

TÉCNICAS DE ESTUDIO Y CANAL PERCEPTUAL DOMINANTE

1. INTELIGENCIAS MÚLTIPLES



Fuente:
acallarvale.files.wordpress.com/2011/10/316_1_gardnerhoward1.jpg

El concepto de inteligencias múltiple aparece con Gardner, el cual considera que la inteligencia es una habilidad en la que intervienen aspectos innatos representados en la herencia, tanto como aspectos que pueden ser adquiridos o modificados.

Gardner menciona que la inteligencia es una suma de distintas capacidades o inteligencias, las cuales, dependiendo de cada individuo, pueden desarrollarse en mayor o menor medida cada una de ellas y, además, pueden mezclarse de manera diferente en cada individuo, para poder responder a las diversas situaciones a las cuales se enfrenta.

TIPOS DE INTELIGENCIAS



Lingüístico verbal

Habilidad que permite la utilización de las palabras para comunicar los pensamientos a los demás y dar a conocer el mundo. Las personas con este tipo de inteligencia pueden utilizar, tanto el medio escrito como el oral de manera eficaz.

Es la habilidad de representar mentalmente los sonidos e instrumentos. Una persona con esta capacidad detecta con claridad los sonidos y tonos y los aprende fácilmente.



Musical



Lógico matemática

Capacidad de representar simbólicamente acciones, relaciones y situaciones. Las personas con este tipo de inteligencia se les facilita identificar modelos, calcular, formular y verificar hipótesis, utilizar el método científico y los razonamientos inductivo y deductivo.

Habilidad que permite comprender mejor aquello que se presenta en forma gráfica. Con esta inteligencia, se puede percibir con facilidad espacios, formas, manejar las tres dimensiones y orientarse espacialmente.



Espacial



Cinestésico corporal

Habilidad mediante la cual la persona aprende mejor con su cuerpo a partir del movimiento y la coordinación del espacio. Quien posee esta inteligencia manipula objetos y hace un buen manejo de su cuerpo.

Habilidad que permite el aprendizaje de la persona cuando la persona reflexiona sobre sí mismo, su actuar y las competencias a lograr. Las personas con este tipo de inteligencia actúan de acuerdo con lo que piensan, son más reflexivos y críticos consigo mismos y cuentan con grandes valores.



Intrapersonal



Interpersonal

Habilidad de utilizar la comunicación para convocar a los demás y de establecer relaciones interpersonales y conformar grupos. Una persona con esta inteligencia es más sensible con los demás y mantiene muy buenas relaciones interpersonales.

Para complementar la información con respecto al tema puede acceder al siguiente vínculo

http://es.wikipedia.org/wiki/Teor%C3%ADa_de_las_inteligencias_m%C3%BAltiple

2. CANAL PERCEPTUAL DOMINANTE

El canal perceptual es la manera como la persona percibe una información a través de sus órganos de los sentidos, siendo predominante en alguno de ellos (visual, auditivo y kinestésico). Una persona se considera visual si capta la mayoría de la información a través de sus ojos, se fija más en detalles visuales, y recuerda más fácilmente lo que ve.

Será auditiva si lo hace por medio de sus oídos, identifica más los detalles de tipo auditivo y recuerda más lo que escucha; los kinestésicos, por su parte, son personas en quienes predomina el tacto, el olfato, el gusto y la recordación. Se basa en estímulos provenientes de estos órganos.

La identificación del canal perceptual dominante de la persona en el ámbito de la educación, ha venido adquiriendo importancia, porque el conocerlo le va a permitir al estudiante que determine y seleccione cuáles formas son las más apropiadas y acordes para percibir la información necesaria para su proceso de aprendizaje.

CUESTIONARIO PARA IDENTIFICAR EL TIPO DE INTELIGENCIA DE PERCEPCIÓN DOMINANTE

(Modelo PNL de Lynn O'Brien 1990)

Elija una opción con la que más se identifique.
Marque la respuesta en la tabla de evaluación de resultados.

