



INSTITUTO  
MARILLAC  
I.A.P.

CCH - Marillac

Incorporación UNAM / 2033

**GUIA DE ESTUDIO  
PARA EL EXAMEN EXTRAORDINARIO DE  
APRENDER A APRENDER I**

**Clave: E1AA**

**Actualización: [MAYO, 2024]**

Nombre de quien contesta la guía:

No. Cuenta:

Fecha:

## PRESENTACIÓN.

La presente **guía tiene como finalidad** orientarte en tu estudio para presentar con éxito el examen extraordinario de Aprender a Aprender 1, conforme al Programa de Estudios correspondiente.

**La eficacia de esta guía** depende de la disposición, esfuerzo y dedicación para contestarla de una manera clara y completa. Recuerda que presentarse a un examen sin la preparación suficiente significa un fracaso muy probable, una pérdida de tiempo y un acto irresponsable que puedes evitar.

### En la guía encontrarás 3 apartados:

1. Sobre la Asignatura. Datos generales: Propósitos, enfoques, unidades y objetivos;
2. Sobre la Guía. Instrucciones, materiales requeridos, bibliografía y páginas web que puedes consultar para contestarla.
3. Actividades de aprendizaje. Reactivos o ejercicios por realizar.
4. Anexo. Material complementario para responder esta guía.

Cada una de las actividades de aprendizaje que se plantean en esta guía no solo tienen la finalidad de prepararte para resolver un ejercicio o un examen, sino también **para reforzar aprendizajes** que te ayuden a desarrollar el gusto por aprender y descubrir a través de nuevas herramientas que trabajamos en clase, el valor, la emoción gratificante y el significado de cada aprendizaje.

## 1. SOBRE LA ASIGNATURA.

**1.1 PROPÓSITOS GENERALES Y ENFOQUES DE LA ASIGNATURA.** Propone apoyar y dinamizar a los estudiantes para que mejoren el desempeño en sus responsabilidades académicas y personales a través de la participación activa, estratégica y autónoma en su propio proceso de aprendizaje. Se pretende que los alumnos tengan un mayor gusto por la adquisición de nuevos aprendizajes, con base a las siguientes acciones específicas:

- Centrando la atención en lo que se aprende, a través de la observación y la conciencia.
- Propiciando emociones gratificantes sobre lo que se aprende, a través de la curiosidad y el interés.
- Descubriendo el significado y el valor de cada aprendizaje, a través de la motivación y la imaginación.

### 1.2 ESTRUCTURA Y CONTENIDO DE LA ASIGNATURA:

**Unidad I. Mis actitudes ante el estudio.** Será capaz de continuar aprendiendo de manera más eficaz y autónoma, de acuerdo con sus objetivos y necesidades, con base en el reconocimiento consciente de sus propias capacidades y trabajando en poseer una actitud activa ante el estudio.

**Unidad II. Ser estudiante: Aprendizaje activo.** Será capaz de continuar aprendiendo de manera más eficaz y autónoma, de acuerdo con sus objetivos y necesidades, con base en la optimización de su tiempo de estudio y conociendo y empleando diferentes técnicas de trabajo intelectual.

## 2. SOBRE LA GUÍA.

### 2.1 INSTRUCCIONES GENERALES (¿CÓMO USAR LA GUÍA?):

- **Lee con atención** las instrucciones y **realiza las actividades propuestas**, recuerda que esta guía solo es un apoyo de tu autoestudio.
- Esta guía no se contesta de un día para otro, **dedica al estudio y a contestar esta guía** por lo menos 3 horas diarias continuas, durante al menos 15 días antes del examen; si

le dedicas el tiempo necesario, seguramente aprobarás el examen extraordinario.

- **Subraya las palabras claves o que no comprendas** con color y búscalas en el diccionario.
- En caso de dudas, **consulta la bibliografía** sugerida en la guía. Cuando termines de resolverla, revisa tus respuestas y si continúan las dudas solicita apoyo a algún docente.
- Para un mejor proceso de aprendizaje y facilitar tu estudio para acreditar tu examen extraordinario, te sugerimos: **Asistir a las asesorías (con la guía contestada)** que se programen donde podrás recibir orientación y aclaración de las dudas que te hayan surgido durante la resolución de la guía.
- **Investiga más información de los temas y actividades**, puedes elaborar por propia iniciativa un resumen, mapa conceptual, una red conceptual, más ejercicios o alguna otra actividad que enriquezca tu aprendizaje.
- **Resolver correctamente las autoevaluaciones** te permitirá constatar tus avances académicos, pero no garantiza que automáticamente apruebes tu examen, ya que los contenidos específicos y la forma de los reactivos varían en el examen.

## 2.2 MATERIALES PARA CONTESTAR LA GUÍA Y EL EXAMEN:

Lápiz, goma, plumas de colores, plumones, colores, pegamento.

## 2.3 PARA CONSULTAR:

### 2.3.1 Bibliografía:

1. Alonso, C., Gallego D. J., y Honey, P. Cuestionario de Honey- Alonso de Estilos de Aprendizaje. Madrid: Instituto de Ciencias de la Educación (ICE), 1994.
2. Argudin, Y. Aprende a pensar escribiendo bien. Trillas, México, 2005.
3. Colegio de Ciencias y Humanidades. Prontuario del estudiante. Lo que todo ceceachero debe saber para iniciar con éxito sus estudios de bachillerato. Secretaría de Comunicación Institucional-DGCCH, UNAM, México, 2010.
4. Estévez, E. Enseñar a aprender. Estrategias cognitivas. Maestros y Enseñanza. Paidós, México, 2011.

### 2.3.2 Web:

**NOTA:** Las actividades de esta guía sólo son una referencia de los contenidos del examen: **NO SON IGUALES Y NO EQUIVALE A UN PORCENTAJE DE LA CALIFICACIÓN DEL EXAMEN.** Por lo tanto, es responsabilidad del alumno preparar la totalidad del temario de la materia.

### 3. ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE.

El alumno deberá realizar el portafolio de evidencias semestral, dicho portafolio deberá contar con los siguientes requisitos:

	<b>PORTADA: el portafolio debe contener en su interior una portada por cada parcial y dicha portada deberá incluir los siguientes elementos.</b>
1.	Nombre de la escuela
2.	Nombre del alumno
3.	Título del proyecto "Portafolio de evidencias de Aprender a Aprender 1"
4.	Grupo
5.	Número de Parcial
	<b>PRESENTACIÓN: El portafolio deberá cumplir con los siguientes requisitos para su presentación y para que pueda ser evaluado.</b>
6.	Folder de plástico o cartulina con broche baco.
7.	Folder y evidencias limpias.
8.	Folder y evidencias sin maltratar.
	<b>ORGANIZACIÓN: El portafolio deberá cumplir con los siguientes lineamientos de organización, para su presentación y poder ser evaluado.</b>
9.	Cada evidencia deberá contener fecha de realización, nombre de la actividad y tema.
10.	Cada evidencia está acomodada en orden conforme al tema al que corresponde.
	<b>EVIDENCIAS: El portafolio deberá contener las evidencias de los 11 temas que se revisaron a lo largo del semestre.</b>

#### Unidad 1

##### Tema 1. Estilos de aprendizaje

- 1.1 Realización de 4 cuestionarios de estilos de aprendizaje. (Revisa el anexo 1)
  - a. Inventario de Felder
  - b. Tipos de inteligencias
  - c. Predominancia hemisférica
  - d. Cuadrantes cerebrales

##### Tema 2. ¿Qué me gustaría saber y cuáles son mis intereses?

2.1 Deberás realizar una presentación de Power Point. El alumno debería investigar sobre algún tema que sea de su interés y le cause curiosidad. La presentación debería contener 1 diapositiva de portada y 4 diapositivas de información sobre el tema elegido.

### Tema 3. ¿Cómo aprendo?

3.1 Deberás realizar un cuadro sinóptico donde el tema central es “Los estilos de aprendizajes” (Modelo de cuadrantes cerebrales, Programación neurolingüística, Hemisferios cerebrales) (Revisa el anexo 2)

## **Unidad 2**

### Tema 4. Diferencia entre estudio y aprendizaje

4.1 Deberás realizar un cuadro comparativo entre estudio y aprendizaje. (Revisa el anexo 3)

### Tema 5. Razones para estudiar el bachillerato

5.1 Deberás realizar un collage con imágenes de los motivos que te impulsan a continuar estudiando el nivel medio superior.

### Tema 6. Gusto por el aprendizaje activo

6.1 Deberás elaborar una infografía con 2 o 3 hojas tamaño carta, en la cual se deberán explicar las 10 actitudes activas en el estudio, para potencializar el aprendizaje. (Revisa el anexo 4)

### Tema 7. Tipos de pensamiento

7.1 Deberás realizar un resumen de los tipos de pensamientos e integrar en cada tipo de pensamiento un ejemplo. (Revisa el anexo 5)

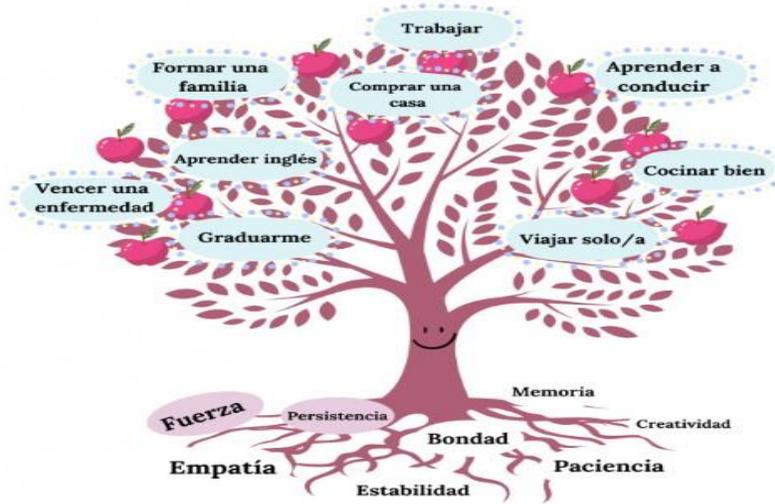
### Tema 8. ¿Para qué estudio y para qué aprendo?

8.1 Deberás realizar 10 tarjetas sobre razones para aprender y beneficios del por qué es importante estudiar. El alumno deberá cortar 10 tarjetas de 15 cm de largo por 10 cm de ancho, en 5 tarjetas deberá describir e ilustrar 5 diferentes razones para aprender, en las otras 5 tarjetas deberá describir e ilustrar, en cada tarjeta, un beneficio del por qué es importante estudiar. (Revisa el anexo 6)

### Tema 9. Logros y cualidades

9.1 Deberás dibujar un árbol del tamaño de una hoja carta, dicho árbol deberá tener raíces, troco, hojas y flores o frutas. En las raíces deberá colocar al menos 5 cualidades que posee el alumno y en cada flor o fruto deberá colocar logros que ha vivido a lo largo de su vida. A continuación, hay una imagen con un ejemplo de árbol de logros.

