenes. Pero es prudente practicar también en una actividad más específica que igualmente se exigirá, es decir, la respuesta a las preguntas del examen.

Para muchos exámenes es posible encontrar pruebas -

de años anteriores. Júntense una serie de ellas y analí-- cense las preguntas que se han propuesto en años anterio-- res. Coleccionar las preguntas según un tema determinado. Luego intentar darles respuesta.

El repasar en equipo este tipo de preguntas es muy- útil, presentándose a todos los miembros del equipo, esco- giéndose alguna de ellas por su importancia o al azar, o - bien elaborando las preguntas, cada uno de los miembros de los que estudian y dirigiéndolas a los demás para que las- contesten. Es el someterse sobre todo en los días próxi- mos al examen a una situación fingida del mismo.

Estas pruebas fingidas pueden incluso ser más prove- chosas si se efectúan con la colaboración del equipo de re- paso y están seguidas de una confrontación de respuestas - y opiniones.

Resumiendo, un repaso provechoso debe empezar muy --- pronto; requiere que se busque todo lo que se pueda y sea- pertinente al examen y que se practique realizando aquello que se deberá hacer en el momento del examen (es decir, ex- presar ideas más que aprenderlas). Esta labor resulta más provechosa si se lleva a cabo como miembro de un equipo de repaso.

Un día antes del examen es positivo hacer un repaso general de lo que se ha estudiado, pero no un nuevo apren--

dizaje. Al tratar de aprender nuevas cosas en esta fase - no hará más que bloquear lo que se ha aprendido previamente.

Es conveniente un día antes del examen asegurarse de que se tiene a la mano todo lo que se precisa para el examen: un reloj, un par de bolígrafos o plumas (con tinta), lápices, regla, instrumentos matemáticos y cualquier cosa que deba servir para el examen.

Si se hace el repaso del último día, se debe efectuar por lo menos dos horas antes de ir a la cama (de lo contrario llegará inexorable el sueño). Leer algo entreteñido, mirar la televisión o charlar con un amigo y no estar obsesionado por los exámenes. Se debe ir pronto a la cama y dormir bien. Se recuerda que, al día siguiente, una mente fresca y despierta es mucho más útil que unas cuantas ideas más, envueltas en un dolor de cabeza debilitante.

EL DIA DEL EXAMEN

Este día se debe de concentrar en sí mismo, y tener confianza de que se ha hecho todo lo humanamente posible - (por que si no se ha hecho, ahora sería demasiado tarde para lamentarse). Si forzosamente se debe de pensar en el examen hay que dejar que la mente se concentre, preferentemente en un tema posible y organizar una respuesta esquemá

ticamente en la mente.

Por último, llega el momento. Se está medianamente tenso, nervioso ante el desafío; pero, ciertamente, ni se teme, ni se tiembla, se está preparado.

Quando se tenga el papel de los exámenes en las manos, léase por entero con toda atención.

Emplea por lo menos los cinco primeros minutos del tiempo en leerlo todo y captar lo que se te pide. Mirar primeramente las instrucciones para el examen.

¿Cuánto tiempo se dispone para todo el cuestionario? ¿Cuántas preguntas se deben de responder? ¿Hay preguntas que valem más puntos que otras?. ¿Está dividido el cuestionario en dos o más secciones, cada una de las cuales con un número determinado de preguntas que deban responderse? ¿Hay alguna pregunta que requiere ser contestada en una nueva hoja de papel?, etc.

A pesar de que se tiene mucha experiencia contestando exámenes escritos es conveniente hacer esta revisión, ya que es cotidiano ver el alumno que omite hojas completas, secciones de prueba, reactivos que llevan dos respuestas.

Se debe ser objetivo y no interpretar mal las preguntas hacia aquello que se desearía se hubiera pedido.

Debe de cerciorarse de lo que la pregunta requiere. Búsqese el verbo clave que dice qué clase de respuesta -- hay que dar.

Entre estos verbos encontramos:

Analizar	Enumerar
Catalogar	Evaluar
Comentar	Explicar
Comparar	Ilustrar
Contrastar	Justificar
Definir	Planear
Describir	Resumir

No es posible que en una situación de examen se realice cuando se pide "describir" o se conteste "más o menos", cuando se pide "definir".

Ya valorado el examen se inicia la resolución del mismo, sabedor del tiempo que se va a dedicar a cada cuestión, por su importancia, valor en puntos, dificultad.

En las pruebas de ensayo, es conveniente hacer un esquema breve, como una guía firme para escribir. Lo que dará por resultado, que las respuestas sean lógicas y -- bien razonadas y no una mescolanza de efusiones confusas.

El realizar un esquema antes de redactar las preguntas por completo, reporta tres ventajas.

- 1o. Puede fácilmente tratar todas las preguntas en conjunto y evitar la posibilidad de repetir en varias de ellas.
- 2o. Dar oportunidad al inconsciente de trabajar para uno mismo al haber planificado todas las respuestas; es posible que el inconsciente prosiga su labor, aun cuando se están redactando las primeras respuestas, y lleguen así nuevas asociaciones de ideas que sirvan para la redacción de las últimas cuestiones.
- 3o. Una vez que se ha completado la planificación preliminar, se tiene la satisfacción de saber exactamente cuál es la tarea que resta por hacer en el tiempo disponible, y todo lo que se tiene que hacer es desarrollar debidamente los esquemas.

Muchos estudiantes fracasan porque emplean demasiado tiempo en sus "mejores" preguntas.

Si no se recuerda algo, pásese a la siguiente cuestión. Es muy bueno en los exámenes y en general en la vida diaria prestar atención a la ortografía y sobre todo, escribir de una manera legible.

Los últimos minutos al final del tiempo dedicado al

examen, deben de ser para dar una ojeada de control a todas las respuestas; localizar algo que se ha quedado fuera, las expresiones obscuras, las frases ininteligibles, - que deben de escribirse de nuevo. Este control final nunca es una pérdida de tiempo; es simplemente una manera profesional de acabar el trabajo, y muchos estudiantes consiguen del cinco al diez por ciento de su nota final en este último repaso.

Pero, cuando hayas terminado, no vagues errabundo - con otros estudiantes haciendo ilógicas suposiciones. Raras veces es posible cerciorarse que las respuestas dadas sean las acertadas y con demasiada frecuencia dejan melancólico por el recuerdo tardío de mil cosas que se han dejado de decir. Esto es muy desaconsejable si se tienen otros exámenes en perspectiva. Es mejor marcharse directamente a casa, disfrutar de cierto descanso y recreación, y reemprender luego la tarea para prepararse para el nuevo examen.

LO QUE SE APRENDE DE LOS EXAMENES

Casi todos los estudiantes con mucha frecuencia podrían aprender muchas cosas y prepararse para próximos exámenes.

si son devueltos los papeles de examen, es muy positivo comparar las respuestas con las dadas por otros estu-

diantes y pedir a los profesores que las comenten. ¿Cuál fue la equivocación? ¿Se entendió mal la pregunta? ¿Se olvidaron algunas ideas importantes o ciertos detalles necesarios? ¿Fue la respuesta ilógica o estuvo mal planteada? ¿Falló la memoria? Si se analizan las fallas en esta forma, se pueden descubrir los puntos débiles en la manera de estudiar y remediarlos antes de que sea demasiado tarde.

Profra. González Garduño, Irma, 1980.

CUESTIONARIO DE COMO PREPARARSE PARA LOS
EXAMENES

1. Escribe una razón por la que la revisión debe de ser desde el principio
2. ¿Es conveniente estudiar en equipos? ¿Por qué?.
3. ¿Cuál debe ser el comportamiento de un estudiante un día antes del examen?
4. ¿En qué debes emplear los primeros 5 minutos del examen?
5. ¿Por qué es importante que fijemos nuestra atención en el verbo de cada pregunta?
6. Explica cuáles son las razones por las que se -- fracasa en un examen.

5. TECNICAS DE INVESTIGACION

Plan de trabajo

1. Elección y delimitación del tema.
2. Planteamiento de hipótesis.
3. Redacción del esquema.
4. Recopilación de material

{	Elaboración	{	a) Textuales.
	de		b) Comentario personal.
	fichas		c) Resumen.
5. Redacción del trabajo.
6. Estructura del trabajo

{	a) Pasos que sigue la investigación.
	b) Partes de un trabajo.

Lámina de rotafolio

TECNICAS DE INVESTIGACION

OBJETIVO

1. Que el alumno de nivel medio superior conozca y aplique el procedimiento para realizar una investigación documental.

1.1 Utilice técnicas de estudio, verifique y analice los resultados que mediante éstos se obtengan, para mejorar su desempeño escolar.

CONTENIDO

1. Pasos de la investigación.
2. Elaboración del trabajo de investigación.
3. Estructura del trabajo de investigación.

INSTRUCCIONES

A continuación te ofrecemos un manual de estudio -- que contiene información básica sobre "La investigación documental". Encontrarás en éste una guía segura para desarrollar y reportar investigaciones, mediante la aplicación de las normas de trabajo que se te señalan y que son requisitos indispensables para que tus trabajos escolares adquieran carácter de cientificidad.

Al mismo tiempo, si tú has considerado la posibilidad de titularte, encontrarás en él, los elementos necesarios (en cuanto al proceso de la investigación se refiere)

para la elaboración de tu tesis.

Al final del texto se anexa una sección de ejercicios para que, en coordinación con la asesoría de tu maestro, valores lo que aprendiste sobre la técnica de la investigación documental.

A medida que vayas leyendo es necesario que subrayes las ideas principales y cierres en un círculo las palabras de las cuales desconozcas su significado, esto te ayudará a comprender mejor el material leído.

TEXTO

Tomando en cuenta que los temas a tratar están íntimamente relacionados con la investigación, empezaremos por definir qué significa ésta.

Etimológicamente la palabra investigar proviene del verbo latino "investigo-as-are" cuya significación equivale a seguir la pista, la huella de algo.

En un sentido muy general podríamos establecer tres tipos de investigación: la experimental, la de campo y la documental. Siendo estas tres complementarias en la realización de todo trabajo, permitiendo con ello profundizar mejor en la problemática que abordan.

La investigación documental como su nombre lo indica, depende fundamentalmente de la información que se reco

ge o consulta en documento, entendiéndose este término, en sentido amplio, como todo aquel material de índole permanente; es decir, al que se puede acudir como fuente o referencia en cualquier momento o lugar, sin que se altere su naturaleza o sentido, para que aporte información o rinda cuentas de una realidad o acontecimiento.

Las fuentes documentales pueden ser entre otras: documentos escritos, como libros, periódicos, revistas, actas notariales, tratados, conferencias escritas, etc., documentos fílmicos, como películas, diapositivas, filminas, etc., documentos grabados, como cintas, discos, cassettes, etc.

Los pasos que debemos seguir para llevar a cabo una investigación son:

1. Plan de trabajo: está constituido básicamente por los siguientes puntos.

1. Elección y delimitación del tema: este primer paso debe hacerse partiendo del gusto personal ya que sin un interés genuino en el tema, el trabajo está de ante mano destinado a la mediocridad y el esfuerzo que requiere su preparación será experimentado por el estudiante como un fardo. El aburrimiento siempre conduce a la fatiga.

La obtención de un tema elegido por ustedes o im...

puesto por el profesor se logra con un poco de imaginación aunada a los conocimientos recabados en clases. En ocasiones es aceptable preguntar entre los conocedores de la materia la sugerencia de un tema digno de estudio.

Lo importante es que en la búsqueda haya siempre una interrogante y el área o campo de estudio se delimite en base al lugar, tiempo, población y de preferencia dirigido a contestar una sola pregunta.

2. Planteamiento de hipótesis. Todo trabajo debe formular una hipótesis que en el transcurso del mismo, deberá ser aprobada o desaprobada, sirviendo ésta como guía en la obtención de información necesaria para el desarrollo de nuestro trabajo.

3. Redacción del esquema. Este paso consiste en la ordenación de las partes probables en que habrá de dividirse el estudio o trabajo; representa pues, su estructura o esqueleto formal, cabe señalar que el esquema inicial se elabora después de haber realizado una primera lectura informativa de los materiales disponibles y pueden representarse en forma gráfica a través de dos tipos de sistemas:

- Uno se representa a base de números romanos, letras mayúsculas, números arábigos y letras minúsculas.
- El otro se representa mediante el sistema decimal.

4. Recopilación de material. Este paso se hará a través de la elaboración de fichas de trabajo, mismas que te auxiliarán en el ordenamiento de las ideas, el trabajo de síntesis y el registro de datos en general.

A manera de ejemplo describiremos los siguientes tipos de fichas de trabajo:

- a) textuales
- b) de comentario personal
- c) de resumen

Estúdialas detenidamente y podrás identificar que en ellas existen elementos estructurales comunes, a saber: encabezado, texto y referencias.

a) Elección y delimitación del texto. Se debe tener un interés auténtico en el texto, ya que si éste no existe, nuestro trabajo está de antemano destinado a la mediocridad y el esfuerzo que requiere, su preparación será experimentado por el estudiante con fatiga y aburrimiento.

b) Comentario personal. Estas fichas además de reportar la idea original del autor, deberás anexar con tus propias palabras una opinión respecto al texto.

c) Resumen. Como su nombre lo indica estas fichas deberán contener un resumen sustancial de la fuente de información consultada.

Otro tipo de fichas que utilizarás al recopilar el .

material son las fichas de "registro", en ellas anotarás los datos relacionados con las fuentes de información consultadas, tales como: bibliográficas, hemerográficas, audiográficas, etc., los datos que éstas deben poseer son los siguientes:

1. Autor.
2. Título.
3. Organismo, editor o productor de
4. Lugar y fecha de edición.
5. Páginas, en el caso de libros, periódicos, revistas, artículos, etc.

Nota: En ciertos casos será necesario registrar algunos otros datos, mismos que si así lo requieres, te serán proporcionados por tu profesor.

5. Redacción del trabajo: Para redactar y presentar convenientemente un trabajo de investigación, se recomienda observar las siguientes sugerencias:

- a) Usar lenguaje preciso, claro y definido.
- b) Omitir palabras innecesarias.
- c) Evitar la sucesión de oraciones sueltas.
- d) Expresar ideas coordinadas de manera coherente.

- e) Hacer de cada párrafo una unidad de contenido.
- f) Revisar la ortografía.
- g) Anotar la puntuación requerida.

6. Estructura del trabajo.

a) Pasos que sigue la investigación.

- 1o. El investigador elige un tema.
- 2o. Busca bibliografía especializada.
- 3o. Hace fichas bibliográficas y clasifica las obras por orden de importancia.
- 4o. Elabora un esquema o bosquejo que contiene: PROLOGO, INDICE, INTRODUCCION, DESARROLLO, con capítulos integrados por temas y subtemas, CONCLUSIONES, NOTAS, BIBLIOGRAFIA.
(Hemos escrito con mayúsculas cada una de estas partes, porque así deben figurar en sus páginas correspondientes).
- 5o. Inicia la lectura de los capítulos y las obras escogidas.
- 6o. Elabora fichas de trabajo, conforme al desarrollo del esquema.
- 7o. Clasifica sus fichas de trabajo.
- 8o. Redacta un borrador.
- 9o. Revisa sus notas de pie de página

100. Revisa cómo aprovechó la bibliografía.

110. Pasa en limpio su trabajo de investigación.

b) Las partes de su trabajo

Todo trabajo de investigación (así sea un ensayo, una monografía, una tesis o una tesis) contiene, más o menos, las mismas partes. En algunas ocasiones no aparecen todas, lo cual no invalida que -- las incluyamos aquí.

10. Portada. Se deja un margen superior de 5 cm. y, a partir de él, se escribe el título del trabajo, con letras mayúsculas. Procuraremos que vaya centrado, en renglones de 12.5 cm. Después de -- tres renglones libres, se escribe la palabra --- "por", al centro y después el nombre del autor, - dejando siempre tres líneas en blanco.

A continuación se escribe el nombre de la institución educativa que solicitó su colaboración. Tres centímetros arriba del límite inferior, se anota el lugar, el mes y el año.