1. ¿Cuál de las siguientes actividades disfruta más?

- a) Escuchar música.
- b) Ver películas.
- c) Bailar con buena música.

2. ¿Qué programa de televisión prefiere?

- a) Reportajes de descubrimientos y lugares.
- b) Cómic y de entretenimiento.
- c) Noticias del mundo.

3. Cuando conversa con otra persona, usted:

- a) La escucha atentamente.
- b) La observa.
- c) Tiende a tocarla.

4. Si pudiera adquirir uno de los siguientes artículos ¿cuál elegiría?

- a) Un jacuzzi.
- b) Un estéreo.
- c) Un televisor.

5. ¿Qué prefiere hacer un sábado por la tarde?

- a) Quedarse en casa.
- b) Ir a un concierto.
- c) Ir al cine.

6. ¿Qué tipo de exámenes se le facilitan más?

- a) Examen oral.
- b) Examen escrito.
- c) Examen de opción múltiple.

7. ¿Cómo se orienta más fácilmente?

- a) Mediante el uso de un mapa.
- b) Pidiendo indicaciones.

8. ¿En qué prefiere ocupar su tiempo en un lugar de descanso?

- a) Pensar.
- b) Caminar por los alrededores.
- c) Descansar.

9. ¿Qué le halaga más?

- a) Que le digan que tiene buen aspecto.
- b) Que le digan que tiene un trato muy agradable.
- c) Que le digan que tiene una conversación interesante.

10. ¿Cuál de estos ambientes le 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 le facilita aprender algo?

- a) Repitiendo en voz alta.
- b) Escribiéndolo varias veces.
- c) Relacionándolo con algo divertido.

12. ¿A qué evento preferiría asistir?

- a) A una reunión social.
- b) A una exposición de arte.
- c) A una conferencia.

13. ¿De qué manera se forma una opinión de otras personas?

- a) Por la sinceridad en su voz.
- b) Por la forma de estrecharles la mano.
- c) Por su aspecto.

14. ¿Cómo se considera?

- a) Atlético.
- b) Intelectual.
- c) Sociable.

15. ¿Qué tipo de películas le gustan más?

- a) Clásicas.
- b) De acción.
- c) De amor.

16. ¿Cómo prefiere mantenerse en contacto con otra persona?

- a) Por correo electrónico.
- b) Tomando un café junto.
- c) Por teléfono.

17. ¿Cuál de las siguientes frases se identifica más con usted?

- a) Me gusta que mi coche se sienta bien al conducirlo.
- b) Percibo hasta el más ligero ruido que hace mi coche.
- c) Es importante que mi coche esté limpio por fuera y por dentro.

18. ¿Cómo prefiere pasar el tiempo con su pareja?

- a) Conversando.
- b) Acariciándose.
- c) Mirando algo juntos.

19. ¿Si no encuentra las llaves en una bolsa?

- a) Las busca mirando.
- b) Sacude la bolsa para oír el ruido.
- c) Busca al tacto.

20. Cuando trata de recordar algo ¿cómo lo hace?

- a) A través de imágenes.
- b) A través de emociones.
- c) A través de sonidos.

21. Si tuviera dinero ¿qué haría?

- a) Comprar una casa.
- b) Viajar y conocer el mundo.
- c) Adquirir un estudio de grabación.

22. ¿Con qué frase se identifica más?

- a) Reconozco a las personas por su voz.
- b) No recuerdo el aspecto de la gente.
- c) Recuerdo el aspecto de alguien, pero no su nombre.

23. Si tuviera que quedarse en una isla desierta ¿qué preferiría llevar consigo?

- a) Algunos buenos libros.
- b) Un radio portátil de alta frecuencia.
- c) Golosinas y comida enlatada.

24. ¿Cuál de los siguientes entretenimientos prefiere?