## Árbol de los logros



**Frutos:** tus logros, en mayor o menor medida.

**Raíces:** valores y cualidades ya sean intelectuales, personales o físicas.

Tema 10. Responsabilidad

10.1 Realiza la actividad de responsabilidad. (Revisa el anexo 7)

Tema 11. Autonomía

11.1 Realiza la actividad de autonomía. (Revisa el anexo 8)

---

*La educación no es preparación para la vida; la educación es la vida en sí misma.*

*John Dewey*

**iiii Mucho éxito en tu estudio y en tu examen!!!!**

## 4. ANEXOS

### Anexo 1

# TEST INVENTARIO DE FELDER

## 3) INVENTARIO DE FELDER<sup>24</sup> (Modelo de Felder y Silverman)

.....

### INSTRUCCIONES

- Encierre en un círculo la opción "a" o "b" para indicar su respuesta a cada pregunta. Por favor seleccione solamente una respuesta para cada pregunta.
  - Si tanto "a" y "b" parecen aplicarse a usted, seleccione aquella que se aplique más frecuentemente.
1. Entiendo mejor algo
    - a) si lo practico.
    - b) si pienso en ello.
  2. Me considero
    - a) realista.
    - b) innovador.
  3. Cuando pienso acerca de lo que hice ayer, es más probable que lo haga sobre la base de
    - a) una imagen.
    - b) palabras.
  4. Tengo tendencia a
    - a) entender los detalles de un tema pero no ver claramente su estructura completa.
    - b) entender la estructura completa pero no ver claramente los detalles.
  5. Cuando estoy aprendiendo algo nuevo, me ayuda
    - a) hablar de ello.
    - b) pensar en ello.
  6. Si yo fuera profesor, yo preferiría dar un curso
    - a) que trate sobre hechos y situaciones reales de la vida.
    - b) que trate con ideas y teorías.
  7. Prefiero obtener información nueva de
    - a) imágenes, diagramas, gráficas o mapas.
    - b) instrucciones escritas o información verbal.
  8. Una vez que entiendo
    - a) todas las partes, entiendo el total.
    - b) el total de algo, entiendo como encajan sus partes.

9. En un grupo de estudio que trabaja con un material difícil, es más probable que
  - a) participe y contribuya con ideas.
  - b) no participe y solo escuche.
10. Es más fácil para mí
  - a) aprender hechos.
  - b) aprender conceptos.
11. En un libro con muchas imágenes y gráficas es más probable que
  - a) revise cuidadosamente las imágenes y las gráficas.
  - b) me concentre en el texto escrito.
12. Cuando resuelvo problemas de matemáticas
  - a) generalmente trabajo sobre las soluciones con un paso a la vez.
  - b) frecuentemente sé cuales son las soluciones, pero luego tengo dificultad para imaginarme los pasos para llegar a ellas.
13. En las clases a las que he asistido
  - a) he llegado a saber como son muchos de los estudiantes.
  - b) raramente he llegado a saber como son muchos estudiantes.
14. Cuando leo temas que no son de ficción, prefiero
  - a) algo que me enseñe nuevos hechos o me diga como hacer algo.
  - b) algo que me dé nuevas ideas en que pensar.
15. Me gustan los maestros
  - a) que utilizan muchos esquemas en el pizarrón.
  - b) que toman mucho tiempo para explicar.
16. Cuando estoy analizando un cuento o una novela
  - a) pienso en los incidentes y trato de acomodarlos para configurar los temas.
  - b) me doy cuenta de cuales son los temas cuando termino de leer y luego tengo que regresar y encontrar los incidentes que los demuestran.
17. Cuando comienzo a resolver un problema de tarea, es más probable que
  - a) comience a trabajar en su solución inmediatamente.
  - b) primero trate de entender completamente el problema.
18. Prefiero la idea de
  - a) certeza.
  - b) teoría.
19. Recuerdo mejor
  - a) lo que veo.
  - b) lo que oigo.

20. Es más importante para mí que un profesor
- a) exponga el material en pasos secuenciales claros.
  - b) me dé un panorama general y relacione el material con otros temas.
21. Prefiero estudiar
- a) en un grupo de estudio.
  - b) solo.
22. Me considero
- a) cuidadoso en los detalles de mi trabajo.
  - b) creativo en la forma en la que hago mi trabajo.
23. Cuando alguien me da direcciones de nuevos lugares, prefiero
- a) un mapa.
  - b) instrucciones escritas.
24. Aprendo
- a) a un paso constante. Si estudio con ahínco consigo lo que deseo.
  - b) en inicios y pausas. Me llevo a confundir y súbitamente lo entiendo.
25. Prefiero primero
- a) hacer algo y ver que sucede.
  - b) pensar como voy a hacer algo.
26. Cuando leo por diversión, me gustan los escritores que
- a) dicen claramente los que desean dar a entender.
  - b) dicen las cosas en forma creativa e interesante.
27. Cuando veo un esquema o bosquejo en clase, es más probable que recuerde
- a) la imagen.
  - b) lo que el profesor dijo acerca de ella.
28. Cuando me enfrento a un cuerpo de información
- a) me concentro en los detalles y pierdo de vista el total de la misma.
  - b) trato de entender el todo antes de ir a los detalles.
29. Recuerdo más fácilmente
- a) algo que he hecho.
  - b) algo en lo que he pensado mucho.
30. Cuando tengo que hacer un trabajo, prefiero
- a) dominar una forma de hacerlo.
  - b) intentar nuevas formas de hacerlo.
31. Cuando alguien me enseña datos, prefiero
- a) gráficas.
  - b) resúmenes con texto.

32. Cuando escribo un trabajo, es más probable que
- lo haga (piense o escriba) desde el principio y avance.
  - lo haga (piense o escriba) en diferentes partes y luego las ordene.
33. Cuando tengo que trabajar en un proyecto de grupo, primero quiero
- realizar una "tormenta de ideas" donde cada uno contribuye con ideas.
  - realizar la "tormenta de ideas" en forma personal y luego juntarme con el grupo para comparar las ideas.
34. Considero que es mejor elogio llamar a alguien
- sensible.
  - imaginativo.
35. Cuando conozco gente en una fiesta, es más probable que recuerde
- cómo es su apariencia.
  - lo que dicen de sí mismos.
36. Cuando estoy aprendiendo un tema, prefiero
- mantenerme concentrado en ese tema, aprendiendo lo más que pueda de él.
  - hacer conexiones entre ese tema y temas relacionados.
37. Me considero
- abierto.
  - reservado.
38. Prefiero cursos que dan más importancia a
- material concreto (hechos, datos).
  - material abstracto (conceptos, teorías).
39. Para divertirme, prefiero
- ver televisión.
  - leer un libro.
40. Algunos profesores inician sus clases haciendo un bosquejo de lo que enseñarán. Esos bosquejos son
- algo útiles para mí.
  - muy útiles para mí.
41. La idea de hacer una tarea en grupo con una sola calificación para todos
- me parece bien.
  - no me parece bien.
42. Cuando hago grandes cálculos
- tiendo a repetir todos mis pasos y revisar cuidadosamente mi trabajo.
  - me cansa hacer su revisión y tengo que esforzarme para hacerlo.



## INSTRUCCIONES GENERALES PARA CALIFICAR EL INVENTARIO DE ESTILOS DE APRENDIZAJE DE FELDER

- 1) Tome el **Inventario** anterior y una **Hoja de Calificación** en blanco. Asigne UN PUNTO en la casilla correspondiente de acuerdo con el número de la pregunta y su respuesta. Por ejemplo: si su respuesta en la pregunta 5 fue A, coloque 1 en la casilla debajo de la letra A y al lado derecho de la pregunta 5.
- 2) Registre de esta manera cada una de las preguntas desde la 1 hasta las 44.
- 3) Luego, sume cada columna y escriba el resultado en la casilla TOTAL COLUMNA.
- 4) Mirando los totales de cada columna por categoría, reste el número menor al mayor.
- 5) Asigne a este resultado la letra en la que obtuvo mayor puntaje en cada categoría.
- 6) Ahora, llene la **Hoja de perfil** con estos resultados, teniendo en cuenta que la letra A corresponde al estilo situado a la izquierda y la letra B al estilo situado a la derecha.
- 7) Finalmente, la Hoja de interpretación permite interpretar los resultados obtenidos.

Puede ver a continuación un ejemplo de un caso hipotético, un alumno llamado Pablo:

### Hoja del perfil individual del Inventario de Estilos de Aprendizaje de Felder Resultados de Pablo

#### HOJA DE CALIFICACIÓN

Pregunta N°	Act - Ref		Pregunta N°	Sens - Int		Pregunta N°	Vis - Verb		Pregunta N°	Sec - Glob	
	A	B		A	B		A	B		A	B
1		1	2		1	3		1	4		1
5	1		6		1	7		1	8		1
9	1		10		1	11		1	12	1	
13		1	14		1	15	1		16		1
17		1	18		1	19	1		20		1
21		1	22		1	23	1		24		1
25		1	26		1	27	1		28		1
29		1	30		1	31		1	32		1
33		1	34	1		35		1	36	1	
37		1	38		1	39		1	40		1
41	1		42		1	43		1	44	1	
	A	B		A	B		A	B		A	B

	Act - Ref		Sens - Int		Vis - Verb		Sec - Glob	
Total Columna	3	8	1	10	4	7	3	8
Restar Menor al Mayor	5		9		3		5	
Asignar letra Mayor	5B		9B		3B		5B	

### HOJA DE PERFIL

	11	9	7	5	3	1	1	3	5	7	9	11	
ACTIVO									X				REFLEXIVO
SENSORIAL											X		INTUITIVO
VISUAL								X					VERBAL
SECUENCIAL									X				GLOBAL

Si su puntaje en la escala está **entre 1 - 3** usted presenta un **equilibrio apropiado** entre los dos extremos de esa escala. *PABLO TIENE UN EQUILIBRIO ENTRE VISUAL Y VERBAL.*

Si su puntaje está **entre 5 - 7** usted presenta una **preferencia moderada** hacia uno de los dos extremos de la escala y aprenderá más fácilmente si se le brindan apoyos en esa dirección. *PABLO ES MÁS REFLEXIVO QUE ACTIVO Y MÁS GLOBAL QUE SECUENCIAL.*

Si su puntaje en la escala está **entre 9 - 11** usted presenta una **preferencia muy fuerte** por uno de los dos extremos de la escala. Usted puede llegar a presentar dificultades para aprender en un ambiente en el cual no cuente con apoyo en esa dirección. *PABLO ES MUCHO MÁS INTUITIVO QUE SENSITIVO.*