20. Página de advertencia. No sólo se utiliza para indicar que no deben reproducirse las páginas del -- trabajo, sino también para determinar la naturaleza del mismo, a quien va dirigido, si es una obra corregida, etc.

3o. Prólogo. Es la presentación de un autor, hecha por él mismo o por otra persona. En él nos comunica sus propósitos, los incidentes que tuvo en el desarrollo de su trabajo, las ayudas que recibió, los reconocimientos y agradecimientos que hace.

4o. Índice general. A la izquierda de esta página se escribe el número que corresponda a cada parte del esquema; a la derecha, el número de la página en que se inicia. Cuando el enunciado de un capítulo termina a la mitad de la página, se llena la línea con puntos, hasta llegar al margen derecho, donde figurará el número de la página respectiva.

5o. Introducción. Contiene una visión general de lo que corresponde al tema investigado. Nos hace penetrar en los aspectos interesantes que encontramos al leer el trabajo realizado.

6o. Cuerpo de la obra. Ya explicamos que está dividido en capítulos; cada capítulo, en subtemas o subcapítulos. El título de los capítulos se escribe con mayúsculas, al centro de la página; los subtemas pueden ir pegados al margen izquierdo o al centro y con minúsculas.

- 7o. Conclusiones. De la conclusión, nos dice Carlos Bosch: "...debe ser un ensayo que se desprenda en forma lógica del libro (del trabajo), y poner de relieve los resultados que el propio autor crea haber conseguido".
- 8o. Notas. Signo colocado en un escrito impreso, que remite a una explicación aclaratoria o complementaria colocada a pie de página al margen de la hoja.
- 9o. Bibliografía. Como ya se dijo antes, es una lista, ordenada alfabéticamente por los apellidos de los autores y de las fuentes que nos hayan servido de base.
- 10o. Índice alfabético. En trabajos de cierta extensión, o destinados a servir para consultas constantes, es recomendable que figure esta clase de índices, el cual registra, por orden alfabético, los temas, lugares y autores mencionados. (Departamento de Orientación Educativa, 1981).

6. COMO SE FORMA UN HABITO DE ESTUDIO

Primeramente mencionaremos algunas definiciones de lo que es un hábito.

1. Disposición relativamente estable adquirida por la naturaleza.
2. Manera de ser, disposición adquirida por actos y costumbres repetidas constantemente.
3. El hábito de manera general, se dice que son -- ciertas reglas de conducta que el individuo lleva a cabo en una forma muy rígida y formal, para localizar cualquier actividad en forma organizada y así obtener buenos resultados.
4. Por lo general, se dice que es una práctica o -- costumbre a una tendencia o disposición dominante o regular.

Con las definiciones mencionadas, podemos decir que un hábito es: una conducta que se repite constantemente de manera inconsciente.

Todas las personas, jóvenes o viejas tienen muchos hábitos. De hecho la vida de los seres humanos se define o conduce por los hábitos que él y ella se han formado. Sería caótico que las personas no tuviesen hábitos, -

como obedecer las reglas de tránsito, observar las restricciones legales, cumplir con sus obligaciones y vivir ordenadamente. Como miembro del género humano, posees un número de hábitos. Algunos de ellos se consideran buenos y -- otros malos.

PARA QUITAR LOS MALOS HABITOS

1. Suprime uno por uno los hábitos malos.
2. Comienza con aquellos que son sencillos e "ino--cuos".
3. Sustituye siempre un hábito por otro.

Lo grandioso de la educación es que convierte a nuestro sistema nervioso en nuestro aliado en vez de nuestro enemigo. Para lograrlo debemos convertir en habituales y automáticos el mayor número posible de acciones útiles.

Los hábitos de estudio fijos, adecuados y regulares, contribuyen a hacer de nuestro sistema nervioso una ayuda y compañía y no un adversario. Para sustituir un hábito anterior por uno nuevo se pueden seguir los siguientes consejos.

1. Comienza a trabajar sobre el nuevo hábito con de terminación para triunfar.

Si empiezas con desganado y piensas que vas a fallar, fallarás, mientras que si te decides a --

triunfar, es probable que logres tu objetivo. - Aléjate de las personas, lugares y actividades que puedan hacerte vacilar en tu decisión. Rodéate de situaciones y circunstancias que fomenten el desarrollo de tu nueva "personalidad".

2. Nunca hagas excepciones con el nuevo hábito.

La continuidad es esencial, es imposible formar un nuevo hábito si se permiten excepciones o concesiones. Resulta consolador saber que a medida que se integra el nuevo hábito, la tarea se facilita. Al principio será difícil cambiar un viejo patrón y adoptar uno nuevo, pero los esfuerzos repetidos lograrán que el hábito arraigado desaparezca y que el nuevo se vuelva más sencillo y natural. Hábitos para el estudio: - al prepararte para las clases.

1. Adapta tus circunstancias de trabajo lo más que puedas.
2. Ten a la mano el material de trabajo.
3. No sueñes con los ojos cerrados, mantente despierto.
4. Determina por adelantado tus cargas de trabajo.
5. Toma sólo pequeños descansos mientras estudias.
6. No pierdas el tiempo.
7. Apégate a tu trabajo, no te distraigas.

En la clase y en el laboratorio:

8. Llega a ellos con el equipo necesario, libros, lápiz, cuaderno.
9. Escucha con atención al maestro y a tu compañero.
10. De pie o sentado, mantente correcto y atento.
11. Participa en las discusiones de clase.
12. Presenta tus dudas.
13. Toma notas con tus propias palabras.
14. Anota las tareas en la libreta de apuntes o en un cuaderno de tareas.
15. Lleva un registro de tus calificaciones, tareas no realizadas y asuntos similares.
16. Relaciona lo que oigas y hagas con lo que ya sabes.
17. Revisa brevemente después de clase, los resultados de cada sesión (Shaw, Harry, 1981).

Nada más precioso para el hombre que el tiempo. Depende de nosotros, de nuestra acción, pero también de --- nuestra reflexión, que este tiempo sea empleado para el -- bien de cada uno y para el bien común.

Uno de los aspectos más importantes de la adminis-- tración personal es precisamente un horario para cada una de las actividades que realizas, así sabrás cómo organizar te para cumplir con tus labores y usar provechosamente tu tiempo libre.

En la escuela permaneces aproximadamente de 30 a 35 horas a la semana, en laboratorios y salones y tú decides si asistes a clase o realizas otra actividad, por lo cual es conveniente que asignes lugar y tiempo a tus ocupacio-- nes.

sugerencias para organizar tus actividades.

- 1) Elabora un programa equilibrado de actividades - entre; estudio, trabajo, diversiones y descanso (una parte importante del descanso es dormir).
- 2) Cuando requieras adaptarte a una situación nue-- va, prepara un horario que resulte realista, -- práctico y flexible.
- 3) Establece un horario para repasar cada materia.

- 4) Descansa de cinco a diez minutos por cada hora - de estudio continuo.
- 5) Evita estudiar en horas o días en que normalmente descansas.
- 6) Fija un tiempo extra para proyectos especiales.
- 7) Conviene que cada día te relajes físicamente y mentalmente, sobre todo si vas a presenciar un examen.
- 8) Organízate para las tareas que deberás entregar al final del semestre. Es mejor atenderlas unos minutos todos los días, que varias horas un día antes.

Realiza un listado de actividades semanales, especificando el tiempo que necesitas para cada una.

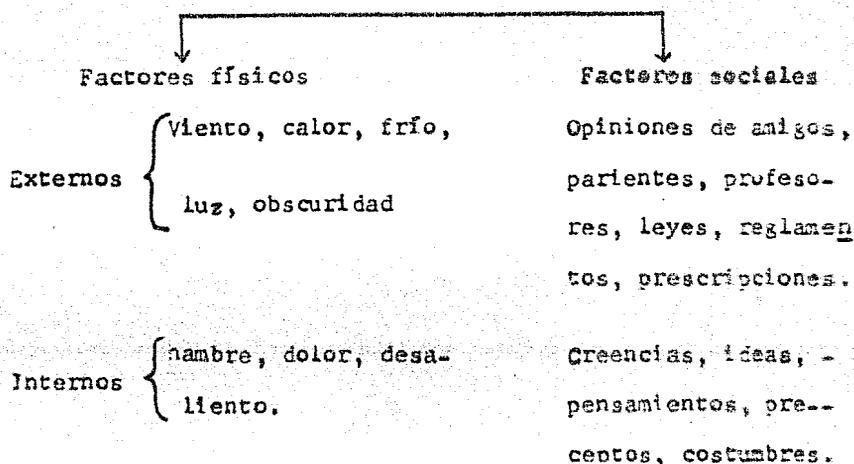
- Actividades de horario fijo (clases, empleo, transporte).
- Actividades básicas (aseo, comer, dormir).
- Actividades de horario flexible (estudio en el colegio, en la casa).
- Establece períodos fijos para preparar tus materias.
- Deja tiempo suficiente para descansar, divertirse.

te y convivir con tu familia.

La administración es algo que deberás hacer tú mismo y requiere del deseo de hacerlo, ya que la habilidad de administrarte, permitirá controlar los factores que afectan tu comportamiento y capacidad para alcanzar metas.

Se deben tomar en cuenta en nuestro proyecto los factores físicos y sociales, internos y externos del ambiente, los cuales son:

A M B I E N T E

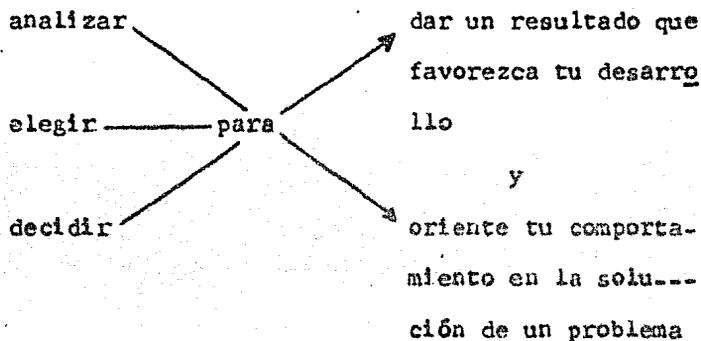


Ahora bien, puedes influir y diseñar el ambiente para que adoptes la conducta adecuada en tu administración personal de estudio.

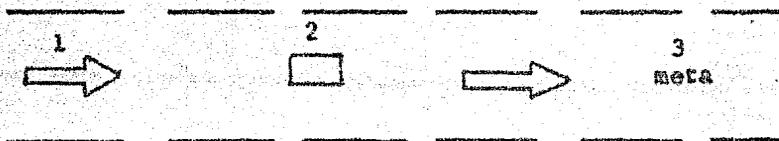
En las circunstancias ambientales que comprenden los factores descritos, en ocasiones te enfrentas a situa-

ciones problemáticas en donde tienes que analizar, elegir, decidir y dar un resultado que favorezca tu desarrollo y orientación en tu comportamiento y en la solución de tus problemas.

Es decir:



Situación problemática



Elementos de una situación problemática

1. Acción previa (elegir y decidir).
2. Obstáculo.
3. Meta.

Los problemas se resuelven a través de un proceso mental que comprende:

1. Pensar idea(s).
2. Elegir alguna.
3. Decidir la acción para alcanzar la meta.

En cuyo proceso desarrollas algunas de las actividades siguientes:

Observar. - Permite notar o describir objetos, condiciones, sucesos, detalles que ayuden a determinar las diferencias entre lo que se observa y lo que se presupone.

Comparar. - Mediante la reflexión y el examen, se establecen las diferencias entre lo probado y lo supuesto.

Clasificar. - Se ordenan los elementos que se interrelacionan para fijarles una categoría y ubicarlos en un grupo.

Reunir y -

Organizar. - Implica conjuntar datos sobre un tema o asunto.

Resumir. - Es obtener los datos de mayor significación e identificar los elementos esenciales del asunto.

Formular - Consiste en plantear conjeturas, posibilidades o razonamientos relacionales con el hecho.

Formular - Es necesario examinar las razones en --
críticas. pro y en contra con el fin de evaluar-
la situación.

Imaginar. - Consiste en que el sujeto libremente --
imagine lo que haría o sucedería si...

Tomar de- - Se razona la situación tomando en cuen-
cisiones. ta, sentimientos, creencias, conoci-
mientos o ideas y se decide.

Con esta lista te sugerimos escribas las activida-
des que realizas diariamente y el tiempo que les dedicas -
(Coordinación del Colegio de Ciencias y Humanidades, plan
tel Vallejo, 1982).

Ya hemos terminado de revisar algunas técnicas de estudio, ahora elaborarás tu proyecto personal, tú decidirás qué metas debes fijar para incrementar tu rendimiento estudiantil, para lo cual solamente tú puedes decidir las acciones sobre lo que hemos visto y las pondrás en práctica desde ahora.

Esperemos que este proyecto lo lleves a la acción cuanto antes y que las metas que te propongas sean reales. (Coordinación del Colegio de Ciencias y Humanidades, Plantel Vallejo, 1982).

6.2 PROYECTO PERSONAL

Proyecto es la determinación de una serie de actividades orientadas por una dirección individual de pensamiento;

La vida es un constante proyecto.

Puedo diseñar
mi vida.

El Proyecto
se basa en -
mi realidad.

Los problemas
que se presen-
tan debo resol-
verlos y supe-
rarlos.

El proyecto comprende un plan de trabajo que haga activo e interesante el aprendizaje y permita adquirir habilidades para mi desarrollo personal.

La práctica del proyecto personal contiene cuatro -
fases.

1. El deseo de comprender mi situación concreta,
2. Adquirir conocimientos y obtener la preparación-
necesaria para resolver problemas.
3. La aplicación de conocimientos.
4. La evaluación de mis acciones y actividades en -
relación con mis metas.

(Coordinación del Colegio de Ciencias y Humanidades,
Plantel Vallejo, 1982).

Hasta el momento nosotros hemos dado a conocer algunas técnicas de estudio, nuestro objetivo será que el alumno las conociera, pero ahora nuestro objetivo es el que las aplique y maneje en equipos de trabajo, para lo que hemos dado cuatro horas en las que los alumnos aplicarán sus conocimientos y podrán ver el qué, cómo, cuándo y dónde, se aplicará cada una de las técnicas estudiadas. Las instructoras en esta parte del curso serán supervisoras que aclararán dudas y vean que los equipos trabajen de la mejor manera posible; antes de iniciar este trabajo explicaremos al grupo qué es el estudio dirigido.

Implementación del Estudio Dirigido

El estudio dirigido tiene por objetivo ayudar a que el alumno sea el agente de su propio aprendizaje, dentro y fuera de la escuela. Desde este punto de vista, se hace necesaria la aplicación de conocimientos, la modificación de actitudes y el desarrollo de técnicas de estudio para evitar el aprendizaje superficial que es pasajero y que sin dejar huella sólo permite alcanzar una calificación.

Esto no se logra con explicaciones y estudio inadecuado mal orientado sino a través de procedimientos sistemáticos unificados y ordenados que constituyen para el alumno el apoyo idóneo que estrecha las relaciones de los alumnos y le permiten su fácil integración al medio ambiente y a su

mejor aprendizaje.

El estudio dirigido contribuye a que el alumno pueda:

- Ampliar el vocabulario.
- Definir conceptos.
- Comprender lo que lee.
- Enfocar su interés por un área específica del conocimiento.
- Desarrollar hábitos de orden y limpieza.
- Establecer una actitud responsable en sus tareas.
- Intervenir en el campo de la investigación.
- Manejar el pensamiento lógico.
- Desarrollar actitudes de respeto hacia otros puntos de vista.
- Manifestar actitudes críticas.
- Emitir juicios de valor.
- Aplicar su aprendizaje a situaciones concretas de la vida real.

Al llevar a cabo todas estas actividades, el alumno se da cuenta que él es el agente de su propio aprendizaje, por lo tanto, es capaz de participar en el proceso de su formación a lo largo de su vida. (Tecnología Educativa, SEP, 1980).