- a) Tocar un instrumento musical.
- b) Sacar fotografías.
- c) Actividades manuales.

25. ¿Cómo es su forma de vestir?

- a) Impecable.
- b) Informal.
- c) Muy informal.

26. ¿Qué es lo que más le gusta de una fogata nocturna?

- a) El calor del fuego y los bombones asados.
- b) El sonido del fuego quemando la leña.
- c) Mirar el fuego y las estrellas.

27. ¿Cómo se le facilita entender algo?

- a) Cuando se lo explican verbalmente.
- b) Cuando utilizan medios visuales.
- c) Cuando se realiza a través de alguna actividad.

28. ¿Por qué se distingue usted?

- a) Por tener una gran intuición.
- b) Por ser un buen conversador.
- c) Por ser un buen observador.

29. ¿Qué es lo que más disfruta de un amanecer?

- a) La emoción de vivir un nuevo día.
- b) Las tonalidades del cielo.
- c) El canto de las aves.

30. Si pudiera elegir, ¿qué preferiría ser?

- a) Un gran médico.
- b) Un gran músico.
- c) Un gran pintor.

31. Cuando elige su ropa, ¿qué es lo más importante para usted?

- a) Que sea adecuada.
- b) Que luzca bien.
- c) Que sea cómoda.

32. ¿Qué es lo que más disfruta de una habitación?

- a) Que sea silenciosa.
- b) Que sea confortable.
- c) Que esté limpia y ordenada.

33. ¿Qué es más sexy para usted?

- a) Una iluminación tenue.
- b) El perfume.
- c) Cierta tipo de música.

34. ¿A qué tipo de espectáculo preferiría asistir?

- a) A un concierto de música.
- b) A un espectáculo de magia.
- c) A una muestra gastronómica.

35. ¿Qué le atrae más de una persona?

- a) Su trato y forma de ser.
- b) Su aspecto físico.
- c) Su conversación.

36. Cuando va de compras, ¿en dónde pasa mucho tiempo?

- a) En una librería.
- b) En una perfumería.
- c) En una tienda de discos.

37. ¿Cuál es su idea de una noche romántica?

- a) A la luz de las velas.
- b) Con música romántica.
- c) Bailando tranquilamente.

38. ¿Qué es lo que más disfruta de viajar?

- a) Conocer personas y hacer nuevos amigos.
- b) Conocer lugares nuevos.
- c) Aprender sobre otras costumbres.

39. Cuando está en la ciudad ¿qué es lo que más echa de menos del campo?

- a) El aire limpio y refrescante.
- b) Los paisajes.
- c) La tranquilidad.

40. Si le ofrecieran uno de los siguientes empleos ¿cuál elegiría?

- a) Director de una estación de radio.
- b) Director de un club deportivo.
- c) Director de una revista.

EVALUACIÓN DE RESULTADOS DEL TEST

Marque la respuesta que eligió para cada una de las preguntas y, al final, sume verticalmente la cantidad de marcas por columna.

N DE PREGUNTA	VISUAL		AUDITIVO		CINÉSTICO	
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	
TOTAL						

TOTAL

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

Para complementar la información con respecto al tema puede acceder al siguiente vínculo

<http://www.rppnet.com.ar/pnl.htm>

2. TÉCNICAS DE ESTUDIO

Según lo expresa María de Jesús Martínez: "A veces dedicamos más horas al estudio de las que debiéramos, aunque la mayoría de las veces le dedicamos menos de lo que merece.

Lo peor de todo es que suele ocurrir que aquellas horas son malgastadas, porque muchos alumnos no saben estudiar y no saben porque nadie les ha enseñado. Así, se tiende a creer, y esos alumnos especialmente, que el estudio es un esfuerzo sin recompensa".



Las técnicas de estudio son aquellos instrumentos o estrategias que le ayudan a la persona a que aprenda, utilizando menos esfuerzo e invirtiendo el menor tiempo posible.