## TEST TIPOS DE INTELIGENCIAS

### CUESTIONARIO PARA IDENTIFICAR EL TIPO DE INTELIGENCIA DE PERCEPCIÓN DOMINANTE (MODELO PNL) CUESTIONARIO PARA ALUMNOS

Nombre completo: \_\_\_\_\_ Grupo: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

#### INSTRUCCIONES: Elige una opción con la que más te identifiques de cada una de las preguntas y márcala con una X

1. ¿Cuál de las siguientes actividades disfrutas más?
  - a) Escuchar música
  - b) Ver películas
  - c) Bailar con buena música
2. ¿Qué programa de televisión prefieres?
  - a) Reportajes de descubrimientos y lugares
  - b) Cómic y de entretenimiento
  - c) Noticias del mundo
3. Cuando conversas con otra persona, tú:
  - a) La escuchas atentamente
  - b) La observas
  - c) Tiendes a tocarla
4. Si pudieras adquirir uno de los siguientes artículos, ¿cuál elegirías?
  - a) Un jacuzzi
  - b) Un estéreo
  - c) Un televisor
5. ¿Qué prefieres hacer un sábado por la tarde?
  - a) Quedarte en casa
  - b) Ir a un concierto
  - c) Ir al cine
6. ¿Qué tipo de exámenes se te facilitan más?
  - a) Examen oral
  - b) Examen escrito
  - c) Examen de opción múltiple
7. ¿Cómo te orientas más fácilmente?
  - a) Mediante el uso de un mapa
  - b) Pidiendo indicaciones
  - c) A través de la intuición
8. ¿En qué prefieres ocupar tu tiempo en un lugar de descanso?
  - a) Pensar
  - b) Caminar por los alrededores
  - c) Descansar
9. ¿Qué te halaga más?
  - a) Que te digan que tienes buen aspecto
  - b) Que te digan que tienes un trato muy agradable
  - c) Que te digan que tienes una conversación interesante
10. ¿Cuál de estos ambientes te atrae más?
  - a) Uno en el que se sienta un clima agradable
  - b) Uno en el que se escuchen las olas del mar
  - c) Uno con una hermosa vista al océano
11. ¿De qué manera se te facilita aprender algo?
  - a) Repitiendo en voz alta
  - b) Escribiéndolo varias veces
  - c) Relacionándolo con algo divertido
12. ¿A qué evento preferirías asistir?
  - a) A una reunión social
  - b) A una exposición de arte
  - c) A una conferencia
13. ¿De qué manera te formas una opinión de otras personas?
  - a) Por la sinceridad en su voz
  - b) Por la forma de estrecharte la mano
  - c) Por su aspecto
14. ¿Cómo te consideras?
  - a) Atlético
  - b) Intelectual
  - c) Sociable
15. ¿Qué tipo de películas te gustan más?
  - a) Clásicas
  - b) De acción
  - c) De amor
16. ¿Cómo prefieres mantenerte en contacto con otra persona?
  - a) por correo electrónico
  - b) Tomando un café juntos
  - c) Por teléfono
17. ¿Cuál de las siguientes frases se identifican más contigo?
  - a) Me gusta que mi coche se sienta bien al conducirlo
  - b) Percibo hasta el mas ligero ruido que hace mi coche
  - c) Es importante que mi coche esté limpio por fuera y por dentro
18. ¿Cómo prefieres pasar el tiempo con tu novia o novio?
  - a) Conversando
  - b) Acariciándose
  - c) Mirando algo juntos
19. Si no encuentras las llaves en una bolsa
  - a) La buscas mirando
  - b) Sacudes la bolsa para oír el ruido
  - c) Buscas al tacto
20. Cuando tratas de recordar algo, ¿cómo lo haces?
  - a) A través de imágenes
  - b) A través de emociones
  - c) A través de sonidos

21. Si tuvieras dinero, ¿qué harías?
- Comprar una casa
  - Viajar y conocer el mundo
  - Adquirir un estudio de grabación
22. ¿Con qué frase te identificas más?
- Reconozco a las personas por su voz
  - No recuerdo el aspecto de la gente
  - Recuerdo el aspecto de alguien, pero no su nombre
23. Si tuvieras que quedarte en una isla desierta, ¿qué preferirías llevar contigo?
- Algunos buenos libros
  - Un radio portátil de alta frecuencia
  - Golosinas y comida enlatada
24. ¿Cuál de los siguientes entretenimientos prefieres?
- Tocar un instrumento musical
  - Sacar fotografías
  - Actividades manuales
25. ¿Cómo es tu forma de vestir?
- Impecable
  - Informal
  - Muy informal
26. ¿Qué es lo que más te gusta de una fogata nocturna?
- El calor del fuego y los bombones asados
  - El sonido del fuego quemando la leña
  - Mirar el fuego y las estrellas
27. ¿Cómo se te facilita entender algo?
- Cuando te lo explican verbalmente
  - Cuando utilizan medios visuales
  - Cuando se realiza a través de alguna actividad
28. ¿Por qué te distingues?
- Por tener una gran intuición
  - Por ser un buen conversador
  - Por ser un buen observador
29. ¿Qué es lo que más disfrutas de un amanecer?
- La emoción de vivir un nuevo día
  - Las tonalidades del cielo
  - El canto de las aves
30. Si pudieras elegir ¿qué preferirías ser?
- Un gran médico
  - Un gran músico
  - Un gran pintor
31. Cuando eliges tu ropa, ¿qué es lo más importante para ti?
- Que sea adecuada
  - Que luzca bien
  - Que sea cómoda
32. ¿Qué es lo que más disfrutas de una habitación?
- Que sea silenciosa
  - Que sea confortable
  - Que esté limpia y ordenada
33. ¿Qué es más sexy para ti?
- Una iluminación tenue
  - El perfume
  - Cierto tipo de música
34. ¿A qué tipo de espectáculo preferirías asistir?
- A un concierto de música
  - A un espectáculo de magia
  - A una muestra gastronómica
35. ¿Qué te atrae más de una persona?
- Su trato y forma de ser
  - Su aspecto físico
  - Su conversación
36. Cuando vas de compras, ¿en dónde pasas mucho tiempo?
- En una librería
  - En una perfumería
  - En una tienda de discos
37. ¿Cuáles tu idea de una noche romántica?
- A la luz de las velas
  - Con música romántica
  - Bailando tranquilamente
38. ¿Qué es lo que más disfrutas de viajar?
- Conocer personas y hacer nuevos amigos
  - Conocer lugares nuevos
  - Aprender sobre otras costumbres
39. Cuando estás en la ciudad, ¿qué es lo que más hechas de menos del campo?
- El aire limpio y refrescante
  - Los paisajes
  - La tranquilidad
40. Si te ofrecieran uno de los siguientes empleos, ¿cuál elegirías?
- Director de una estación de radio
  - Director de un club deportivo
  - Director de una revista
- Referencia: De la Parra Paz, Eric, Herencia de vida para tus hijos. Crecimiento integral con técnicas PNL, Ed. Grijalbo, México, 2004, págs. 88-95 1 00 DGB/DCA/12-2004

### EVALUACIÓN DE RESULTADOS

Marca la respuesta que elegiste para cada una de las preguntas y al final suma verticalmente la cantidad de marcas por columna.

Nº DE PREGUNTA	VISUAL	AUDITIVO	CINESTÉSICO
1.	B	A	C
2.	A	C	B
3.	B	A	C
4.	C	B	A
5.	C	B	A
6.	B	A	C
7.	A	B	C
8.	B	A	C
9.	A	C	B
10.	C	B	A
11.	B	A	C
12.	B	C	A
13.	C	A	B
14.	A	B	C
15.	B	A	C
16.	A	C	B
17.	C	B	A
18.	C	A	B
19.	A	B	C
20.	A	C	B
21.	B	C	A
22.	C	A	B
23.	A	B	C
24.	B	A	C
25.	A	B	C
26.	C	B	A
27.	B	A	C
28.	C	B	A
29.	B	C	A
30.	C	B	A
31.	B	A	C
32.	C	A	B
33.	A	C	B
34.	B	A	C
35.	B	C	A
36.	A	C	B
37.	A	B	C
38.	B	C	A
39.	B	C	A
40.	C	A	B
<b>TOTAL</b>			

El total te permite identificar qué canal perceptual es predominante, según el número de respuestas que elegiste en el cuestionario.

## TEST PREDOMINANCIA HEMISFERICA

### TEST DE DOMINIO CEREBRAL

Haga este test rápidamente, eligiendo la primera respuesta que le venga en mente o la que le suceda más frecuentemente.

1. Tiendo a estar más frecuentemente:
  - a) tenso y preocupado
  - b) relajado y despreocupado
2. Cuando escucho música estoy más consciente:
  - a) del ritmo
  - b) la melodía
3. Prefiero aprender:
  - a) escuchando y tomando notas
  - b) leyendo extensivamente y siguiendo corazonadas
4. Prefiero jugar:
  - a) scrabble
  - b) ajedrez o damas
5. Al ir de compras con mayor frecuencia:
  - a) compro según lo que haya planificado
  - b) compro compulsivamente
6. Cuando aprendo algo nuevo:
  - a) lo entiendo a paso a paso
  - b) de pronto comprendo todo junto
7. Tengo corazonadas:
  - a) rara vez
  - b) a menudo
8. Me cuesta poner mis sentimientos y opiniones en palabras:
  - a) rara vez
  - b) a menudo
9. Cuando salgo de viaje prefiero:
  - a) anotar las directivas para llegar
  - b) usar un mapa
10. Cuando elijo ropa prefiero:
  - a) estilo y colores relativamente sobrios
  - b) colores y estilo llamativos
11. Tiendo a recordar a la gente por sus:
  - a) caras
  - b) nombres
12. Considero que la ciencia:
  - a) nunca podrá explicar muchas cosas
  - b) eventualmente podrá explicar todo
13. Me gusta la gente que:

- a) evalúan los pros y los contras
  - b) están seguros de sus conclusiones
14. La gente suele verme como una persona:
- a) imaginativa
  - b) confiable
15. Gran parte de lo más importante de la vida:
- a) no puede expresarse en palabras
  - b) puede ser comunicado con palabras
16. Básicamente soy más:
- a) cooperativo que competitivo
  - b) competitivo que cooperativo
17. Disfruto más:
- a) estando solo con mis pensamientos
  - b) estando con otras personas
18. Prefiero:
- a) ser espontáneo
  - b) hacer planes y horarios
19. Prefiero que mi casa y mi lugar de trabajo sean:
- a) cómodos y desordenados
  - b) ordenados y bien organizados
20. Tiendo a juzgar:
- a) por la primera impresión
  - b) luego de un cuidadoso análisis y deliberación

*Respuestas del 1 al 10 - (a) es Izquierdo y (b) es Derecho*  
*Respuestas del 11 al 20 - (a) es Derecho y (b) es Izquierdo*  
*12 o más respuestas indican dominio de uno u otro hemisferio*

---

## TEST DE CUADRANTES CEREBRALES

### 1) CUESTIONARIO PARA ALUMNOS<sup>22</sup> (Modelo Cuadrantes Cerebrales)

.....