BIBLIOGRAFIA

- Coordinación del Colegio de Ciencias y Humanidades, plantel Vallejo, Técnicas de Estudio, México, ---- 1982.
- Departamento de Orientación Educativa, Programa de Orientación Educativa, México, 1981.
- González Garduño, Irma y Etal, Métodos de Estudio, Siglo Nuevo Editores, S. A., México, 1980.
- Haddad Slim, Mario, Psicología y Aprendizaje: una aventura intelectual, Editorial McGraw Hill, México.
- Hernández Santiago, René G. El éxito en tus estudios, orientación del aprendizaje, Editorial Trillas, México, 1982.
- Martínez Sáenz, Amelia, ¿Cómo Estudiar?, Colegio de Bachilleres, México, s/ fecha.
- Michel, Guillermo, Aprende a aprender, Editorial Trillas, México, 1982.
- Otis D. Froc y Etal, Cómo obtener fácilmente mejores calificaciones, Editorial Diana, México, 1981.
- Shaw, Harry, Cómo lograr mejores calificaciones (30 sugerencias) Editorial Mc Graw-Hill, México, 1981.

Staton, Thomas F. Cómo Estudiar, Editorial Trillas,
México, 1983.

A N E X O 3

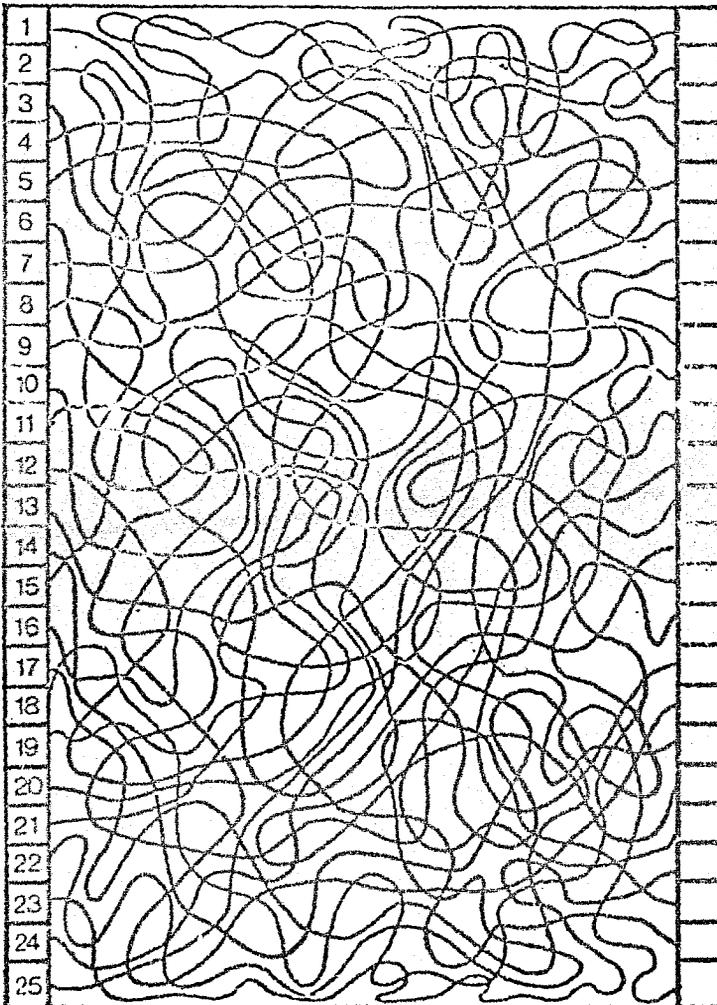
TECNICAS DE DINAMICAS DE GRUPO Y EJERCICIOS UTILIZADOS EN LAS SE- SIONES

- Ejercicios 1, 2, 3, 4, 5 y 6 de los factores que involucran el aprendizaje.
- Láminas.
- Lectura "La educación sexual de la adolescencia".
- Palabra clave.
- Riesgo.
- Encuadre.
- "Phillips 66".
- Foto-Verdad.
- Debate.
- Seminario.
- Distorción de la Comunicación.
- Ejercicio: Teléfono Descompuesto.

ATENCIÓN

Ejercicio No. 1.

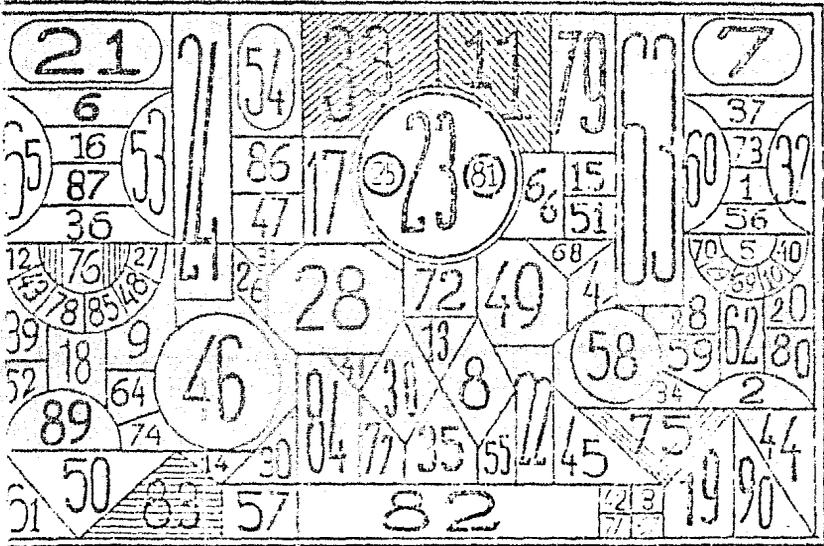
Intenta mantener al máximo tu atención, siguiendo únicamente con la mirada cada línea, desde el principio hasta su fin. Comienza con la línea que se inicia en el No. 1, escribe en el cuadrado en que se termine el No. 1. Continúa hasta llenar los 25 casilleros.



ATENCIÓN

Ejercicio No. 1

Localiza en orden, los números del 1 al 90. Puedes escribir el número en un lado y trazar una línea hasta el sitio en que se encuentra.



C O M P R E N S I O N

Ejercicio No. 2

LEE CUIDADOSAMENTE LA HISTORIA DEL: ORACULO DESENMASCARADO

En tiempos remotos, en un país oriental había un oráculo famoso. A diferencia de otros oráculos, no profetizaba sólo una divinidad, sino tres: el dios de la Verdad, el dios de la Mentira y el dios de la Diplomacia. Los dioses estaban representados por imágenes completamente iguales situadas tras un altar, ante el cual se arrodillaban la gente que buscaba consejo.

Los dioses respondían gustosos a las preguntas. Pero se parecían tanto, que nadie podía establecer si contestaba el dios de la verdad, al cual había que creer, o el de la mentira, que mentía siempre, o el de la diplomacia, quien podía decir un embuste o la verdad. Esto hacía el juego a los sacerdotes y fomentaba la fama del oráculo, puesto que los dioses siempre tenían razón.

Pero un día se encontró a un hombre que parecía un simplón, a quien se le ocurrió hacer lo que no lograban los sabios más grandes. Resolvió identificar a cada uno de los dioses.

El hombre entró en el templo y preguntó al dios de la izquierda,

- ¿Quién está a tu lado?

- El dios de la verdad, respondió aquél. Entonces preguntó al dios que estaba en el centro:

- ¿Quién eres tú?

- El dios de la diplomacia, le contestó.

Por último, preguntó al dios de la derecha:

- ¿Quién está a tu lado?

- El dios de la mentira, fue la respuesta.

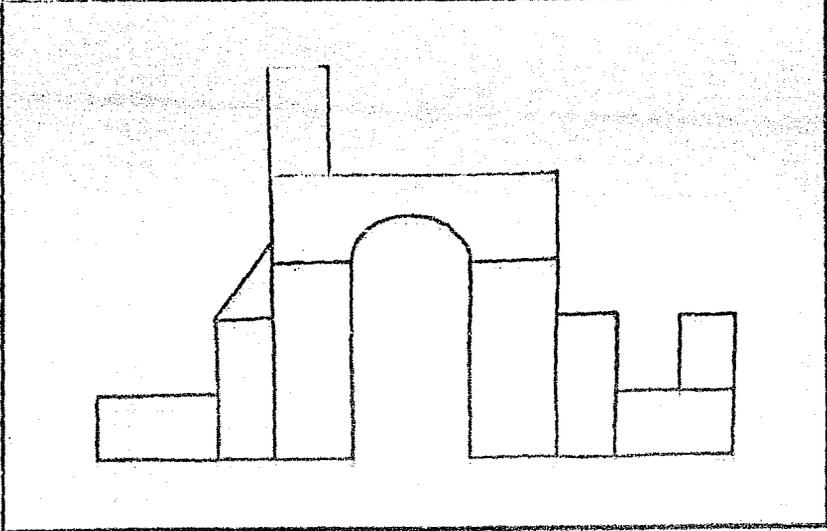
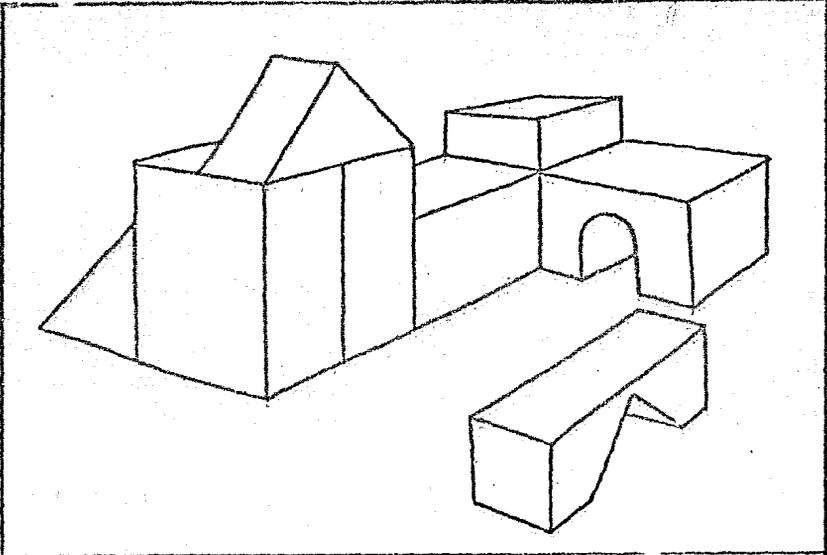
- Ahora todo está claro, dijo el hombre.

En base a lo anterior, concluye en dónde estaba ubicado cada uno de los dioses (derecha, centro e izquierda).

MEMORIA

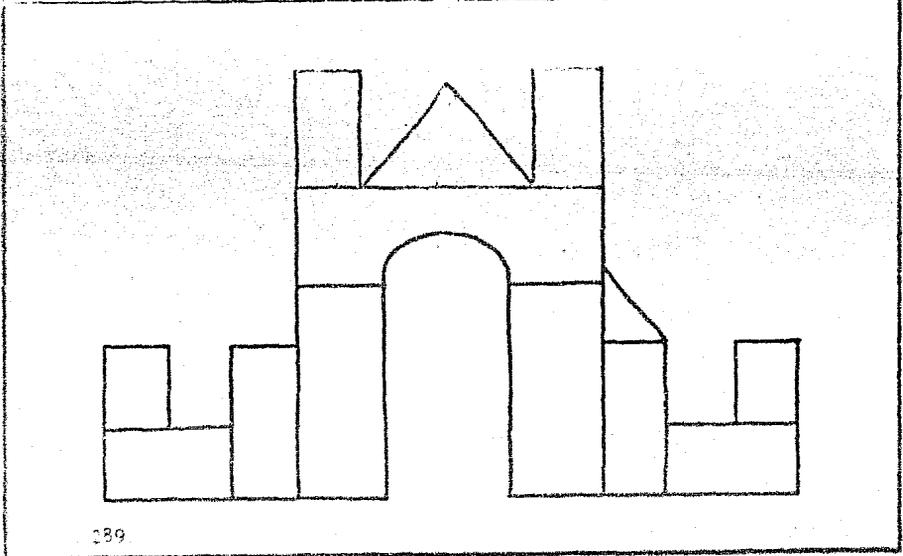
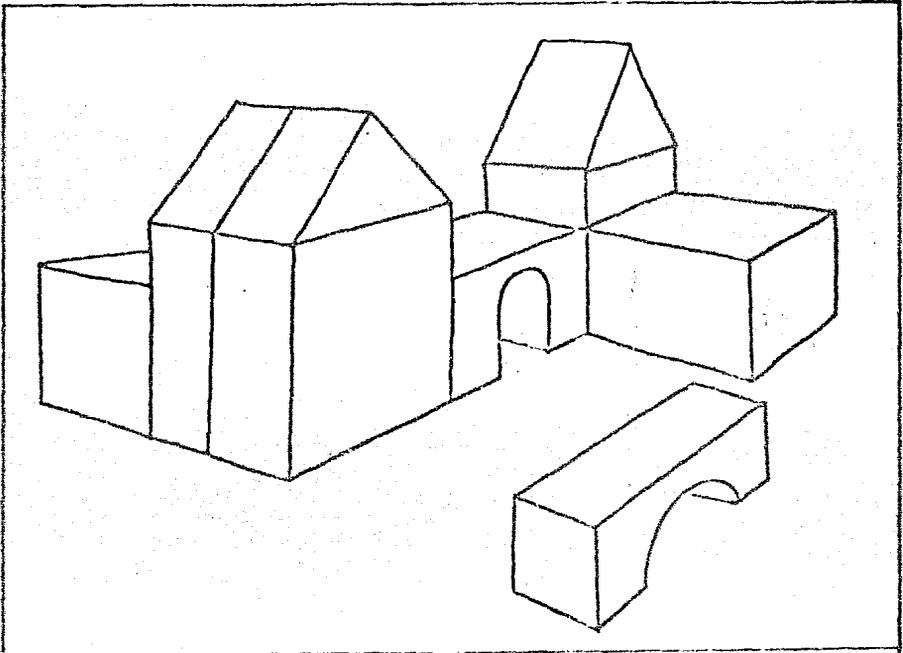
Ejercicio No. 3

Observa estas escenas por espacio de 3 minutos.



Ahora vuelve la página y ...

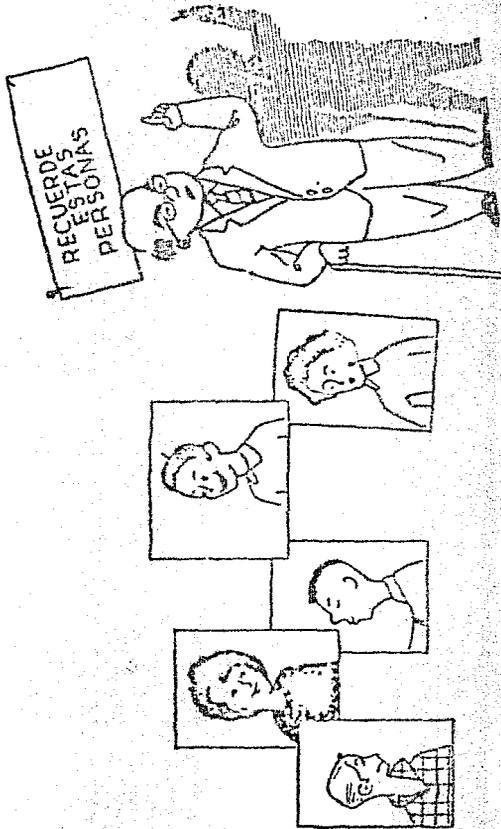
En un máximo de 5 minutos identifica qué diferencias encuentras con los dibujos anteriores.



MEMORIA

Ejercicio No. 4

Observa durante 3 minutos este dibujo y trata de memorizar las imágenes de las personas que en él aparecen. ¡Yat!



MEMORIA

Ve con atención el siguiente dibujo e identifica los rostros de las personas que viste en el último dibujo que te mostramos.