No son fórmulas mágicas y, por lo tanto, no son aplicables para todo el mundo en la misma forma. Esto quiere decir que una técnica puede ser muy buena para un estudiante, pero para otro puede no ser tan efectiva.

¿De qué va a depender esto?, en gran medida de los tipos de inteligencia que posea cada persona y del canal perceptual que sea dominante.

El uso continuado y regular de determinadas técnicas de estudio le va a permitir al estudiante crear su propio método de estudio, el cual, al practicarlo, lo lleva a formar un hábito de estudio, que es realmente lo esencial para poder obtener buenos resultados.

A continuación, se presentan las técnicas de estudio de uso más frecuente:

Entendiéndose como el motor que impulsa a una persona hacia la acción, en el proceso de enseñanza aprendizaje va a jugar un papel importante, al ser la que le va a permitir al estudiante asumir la responsabilidad del aprendizaje con agrado y gusto y no como una obligación.



Es la que le va a ayudar a salvar los obstáculos que se le presenten durante su formación. La motivación depende de factores tanto externos como internos pero, primordialmente, está en manos del estudiante. Será él quien determine cómo ha de ser su experiencia de aprendizaje.

Organización en el estudio

Incluye varios aspectos como son: contar con un lugar de trabajo apropiado; es decir, tranquilo, lo suficientemente cómodo, bien iluminado, sin ruidos o estímulos que lleven a la persona a que se distraiga, como por ejemplo el televisor, el celular o música ruidosa o a un volumen muy alto.

Esta organización también incluye el establecer un horario de actividades, el cual contenga actividades cotidianas y laborales y el número de horas diarias destinadas a estudiar, para no terminar dejando para el final todas las actividades a realizar. Además, debe contar con el tiempo para actividades de descanso y recreación, las cuales son también muy importantes, porque van a evitar que la persona se agote y termine por abandonar el estudio.

Igualmente, debe acostumbrarse a la rutina de que cuando se esté estudiando, se descanse por un lapso de 5 minutos por cada hora de estudio, para dar espacio al cerebro a que se oxigene.

Estos lapsos se pueden aprovechar para alimentarse, porque el cerebro, aparte de oxígeno para funcionar adecuadamente, también requiere de un aporte de glucosa. La organización también incluye aspectos como contar con un cronograma de las fechas de presentación de trabajos, exámenes, pruebas etc, para prepararlas con anterioridad y no incurrir en errores comunes como son: querer aprender gran cantidad de contenidos en un solo día, leer un libro en unas horas, hacer un trabajo muy extenso en un solo día.



Entendiéndose como lectura comprensiva aquella actividad mental, compleja pero necesaria para el individuo.

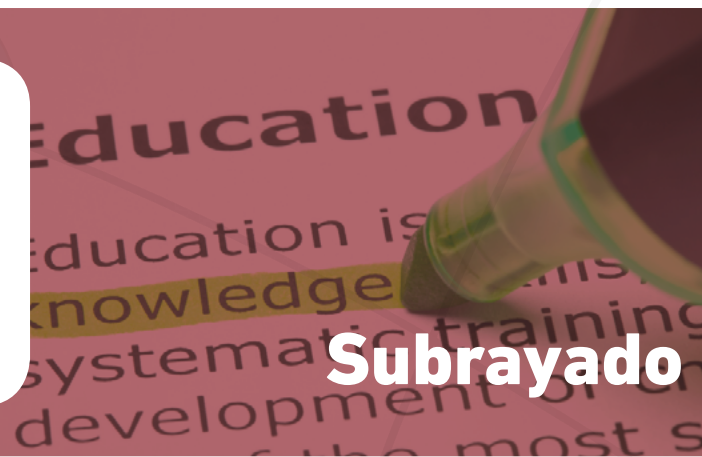
Es el proceso en el cual se pretende descubrir el mensaje que transmite el escritor, saber qué significa, emitir un juicio o apreciación, relacionar la información recibida con otra que se tenga y, por último, poder utilizarla para construir nueva información.