Rodea con un círculo la frase que te parezca más próxima a tu comportamiento. Puedes marcar dos frases si la elección de una sola te resulta realmente imposible. Este cuestionario tiene la finalidad de averiguar cuál es tu estilo personal para aprender. Cuando termines de contestar el cuestionario vacía tus respuestas en la planilla de resultados que se te proporciona.

1. ¿Para qué sirve la escuela?
  - a) La escuela es indispensable para triunfar y adquirir conocimientos esenciales para ejercer una profesión.
  - b) La escuela es necesaria; en ella se aprenden métodos y reglas que después son útiles para organizarse en la vida.
  - c) La escuela nos enseña a vivir en sociedad, a comunicarnos y a trabajar en grupo. Es útil para adaptarse a la vida.
  - d) En la escuela se encuentran ideas y pistas para soñar e imaginar. Esto da ganas de saber más, de leer e investigar, de viajar... pero no de trabajar para tener una profesión.
  
2. La vida escolar
  - a) En la escuela detesto los reglamentos, hay que obedecer a los timbres o a la campana, y llegar a una hora... si me pongo a pensar en otra cosa... me castigan.
  - b) La escuela estaría bien si no hubiera profesores porque en ella se encuentra uno con sus compañeros; desgraciadamente hay que estar callado y trabajar.
  - c) Me gusta la escuela y creo que es útil para llegar a ser algo en la vida. Lamento que no todos los profesores sean capaces de hacernos progresar con suficiente rapidez.
  - d) La escuela es importante, por eso no me gusta que los profesores se ausenten o que sean incapaces de hacer callar a los que nos impiden trabajar.
  
3. Relaciones con los profesores
  - a) Siempre trabajo mejor con los profesores que me resultan simpáticos.
  - b) Prefiero a los profesores que saben llevar su clase, incluso si me intimidan y me dan miedo.
  - c) Prefiero siempre los profesores fantasiosos e inventivos.
  - d) Aprecio a los profesores que conocen bien su materia y hacen sus clases muy intensas.

4. Importancia del programa
  - a) Me gustan los profesores que dan por escrito el plan detallado del año. Con ellos se sabe a dónde se va.
  - b) Me gustan los profesores que terminan el programa. Es importante terminarlo para estar en buenas condiciones al comenzar el curso siguiente.
  - c) No me gustan los profesores que rechazan una discusión interesante para poder terminar la lección. Creo que es necesario saber dar a las clases un ambiente relajado.
  - d) Me gustan mucho los profesores que actúan como si no hubiese programa, hablan de temas apasionantes y se detienen en ellos mucho tiempo.
  
5. Métodos de aprendizaje
  - a) Hago los deberes y aprendo las lecciones de forma relajada.
  - b) Para trabajar bien necesito que haya alguien cerca de mí: mi madre, padre, compañero, compañera... Con frecuencia les hago preguntas o les pido ayuda.
  - c) Trabajo siempre en el mismo sitio y a la misma hora; hago por punto lo que me han aconsejado. Me gusta tener cosas que hacer en casa.
  - d) Trabajo solo y bastante deprisa, sé exactamente cómo hacer el trabajo que me han asignado; me concentro y no dejo que nada me distraiga antes de terminar.
  
6. Trabajo en grupo
  - a) Me gusta el trabajo en grupo, se divierte uno, se discute, se cambia; siempre sale algo de ello.
  - b) El trabajo en grupo es eficaz si está bien planeado; es necesario que las instrucciones sean muy claras y que el profesor imponga su disciplina.
  - c) No me gusta el trabajo en grupo, hay que seguir las instrucciones y respetar las opiniones de los compañeros; no consigo hacer valer mis ideas originales, tengo que seguir la ley del grupo.
  - d) El trabajo en grupo casi nunca es eficaz, siempre hay compañeros que se aprovechan de él para no hacer nada o hablar de otra cosa... no se puede trabajar seriamente.
  
7. Actitud durante un examen
  - a) Estudio los temas seriamente para cualquier examen. Analizo en primer lugar el enunciado y hago un plan claro y lógico.
  - b) Cuando sé que va a haber un examen preparo bien mi material, hojas, estuche, etc. Me preocupa principalmente de presentar bien mi trabajo, pues sé que los profesores le dan mucha importancia.
  - c) A veces tengo malas notas en los exámenes porque leo muy deprisa el enunciado, me salgo del tema o no aplico el método adecuado. Soy distraído e independiente.
  - d) No me gusta encontrarme solo ante mi hoja. Me cuesta trabajo concentrarme, hago cualquier cosa para atraer al profesor, le pregunto cosas, miro a mis compañeros y les pido que me soplen.

8. Preguntas orales en matemáticas
  - a) Me da miedo pasar al pizarrón, no consigo escribir derecho y me cuesta trabajo concentrar mis ideas cuando me mira todo el mundo.
  - b) Estoy a gusto en el pizarrón, pero no me gustan los profesores que califican las preguntas orales, porque los que más saben “soplan” a los que saben menos y así todo resulta falso.
  - c) Cuando paso al pizarrón me las arreglo para que los demás se rían, y provocar así la benevolencia del profesor. Esto no resulta siempre y no consigo disimular durante mucho tiempo mis dificultades.
  - d) Me gusta que me pregunten cuando puedo elegir el momento levantando la mano; a veces soy capaz de encontrar fácilmente la solución de problemas complicados y no veo la solución de otros más sencillos.
  
9. Sensibilidad a las calificaciones
  - a) Doy mucha importancia a las notas, pregunto por el criterio que se va a aplicar antes de comenzar mis exámenes. Apunto todas mis notas y trazo mis gráficas de cada asignatura para verificar mi marcha a lo largo del curso.
  - b) No apunto mis notas, conozco más o menos mi nivel y cuando lo necesito pido mis notas a los profesores para sacar el promedio.
  - c) Guardo todos mis exámenes calificados, sumo los puntos cuidadosamente porque he observado que muchos profesores se olvidan de los medios puntos y los cuartos de punto.
  - d) Cuando he realizado un examen trato de saber mi nota lo antes posible; si encuentro al profesor, le pregunto si lo he hecho bien y qué nota he tenido; no dudo en pedirle que me ponga un poco más.
  
10. Materias preferidas
  - a) Soy sobre todo un “literato”, me gustan las clases de lengua o de idiomas.
  - b) Me gustan las clases de matemáticas, de física o de informática.
  - c) Realmente no tengo materias preferidas, me gusta todo lo que permite imaginar o crear. Pienso con frecuencia en otra cosa y me intereso por la lección cuando trata de algo nuevo o poco habitual.
  - d) La historia es una de mis materias preferidas; me gusta también la biología.
  
11. Lecturas
  - a) Leo con mucha atención, no dejo pasar nada; leo incluso las introducciones y las notas al pie de página. No me gusta dejar un libro cuando he comenzado a leerlo y lo termino siempre, incluso cuando me parece aburrido.
  - b) No leo jamás o casi nunca, salvo los libros que me aconsejan o imponen los profesores.
  - c) Me gusta mucho que me aconsejen libros, los busco y los prefiero a los otros. Leo muchas novelas, me gustan las historias emocionantes, me hacen soñar.
  - d) Leo muchos relatos de aventuras o de ficción; cuanto más extraordinarias son las historias, más me gustan; me hacen soñar.

## 12. Idiomas

- a) Soy bastante bueno para los idiomas, me gusta hablar e intercambiar opiniones. A veces no dejo que los demás expresen su opinión. Por escrito soy menos bueno.
- b) Conozco las reglas gramaticales y soy bueno cuando escribo; tengo menos facilidad en lo oral.
- c) Aprendo de memoria el vocabulario; sin embargo mis resultados son medianos; me cuesta trabajo construir frases y no tengo buen acento.
- d) Retengo con facilidad las expresiones típicas y tengo buen acento. Cuando no encuentro la palabra exacta me las arreglo para salir del paso.

## EVALUACIÓN DE RESULTADOS

En esta planilla de resultados rodea con un círculo la opción elegida. Por ejemplo, si para la pregunta 1 elegiste la opción a, rodea con un círculo la expresión CI.

RASGO		a	b	c	d
1)	Para qué sirve la escuela	CI	LI	LD	CD
2)	La vida escolar	CD	LD	CI	LI
3)	Relaciones con los profesores	LD	LI	CD	CI
4)	Importancia del programa	LI	CI	LD	CD
5)	Métodos de aprendizaje	CD	LD	LI	CI
6)	Trabajo en grupo	LD	LI	CD	CI
7)	Actitud durante un examen	CI	LI	CD	LD
8)	Preguntas orales en matemáticas	LI	CI	LD	CD
9)	Sensibilidad a las calificaciones	CI	CD	LI	LD
10)	Materias preferidas	LD	CI	CD	LI
11)	Lecturas	LI	CI	LD	CD
12)	Idiomas	LD	CI	LI	CD

Haz el recuento de la cantidad de respuestas CI, LI, LD y CD y multiplica cada valor obtenido por la cifra 20, según el siguiente detalle:

Cantidad de respuestas CI: \_\_\_ x 20 = \_\_\_

Cantidad de respuestas LI: \_\_\_ x 20 = \_\_\_

Cantidad de respuestas LD: \_\_\_ x 20 = \_\_\_

Cantidad de respuestas CD: \_\_\_ x 20 = \_\_\_

Por ejemplo, si rodeaste con un círculo la expresión CI 6 veces, al multiplicar este valor por 20 obtendrás 120 puntos, que es el puntaje que le corresponde a CI (Cortical Izquierdo). En general el puntaje superior a 66 indica preferencia neta, un puntaje inferior a 33 indica no preferencia, y un puntaje entre 33 y 66, preferencia intermedia.

## Anexo 2

### DOCUMENTO DE ESTILOS DE APRENDIZAJE

#### 1) El Modelo de los Cuadrantes Cerebrales de Herrmann

Ned Herrmann elaboró un modelo que se inspira en los conocimientos del funcionamiento cerebral. Él lo describe como una metáfora y hace una analogía de nuestro cerebro con el globo terrestre con sus cuatro puntos cardinales. A partir de esta idea representa una esfera dividida en cuatro cuadrantes, que resultan del entrecruzamiento de los hemisferio izquierdo y derecho del modelo Sperry, y de los cerebros cortical y límbico del modelo McLean. Los cuatro cuadrantes representan cuatro formas distintas de operar, de pensar, de crear, de aprender y, en suma, de convivir con el mundo<sup>1</sup>. Las características de estos cuatro cuadrantes son:



##### 1) Cortical Izquierdo (CI)<sup>5</sup>

*Comportamientos:* Frío, distante; pocos gestos; voz elaborada; intelectualmente brillante; evalúa, crítica; irónico; le gustan las citas; competitivo; individualista.