RECOGEE AQUÍ A LAS PERSONAS DE LA FIGURA PRECEDENTE

Práctica de subrayado

Ejercicio 6

En este ejercicio conjugará varios procesos cognoscitivos: deberás poner atención, usar tu imaginación y memoria así como tu lenguaje. Lee pues este cuento y luego subraya las palabras más adecuadas para formar una sola historia congruente.

Una mañana tarde noche el niño joven anciano que estaba moribundo enanoorado prófugo confundido -- sintió las primeras punzadas notas detonaciones. reminiscencias sacudidas precursoras seguidoras. creadoras multiplicadoras transformadoras extinguidoras de la helada la vacación la transfiguración la acción la inundación la cosecha. Pensó -- recordó imaginó inventó miró oyó talló concluyó. corrigió anudó pulió desanudó volteó rajó barnizó fundió la piedra la esclusa la falleba la red la antena la espita la mirilla la artesa la jarra -- la podadora la aguja la aceitera la máscara la -- lezna la ampolla la ganzúa la reja y con --- ellas atacó erigió consagró bautizó pulverizó tró repartió lijó el reloj el banco el submarino el arco el patíbulo el cinturón el yunque el velamen el remo el yelmo el torno el roble el caracol el gato el fusil el tiempo el naipe el torno el vino el bote el pulpo el labio el pepló el --

yunque, para luego antes ahora después nunca ---
siempre a veces con el pie codo dedo cribarlos -
fecundarlos onitirlos encresparlos podarlos en -
el bosque río arenal ventisquero volcán dádalo -
sifón cueva coral luna mundo viaje día trompo --
jaula vuelta pez ojo malla turno flecha clavo se
no brillo tumba ceja manto flor ruta aliento ra-
ya, y así se volvió tierra.

RESULTADO DE LOS EJERCICIOS

Ejercicio 1

1 - 12	13 - 11	
2 - 15	14 - 2	Tiempo ideal, 15 min.
3 - 24	15 - 5	Regular, 30 min.
4 - 9	16 - 18	Máximo, 45 min.
5 - 8	17 - 1	
6 - 19	18 - 6	
7 - 7	19 - 21	
8 - 10	20 - 16	
9 - 17	21 - 25	
10 - 13	22 - 23	
11 - 14	23 - 22	
12 - 3	24 - 4	
	25 - 20	

Ejercicio 1'

Tiempo ideal 25 minutos

Regular . . . 40 minutos

Máximo . . . 55 minutos

Ejercicio 2

A la izquierda

En el centro

A la derecha

Díos de la diplo-
macia.

Díos de la men-
tura.

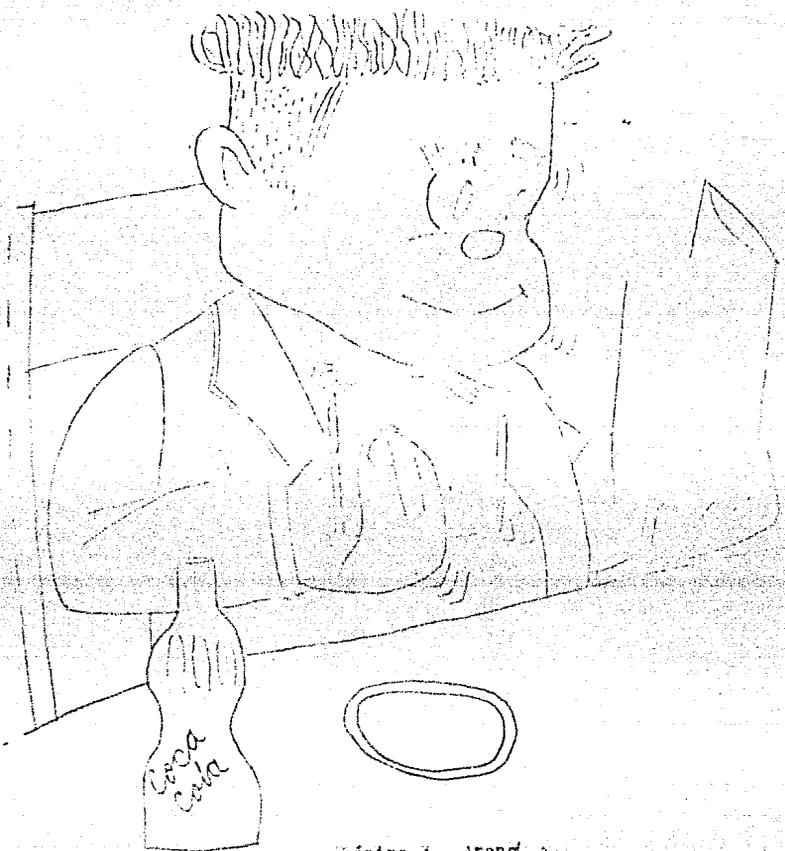
Díos de la ver-
dad.



Lámina 1. Atención



Lámina 2. Atención



Lamina 3. Atend 3j

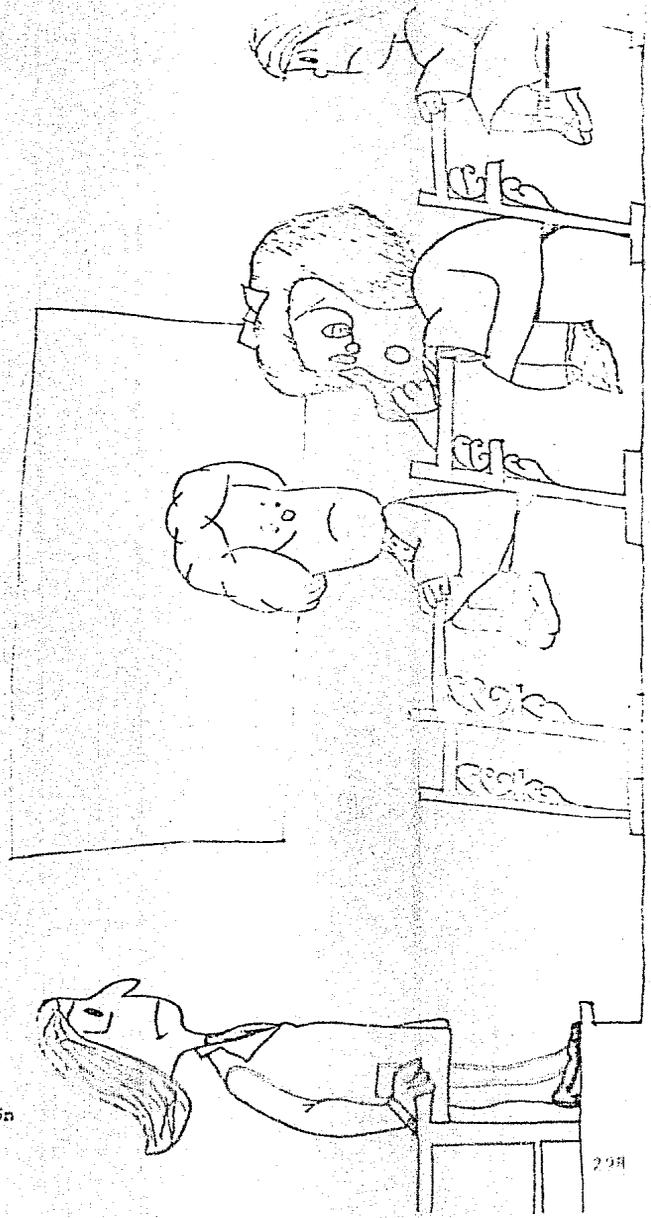


Lámina 4. Atención

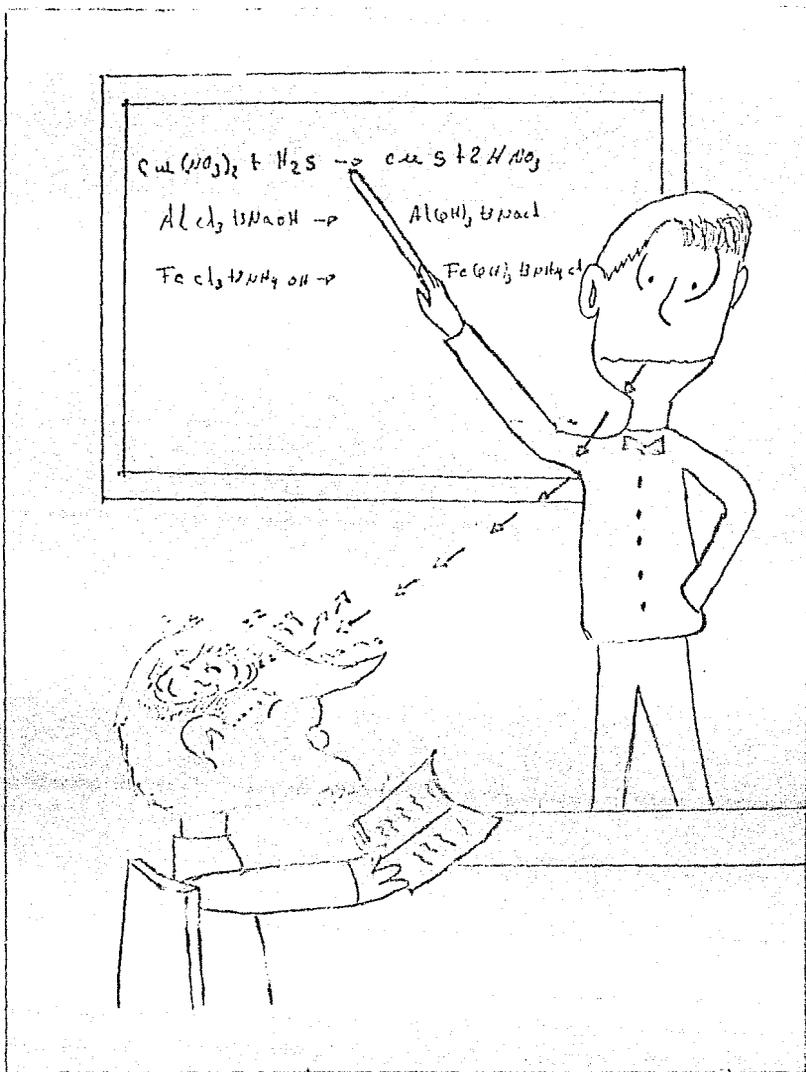


Lámina 5. Atención

Ya ¹³Visión Es Otra Norma
Muy Importante En El
Aprendizaje.

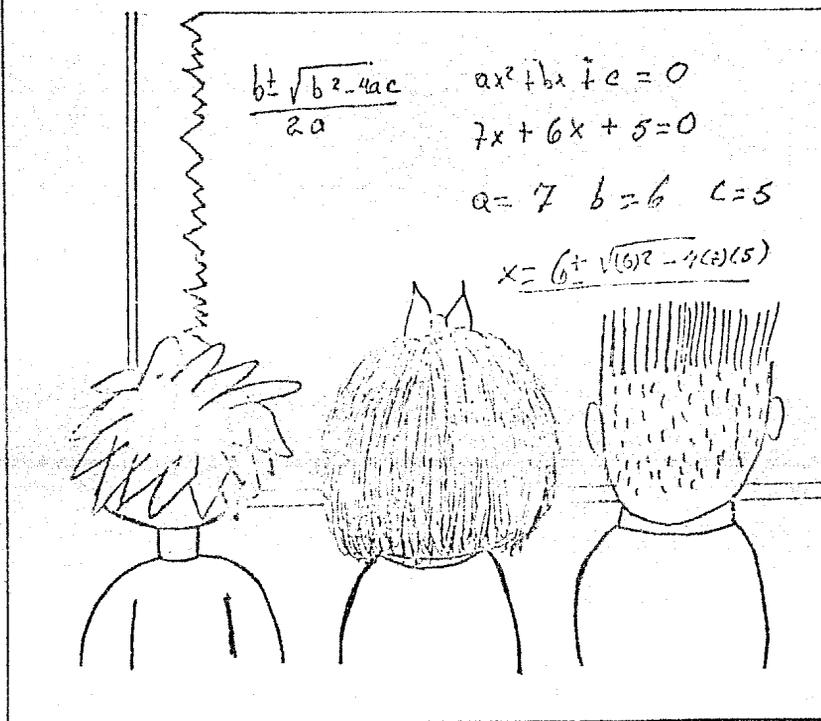


Lámina 6. Visión

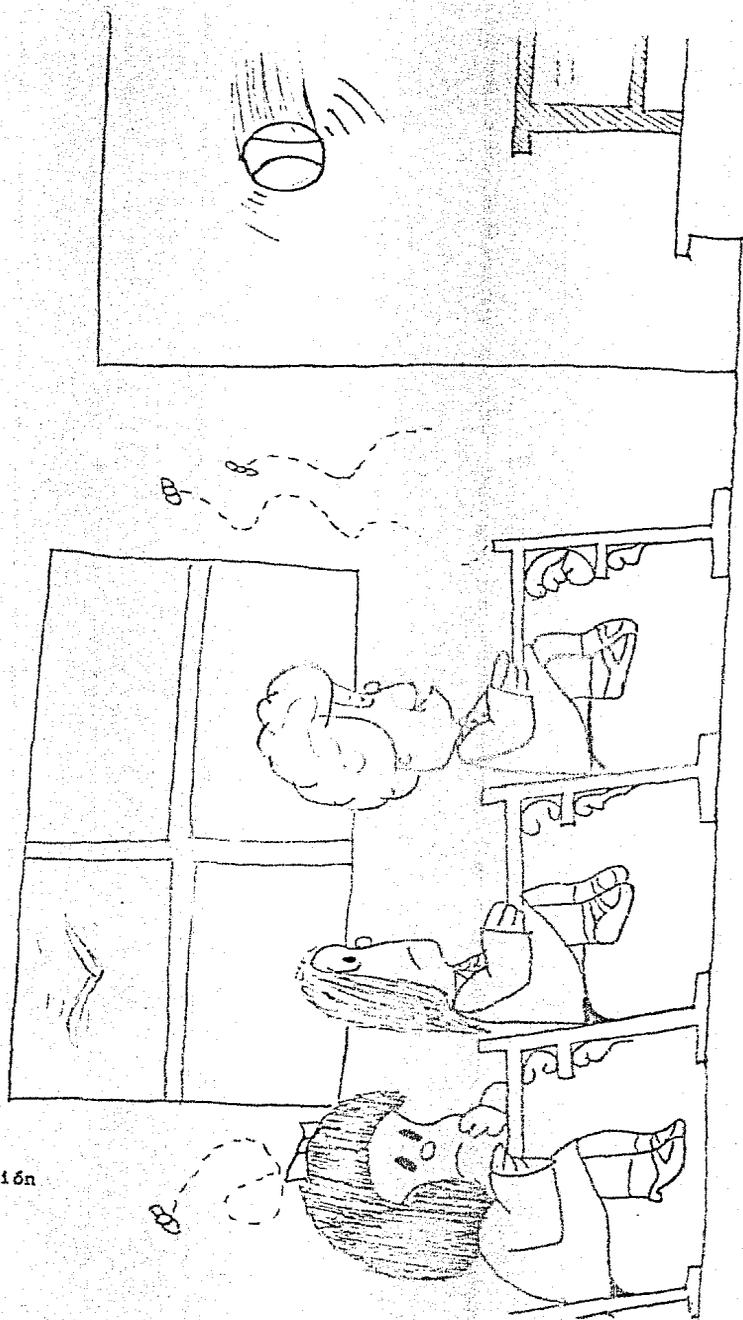


Lámina 7. Visión



Claro Realizando
Paso a paso como
en el libro :
Será sencillo.



Ahora
ya lo logre
ya, lo se. Desarro-
llar y Aun Recuerdo
las otras formulas
¡Que bien!



Lámina 10. Memoria

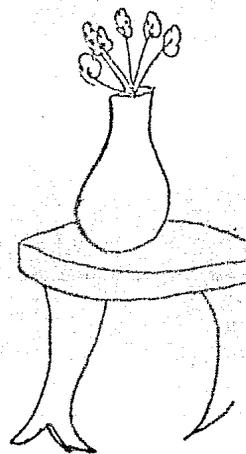


Lámina 9. Memoria



Lámina 10. Memoria

Ya sé las Memorizaré
Claro Así lo
Lograré.