Es un tipo de lectura lenta, sin prisa y reflexiva, para la cual se utilizan diferentes métodos, pero todos tienen en común los siguientes pasos:

- Revisar la lectura, darle una ojeada para hacerse a una idea de lo que se va a leer.
- Observar los gráficos, ilustraciones y demás elementos que apoyen al escrito.
- Leer con toda la concentración y atención, buscando en el diccionario el significado de palabras que no se conozcan y, así, evitar perder el sentido de la lectura.
- Realizar un proceso de subrayado de los aspectos más importantes.
- Extraer las ideas principales y secundarias.
- Sintetizar lo leído, ya sea en un resumen o en un esquema gráfico.
- Repasar la información que se ha sintetizado.

Es resaltar ya sea con líneas, colores, cambios en los tipos de letra o mediante el uso de símbolos, que me van a permitir distinguir una palabra, frase o fragmento que incluye aspectos esenciales en la lectura.

Para subrayar correctamente, se debe tomar en cuenta algunas pautas:



Subrayado

- Realizarlo siempre después de la segunda lectura.
- Lo subrayado debe tener sentido gramatical completo.
- No subrayar más de un 50% del escrito.
- No repetir información.



Resumen

Es una versión breve de un escrito que conserva la esencia de lo expresado por el autor. No es una parte o fragmento de un documento. Se caracteriza por ser corto, su extensión es más o menos un 20% del original, no es interpretativo, se ajusta a lo expresado por el autor ni repite ideas. Para su construcción, se toman en cuenta las siguientes recomendaciones:

- Realizar una lectura comprensiva.
- Elaborar un subrayado.
- Extraer la información subrayada.
- Clasificarla.
- Formar frases y párrafos coherentes.

Son formas de organizar la información de una manera visual, las cuales permiten desarrollar el vocabulario, favorecen la recordación y el aprendizaje de las temáticas, permiten integrar información, facilitan la identificación de ideas principales y ayudan a la persona que cuenta con menos habilidades verbales.



Esquemas gráficos

Existen múltiples tipos de esquemas. Como ejemplos de ellos tenemos: cuadros sinópticos, mapas conceptuales, mapas mentales, mapas de ideas, diagramas de flujo, diagrama UVE, línea del tiempo, diagrama de árbol, diagrama causa efecto, entre otros.

Su proceso de elaboración varía de acuerdo con el esquema seleccionado, pero todos tienen en común, en que son concisos y en que la información utilizada para construirlos se toma de la elaboración de un buen resumen.

Preparación de exámenes



El proceso de preparación de un examen se convierte en un elemento clave en el estudio, porque es en ellos en donde se van a reflejar los resultados del proceso de enseñanza aprendizaje. Por lo tanto, es importante tomar en cuenta algunas recomendaciones, para los dos momentos de un examen:

Antes del examen

- Revisar diariamente los temas estudiados, no dejar para estudiar el día anterior a la prueba.
- Elaborar un resumen o utilizar una forma de esquema gráfico.
- Dormir bien la noche anterior al examen.
- Alimentarse bien.
- Mentalizarse en que se van a obtener buenos resultados.

Durante el examen

- Realizar una lectura general al examen para hacerse una idea sobre las preguntas, poder determinar el grado de dificultad de cada una de ellas y ayudar a liberar la descarga de adrenalina que se presenta al inicio de la prueba.
- Empezar a responder primero las preguntas fáciles, leyendo despacio y en su totalidad.
- Si tiene alguna duda o no comprende algo, preguntar antes de responder.
- Revisar todo el examen al terminar de responderlo, para evitar errores o que alguna pregunta no se haya contestado.

Para complementar la información con respecto al tema puede acceder al siguiente vínculo

<http://www.monografias.com/trabajos95/er-lenguaje/er-lenguaje.shtml>



SAN MATEO
Educación Superior

UNIDADVirtual