*Procesos:* Análisis; razonamiento; lógica;

Rigor, claridad; le gustan los modelos y las teorías; colecciona hechos; procede por hipótesis; le gusta la palabra precisa.

*Competencias:* Abstracción; matemático; cuantitativo; finanzas; técnico; resolución de problemas.

##### 2) Límbico Izquierdo (LI)

*Comportamientos:* Introverso; emotivo, controlado; minucioso, maniático; monólogo; le gustan las fórmulas; conservador, fiel; defiende su territorio; ligado a la experiencia, ama el poder.

*Procesos:* Planifica; formaliza; estructura; define los procedimientos; secuencial; verificador; ritualista; metódico.

*Competencias:* Administración; organización; realización, puesta en marcha; conductor de hombres; orador; trabajador consagrado.

##### 3) Límbico Derecho (LD)

*Comportamientos:* Extraverso; emotivo; espontáneo; gesticulador; lúdico; hablador; idealista, espiritual; busca aquiescencia; reacciona mal a las críticas.

*Procesos:* Integra por la experiencia; se mueve por el principio de placer; fuerte implicación afectiva; trabaja con sentimientos; escucha; pregunta; necesidad de compartir; necesidad de armonía; evalúa los comportamientos.

*Competencias:* Relacional; contactos humanos; diálogo; enseñanza; trabajo en equipo; expresión oral y escrita.

##### 4) Cortical Derecho (CD)

*Comportamientos:* Original; humor; gusto por el riesgo; espacial; simultáneo; le gustan las discusiones; futurista; salta de un tema a otro; discurso brillante; independiente.

*Procesos:* Conceptualización; síntesis; globalización; imaginación; intuición; visualización; actúa por asociaciones; integra por medio de imágenes y metáforas.

*Competencia:* Creación; innovación; espíritu de empresa; artista; investigación; visión de futuro.

## Los 3 tipos de aprendizaje: Visual, auditivo o kinestésico.

El aprendizaje es un proceso único para cada individuo, y existen diferentes formas en las que las personas adquieren y procesan información. En este artículo, exploraremos los tres tipos de aprendizaje más comunes: visual, auditivo y kinestésico. Descubriremos cómo cada uno de estos estilos de aprendizaje influye en la forma en que comprendemos, recordamos y aplicamos nuevos conocimientos. A lo largo del artículo, proporcionaremos ejemplos prácticos y consejos útiles para aprovechar al máximo cada tipo de aprendizaje.

### ¿Qué es el aprendizaje visual?

El aprendizaje visual se refiere a la capacidad de absorber y procesar información a través de imágenes, gráficos y otros elementos visuales. Las personas que tienen un estilo de aprendizaje visual tienden a recordar mejor la información cuando la pueden ver representada de alguna manera. Esto puede incluir la lectura de textos, la visualización de diagramas, la observación de imágenes y el uso de colores y formas para organizar ideas.

### Características del aprendizaje visual

Las personas con un estilo de aprendizaje visual suelen tener algunas características comunes. Por ejemplo, pueden:

- Tener una buena memoria visual.
- Recordar mejor la información cuando la ven escrita o ilustrada.
- Tener facilidad para recordar caras, lugares y detalles visuales.
- Disfrutar de la lectura y el uso de imágenes para comprender conceptos.

### Estrategias de estudio para los estudiantes visuales

Si eres un estudiante visual, puedes utilizar diversas estrategias de estudio para optimizar tu aprendizaje. Algunas de estas estrategias incluyen:

1. Utilizar esquemas y mapas mentales para organizar la información.
2. Tomar notas durante las clases utilizando colores y destacando los aspectos visuales clave.
3. Utilizar tarjetas de memoria con imágenes y palabras clave para repasar conceptos.
4. Buscar material de estudio que contenga gráficos, diagramas e ilustraciones.
5. Crear visualizaciones mentales para recordar información importante.

### ¿Qué es el aprendizaje auditivo?

El aprendizaje auditivo se basa en la capacidad de absorber y procesar información a través del sentido del oído. Las personas con un estilo de aprendizaje auditivo suelen recordar mejor la información cuando la escuchan en lugar de leerla o verla visualmente. Esto puede incluir la escucha de conferencias, la participación en discusiones grupales y el uso de grabaciones de audio.

### **Características del aprendizaje auditivo**

Las personas con un estilo de aprendizaje auditivo presentan algunas características comunes. Algunas de ellas son:

- Tener buena memoria auditiva.
- Recordar mejor la información cuando la escuchan en lugar de leerla.
- Disfrutar de la participación en discusiones y debates.
- Tener facilidad para recordar canciones y melodías.

### **Técnicas de estudio para los estudiantes auditivos**

Si eres un estudiante auditivo, puedes aprovechar diversas técnicas de estudio para mejorar tu aprendizaje. Aquí hay algunas sugerencias:

1. Grabar las clases o conferencias para poder escucharlas nuevamente.
2. Leer en voz alta los materiales de estudio para escuchar la información.
3. Explicar los conceptos en voz alta a alguien más.
4. Utilizar técnicas de aprendizaje basadas en la música, como crear canciones o ritmos para recordar información.
5. Participar activamente en discusiones y debates para procesar la información a través del oído.

### **¿Qué es el aprendizaje kinestésico?**

El aprendizaje kinestésico se basa en la capacidad de absorber y procesar información a través del movimiento y la experiencia física. Las personas con un estilo de aprendizaje kinestésico aprenden mejor cuando pueden realizar actividades prácticas, manipular objetos y experimentar de forma táctil.

### **Características del aprendizaje kinestésico**

Las personas con un estilo de aprendizaje kinestésico suelen presentar algunas características comunes. Algunas de ellas son:

- Tener buena coordinación motora y habilidades físicas.
- Aprender mejor a través de la práctica y la experimentación.
- Disfrutar de actividades que implican movimiento y acción física.
- Tener facilidad para recordar información cuando la asocian con experiencias táctiles.

## **Aprendizaje bajo el modelo de los hemisferios cerebrales**

Este modelo se centra en identificar el hemisferio cerebral predominante, interpretando que aquel que tiende al hemisferio izquierdo “está más especializado en el manejo de los símbolos de cualquier tipo: lenguaje, álgebra, símbolos químicos, partituras musicales. Es analítico y lineal, procede de forma lógica, mientras que aquel que tiende al hemisferio derecho “es efectivo en la percepción del espacio, es global, emocional, imaginativo, sintético e intuitivo”.

La idea de que cada hemisferio está especializado en una modalidad distinta de pensamiento ha llevado al concepto de uso diferencial de hemisferios. Esto significa que existen personas que son dominantes en su hemisferio derecho y otras dominantes en su hemisferio izquierdo.

Mientras el hemisferio izquierdo puede describirse como analítico, lineal y secuencial, eficiente para procesar información verbal, y para codificar y decodificar el habla, el hemisferio derecho combina las partes para crear un todo, es sintético, relaciona las partes separadas, procesa en paralelo.

El hemisferio lógico (izquierdo) analiza los detalles, se concentra en las palabras y los números, tiene capacidad matemática, de lectura y escritura. El hemisferio holístico (derecho) procesa la información de tal modo que parte de todo a lo específico, más que lógico es intuitivo, piensa en sentimientos e imágenes, estas diferencias vienen acompañadas de habilidades asociadas.

Por otra parte, la predominancia de cada hemisferio cerebral permite contemplar un determinado comportamiento del alumno en el aula, lo que logra diferenciar más puntualmente el estilo de aprendizaje.

Es importante mencionar que el hecho de tener inclinación a un hemisferio cerebral no es determinante en su forma de conocer, concebir el mundo ni actuar frente a distintas situaciones, es así que “un hemisferio no es más importante que el otro: para poder realizar cualquier tarea necesitamos usar los dos hemisferios... pero la mayoría de nosotros tendemos a usar uno más que el otro, o preferimos pensar de una manera o de otra. Cada manera de pensar está asociada con distintas habilidades”. Siendo este modelo que se ha abordado para la presente investigación.

A lo largo del tiempo diversos centros de estudio han emprendido investigaciones en base a diferentes modelos que les permitan identificar los estilos de aprendizaje acuñados por los estudiantes. Esta información es de vital importancia cuando de mejorar los procesos de entendimiento y enseñanza se trata.

## Anexo 3

## DOCUMENTO DIFERENCIA ENTRE ESTUDIAR, APRENDER Y ENSEÑAR

*Luis M. Sobrado Fernández, Ana I. Cauce Santallu y Raquel Rial Sánchez*

---

### INTRODUCCIÓN

El saber estudiar y la metodología de estudio siempre fue una constante preocupación en el sistema educativo. El no saber como enfrentarse al trabajo intelectual, o hacerlo de una forma inapropiada, resulta una tarea improductiva y muy proclive al abandono, desaliento y frustración. El saber estudiar y la utilización de las técnicas de estudio es algo fundamental para el alumno, lo que hace pensar que esta cuestión tiene importancia y trascendencia para estimarla en su justa medida, evitando su infravaloración.

Si observamos los contenidos del currículo escolar tradicional, enseguida se constata que estuvo centrado en la adquisición del conocimiento útil y de habilidades básicas e instrumentales o de conocimientos recientes; pero aprender a resolver problemas, tomar decisiones, utilizar eficazmente los recursos de aprendizaje y aprender a pensar o aprender a aprender son estrategias de aprendizaje que surgen con menos periodicidad.

Los escolares no mejoran espontáneamente su forma de estudiar. El alumnado emplea de forma asistemática el método "ensayo-error", sin una reflexión posterior explícita sobre la conveniencia de los procedimientos del trabajo intelectual. Por otra parte, un elevado número de estudiantes, creen que estudiar es sinónimo de leer, repetir y memorizar. Lo importante del proceso educativo no es recordar mecánicamente una serie de contenidos presentados por el profesor a través de una clase convencional, sino capacitar para que el alumno aprenda significativamente.

Parece evidente que el objetivo básico de todo estudiante debiera ser "aprender a aprender". Las técnicas de aprendizaje son útiles y necesarias para esto, ya que permiten gestionar y procesar la información que debe alcanzarse y establecer un puente entre esa nueva información y lo que el alumnado ya conoce. Pero las técnicas por sí solas no garantizan el dominio de las estrategias de estudio.

Las situaciones de enseñanza-aprendizaje deben favorecer el análisis sobre cuándo, cómo y porqué se utiliza una determinada técnica, para que se pueda considerar formalmente que se están realizando estrategias de estudio. El factor relevante que permitirá al alumnado adquirir estrategias de aprendizaje será la forma en que se desarrollen las suyas propias, y no sólo las técnicas concretas que se enseñan.