Lamina 11. Memoria



Lámina 12. Cómo escuchar.

LA EDUCACION SEXUAL DE LA ADOLESCENCIA

La educación sexual, no sólo para la adolescencia, sino para todas las edades del hombre, cobra en la actualidad, una importancia decisiva en la educación general.

Definición de educación sexual:

La educación sexual, tal como se entiende actualmente, incluye todas las medidas pedagógicas que pueden resultar de alguna manera útiles para los jóvenes, preparándolos para enfrentar los problemas de la vida que giran en torno a la sexualidad y que de una y otra forma se hallan presentes en la experiencia de todo ser humano normal. Estos problemas cubren una gama muy amplia de experiencias humanas, desde simples cuestiones de higiene sexual personal, hasta muy complicados problemas físicos, sociales, psíquicos y morales que se presentan para lograr un matrimonio feliz y buenas relaciones familiares.

Además, la educación sexual influye en la protección, perduración, extensión, mejoramiento y desarrollo de la familia, que se basan en ideas éticas aceptadas.

Educación o instrucción sexual:

Con mucha frecuencia, se confunden dos aspectos distintos; la educación de la instrucción sexual. Es decir, la educación sexual la limitan al estudio de los he-

chos fisiológicos relacionados con la reproducción.

Todavía, en la actualidad, hay una fuerte tendencia por restringir la educación sexual, a una simple información sobre determinados aspectos anatómicos y fisiológicos sobre la sexualidad, así se propone que sean los profesores de biología, los que se encarguen de cierta instrucción sexual, restringida con frecuencia a la reproducción.

En otros casos se intenta reducir el objetivo de la educación sexual a lograr que los jóvenes sean "buenos", alejándolos con los peligros de las enfermedades venéreas y con el estigma que recae sobre los embarazos indeseados.

La educación sexual como la entendemos, reabstiene toda instrucción sobre los hechos del sexo e la reproducción como principios biológicos o fisiológicos. El objetivo además es primer lugar una forma de educación general, que debe recibir el ser humano a lo largo de su existencia y que dicha forma de educación sexual, es fundamentalmente, una educación planeada para promover actitudes y comportamientos saludables que contribuyan en la realización plena de la existencia.

Es necesario concebir la educación relativa al sexo como una fase del desarrollo del carácter y de la personalidad.

sonalidad, que abarca desde la edad más temprana, la vida infantil, hasta la madurez y más allá. Concebimos a la educación sexual como una parte de la educación general, global, no considerarlo como una situación especial, y aislada que debe llevarse a cabo en un determinado momento y luego darse por cumplido.

La educación sexual en la adolescencia, formará parte de un proceso que se inició desde la edad anterior.

Sin embargo, la experiencia nos informa, los numerosos impedimentos, que la educación sexual ha tenido.

Analizando así, parece ser que la educación sexual, sólo cobra importancia cuando la sexualidad se manifiesta objetivamente, y ésta responde a la edad adolescente.

El fin de la educación sexual en la adolescencia:

La educación sexual, como lo señalamos anteriormente, no se entiende como una parte del programa de estudios, que ilustra el proceso de la reproducción o cómo se conciben los niños. El fin de la educación sexual referido a la edad tiene como propósito ayudar al joven a incorporar el sexo a su vida, presente y futura, de la

manera más significativa posible, brindarle una comprensión básica de todos los aspectos de la vida sexual para el momento en que alcance la madurez, ayudarlo a reconocer la existencia, de diferentes pautas sexuales para -- que pueda integrarse armoniosamente con aquellas cuyas - normas sexuales difieren de las suyas y enseñarle a ejercer juicio crítico cuando se vea envuelto en tomar decisiones de carácter ético. De este modo, el objetivo de la educación sexual debe ser indicar las inmensas posibilidades que ofrece la sexualidad para la realización del ser humano, y no de controlar y suprimir primordialmente la expresión sexual.

Este enfoque indica el amplio alcance de la educación, pero al mismo tiempo, hay que considerar sus límites en forma realista, ningún educador puede asumir por sí solo la tarea de modificar el clima moral de su sociedad, o de disminuir la tasa de nacimientos ilegítimos o de enfermedades venéreas. La sociedad toda es responsable de estos males sociales; ninguna institución puede remediar lo que la sociedad en su conjunto permite.

PALABRAS - CLAVE

El instructor propone al grupo la técnica denominada palabras - clave. Con ella, el grupo podrá hacer su propia "radiografía", poner en común sus expectativas, mostrar sus temores y fantasías, analizar sus actitudes y explicar la necesidad de conocerse. Esta técnica se lleva a cabo de la siguiente manera:

El grupo se acomoda en medio círculo frente al pizarrón, de tal manera que todos tengan acceso al mismo.

Se destinan unos minutos para que todos comiencen a sensibilizarse de sus propios sentimientos y se les pide que reflexionen tratando de responder:

¿Cómo se sienten?

¿Cuáles son sus sentimientos en este momento?

¿Cuáles son sus deseos?

¿Cuáles son sus objetivos?

y que traten de expresarlo en una palabra, - la palabra puede ser real o simbólica.

Después del tiempo de reflexión, se les invita a que en silencio pasen al pizarrón a escribir su expresión, tienen 10 minutos para hacerlo. Pueden poner cuantas palabras quieran; la única condición es que escriban una sola, se sienten y se vuelvan a parar a escribir lo -

que quieran, y así sucesivamente durante los 10 minutos. El profesor les recordará que no se hacen comentarios, - que este trabajo es en silencio. Observará que en los primeros minutos casi no se levanta nadie, pero que poco a poco se llena el pizarrón y hay quienes se paran hasta 8 ó 10 veces. El mismo alumno puede escribir también su palabra, siguiendo la consigna.

En seguida, les dice que disponen de otros 10 minutos para tachar aquellas palabras que por alguna razón les molestan, no les gusten o rechacen.

Pero tienen que cumplir las mismas condiciones, - tachar, y volver a su lugar, y volver a tachar, cuantas veces quieran.

Se pueden tachar las palabras ya tachadas. En ese momento se rompen tensiones y se acercan al pizarrón con mayor seguridad.

Por último, se les dice que disponen de 10 minutos para subrayar aquellas palabras que por alguna razón les agraden, o sientan alegría al verlas o les gusten. - Deben seguir las mismas condiciones, ponerse de pie para subrayar cuantas veces quieran, pero siempre volviendo a su lugar. Habrá palabras que ya estén tachadas pero que algunos quieran subrayar.

Una vez terminada esta parte, se les pregunta si-

alguno puede hacer una especie de radiografía del grupo, decir cuáles son los sentimientos, los objetivos y las inquietudes generales.

Después se le pregunta a quien puso alguna palabra y fue tachada varias veces, qué sintió en el momento en que vio su palabra tachada y por qué la escribió; después de oírlo, se pregunta a los que la tacharon por qué la tacharon, qué les decía esa palabra, cómo la interpretaron para así propiciar el diálogo entre ellos. De este modo descubren que para cada quién, según su esquema referencial, las palabras pueden significar algo diferente y que cada uno interpreta a su manera, según sus experiencias anteriores. Se destina un tiempo para estos comentarios y del mismo grupo surge la inquietud por conocerse más, ya que hay que comunicarse para entenderse.

Se termina con una evaluación general del ejercicio. El grupo ya comienza a hacer reflexiones en voz alta, a decir cómo se siente y qué aprendió durante el ejercicio.

Después de desarrollar esta técnica, ya hay necesidad sentida de conocerse, de aprenderse los nombres de cada uno, de saber de dónde viene, de acercarse más, y también se perciben ya ciertos rechazos hacia algunos, lo mismo que atracción hacia otros. Esto hay que comen-

tarlo con el grupo para que lo vea como un fenómeno grupal y para que vaya entendiendo como juego la afectividad en los grupos.

El profesor observará que si los integrantes del grupo ya se conocían, pudo haber ciertos prejuicios y en algunos casos no fue la palabra la que se tachó o subrayó, sino la persona hará ver al grupo las interferencias de la comunicación y mostrará que cuando esto sucede no nos escuchamos, sino que nos interpretamos. Si el grupo no se conocía, verá que los rechazos serán mínimos.

Después, el profesor le pide al grupo que evalúe la técnica en equipos de 7 a 8 estudiantes, respondiendo a las siguientes preguntas.

1. ¿Cómo se siente ahora, en relación al comienzo de la clase?
2. ¿Qué impresión tienen del grupo?
3. ¿Cuáles fueron las expectativas más comunes del grupo?
4. ¿Qué aprendieron?

Les deja un tiempo razonable para este trabajo y después realiza un plenario en que los equipos digan al grupo las respuestas que dieron. El profesor puede incorporarse a uno de los equipos y dar él también respuesta a las preguntas, o puede decir en el plenario lo que él respondió.

R I E S G O

Esta técnica puede ser utilizada al principio o al final de un curso, según los objetivos propuestos.

Si es al principio, se pide a los miembros del grupo que, en equipos de 5 ó 6 personas, nombren un secretario y digan todos los temores que tienen ante el curso que comienza. Se les dan 10 minutos para que lo hagan.

Al terminar se pregunta a cada equipo cuáles fueron esos temores y se van anotando en el pizarrón. El tipo de temores dependerá del grupo y del curso; " el que no podamos con el curso ...", " el que no responda a mis expectativas ", " el saber si puedo aplicarlo ", --- etc. El coordinador anota todos los temores en el pizarrón; pero no repite ya los escritos.

Después les dice que regresen a trabajar en equipo para saber, de todos esos temores que están anotados, cuáles serían superables y cómo, y cuáles no.

Les da 15 minutos para trabajar en ello, después vuelve a hacer el plenario en el que se escucha a cada equipo. Se van borrando aquellos temores que consideran superables. Ejemplos; estudiar, para poder con el curso; buscar en el mismo curso en qué condiciones se puede aplicar lo que se aprende, etc.

Una vez terminada esta parte, todavía quedarán algunos temores.

Se les vuelve a pedir que trabajen en equipo para ver si pueden superar esos temores y trabajar con ellos a lo largo del curso, para irlos eliminando.

Se vuelve a hacer el plenario y lo más probable es que el grupo asuma los temores y se dé cuenta que de él depende el superarlos.

Quando esta técnica se utiliza al final de su curso, en lugar de que el grupo trabaje sobre los temores, se trabaja sobre los riesgos que correrían los miembros del grupo si trataran de llevar a la práctica los cambios que se fueron realizando a lo largo del curso. Se sigue el mismo proceso hasta llegar a asumir los riesgos que éstos implican; el grupo se dará cuenta de cómo muchos de los llamados riesgos son fantasmas y de cómo reconocer los verdaderos riesgos le permitirá asumirlos y superarlos.

Al finalizar se evalúa la técnica y se busca qué aplicaciones puede tener.

ENCUADRE

Llevar a cabo este tipo de trabajo implica un compromiso tanto del profesor como de los participantes, que les permite asumir realmente la responsabilidad del proceso enseñanza-aprendizaje.

Los propósitos que se persiguen deben ser compartidos por todos al principio del curso, en lo que se llama-Encuadre.

Este consiste en la aplicación de los objetivos, de la metodología a seguir, de los contenidos programáticos, de los recursos, las estrategias de evaluación, los horarios, las funciones y responsabilidades, tanto del profesor como de los participantes, etc.

El profesor en grupos de aprendizaje supone que cada uno de los miembros del mismo, incluyendo al profesor, tenga una participación activa y acepte un compromiso básico.

La reunión en la que se hace el Encuadre tiene como objetivos que los participantes obtengan toda la información necesaria respecto al curso. Esta información debe ser presentada por el profesor con la mayor claridad posible, quien responderá a las preguntas que se le hagan al respecto, de manera que quede muy claro cuáles son las funciones y responsabilidades que cada uno contrae.

Una vez cubierto el Encuadre, éste se analiza, se discute, se modifica hasta que el grupo lo acepte y se comprometa a asumir la responsabilidad común, tanto en cuanto al grupo mismo, como en cuanto a la tarea a realizar.

Esta reunión es básica, ya que supone un cambio en el fondo y la forma de concebir el aprendizaje, cambio que propicia ciertos temores que deben ser explicitados y elaborados en el mismo grupo.

Por otra parte, el Encuadre tiene también como objetivo un acercamiento con el grupo, que el profesor perciba las inquietudes y aspiraciones de los participantes en el proceso; analice los posibles alcances y limitaciones de sí mismo, del grupo y del programa, y replantee su hipótesis y estrategias a partir de la realidad concreta del grupo con el que va a trabajar.

Un grupo grande se divide en sub-grupos de seis personas, para discutir durante seis minutos un tema y llegar a una conclusión. De los informes de todos los subgrupos se extrae luego la conclusión general.

El nombre de esta técnica se deriva de su creador - Donald Phillips, del Michigan State College, y del hecho de que 6 personas discuten un tema durante 6 minutos.- Es particularmente útil en grupos grandes de más de 20 personas, y tiene como objetivos:

- a) Permitir y promover la participación activa de todos los miembros de un grupo, por grande que éste sea.
- b) Obtener las opiniones de todos los miembros en un tiempo muy breve.
- c) Llegar a la toma de decisiones, obtener información, o puntos de vista de gran número de personas, acerca de un problema o cuestión.

Además, esta técnica desarrolla la capacidad de síntesis y de concentración; ayuda a superar las inhibiciones para hablar ante otros; estimula el sentido de responsabilidad, dinamiza y distribuye la actividad en grandes grupos.

pos. El objetivo principal, entonces, consiste en lograr una participación democrática en los grupos muy numerosos. Tal como lo ha expresado su creador:

"En vez de una discusión controlada por una minoría que ofrece contribuciones voluntarias mientras el tiempo - lo permite, la " discusión 66 " proporciona tiempo para -- que participen todos, provee el blanco para la discusión - por medio de una pregunta específica cuidadosamente preparada, y permite una síntesis del pensamiento de cada pequeño grupo para que sea difundida en beneficio de todos."

El " Phillips 66 " puede ser aplicado en muy diversas circunstancias y con distintos propósitos, siendo un -- procedimiento flexible.

COMO SE REALIZA

Preparación:

Esta técnica requiere muy poca preparación, bastará con que quien la aplique conozca el procedimiento y posea - condiciones para ponerlo en práctica. El tema o problema - por discutirse puede ser previsto, o bien servir dentro del desarrollo de la reunión del grupo. No es común que un grupo se reúna para realizar un Phillips 66, sino que éste se utilice en un momento dado de la reunión de un grupo, cuando se lo considere apropiado por sus características.

PRIMER PASO: EN EL GRUPO GRANDE

DESARROLLO:

1. Cuando el director del grupo o los miembros consideren oportuna la realización de un " Phillips 66 " (ejemplo: obtener opiniones, sugerencias, respuestas de todos, a un tema o problema suscitado), el director formula con precisión la pregunta o tema del caso, y explica cómo los miembros han de formar subgrupos de 6, ya sea desplazando los asientos, o volviéndose tres personas de la fila de adelante hacia las tres de la fila de atrás cuando los asientos son fijos.

2. El director informa sobre la manera como ha de trabajar cada subgrupo (que es la que se expone en el segundo paso); e invita a formar los subgrupos.

3. Una vez que los subgrupos han designado al coordinador y al secretario, el director toma la hora para contar los seis minutos que ha de durar la tarea. Un minuto antes de expirar el plazo, advierte a los subgrupos para que puedan hacer el resumen.

SEGUNDO PASO: EN EL SUBGRUPO DE 6

4. Cada subgrupo elige su coordinador para controlar el tiempo y permitir que cada miembro exponga sus ideas durante un minuto, y un secretario que anotará las conclusiones o resumen y las leerá luego al grupo grande. (ambos son miembros totales del grupo).

5. Cada miembro expone durante un minuto y de inmediato se discuten brevemente las ideas expuestas en busca de un acuerdo. La conclusión o respuesta del subgrupo es dictada al secretario, quien la registra y luego la lee.