Tradicionalmente los profesores se preocuparon demasiado por el *qué* se aprende y se enseña, descuidando el *como* aprenden los escolares y un elevado porcentaje de docentes incluso mantiene la creencia de que las habilidades de estudio no hay que enseñarlas sino que se desarrollarán independientemente al madurar aquellos.

Si el profesor quiere que el alumnado alcance con éxito el objetivo básico formulado anteriormente, no puede limitarse a expresar desagrado por que éste no aprenda, sino que deberá introducir en su metodología de clase unas prácticas que favorezcan el desarrollo de técnicas y hábitos de estudio adecuados y eficaces. Posible-

mente esta idea lleve implícita un cambio de actitud en los docentes y en los estudiantes.

Según Monereo (1997) enseñar una estrategia supone cuándo y por qué se debe emplear un procedimiento, una actitud o un concepto determinados, etc. El interés de la enseñanza de estrategias reside en la potencialidad que se le da al sujeto para controlar y regular sus procesos mentales de aprendizaje, lo que le permitirá mejorar su rendimiento y sobre todo su capacidad de aprender autónomamente a partir de sus propios recursos. La finalidad del desarrollo de habilidades de estudio y de aprendizaje escolar es lograr el éxito académico a través del dominio de técnicas y alcanzar recursos e instrumentos por los estudiantes.

## 1. ESTUDIAR, APRENDER Y ENSEÑAR

El objetivo primordial de la educación, como se recoge en la Ley de Ordenación General del Sistema Educativo (LOGSE), es el de proporcionar al alumnado una formación plena que les permita conformar su propia identidad. Directamente relacionados con el concepto de educar están los conceptos de *estudiar*, *aprender* y *enseñar*, que habitualmente se manejan con la suposición de que serán empleados en una única dirección; sin embargo, la experiencia muestra que no son conceptos unívocos y que deben definirse para su utilización. Aunque se encuentren numerosos autores que prefieren eludir el compromiso de una definición, intentaremos acercarnos a una posición que describa la perspectiva desde la que se va a abordar esta temática.

☞ *Estudiar*. La representación mental del constructo estudiar que hace el profesorado y el alumnado es habitualmente divergente. Revisando la literatura científica sobre el tema, encontramos múltiples y variadas ideas que subyacen de las diferentes definiciones, así como una muy difusa que se extrae de aproximaciones conceptuales al hecho de estudiar.

Revisadas y analizadas diferentes definiciones del término, se sostiene que estudiar es un trabajo personal, en el que está activamente implicado la capacidad del sujeto, su afectividad y voluntad. No se entiende el estudiar como un proceso mecánico de yuxtaposición de conocimientos que reproducen contenidos, sino como una construcción del pensamiento, producir ideas y pensar activamente, que exige un esfuerzo personal y unas técnicas apropiadas como señalan Hemández Pina (1990) y De la Torre (1994).

De esta conceptualización se extrae una interesante consecuencia para la cuestión que nos ocupa, que es la dificultad de mejorar las habilidades de estudio del escolar que no quiere estudiar o no está interesado en hacerlo.

☞ *Aprender*. El concepto de aprendizaje es muy complejo, por lo que las delimitaciones se hacen más necesarias. Aquí intentaremos aproximarnos a una

definición válida para todo tipo de situaciones que incluyan la mayoría de los elementos implicados en el proceso.

Se entiende el aprendizaje como un proceso que tiene lugar dentro de la persona y que no puede ser observado directamente, sino únicamente a través de las estrategias que activan los procesos implicados. Esta aproximación al aprendizaje incluye la presencia de pensamiento, sentimiento y acción, y de aquellas habilidades que los ponen en marcha, cuestión que será de gran importancia al verificar si el aprendizaje se ha producido o no y si permanece en el tiempo.

- ☛ *Enseñar.* El concepto de enseñar recibe también múltiples enfoques e íntimamente relacionado con él aparecen las teorías de la enseñanza, que se entienden como un conjunto de normas y procedimientos que son eficaces para facilitar la adquisición de conocimientos, actitudes y destrezas en el alumnado.

A modo de síntesis, y con intención de clarificar la relación entre estos términos, se puede afirmar que la educación es entendida como un proceso de comunicación y transformación interior que está facilitado por la instrucción que, según De la Torre (1994), se sustenta en las teorías de la enseñanza y guía el proceso de aprendizaje a través de la enseñanza personal.

Hernández Pina (1990), establece de forma simple la diferenciación entre los tres conceptos, señalando que:

- 1.º Aprender es una actividad que realiza el alumnado en la búsqueda del conocimiento y comprensión de lo que hace.
- 2.º Enseñar es una tarea receptiva para el alumnado en la que se les comunica o muestra algo que puede aprender o no. Implícitamente hace al profesorado responsable de esta tarea.
- 3.º Estudiar es un proceso activo en el que se asimilan los contenidos y se construye su propio conocimiento mediante el uso de las técnicas apropiadas. El responsable de este proceso es el alumno como sujeto activo e implicado en su propia educación.

## 2. ESTILOS DE APRENDIZAJE y ESTRATEGIA DE "APRENDER A APRENDER"

El estudio sobre estilos de aprendizaje se enmarca en los enfoques pedagógicos que insisten en la creatividad. Las teorías sobre éstos dan una respuesta a la necesidad de "aprender a aprender", entendiendo esto como: "El conocimiento y destreza necesarios para aprender con efectividad en cualquier situación que uno se encuentre". (Alonso y otros, 1995: 54).

## Anexo 4

# DOCUMENTO ACTITUD ACTIVA ANTE EL ESTUDIO

¿Qué es una actitud positiva? Tiene que ver con la manera en la que actuamos, pensamos y sentimos ante una situación. Este comportamiento nos habla de una predisposición favorable ante determinado ambiente de estudio.

Estas son las 10 actitudes positivas en el estudio para potenciar el aprendizaje:

Las actitudes positivas se vuelven muy importantes a la hora de estudiar o aprender una información nueva. Estas pueden intervenir en la motivación y las ganas que tenga un estudiante para aprender y memorizar un tema. De modo que para estudiar mejor y más rápido es prudente gozar de ellas.

### 1. Recompénsate por el esfuerzo.

En la mayoría de las oportunidades que tenemos una mala actitud ante el aprendizaje, porque lo vemos como una obligación y luego de pasar largas horas estudiando, no tomamos tiempo para descansar o darnos una recompensa por el esfuerzo realizado. Por lo tanto, la próxima vez que estudies intenta lo siguiente:

- Descansa al menos 10 minutos por cada hora de estudio.
- Haz algo que te guste y te motive a continuar.
- Mantente enfocado en tus objetivos.

### 2. No estudies si tienes hambre o estás cansado.

Tener hambre y estar sin energía hará que pierdas la concentración continuamente, te tome más tiempo terminar de estudiar y al final de la jornada te sentirás agotado y frustrado. Como recomendación come algo antes de estudiar y asegúrate de tener las energías al 100%.

### 3. Piensa en positivo.

Muchas de las personas fracasan a la hora de estudiar o tomar un examen porque se enfocan demasiado en el resultado del mismo y por lo tanto se cargan de presión innecesaria.

De modo que al estudiar piensa que mientras mejor prepares tendrás mayores oportunidades de aprobar o aprender el tema y en caso contrario, lo habrás intentado y eso habrá valido la pena. De esta forma sentirás menos ansiedad y estarás más concentrado al estudiar.

### 4. Interésate por el estudio.

Es muy complicado aprender algo que ni siquiera te interesa o te gusta. Lo ideal es aprender sobre aquello que te gusta y de este modo sentirás que el esfuerzo es mucho menor. Puedes emplear métodos más interactivos que te hagan interesarte en ese tema, cómo relacionarlo con algo que te guste.

### 5. Deja de quejarte y comienza a estudiar.

Si tienes un gran material por aprender y muy poco tiempo, no vale la pena desperdiciarlo lamentándose por eso. Mejor planifícate y mentaliza que puedes hacerlo. Plantéalo como un reto el cual tendrá una gran recompensa al finalizar.

#### 6. No te distraigas de tus objetivos.

Continuamente solemos perder horas enteras viendo las redes sociales o pensando en cosas que no aportan demasiado. Para estudiar verdaderamente es necesario estar concentrados y si intentamos aprender algo nuevo en un lugar lleno de estímulos que nos roben la atención, el proceso será más difícil. Por lo tanto, debes eliminar las distracciones y enfocarte en tus objetivos.

#### 7. Alterna los lugares de estudio.

Si continuamente estudias en un solo lugar puedes llegar a aburrirte y perder el interés. Una forma de mantener una actitud positiva en el estudio es buscando nuevos lugares para estudiar, de este modo te sentirás más cómodo y tendrás mayor retención de aprendizaje.

#### 8. Ejercítate antes de estudiar.

Hacer ejercicio al menos 20 minutos antes de estudiar o tomar un examen puede ayudarte a tener mejores resultados, porque el ejercicio mejora eficazmente el funcionamiento cognitivo. El ejercicio además hace que te relajés, esto puede ayudarte a quemar endorfinas y al estudiar estarás más concentrado y sentirás menos presión.

#### 9. Usa técnicas de estudio.

No todo siempre tiene que ser aburrido, usa técnicas para aprender incluso más rápido que solo mirando el libro y repitiendo lo mismo durante todo el día. A la hora de estudiar escucha tu música preferida, planifica el material con anticipación, usa mapas mentales o asocia el contenido con cosas que te gusten y sean difíciles de olvidar.

#### 10. Descansa.

Estudiar una noche antes no hará que aprendas el contenido, sólo te desgastará. Si no tienes energía no podrás concentrarte y las horas que usaste no tendrán sentido. Mejor descansa y duerme bien, tu cuerpo te lo agradecerá.

### **GUÍA PARA MANTENER UNA BUENA ACTITUD FRENTE AL ESTUDIO**

- a. Se optimista
- b. Te confianza en ti: ¡Yo puedo!
- c. Pon ilusión y afrontar con energía todas tus tareas.
- d. Nunca te conformes con aprobar
- e. Ten fuerza de voluntad para hacer frente a los obstáculos
- f. Busca siempre el lado satisfactorio de cada tarea
- g. Ten interés por aprender, por ser mejor y descubrir el potencial que llevas dentro
- h. Date mensajes positivos de ánimo ¡Yo puedo! ¡Lo voy a conseguir!
- i. Nunca pierdas la confianza en ti mismo
- j. Busca un referente ¿Cómo te gustaría ser?

## Anexo 5

# DOCUMENTO TIPOS DE PENSAMIENTO

### El pensamiento reflexivo

Los valores del pensamiento reflexivo han sido reconocidos y expuestos por uno de sus grandes estudiosos: Jhon Dewey. Este pensador norteamericano, en un libro titulado *Cómo pensamos*, reconoció en el pensamiento reflexivo los siguientes valores:

- Orienta la acción hacia un objetivo consciente
- Facilita una acción sistemática
- Anima a buscar significado a las acciones y/o situaciones
- Facilita el control sobre el pensamiento y la acción
- No permite la distracción
- Nos acerca al mundo real
- Es un encadenamiento ordenado de ideas

El pensamiento reflexivo se vale de las diversas formas de representación y expresión de las ideas para hacerlas visibles y esta visibilidad contribuye a mejorar la conciencia sobre nuestro propio proceder, o sobre nuestras propias expectativas, o sobre nuestras esperanzas. Dicho brevemente, el pensamiento reflexivo anima el registro de nuestras ideas y su posterior revisión. Este registro y revisión produce un efecto de sistematización en todo nuestro quehacer.

### El pensamiento crítico

El pensamiento crítico actúa de un modo muy singular: pone de manifiesto las diferentes realidades que se ocultan detrás de la realidad tal y como la pensamos. El pensamiento crítico nos enfrenta, como si de un juego de espejos se tratara, a la realidad en todas sus dimensiones: la realidad como decimos que es, la realidad como deseamos que sea, la realidad vista por todos y cada uno de sus protagonistas, la realidad actual, la realidad pasada, etc. El pensamiento crítico no nos permite afirmar como es la realidad, pero nos permite afirmar que estará situada en algún punto en el que se cruzan todas las realidades posibles. **Implica analizar la realidad separada de nuestros sentimientos y prejuicios. También nos permitirá abrir la mente**, cambiar como personas y hacer que nuestro cerebro crezca.

Le permitirá al sujeto tomar las decisiones correctas y resolver problemas en situaciones que se consideren extremas, así como lo ayuda a reflexionar sobre lo ya hecho y a ver si, socialmente, es un beneficio o no.

### El pensamiento analítico

El pensamiento analítico nos ayuda a “encuadrar”, o “cuadricular” la realidad para poder llegar a pensarla mejor. Así pues, el pensador analítico crea una forma de representación de la realidad basada en “casillas” claramente diferenciadas y homogéneas. Conviene recordar esto porque con frecuencia la familiaridad con algunas representaciones llega a provocar que olvidemos que son representaciones y no la realidad. Justo lo que le ocurre a los niños cuando están aprendiendo y tienen dificultades para reconocer que las líneas trazadas sobre el mapa son líneas imaginarias. Así pues, la claridad y precisión de las ideas, tan del gusto del pensamiento analítico, se obtiene mediante la utilización de algunos recursos sencillos como las “coordenadas cartesianas”. Ahora bien, el “encasillamiento” de la realidad sólo marca el “lugar” en el que habrá que profundizar, esto es, el lugar cuyas “variaciones” conviene recoger, por eso a las “casillas” que marcan ese lugar se les denomina “variables”. Una vez identificadas las “variables” el pensamiento analítico nos permite obtener “datos”.

Es un pensamiento razonable y reflexivo acerca de un problema, que se centra en decidir qué hacer o en qué creer y la relación existente entre ese problema y el mundo en general.

Este tipo de conocimiento divide el objeto de estudio o problema en partes más pequeñas que son identificadas, categorizadas y analizadas por separado para obtener una respuesta o solución, trasladándola o aplicándola al todo.

El pensamiento analítico se fundamenta en evidencias y no en emociones. Por defecto, es cuestionador: la pregunta «¿Qué?» está siempre presente en el análisis.

Es detallista y metódico, desarrolla la habilidad de investigar y permite organizar los pensamientos con precisión y claridad e implica poder descomponer las partes de un problema para entender su estructura y cómo se interrelacionan, pudiendo identificar lo relevante y lo irrelevante.

### El pensamiento lógico

El pensamiento lógico es, ante todo, una forma ordenada de expresar nuestras ideas y es, precisamente, esa expresión ordenada la que puede llevarnos al convencimiento de que tenemos razón. Cuando se usan expresiones como “parece lógico” o “no es lógico”, o “carece de toda lógica”, nuestro deseo es comunicar a otras personas que, en nuestra opinión, lo que ha ocurrido se corresponde (o no) con nuestras expectativas sobre lo que se podía esperar: lo ocurrido sigue (o no sigue) un orden. Pensar lógicamente es, ante todo, obtener nuevas ideas, a partir de ideas existentes, siguiendo unas reglas precisas. Esto es: razonar. Razonar es conducir el flujo de nuestras ideas siguiendo un orden preciso, fijado por las reglas que configuran el sistema lógico adoptado. En consonancia con lo anterior, el razonamiento o inferencia, es un producto del pensamiento lógico.

El pensamiento lógico puede combinarse con otros, dando pie así al pensamiento lógico-matemático, lógico-abstracto, lógico-espacial, entre otros. Este tipo de pensamiento es preciso, justificado y evidente, por lo que representa el ideal para la argumentación, y esta última es clave para toda forma de debate, deducción o comprobación de pensamiento.

### El pensamiento sistémico

El pensamiento sistémico es la vía por la que accedemos a las realidades complejas, a las realidades que son irreductibles a sus partes, a las realidades que desaparecen cuando las fragmentamos. El pensamiento sistémico es el puente hacia otra realidad, que forma parte de la realidad real, pero que resulta ininteligible para los otros modos de pensamiento. Una realidad cualquiera puede ser considerada como un sistema cuando sólo es posible comprenderla como unidad y a partir de las interacciones que se producen entre sus componentes y de la forma en que esas interacciones llegan a estar organizadas. Un sistema, según Russel Ackoff, no es la suma de sus partes, sino el producto de sus interacciones.

Posee una visión global, es decir, propone la construcción de un modelo global donde se observen de manera general el comportamiento del sistema. Construye un modelo capaz de mostrar el comportamiento que lleva al éxito en el corto plazo y si tiene implicaciones negativas o positivas en el largo plazo que ayuda a balancear ambos para obtener el mejor resultado.

Este tipo de conocimiento fomenta el correcto uso de indicadores cualitativos y cuantitativos por medio de los análisis de situación y su integración en el comportamiento global.

El pensamiento sistemático sirve para que se tenga capacidad de crear información, para alentar interdependencia y para impulsar un cambio. Es un antídoto a todo lo que representa impotencia en todos los sentidos. Modela sistemas complejos, observa el todo, reduce problemas y situaciones complejas, abre nuestra mente y es un modelo que tiene un lenguaje circular.

### El pensamiento analógico

El pensamiento analógico busca permanentemente similitudes entre cosas y situaciones que aparentemente son diferentes, y busca diferencias entre cosas y/o situaciones que aparentemente son similares. El pensamiento analógico es un componente esencial en muchas actividades humanas, especialmente en las actividades relacionadas con el aprendizaje académico y/o profesional. El pensamiento analógico es el modo de pensamiento que hace de la búsqueda permanente de analogías, de comparaciones, su razón de ser. Pensar analógicamente es ordenar nuestras ideas de tal modo que podemos establecer comparaciones entre ellas y, de este modo, lograr que una parte de la realidad actúe como metáfora o como modelo de otra.

Su uso no siempre se da conscientemente, se ponen en marcha razonamientos ya aprendidos e anteriores situaciones.

Este tipo de pensamiento utiliza métodos, estrategias, procedimientos y comportamientos ya conocidos, para abordar nuevos problemas, nuevas decisiones o nuevas situaciones. También procesa y plantea el nuevo problema.

### El pensamiento creativo

El pensamiento creativo mantiene abierta nuestra mente a nuevas ideas, nuevos acontecimientos, nuevas realidades, porque el pensamiento creativo es ante todo el pensamiento de lo posible. El pensamiento creativo es el recurso que poseen todas las personas para ampliar las fronteras de lo real, ya sea lo real ideológico (las ideas realmente existentes) como lo real material (la realidad que se manifiesta en objetos, acciones o hechos). Así pues, la mejora en el uso y la comprensión del pensamiento creativo está estrechamente vinculada a la generación de nuevas ideas, nuevas realidades y nuevos sucesos. El pensamiento creativo abre siempre una nueva puerta a la realidad dado que permite ampliar el ámbito de lo posible, por eso siempre resulta un buen ejercicio de pensamiento reconocer cosas que se consideraban imposibles, pero que luego han sido posibles.

Implica salirse de lo establecido para llegar a soluciones alternativas genuinas. Conoce todos los hallazgos científicos sobre el pensamiento creativo que desvelan cómo somos capaces de dar con nuevas ideas.

El pensamiento creativo puede estar presente en todas las tareas que llevamos a cabo. El pensamiento creativo resulta muy útil y beneficioso en todo tipo de situaciones y tareas; desde las más importantes a las más triviales.

### El pensamiento deliberativo

El pensamiento deliberativo es el modo de pensar que conviene desarrollar en la adopción de decisiones, cuando estas decisiones, no sólo comportan problemas de racionalidad sino problemas de bondad, esto es, cuando las decisiones no pueden ser “calculadas” pero sí “deliberadas”. Esto significa que el pensamiento deliberativo nos conduce hasta la adopción de una decisión, pero lo hace, habitualmente no con la forma de un “cálculo lógico”, o de un algoritmo, sino con la forma de un “cálculo de criterios y/o de valores”, esto es con una forma de proceder mucho más compleja que las anteriores. En el modo de pensar deliberativo, como en el resto de los modos de pensar, las ideas que alimentan nuestro pensamiento se ordenan de una forma singular. La singularidad de ese pensamiento reside, además de en ese ordenamiento, en la incorporación crucial de los valores, los criterios, los principios, las normas, etc.

Reúne información y tiene en cuenta diversos criterios para deliberar sobre una situación compleja, construye una propuesta fundada en su proceso deliberativo, Este tipo de pensamiento se genera al adoptar decisiones a partir de los valores y criterios propios.

### El pensamiento práctico

El pensamiento práctico ayuda a superar todas aquellas situaciones en las que parece necesario y/o conveniente desarrollar alguna acción, ya sea para resolver un problema, introducir una mejora, o evitar que la situación empeore. El pensamiento práctico persigue la creación de “rutinas útiles” es decir el encadenamiento de acciones cuyos resultados finales son deseables.

El pensamiento práctico es un tipo de razonamiento que se encarga de aplicar los conocimientos adquiridos de manera más simplificada y práctica para que conforme se van estableciendo y cumpliendo cada uno de los procesos a seguir, se vayan obteniendo los resultados deseados. El desarrollar este tipo de pensamiento es muy importante para desarrollar con una mayor eficacia nuestras actividades de la vida cotidiana y en el ámbito laboral.