TERCER PASO: EN EL GRUPO GRANDE

6. Vencido el tiempo de discusión de los subgrupos (que puede extenderse algún minuto si es preciso), el director lo advierte y solicita a los secretarios-relatores la lectura de sus informes breves.

7. El director u otra persona anotan en la pizarra una síntesis fiel de los informes leídos por los secretarios. De tal modo, todo el grupo toma conocimiento de los diversos puntos de vista que se han obtenido, extrae las conclusiones sobre ellos, y se hace un resumen final cuya naturaleza dependerá del tema, pregunta o problema que se haya propuesto.

Quando los asientos son movibles (párrafo 1), pueden formarse círculos de seis personas con facilidad.

SUGERENCIAS PRACTICAS

- Cuando el grupo grande no es muy numeroso, pueden formarse subgrupos de 5 ó 4 miembros. En cambio no es conveniente formar grupos de más de 6, porque la participación se vería afectada.

- Si los miembros no se conocen, la interacción será favorecida con una breve autopresentación (nombre, profesión), antes de comenzar la tarea del subgrupo. El clima de trabajo será informal y los miembros podrán designarse por su nombre de pila.

- El director podrá cumplir el tiempo de discusión de los subgrupos si observa que éstos se hallan muy interesados en el tema, o no han llegado aún al resumen.

Es conveniente que la pregunta o tema en discusión sea escrita en el pizarrón y quede a la vista de todos.

- En las primeras experiencias se propondrán temas sencillos, formulados con la mayor claridad y precisión. (opiniones sobre un hecho, preferencias, decisiones intrascendentes, etc.).

- El director debe actuar con sencillez y naturalidad estimulando el interés por la actividad. No debe hacer ninguna evaluación de las ideas o respuestas aportadas por los subgrupos; es el grupo quien debe juzgarlas.

- En una etapa de mayor experiencia, se pueden asignar distintos temas a cada subgrupo o a varios de ellos.

- En lo posible, la pregunta ha de ser de las que exigen respuestas de tipo " sumatorio " (y no de oposición); ejemplos: mencione causas ...; qué consecuencias ...; cuántos factores ...; qué características ...; etc.

POSIBLES APLICACIONES EN LA ESCUELA

El Phillips 66 puede usarse tanto en las clases comunes como en reuniones especiales de grupo. No es de por sí una técnica de aprendizaje, no enseña conocimientos ni da información (salvo la eventual que aparezca en la interacción). Facilita en cambio la confrontación de ideas o puntos de vista, al esclarecimiento y enriquecimiento mutuo, la actividad y participación de todos los alumnos estimulando a los tímidos o indiferentes. En un grupo de discusión, que bien puede ser la clase, el "Phillips 66" es útil para obtener rápidamente opiniones elaboradas por subgrupos, acuerdos parciales, decisiones de procedimientos, sugerencias de actividades, tareas de repaso y de comprobación inicial de información, antes de tratar un tem nuevo.

FOTO - VERDAD

Esta técnica permite al grupo vivenciar cómo nadie posee la verdad completa, y cómo con la ayuda del grupo -- los integrantes se pueden complementar.

Se les pide que formen equipos de 7 u 8 miembros, -- según el número de participantes y se les dice que se va a poner en el pizarrón una fotografía. No pueden hablar, ni ponerse de pie; se les dan unos minutos para observarla. -- El coordinador retira entonces la foto y después cada uno escribe en un papel la edad, que según su cálculo, tenga -- la persona que está en la fotografía. (Esta fotografía es una pintura de Toulouse Lautrec en la que él quiso pintar a una joven de la que estaba enamorado, pero en ese momento estaba enojado con ella; en la foto se ve la joven como de 18 años, muy bella, y al mismo tiempo se ve una anciana como de 80 años, que parece bruja).

Se le concede un minuto para escribir la edad y después 5 minutos para que dentro del equipo traten de ponerse de acuerdo sobre la edad de la mujer que muestra la foto. Lo más normal es que en cada equipo unos vean a la joven y otros a la anciana; algunos dicen que vieron dos y -- otros dicen que vieron un león, etc.

El coordinador, sin afirmar ni negar nada, les sigue preguntando a todos los equipos. Como no se han puesto de acuerdo, les pregunta si quieren observar la foto de

nuevo, pero les recuerda que mientras observan no pueden hablar. En esta etapa algunos dicen que depende del lugar en el que están, otros dicen que lo que pasa es que no ven bien, etc. Se les vuelve a poner la foto y se les dice -- que se pueden acercarse y verla desde donde quieran, pero -- aún sin hablar. Vuelven a su lugar para tratar de ponerse de acuerdo.

En una última etapa, el coordinador vuelve a mostrar la foto, pero ahora sí les permite hablar, acercarse y ayudarse mutuamente para ver a la joven y a la anciana.

En esta parte el profesor observará cómo se ayudan, dibujan, se tapan un ojo, tapan la mitad de la fotografía, etc.; también observará la satisfacción de aquellos que " ya ven a las dos " y de aquellos que lo pudieron demostrar a los otros.

Una vez que ya todo el grupo descubre las dos figuras, él mismo les explica el origen de la fotografía. (figura 1).

Al terminar el profesor pide al grupo que cada uno vuelva a su equipo y comente a qué conclusiones llegó con esta técnica, qué aprendió y qué aplicación tiene para su vida práctica. Se destinan 10 ó 15 minutos para responder y después, en un plenario, se hacen del conocimiento general las reflexiones de todos los equipos.

El profesor explica al grupo que con la foto no se trataba de engañar a nadie, sino reconocer lo difícil que-

es, una vez que hemos percibido algo, poder ver otra parte de lo mismo. Hace hincapié en el espíritu de grupo que -- reinó cuando trataban todos de ayudarse para examinar el conjunto de la foto y no sólo una parte. Termina evaluando la técnica.



Figura 1.

DEBATE

Esta técnica puede utilizarse para estudiar un tema, el capítulo de un libro o un documento.

El profesor pedirá a los estudiantes que lean con anterioridad el tema a tratar, señalando los documentos necesarios para el mismo.

Pedirá a los estudiantes que individualmente lean y elaboren las preguntas que consideren importantes sobre el tema, y que ellos mismos las contesten. Este trabajo debe ser una tarea personal que se llevará ya realizada, a la clase siguiente.

Ya en clase, según el número de alumnos, se forman tantos equipos como sea necesario, con 5 a 7 participantes cada uno; pueden ser dos, cuatro, seis u ocho equipos, cuidando que quede siempre un número par de equipos. Una vez que los equipos han sido formados, el profesor explica que la técnica, en un primer tiempo, consiste en que cada equipo ponga en común las preguntas y respuestas que prepararon, y elijan, de entre todas, las diez que consideren más importantes, y se preparen para presentarlas a los otros equipos.

Se les da el tiempo suficiente para realizar esta tarea.

Cuando han terminado, se dividen los equipos en la siguiente forma.

Izquierda

Derecha

1

2

3

4

5

6

Uno de los integrantes de los grupos de la derecha hace una pregunta de las que ya tiene preparadas a alguno de los otros equipos de su mismo lado. Cuando éstos terminan, los del equipo de la derecha pueden complementar o ampliar la respuesta; ésta puede ser discutida por el grupo. Se anotan en el pizarrón los puntos claves de la misma.

Después toca a uno de los equipos de la izquierda dirigir su pregunta a alguno de los equipos de la derecha, siguiendo la misma pauta; así sucesivamente, se continúa el proceso hasta quedar agotado el tema.

El profesor sólo participará para hacer aclaraciones o dar la información que no haya quedado aclarada por los estudiantes; al finalizar, se lleva a cabo la evaluación de la técnica.

¿Para qué les sirvió este ejercicio?

¿Qué aprendizajes obtuvieron?

S E M I N A R I O

Objetivo: Que un equipo de cuatro a seis personas investigue y estudie en forma intensiva un tema, para presentarlo a los demás.

Mecánica: Se distribuyen las partes del tema y las diversas fuentes de investigación a cada participante en el seminario (se asignan estas tareas por lo menos para una semana de investigación).

Se elige a un coordinador del trabajo, tanto para la investigación como para la presentación.

Es conveniente orientar acerca de los lugares donde pueden encontrar la información que buscan, tratando que -- más que libros sean oficinas, departamentos de investiga---ción de diferentes instituciones, etc.

Una vez terminada la investigación personal y la del equipo, se presenta ante el grupo grande. Este podrá aclarar, confirmar, rectificar, completar, etc., la presenta---ción.

Se realiza la evaluación tomando en cuenta lo que se ha aprendido; la cercanía que se logró según el objetivo -- propuesto; si hubo participación responsable de todos; si -- alguno de los participantes concretó la atención e impidió -- o favoreció la aportación de los demás, etc.

DISTORSION DE LA COMUNICACION

De todo el grupo, se hacen salir a 5 integrantes; - se van llamando a cada uno en forma individual, para que - reciban, y a su vez transmitan un determinado mensaje.

Dicho mensaje final, se compara con el inicial y el grupo establece las conclusiones; el mensaje que se utiliza puede ser por ejemplo, el siguiente:

" No puedo esperar para informar a la policia lo ... que vi en este accidente, porque es urgente que llegue al-hospital lo más pronto posible. La camioneta viniendo del Sur, iba doblando a la derecha, cuando un carro deportivo-viniendo del Norte, intentó doblar a la izquierda. Cuando los conductores vieron que estaban doblando hacia el mismo lado, tocaron sus claxons, pero siguieron virando sin disminuir la velocidad, en realidad, el carro deportivo aceleró justamente antes del choque ".

EJERCICIO: TELEFONO DESCOMPUESTO

Objetivar la información a través de la observación de su distorsión desde su fuente original hasta su destino final.

Recursos materiales:

- El mensaje que se va a transmitir.
- Pizarrón.
- Grabadora (opcional).
- Un salón suficientemente iluminado y amplio para que se pueda aislar de los demás.

Duración:

- 30 minutos.

Tamaño del grupo:

- Ilimitado.

Disposición del grupo:

- Libre.

Instrucciones específicas:

- El instructor puede grabar para reproducir la experiencia e indicar la distorsión de la comunicación. Debe llevar un pequeño mensaje escrito, el cual puede ser del siguiente tipo:

"Juan le dijo a Jaime que mañana tendrá una invitación con la novia del hermano de José, y que si querfa ir le hablara a Jacinto para que le apuntara en la lista que tiene Jerónimo".

Desarrollo:

- Se piden seis voluntarios y se nombran cinco que salen del salón.
- Se lee el mensaje al número 1 y se le pide al número 2 que se regrese al salón.
- El número 1 dice al número 2 lo que le fue dicho por el instructor sin ayuda de los observadores.
- Se le pide al participante número 3 que regrese al salón. El número 2 le trasmite el mensaje que recibió del número 1.
- Se repite todo el proceso hasta que el número 6 reciba el mensaje, el cual debe ser escrito en el pizarrón para que el grupo entero pueda leerlo.
- A su vez, el instructor escribe el mensaje original y se comparan.
- Se crea una discusión acerca del ejercicio, se les pide a los observadores un pequeño reporte sobre las reacciones de los participantes.

B I B L I O G R A F I A

Chehaybar Edith y Kuri, Técnicas para el aprendizaje grupal (grupos numéricos), Centro de Investigaciones y Servicios Educativos, México, 1983

Martínez Sáenz, Amelia, ¿Cómo Estudiar?, Colegio de Bahilles, México.

APENDICE

LA ADOLESCENCIA Y SUS CARACTERISTICAS

APENDICE

LA ADOLESCENCIA Y SUS

CARACTERISTICAS

Es de esencial importancia que para comprender el mecanismo del aprendizaje, se conozca el desarrollo biológico, psicológico y social del adolescente; saber cuáles son sus inquietudes y los obstáculos que tiene que vencer tanto dentro como fuera del hogar, para poder adaptarse.

Este periodo de crisis, es una de las fases por las que atraviesa el individuo, por lo tanto se le debe dar la importancia que merece, ya que de alguna manera ayuda tanto en su preparación personal como escolar, así como a tomar una decisión en cuanto a su vida laboral. Es por esto que se trata de dar una visión general del desarrollo del adolescente para poder comprender y analizar sus cambios.

Para este fin, se trata de dar un panorama del tema tocando principalmente los siguientes puntos: a) concepto de adolescencia, b) características biológicas del adolescente, c) características psicológicas del adolescente, d) características sociales de la adolescencia y por último e) el adolescente en la escuela.

a) CONCEPTO DE ADOLESCENCIA

La adolescencia es el periodo de transición entre la infancia y la juventud, en el que acontecen transformacio--

nes físicas, psíquicas y sociales, al cabo de las cuales debe quedar forjada la personalidad (De Bartolomeis, Francesco, 1978).

La adolescencia implica notables transformaciones psic-somáticas, una maduración de capacidad, de actitudes, necesidades, intereses, conocimientos y disposiciones emotivas. En esta fase se forman nuevos instrumentos de adaptación y de experiencia para que el individuo pueda hacer frente a las crecientes exigencias del ambiente que lo rodea. La adolescencia tiene distintos niveles, se diferencian en grados, cada uno de los cuales presenta cuadros humanos característicos y rangos particulares (De Bartolomeis, Francesco, 1978).

El vocablo "adolescencia" proviene del verbo latino adolescere, que significa "crecer" o "llegar" a la maduración. Esto significa no sólo el crecimiento físico, sino también el desarrollo mental. En el aspecto somático representa alcanzar una estatura adulta, la adquisición de rasgos físicos característicos del individuo adulto, y el desarrollo del aparato reproductor, que hace posible la procreación. En lo mental, está maduro el individuo cuya inteligencia haya alcanzado su desarrollo máximo. Se supone, que acompañando a la madurez mental se logren la madurez emocional y la social; pero en la época moderna, con su gran complejidad y elevado estándar de vida, sólo pue-

den lograrse luego de cierto periodo necesario para su obtención. (Elizabeth B. Hurlock, 1976).

Por consiguiente no debe confundirse la adolescencia con la "pubertad" que es el periodo de la preadolescencia y principios de la adolescencia en que se produce la maduración sexual. La pubertad es una parte de la adolescencia. Pero no es sinónimo de ésta, puesto que la adolescencia, tal como ahora se lo entiende, incluye todas las fases de la maduración y no sólo la del aspecto físico. -- (Elizabeth B. Hurlock, 1976).

En consecuencia el adolescente se encuentra con la necesidad de entender la transformación de su cuerpo y de adaptar sus inclinaciones, sus deseos y sus impulsos.

La adolescencia, es evidentemente un periodo de socialización o de aprendizaje para que el individuo llegue a ser miembro de la sociedad. El adolescente que se está desarrollando se preocupa ahora por su apariencia ante los otros y ante sí mismo. Está en busca de una identidad personal, de un sentido de sí mismo.

Esta época de la adolescencia es tipificada por sus grandes crisis, tanto orgánicas como psicológicas y de comportamiento familiar y social. La mayoría de los autores que tratan este tema y se han especializado en él, afirman que no todos los jóvenes necesariamente pasan por esta etapa entre tempestades de tensión nerviosa, y comportamiento

acentuados por la incomprensión; pues se ha podido comprobar estadísticamente que a mayor desajuste del sujeto a la constelación familiar durante la niñez, mayor será el momento de la adolescencia. Es decir, que si una persona tuvo un hogar equilibrado y una atención eficiente en su desenvolvimiento natural a través del jardín de niños y la escuela primaria, si se le dirigió con el afecto y comprensión respetando siempre las líneas del desarrollo de su personalidad, el sujeto pasará por estos momentos trascendentales de su vida, sin ostensibles desajustes de comportamiento, y más que una etapa de crisis, será de ajustes a nuevas situaciones y patrones de comportamiento, aprendiendo a reafirmar más sus potencias orgánicas, psicológicas, emocionales y sociales que están surgiendo dentro y fuera de su persona, pero todas estrechamente vinculadas a él, que comienza a definirse como personalidad, al adquirir los rasgos definitivos, tanto de su físico como los de su nuevo comportamiento.

b) CARACTERISTICAS BIOLOGICAS DEL ADOLESCENTE

La necesidad de considerar los fenómenos fisiológicos de la adolescencia depende de que no se limiten a operar en su campo cerrado -el del cuerpo-, sino que intere-

sen reacciones y pongan problemas de evidente significado psicológico (afectivo, moral, intelectual y social), es decir, tales fenómenos pasan inevitablemente sobre el proyecto de toda la personalidad (Barolomeis, Francesco, 1983).

Durante este periodo se presenta en el individuo la notable serie de cambios físicos conocidos como ciclo de crecimiento de la pubertad. A medida que el cuerpo muestra este impulso de crecimiento en altura y peso, aparecen los caracteres sexuales secundarios. El crecimiento de pelo en la cara, en las axilas y alrededor de los órganos genitales, junto con el ensanchamiento de los hombros, marca el cambio de niño a hombre, en tanto que la niña se hace mujer cuando se desarrollan sus senos, se ensanchan sus caderas y aparece el vello en sus axilas y pubis. En ambos sexos la voz va adquiriendo un tono más bajo, con el timbre característico del adulto. Durante este periodo, los órganos genitales externos e internos se desarrollan y agrandan apareciendo en la niña su primera menstruación (e menarca). (Farfán Hernández, J., 1979).

Los factores que influyen, en el crecimiento del individuo son distintos y variados, no existe un factor de--

terminante que decida por sí solo, la talla del ser humano. (Farfán Hernández, J., 1979).

En general, se acepta que existen elementos que están fuera y dentro de cada individuo como motivadores del crecimiento, esta diferenciación de factores intrínsecos y extrínsecos del crecimiento. Factores intrínsecos del crecimiento; la herencia, el sexo, factores neuroendocrinos. Factores extrínsecos del crecimiento; la alimentación, las vitaminas, el ambiente, influencia de las enfermedades agudas y crónicas.

En los últimos años se ha logrado una explicación parcial del problema de la maduración sexual, mediante los trabajos de investigación de un grupo de médicos que se especializan en el estudio de las glándulas endocrinas o glándulas de secreción interna. Estos endocrinólogos han descubierto que existe relación estrecha entre la hipófisis, ubicada en la base del cerebro, y las gónadas, o glándulas sexuales. La hipófisis es la glándula que estimula a las gónadas para que éstas aumenten su actividad. A su vez, la hormona, o secreción química de las gónadas, provoca los cambios físicos y mentales característicos de la fase puberal del desarrollo (Elizabeth B. Hurlock, 1976).

El lóbulo anterior de la hipófisis produce dos hormonas que se hallan estrechamente relacionadas con el desarrollo puberal. Estas dos hormonas son la hormona del creci-

miento, que constituye un factor que influye en la determinación de la talla del individuo, especialmente de los miembros, y la hormona gonadotrópica, estimulante de las gónadas, la cual, cuando actúa sobre dichas glándulas, -- las estimula para que aumenten su actividad (Elizabeth B. Hurlock, 1976).

Las gónadas son las glándulas sexuales del individuo. Las gónadas femeninas se denominan ovarios, y las masculinas testículos. En el período inmediatamente anterior a la pubertad se produce la hormona gonadotrópica de la hipófisis en cantidad suficiente para hacer que las gónadas inmaduras de varones y niñas y se desarrollen hasta convertirse en testículos y ovarios maduros. Con el desarrollo de estos órganos se realiza la producción de células germinales, y también de hormonas que provocan los cambios sexuales en el crecimiento y desarrollo de los órganos genitales y los caracteres sexuales secundarios. -- (Elizabeth B. Hurlock, 1976).

De tal manera, resulta obvio que la hipófisis y -- las gónadas deben funcionar de manera recíproca, con una acción sincronizada por parte de ambas, para que el crecimiento sea normal (Morgan y Stellar, 1950).

La producción insuficiente de hormonas gonadales, -- provocada por el desarrollo subnormal de las gónadas, la producción insuficiente de hormona gonadotrópica de la hipófisis, la lesión o destrucción de las gónadas por acci-

dente o enfermedad, tales como las paperas en los varones, retrasa la pubertad e impide el desarrollo normal, no sólo de los órganos sexuales propiamente dichos sino también de los caracteres sexuales secundarios. La pobreza, la mala-nutrición, las enfermedades prolongadas, el trabajo y las-preocupaciones excesivas, constituyen otras tantas causas-de maduración retardada o incompleta. La extirpación de - las gónadas por castración en los varones y la necesidad - de remover en todo o en parte el aparato genital en las mujeres, a causa de enfermedad, hará retrasar la pubertad o-provocará un estado de madurez sólo parcial (Elizabeth B.-Hurlock).

La entrada del niño a la adolescencia significa, -- desde el punto de vista de su sistema muscular un aumento-considerable. El aspecto externo de la figura alcanza con este desarrollo proporciones casi de adulto, estableciendo-se una de las características más notorias de la edad, la-diferenciación sexual, debido a ésto y a la agregación de-tejido adiposo, se forman las líneas más prominentes de cada sexo. (Farfán Hernández, Jesús, 1979).

Si el proceso biológico puberiano atrae principal-mente la atención por sus aspectos morfológicos y endocri-nos, no hay que olvidar que se trata de una maduración de-todos los tejidos del organismo y especialmente que la culminación de la maduración del sistema nervioso central es-

necesaria para la última etapa del desarrollo intelectual. (Bernard, Paul, 1970).

Las transformaciones fisiológicas no se limitan a actuar sobre un terreno orgánico sino que implican toda la personalidad por medio de reacciones psíquicas. Es decir, el crecimiento y la maduración sexual tienen una enorme importancia directa e indirectamente, para la estructuración psíquica de la personalidad en todos los sectores del comportamiento, porque esta o aquella modificación no sólo incide sobre los intereses, sino que plantea problemas en cuanto a su aceptabilidad personal o social.

e) CARACTERISTICAS PSICOLOGICAS

DEL ADOLESCENTE

Si los cambios externos de carácter senáctico, singularizan en un momento dado al adolescente, los cambios de conducta son no solamente de significado al joven, sino con los que tiene que entrar en relaciones interpersonales. Tal hecho tiene para el propio adolescente y el mundo en donde se encuentra anclado, un significado que creemos, no es necesariamente conflictivo, ni crítico. Pretender ex--

plicar una caracterización psicológica de la adolescencia, bajo determinados atributos, es ubicar el hecho sobre determinado esquema, o marco de referencia que generalmente son equivocados, mal enfocados, o erróneos. La intención es comprender la conducta como una consecuencia, es decir, es el producto de una serie de situaciones interrelacionadas, que poseen una estructura, perfectamente objetiva, -- descubrir la trama, es explicarse qué es el adolescente, -- desde el punto de vista psicológico y social. (Farfán Hernández, Jesús, 1979).

Es tan habitual considerar a la adolescencia como una etapa particular que tal vez no sea inoportuno recordar desde un principio que, sobre todo y siempre, ella es la continuación normal e inevitable de la niñez. Sería -- exagerado postular la existencia de una ruptura entre ambos periodos. Poca duda cabe de que la estructura psíquica del adolescente tiene sus raíces en la niñez y de que -- muchas de las características que generalmente son consideradas típicas de la adolescencia aparecen y ya están presentes durante la última fase de la niñez (A. Freud, P.A. Osterrieth, J. Piaget y otros, 1977).

El joven adolescente que está cambiando se observa cambiar, está atento a su transformación. No se contentan con sufrir esos cambios; quiere emprenderlos él mismo. Cada uno de estos cambios tiene sus efectos en el nivel del comportamiento, conduce a revaluaciones y a cambios en las actitudes, contribuye a modificar la imagen que tiene el individuo de sí mismo y el modo como percibe a los demás. Todos ellos, finalmente, debido a sus efectos sobre el adolescente, pueden también suscitar nuevas reacciones en las personas que lo rodean. No hay que olvidar que para el niño que fue anteriormente, éste es un acontecimiento de gran trascendencia, de importancia capital; el cambio que se está operando en su persona constituye la prueba más obvia de su gradual acceso al estado adulto que se le ha puesto ante los ojos durante tantos años, presentándolo como una especie de meta suprema (A. Freud, P.A. Osterrieth, J. Piaget y otros, 1977).

La intensidad de los efectos psicológicos provocados por los cambios físicos de la adolescencia depende de muchos factores, de los cuales los más importantes son:

Rapidez de los cambios. Todos los seres humanos --

tienen una autoimagen física o un concepto de suyo físico (Zachry, 1940). El crecimiento rápido y los cambios operados en el organismo hacen necesaria la revisión de esta autoimagen; con frecuencia, el adolescente no se halla -- preparado para estos cambios, y no siempre reconoce su -- verdadero valor (Horrocks, 1951).

Falta de preparación. Los conocimientos y las advertencias que el joven haya recibido previamente influirán en forma notable sobre su actitud con respecto a los cambios de su físico. Si no saben que la edad de maduración varía de un individuo a otro, muchos adolescentes se sentirán preocupados respecto de su propia normalidad, especialmente cuando su maduración se halla acelerada o retrasada. Cuando el cuerpo de un adolescente no cambia -- exactamente de la misma manera que el cuerpo de sus compañeros de edad, a menudo le parece que todos los demás se asemejan entre sí más de lo que él se les parece. Esto -- lo lleva a preguntarse si no le estará sucediendo algo -- perjudicial (Zachry, 1940).

Ideal infantil. En algún momento, todo niño se --- crea una imagen de cómo será cuando llegue a adulto. Desgraciadamente para ellos, pocos individuos llegan jamás -- a este ideal. Cuanto más alejados se encuentren de este ideal al completarse el desarrollo de su organismo, tanto más perturbación y sufrimiento experimentarán. (Elizabeth

B. Hurlock, 1976).

Expectación social. Se supone que los niños de una edad cronológica dada, actúen de acuerdo con las normas establecidas por la comunidad para dicha edad. Por ejemplo, se considera que un individuo de quince años se comporte de manera más madura que uno de doce. Cuando existe discrepancia notable entre la preparación cultural, basada en la edad cronológica, y la etapa de madurez del adolescente, es probable que surjan dificultades tanto para el individuo como para el grupo social (Stolz y Stolz, 1951).

Grado de inseguridad social. Todo adolescente se da cuenta del hecho de que el aspecto físico facilita o dificulta la aceptación social. Cuanto más inseguro y ansioso de ser aceptado se encuentra el individuo, tanto más notables serán los efectos psicológicos provocados por su aspecto físico (Hobbe, 1937).

El concepto del cuerpo no se forma por vía espontánea y por simple efecto de la edad, sino que es ampliamente influido precisamente por el modo en que los cambios físicos son valorados en el ambiente en el que el adolescente vive. Es decir, el significado de este o aquel cambio se define como rasgo de una determinada cultura; y la cosa aparece aún más clara, cuando se consideran los cambios inherentes a la maduración sexual y el definirse de la mascu

linidad y de la femineidad como papeles sociales.(Bartolomeus F. de, 1983).

Aunque se trata de un fenómeno enteramente psicológico, la imagen corporal abarca la visión que tenemos de nosotros mismos no sólo físicamente, sino también fisiológica, sociológica y psicológicamente. En la literatura ha sido denominada, con variaciones secundarias, -- autoconciencia, concepto del yo, el yo, algo corporal, -- la identidad personal, la identidad del yo y el esquema del cuerpo (A. Freud, P.A. Osterrieth, S. Piaget y ---- otros, 1977).

Es obvio que la valoración de la personalidad se basa principalmente en la conducta y en el papel y posición que ocupa una persona en un grupo o sociedad. De -- tal modo, el individuo aprende a autovalorarse de acuerdo con su interacción con la sociedad y de la aceptación o rechazo que merece por parte de diversos grupos sociales (Blos, 1941).

Las primeras experiencias desempeñan un papel de gran importancia en el desarrollo del concepto de sí mismo. Como la personalidad empieza a desarrollarse desde -- el momento del nacimiento, las primeras experiencias --- ejercen una influencia fundamental y continuada sobre el modelo de la personalidad (Freud, 1920).

Quando el niño ante un espejo o una fotografía su

ya consigue distinguirse a sí mismo de su imagen, demuestra no encontrarse en los inicios sino haber recorrido un buen trayecto en cuanto a la construcción refleja de su personalidad. En una reflexión incierta, desenfocada, dependiente, continuamente amenazada por la conversión de la relación entre el yo y el mundo en una confusión. Por tanto, el yo que el adolescente descubrirá es una realidad que actúa en él desde el momento del nacimiento y que progresivamente se ha constituido como centro de integración y de conciencia de la experiencia (De Bartolomeus, 1983).

A la construcción del yo corresponde la construcción de los cuadros de interpretación del mundo natural y social; es como decir que la profundización de la conciencia de sí mismo va al tiempo con la penetración en la realidad objetiva, porque respecto a ésta, como la peculiaridad de la personalidad ha de dibujarse. En otros términos, la profundización interior está ligada a la socialización en sentido amplio, esto es, entendido como desarrollo de los medios de comunicación. En la evolución o construcción del yo, encontramos fenómenos como identificación, proyección, introyección, fenómenos que muestran cómo la interioridad se organiza, organizando sus modos de experiencia de la realidad objetiva. (De Bartolomeus, E. 1983).

La evolución no es rectilínea; es decir, una vez -

conseguido un tipo de relación en que el yo y la realidad objetiva tienen papeles suficientemente distintos, la necesidad de afrontar nuevas tareas de adaptación puede poner en crisis lo que se ha conseguido, de suerte que se presentan fenómenos de carácter egocéntrico en un tiempo en el que el egocentrismo parecía enteramente superado. Es lo que ocurre cuando el nuevo tipo de percepción del mundo interior se acompaña de una irrupción de elementos imaginativos en la realidad y también de una delimitación de las experiencias en términos de producción interior -- (fantasías, sueños, soledad (De Bartolomeis F., 1983).

En la perspectiva de único valor de la propia persona, puesta en el centro de los acontecimientos absolutamente más allá de toda necesidad objetiva, el adolescente muestra una sensibilidad a veces morbosa para la presencia de los demás porque éstos le plantean de manera decisiva el problema de la afirmación de sí los adultos no se dan cuenta de que en hechos que parecen de poca importancia y exteriores, el adolescente ve implicadas cosas decisivas respecto a este problema. Por eso, sufre tanto al ponerse un par de zapatos, cierto vestido, de estar sujeto a la voluntad de los padres para este o aquel detalle de su vestimenta. Falta del sentido de la proporción y de la relatividad, y por tanto ve todos los ojos del mundo vueltos hacia su persona. La necesidad de afirmarse, aun

que solamente sea en posición defensiva, lo lleva frecuentemente a las alteraciones de la realidad que sin consideración llamamos mentiras, pero que tienen un origen muy complejo, casi siempre en el malestar del estado social. (De Bartolomeis, F, 1983).

d) CARACTERÍSTICAS SOCIALES DEL ADOLESCENTE

La socialización es el proceso de aprender a adaptarse a las normas, costumbres y tradiciones del grupo. La persona bien socializada se halla imbuida de un sentido de identidad, comunicabilidad y cooperación (Freeman y Shewel, 1953). Para realizar una buena adaptación social, el individuo debe percibir y prever los pensamientos, sentimientos y conducta de los demás (Bender y Hasterf, 1950).

Se admite actualmente que el paso de la adolescencia a la madurez depende en su mayor parte de factores sociológicos (Paul Bernard, 1970).

El desarrollo social del adolescente en realidad -

se inicia en la infancia. Cuando el individuo siente que es parte de un grupo, que sus integrantes lo quieren y lo estiman, se siente seguro y feliz. Sin embargo, si el tratamiento que le dispensan otras personas fuera tal que lo hicieran sentirse rechazado, pronto aparecerían sentimientos de inseguridad. El grado en que un jovencito se adapte a las nuevas exigencias sociales en la adolescencia, dependerá en gran parte de sus primeras experiencias en la sociedad y de las actitudes que haya desarrollado como resultado de éstas (Elizabeth B. Hurdeck, 1976).