Este tipo de pensamiento lo que persigue es el encadenamiento de diversas acciones cuyos resultados sean deseables para la persona. Se refiere a cómo te adaptas a tu ambiente, o cómo formas o cambias tu ambiente para adaptarlo a ti, con la finalidad de buscar metas importantes.

Este pensamiento se logra mediante el ejercicio diario de la mente, haciendo que la persona empiece a generar pensamientos continuos de posibles soluciones, para conflictos de cualquier tipo.

## Anexo 6

# DOCUMENTO PARA QUÉ APRENDO Y PARA QUÉ ESTUDIO

## ¿PARA QUÉ APRENDO?

1. Porque somos seres humanos: como seres humanos al igual que los animales tenemos sentidos y percibimos el mundo de diversas maneras, también tenemos necesidades.
2. Porque el aprendizaje es inevitable: es un proceso que no podemos controlar, un estímulo genera una respuesta y esa respuesta es recordada, si el estímulo fue positivo se puede buscar de nuevo, o si fue negativo, de e puede evitar.
3. Porque deseamos algo en la vida: buscamos siempre algo mejor, algún objeto, situación o persona que mejore nuestras condiciones de vida.
4. Porque el mundo nos asombra: el mundo nos presenta un sin fin de estímulos, por lo que es prácticamente imposible evitar querer saber más sobre la belleza del mundo.
5. Porque somos curiosos: la curiosidad es innata del ser humano. Desde pequeños experimentamos y constantemente nos preguntamos qué , por qué, para qué y cómo.
6. Porque queremos tener el control: porque tenemos el control de nuestras vidas, y lo que hacemos con ellas, y así poder decidir el rumbo de las mismas, y el papel que deseamos desempeñar en este planeta.
7. Porque queremos saber cosas: por la curiosidad que tenemos, podemos desarrollar un pensamiento científico -filosófico.
8. Porque queremos saber hacer cosas: saber algo significa tener las competencias necesarias para enfrentar a la vida, para comer, para relacionarnos, para vivir.
9. Porque queremos saber quiénes somos: porque al aprender de/con los otros, nos identificamos en ellos, y entendemos quiénes somos nosotros.
10. Porque estamos solos: las interrelaciones nos ayudan a aprender, a ser, a vivir con los demás, además de aprender conocimientos y saber hacer con los demás. Aprendemos de nuestros padres, profesores, amigos, animales, plantas.

## ¿Por qué es importante estudiar?

En general, hay un consenso sobre la importancia de estudiar para tener mejores oportunidades en el futuro, especialmente el laboral. No obstante, hay acciones sobre las cuales vale la pena que reflexiones, y el estudio es una de ellas.

De acuerdo con un estudio de la Universidad Autónoma de Nayarit, la motivación para que continúes tus estudios y les encuentres sentido en el presente no viene de los discursos al respecto que padres y maestros te han dado desde que tienes memoria.

Los jóvenes consultados por dicho estudio comentaron que ese tipo de discursos tienden a ser automáticos, por lo que no consideran las circunstancias de cada persona, el contexto socioeconómico ni los problemas familiares.

A propósito de los beneficios que trae consigo estudiar, la clave está no en manifestarlos de manera constante sino en vivirlos; es decir, apoyar la creación de espacios en los que los aprendizajes tengan relación con el mundo, puedan discutirse y replicarse.

En ese sentido, el principio de autoridad mediante el cual te quieren hacer entender por qué debes estudiar, únicamente tendría que ser la puerta de entrada al principio de evidencia: ser parte de un entorno escolar que mejore tus habilidades, amplíe tus capacidades y rete tus áreas de oportunidad.

¿Qué beneficios se obtienen al estudiar?

Para que los discursos acerca del estudio se conviertan en una realidad necesitan manifestarse en beneficios concretos, a partir de los cuales tú le encuentres un sentido real en tu vida diaria.

Por ello, enseguida te compartimos algunos beneficios que puedes obtener al estudiar la preparatoria en un entorno educativo sano como el del Colegio Indoamericano.

#### **Beneficios sociales**

Conocer más personas y lugares a través de los conocimientos geográficos, históricos y culturales, así como de los idiomas.

Conocer personas con intereses similares que pueden perdurar hasta la adultez, de modo que a partir de ello puedas emprender distintos proyectos laborales.

Crear relaciones personales que hagan más disfrutable este periodo.

Aprender habilidades para formar parte de distintos grupos y comunidades.

#### **Beneficios intelectuales**

Mayor capacidad cognitiva.

Activar y agilizar la memoria.

Desarrollar la creatividad y el pensamiento crítico.

Valorar cada aprendizaje por sí mismo y no por fines económicos.

#### **Beneficios físicos**

Mejorar la salud a través de las clases de educación física.

Activar y crear redes neuronales.

Conocer más y mejores técnicas de autocuidado.

Segregar más serotonina a partir de la satisfacción de aprender más, y de ese modo sentir mayor plenitud.

#### **Beneficios emocionales**

Profundizar en el autoconocimiento.

Adquirir templanza frente a los desafíos.

Trabajar en hábitos y rutinas para mantener activa la motivación por aprender.

Valorar los esfuerzos propios y colectivos.

**¿Dónde encontrarle sentido al estudio?**

En síntesis, es importante que hagas conciencia sobre por qué estudias, a fin de que amplíes tu visión al respecto y no pienses que todo conocimiento sólo es útil si te sirve para obtener algo más.

Al valorar el hecho de aprender y hacerlo con gusto podrás encontrarle más sentido a tus actividades diarias, especialmente las escolares, que ahora mismo son tu mayor responsabilidad.

## Anexo 7

**ACTIVIDAD DE RESPONSABILIDAD**

Aprender a aprender 1	Desarrollo de la responsabilidad
Anota tu nombre completo:	
Anota tu grupo:	
Instrucciones: lee con atención el siguiente texto.	
<p>El concepto de responsabilidad puede sintetizar todo lo que se nos pide a la hora de vivir bien la vida humana, todo lo que nos pide nuestra conciencia, por eso conviene analizarlo con cierto detenimiento. La sociedad en que vivimos pareciera que en algunos aspectos se considera como deshumanizada por su exceso de egoísmo e individualismo, donde lo más importante en su quehacer cotidiano es el tener por encima del ser (Savater, 1991).</p> <p>Dice Savater vivir la vida humanamente es colocarse en el lugar del otro, es tratar a los demás como humanos, tratar de comprenderlos desde adentro; sin embargo, esto no significa adoptar el punto de vista de los demás, diluirme en ellos, dejar que decidan por mí. En otros términos, vivir bien la vida humanamente es abrir un campo comunicacional de reconocimiento y aceptación del otro (mutuo) en lo que nos identificamos y también en lo que discrepamos, es reconocer a las personas como personas. Todo ello solo es posible si somos seres libres, autónomos y responsables (1991).</p> <p>Es solo a partir de esa libertad como podemos reconocernos como sujetos racionales, es ella la que nos permite deliberar si una acción o elección es la que nos conviene o no, independientemente de la fuente de donde se nos compela a realizarla (costumbre, poder o capricho). No se trata de actuar o de vivir según como los demás quieran, sino de desarrollar aquellas acciones que surjan del propio juicio, como dice Savater, "No le preguntes a nadie qué es lo que debes hacer con tu vida: pregúntatelo a ti mismo" (Savater, 1991).</p>	

Responde la siguiente pregunta:

1. Describe la experiencia de tu equipo en la actividad de los 10 pases. Lograron encestar, todos los integrantes fueron responsables de los que les correspondía hacer. ¿Qué se hizo o qué faltó para que se lograra el objetivo de encestar?

## Anexo 8

## ACTIVIDAD DE AUTONOMÍA

Aprender a aprender 1	Autonomía
Anota tu nombre completo:	
Anota tu grupo:	
Instrucciones: lee con atención el siguiente texto.	
<p>¿Sabías que la autonomía forma parte de las dinámicas naturales de cómo aprenden los seres humanos? Esto se debe a que permite que el o la estudiante indague en lo que está trabajando y el docente se conciba a sí misma/o como un guía.</p>	
<p>La autonomía es una competencia que se desarrolla con el “aprender a aprender”, uno de los cuatro pilares del aprendizaje propuestos por Jacques Delors en 1996 para enfrentar los desafíos de la educación en el siglo XXI.</p>	
<p>De acuerdo al libro “Pedagogía de la autonomía” de Paulo Freire, pedagogo y filósofo brasileño, un educador como guía siempre requiere rigor para enseñar y esto no tiene relación con limitarse a la transmisión de conocimientos, que es algo obsoleto; sino que además debe considerar aspectos como la curiosidad, la autocrítica y el desarrollo de la investigación.</p>	
<p>“No hay enseñanza sin investigación ni investigación sin enseñanza”, remarca Freire, porque este proceso requiere indagar constantemente en lo que se intenta guiar para mantener la conciencia crítica de las y los estudiantes, además de tomar en cuenta múltiples factores como los contextos de estos últimos para usarlos a favor.</p>	
<p>La autonomía requiere que el estudiante pueda gestionar su educación. Por ello, es importante ayudar a generar estrategias para que las y los estudiantes manejen los contenidos desde puntos de vista o formas diferentes y que sean parte de su proceso de aprendizaje.</p>	
<p>Investigar también es reflexionar sobre lo que hacemos. Este proceso de metacognición permite poner el foco no sólo en aquello que se aprende sino en cómo se aprende, para que se encuentren la mejor manera de acercarse a los contenidos.</p>	
<p>¿Por qué es importante fomentar estudiantes autónomos?, tal como se mencionó anteriormente, investigar es reflexionar, pero también es acudir a la creatividad. Para fomentar la autonomía se requiere formar sujetos críticos porque Paulo Freire sostiene que esto es el comienzo de una serie de procesos. “No habría creatividad sin la curiosidad que nos mueve”. Por ello como estudiante debes indagar en lo que estás trabajando, transformando el proceso de aprendizaje en una experiencia.</p>	
<p style="text-align: center;">“Ayúdame a hacerlo por mí mismo”. María Montessori.</p>	

RESPONDE LAS SIGUIENTES PREGUNTAS, YA QUE EL AUTOCONOCIMIENTO ES ESENCIAL PARA LA AUTONOMÍA:

¿ME CONOZCO BIEN?

¿ME GUSTA CÓMO SOY, POR QUÉ?

¿ESCONDO ALGO DE MÍ MISMO/A A LOS DEMÁS POR MIEDO A NO GUSTAR O POR VERGÜENZA? ¿QUÉ ESCONDO?

¿ME CONSIDERO COBARDE O VALIENTE? ¿POR QUÉ?

¿CÓMO ME AUTOMOTIVO EN DÍAS BAJOS?

¿QUÉ ME GUSTARÍA MEJORAR DE MÍ?

¿SOY UN SER HUMANO AUTÓNOMO? ¿POR QUÉ?