Durante la adolescencia el individuo aprende a conducirse de manera muy similar a la que se espera que presentará cuando llegue a la adultez. El individuo aprende que formas de conducta social son inaceptables y las descarta o las modifica, de modo que merezcan mayor desaprobación de la sociedad; y también aprende a aceptar nuevas formas de conducta que le serán muy útiles en un grupo social amplio y variado. (Elizabeth B. Hurlock, 1976).

La opinión de los demás, pero especialmente la del grupo de su misma edad, es de inmensa importancia para el

adolescente. No es suficiente la conformidad con la conducta y aspecto del grupo; el adolescente debe adaptarse también a las opiniones del mismo. Por más que el juvencito puede apartarse de las normas de los adultos en cuanto a vestido, conducta y valores aceptados, es conservador en lo que a sus compañeros de edad se refiere (Horrocks, 1951).

Para muchos adolescentes, la oleada de vida y los cambios cuya existencia advierten en su propio interior son demasiado excitantes y explosivos como para que puedan guardarlos dentro de sí mismos o limitarse a manifestarlos en el seno de su círculo familiar inmediato. Necesitan expresarlos en el amplio campo de la sociedad y tratan también de producir cambios en ella. La rebelión contra la autoridad familiar, por ejemplo, puede proyectarse en el plano de la actividad política. Por su parte, están aquellas que se apresuran a sofocar dentro de sí mismas toda tendencia a rebelarse, o que tienen miedo de hacerlo sin la protección de la autoridad y, en consecuencia, terminan aliándose estrechamente con grupos reaccionarios o excesivamente conservadores (M. Harris y otros, 1972).

La resistencia a la autoridad de los adultos no es nueva en la adolescencia pero es más pronunciada que durante la infancia. Además, muchas de las causas que dan origen a la rebeldía en la infancia, la provocan también en la adolescencia. (Elizabeth B. Hurlock, 1976).

En este período, el joven es socialmente sensible y sin embargo, ansía conseguir amistades y aceptación; pero como sus padres y compañeros poseen distintas normas, se da cuenta de que no puede complacer a todos a la vez. Antes de poder llegar a una solución de compromiso, el adolescente atraviesa un período de antagonismo no muy distinto al de un niño pequeño. En determinados momentos, se siente dependiente y recurre a un adulto en busca de ayuda, aunque no la necesite; en otros momentos, se siente independiente hasta el punto de rechazar la ayuda, aunque la necesite, y marcha en la dirección opuesta, para afirmar su independencia (Elizabeth B. Hurlock, 1976).

No existe un factor en particular que determine la aceptabilidad social de un adolescente, si bien es cierto que algunos de ellos desempeñan un papel más importante que otros. Los siguientes factores influyen, en ma

yor o menor grado, sobre la aceptabilidad social del adolescente,

Aspecto personal. Como la gente es juzgada por la impresión que provoca en los demás, un aspecto atractivo es importante para la aceptación social.

Concepto de sí mismo. Existe notable relación entre la aceptación del propio yo y la aceptación por los demás, así como existe una notable relación entre el rechazo por parte de uno mismo y el rechazo por parte de los demás (Mc Intyre, 1952).

Salud. La mayoría de los jóvenes que son populares poseen las cualidades vinculadas directa o indirectamente con la buena salud (Tryon, 1939; Kuhlen y Lec, 1943; Feinberg, 1953). En contraste, la mala salud hace que una persona carezca de energía, de entusiasmo, y de deseo de contribuir con la parte que le corresponde a las actividades cooperativas.

Posición económicosocial. El ocupar una elevada posición social garantiza al individuo la ubicación en el centro de atención de su grupo, ya se trate de que la reacción hacia él sea favorable o desfavorable (Neugarten, 1946).

Inteligencia. Una inteligencia de nivel suficientemente alto como para permitir que el individuo tome la

iniciativa en las actividades de la "barra", planifique - la feliz realización de estas actividades, y permita que el joven se forme un juicio del grupo a que pertenece, -- contribuye a la popularidad del adolescente.

Grado de actividad. El adolescente aprende mucho - haciendo algo para los demás y con los demás, adquiere -- aplomo y confianza en sí mismo, y se hace conocer por los otros. Todo esto contribuye directamente a hacerlo popular entre sus compañeros.

Poseción de habilidades. Estos no garantizan la - aceptación social, aunque la falta de ellos puede condu-- cir al rechazo social. Si el individuo ya ha sido acepta do, las habilidades servirán para aumentar su aceptabili dad (Northway, 1946).

Relaciones familiares. Hay ciertos tipos de hoga- res que fomentan las actitudes y la conducta que ayudan a la adaptación social del adolescente, mientras que otros-- contribuyen a que ésto sea impopular.

Número de familiares. El número de familiares ejer ce escasa influencia sobre la aceptabilidad social de los adolescentes, excepto en el caso de los que provienen de familias de seis o más hijos (Bonney, 1949).

Proximidad. Muchos adolescentes achacan su falta - de popularidad al hecho de que viven demasiado alejadas --

del grupo como para formar parte de éste.

Periodo de conocimiento. El tiempo que hace que un adolescente conoce a sus coetáneos puede resultar ventajoso para la aceptación, o puede resultar impedimento, según la clase de persona de que se trate.

Aceptación de los valores del grupo. El individuo aceptable es aquel que siempre que los demás factores no varíen, se adapta mejor a los valores de su grupo (West, - 1945, Hollingshead, 1949).

Patrón de la personalidad. El prototipo de la personalidad del individuo es quizá de mayor importancia que ningún otro factor en la determinación del grado de aceptación de que gozará a las diversas edades.

Comprensión social. Los adolescentes cuya comprensión social es superior a la de sus compañeros tienen buenas posibilidades de encontrarse entre los más populares del grupo (Cottrill y Dymond, 1949, Gage, 1953).

e) EL ADOLESCENTE EN LA ESCUELA

Los resultados de una encuesta en la cual se pidió a individuos adultos que recordaran sus experiencias esco-

lares, tanto agradables como desagradables, permite comprobar que la escuela constituye un factor de importancia en la vida del adolescente. Los recuerdos desagradables se relacionaban con experiencias que habían sido ingratas debido a ciertos impedimentos físicos o económicosociales, defectos de la personalidad tales como tímido, ser distintos a sus compañeros, sentirse inseguros por causa de las ropas y del aspecto físico, y manifestar torpeza social. Se expresó que la inseguridad fue intensificada por las experiencias escolares. Se llegó a la conclusión de que estos amargos recuerdos deben haber ejercido notable influencia sobre la personalidad del individuo, ya que se pasó en la escuela una parte tan grande de su tiempo (Bühler, 1952).

Sin embargo, existen investigaciones que manifiestan que el mayor y más constante estímulo de casi todos los adolescentes-estudiantes es la escuela. Ciertamente ésta se presenta a ellos bajo dos aspectos muy distintos; de una parte, es la comunidad de los estudiantes o mejor el conjunto de los grupos de compañeros y amigos con su vida, sus ocupaciones que no tienen nada de escolar y que se desenvuelven clandestinamente protegidos por una

técnica refinada e ingeniosa, de suerte que se da al maestro la ilusión de presencia, atención y disciplina; de otra, está la autoridad del maestro, el trabajo escolar, las preguntas, las notas, la constrictión a cierta inevitabilidad y, también pérdida de tiempo. Quien ignora e subvalora el primer aspecto no puede explicarse el hecho de que en la mayoría de los casos los adolescentes, a pesar de todo, muestran y declaran ir a gusto a la escuela; van a gusto por lo poco de vida social y de relaciones humanas que logran arrancar a la propia escuela (De Bartolomé F., 1983).

Esto quiere decir que la situación escolar, en su conjunto es una situación de conflicto y, por tanto de inadaptación. La socialidad clandestina, en cuanto que constituye el más fuerte motivo de interés escolar, es pobre cosa, se desenvuelve a través de relaciones fragmentarias, tal vez merquinamente antagónicas, es un arma de defensa y de ofensa, de manera que algo es afectado siempre e puesto fuera de su justo camino. A través de un cuidadoso análisis resulta que las ocupaciones sociales clandestinas todas son de bajo valor intelectual, es decir, son livianas, evasivas, compensativas, regresivas como concentrantes afectivo-morales de escaso relieve (De Bartolomé F., 1983).

El adolescente no es sólo alguien que está apren-

diendo. Esta también dotada de personalidad, aunque aún no puede saberse con exactitud cuál es su sí mismo (M. Harris y otros, 1972).

El aspecto más excitante de la participación de los padres en la educación del adolescente surge cuando los problemas particulares de la escuela han quedado atrás. Es excitante porque el adolescente se halla próximo a convertirse en un adulto. En realidad, los adolescentes mayores pueden parecer a menudo predicadores más dogmáticos y sabihochos más consumados que cualquier adulto (M. Harris y otros, 1972).

Educar a un adolescente significa estar dispuestos a revisar nuestras propias pautas y juicios, así como criticar los suyos. Sólo supuesto, este no implica coincidir con todas sus opiniones y renunciar a nuestras averiaciones para adoptar las suyas. Por el contrario, ningún crecimiento es posible de esa manera.

Pero revisar opiniones supone discusión. Significa aceptar los puntos de vista del otro, aunque sólo sea para diferir, una vez que se han oído las pruebas. Para el adolescente como para todos nosotros, la confianza no proviene sólo de la experiencia individual, sino de reflexionar sobre esa experiencia, y la discusión es una manera de intercambiar ideas. En las escuelas en las que se estimula la libre discusión en pequeños grupos, es común-

comprobar que de ese modo los alumnos "difíciles" se vuelven -por lo menos por un momento- permeables al razonamiento y abiertos a la evidencia. Inmediatamente después pueden volver a su actitud anterior, pero eso obedece a que los hábitos y defensas de toda una vida no se modifican tan fácilmente (M. Harris y otros, 1972).

Esta es una época crítica de decisiones, por lo menos en nuestra sociedad, donde las conveniencias administrativas determinan que todos los adolescentes completen su educación obligatoria a la misma edad, con lo cual imponen como consecuencia un ritmo parejo o una amplia gama de diferencias personales, psicológicas y sociales.

Por otra parte, la necesidad y el tiempo apremian fuertemente al adolescente, que se ve así sometido a exigencias que procedan de fuentes exteriores y que sean indiferentes a él como persona, por ejemplo, las disposiciones legales o quizá la necesidad de contribuir al presupuesto familiar.

El adolescente quiere tomar él mismo la decisión. Desea abandonar la escuela, ganar dinero, ser responsable de sí mismo, adquirir condición de adulto en todos aquellos aspectos que sólo pueden ser satisfactorios cuando se son otorgados por padres tolerantes e reticentes, sino que constituyen el resultado de un derecho; el derecho de los adultos (M. Harris y otros).

El deseo y el temor de poner a prueba su propia capacidad como adultos pueden ser igualmente intensos en los adolescentes que han alcanzado este momento de decisiones. Los factores externos contribuyen a agudizar el conflicto. Sea que abandone la escuela o que continúe estudiando, el adolescente sabe que su decisión es una respuesta a los deseos de sus padres. Puede ocurrir que un sentimiento de culpa o de obligación por lo que les debe, lo impulse a proseguir sus estudios o a renunciar a ellos en favor de una pronta remuneración económica (M. Harris y otros, 1972).

En general, creemos que la atmósfera psicológica de la escuela, al igual que el clima del hogar, constituyen un factor de importancia en el desarrollo de la personalidad del individuo. (Elizabeth B. Harlock, 1976).

BIBLIOGRAFIA

B. Hurlock, Elizabeth, Psicología de la Adolescencia, Editorial Paidós, Buenos Aires, 1976.

Bernard, Paul, El Desarrollo de la Personalidad, - Toray-Masson, S. A., Barcelona, 1970.

De Bartolomeis Francesco, La Psicología del Adolescente y la Educación, Ediciones Roca, México, 1983.

Freud A. Osterrieth P.A., Piaget J. y otros, El Desarrollo del adolescente, Editorial Paidós, Buenos Aires, Argentina, 1974.

Parfán Hernández, Jesús, Conocimiento y Educación de Adolescentes, Editorial México, México, 1979.

Harris M. y otros, Su hijo Adolescente, Editorial Paidós, Argentina, 1969.

Mira y López, Emilio, Psicología Evolutiva del Niño y del Adolescente, Editorial El Ateneo, Argentina, -- 1979.

B. Hurlock, Elizabeth, Psicología de la Adolescencia, Editorial Paidós, Buenos Aires, 1976.

Bernard, Paul, El Desarrollo de la Personalidad, - Toray-Masson, S. A., Barcelona, 1970.

Coordinación del Colegio de Ciencias y Humanidades, Plantel Vallejo, Técnicas de Estudio, México, 1982.

Chehaybar Edith y Kuri, Técnicas para el Aprendizaje Grupal (grupos numéricos), Centro de Investigaciones y Servicios Educativos, México, 1983.

Departamento de Orientación Educativa, Programa de Orientación Educativa, México, 1960 y 1981.

Departamento de Orientación Educativa, Investigación realizada por la DO.F, IPN, 1982.

De Bartolomeis Francesco, La Psicología del Adolescente y la Educación, Ediciones Roca, México, 1983.

E. Esen Morris, Bases Psicológicas de la Educación, Nueva Editorial Interamericana, S. A. de C.V., 1968.

Enciclopedia Universal Ilustrada Europea Americana, Tomo XXVI Espasa-Calpe, S. A., Madrid, Barcelona.

Freud A., Osterrieth P.A. Piaget J. y otros, El Desarrollo del Adolescente, Editorial Paidós, Buenos Aires, Argentina, 1977.

Farfán Hernández, Jesús, Conocimiento y Educación de Adolescentes, Editorial México, 1979.

Gardner Lindzey Fthempson, Universidad de Texas, Psicología, Barcelona, 1978.

González, Diego, Didáctica o Dirección del Aprendizaje (parte general), Editorial Cultural Centreamericana, Argentina, 1981.

Grallier A., Enciclopedia Autodidáctica, Editorial --
Quillet, México, 1985.

González Garduño, Irma, y Etal, Métodos de Estudio,
Siglo Nuevo Editores, S. A., México, 1980.

Haddad Slim, Mario, Psicología y Aprendizaje, una --
Aventura intelectual, Editorial Mc Graw Hill, México, D.F.,
1978, 1983.

Harris M. y otros, Su Hijo Adolescente, Editorial --
Paidós, Argentina, 1969.

Hernández Santiago, René G., El Exito en tus Estu-
dios, Orientación del Aprendizaje, Editorial Trillas, Méxi-
ce, 1982.

Janicet-Gibson, Psicología Educativa la Psicología-
Educativa y algunos fines del maestro, Editorial Trillas,-
1978.

J. Mouly George, Psicología para la Enseñanza, Nue-
va Editorial Interamericana, S. A. de C. V., 1978.

Knowles, Malcolm, S., El Estudio Autodirigido, Edi-
tial Alhambra Mexicana, México, 1982.

Larroyo, La Ciencia de la Educación, Editorial Pe--
rnúa, S. A., México, 1958.

Mira y López, Emilio, Psicología Evolutiva del niño
y del Adolescente, Editorial El Ateneo, Argentina, 1979.

Michel Guillermo, Aprende a Aprender, Editorial Trillas, México, 1982.

Martínez Sáenz, Amelia, ¿Cómo Estudiar?, Colegio de Bachilleres, México.

Nastache Román, Jesús, Estudio Dirigido, Editorial -- Bolívar, S. de R. L., México, 1945.

Otis D. Frey y Etal, Cómo obtener fácilmente mejores Calificaciones, Editorial Diana, México, 1981.

P. Ausubel, David, Psicología Educativa, Editorial -- Trillas, México, 1978.

Shaw, Harry, Cómo Lograr mejores Calificaciones, (30 sugerencias), Editorial Mc. Graw Hill, México, 1981.

Staten Thomas, E., Cómo Estudiar, Editorial Trillas, -- México, 1983.