

Existen tres síntomas inequívocos de que has alcanzado un nivel de fuerza de voluntad:

- 1o. Cuando no ocurra que distintos acontecimientos, generalmente imprevistos, te hacen postergar el momento de empezar a estudiar.
- 2o. Cuando notes que tu determinación para estudiar no resulta amenazada seriamente por ninguna tentación o distracción.
- 3o. Cuando no tengas que estar haciendo un notable esfuerzo para cumplir con tu programa o cuota diaria de estudio.

La voluntad es la capacidad de cumplir lo que uno se ha propuesto realizar.

PERSEVERANCIA.

Este concepto está rodeado por dos ideas afines: la primera es, como ya dijimos, la voluntad; en esta etapa el joven no enfrenta todavía dificultades de consideración; y la otra idea afín es la perseverancia llevada a extremo, que se convierte en defecto y se llama terquedad.

VOLUNTAD. - PERSEVERANCIA = TERQUEDAD

La terquedad consiste no en luchar por alcanzar un objetivo o meta, sino en tratar inútilmente de salvar el honor, es decir el ego de cada uno.

La voluntad y la perseverancia son cualidades racionales; en ellas predomina la razón, y en la terquedad, por el contrario, predomina la irracionalidad, pues su principal componente es la desesperación.

El siguiente ejemplo te permitirá entender la diferencia

concreta que hay entre estas tres actitudes:

Demuestras voluntad cuando rechazas una invitación para ir al cine y te quedas en casa para tratar de resolver un problema de física, química, matemáticas, etc.

Demuestras perseverancia cuando, si fallas en el primer intento de resolución, buscas cuál fue tu error o tratas de replantear el problema a través de un enfoque distinto.

Incurrirás en terquedad si, después de fallar la primera vez, insistes durante varias horas en la misma fórmula, sin intentar modificarla ni un ápice.

La perseverancia es la fuerza que nos permite mantenernos en la lucha más allá de los plazos previstos para obtener resultados.

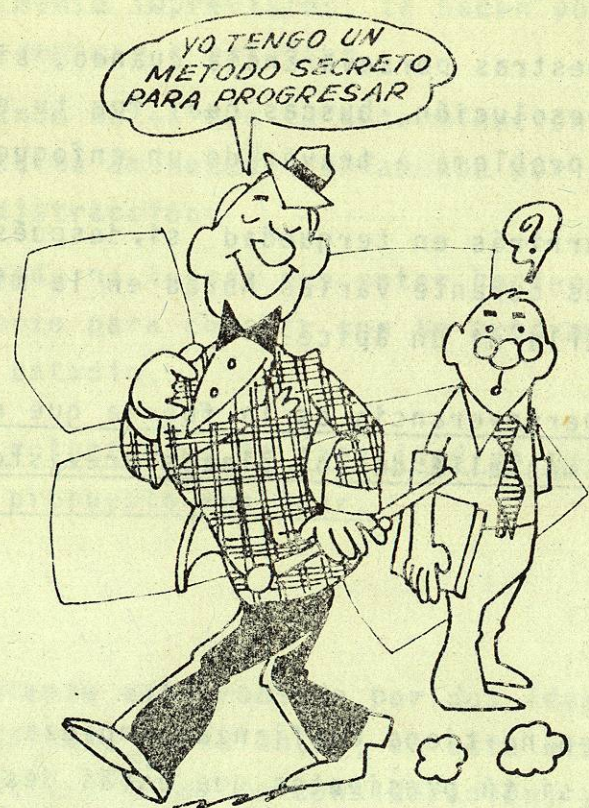
CONFIANZA.

Quien no tiene confianza, empieza a verse como un posible perdedor, y si tú presientes que estás destinado a fracasar en el estudio, ¿qué sentido tiene esforzarte? ¿acaso no dá lo mismo?

La falta de confianza genera desánimo, derrotismo y un anticipado sentimiento de frustración, todo lo cual equivale a dejar que en tu espíritu crezcan las malezas que impedirán que tu inteligencia dé los frutos que de ella se debe esperar.

Por lo que te recomendamos tener confianza en tu capacidad y en tus posibilidades como estudiante.

La confianza la necesitas para cualquier actividad.



La confianza es el convencimiento racional, verificado -- por la auto-evaluación que debes efectuar, concluida una sesión de estudio, de que posees los conocimientos necesarios, lo que se -- traducirá en una serenidad.

SATISFACCION.

Como reacción te impulsa a seguir adelante.

Casi sin excepción, los buenos estudiantes son los que disfrutan con su actividad. Tienes dos caminos distintos para llegar

PROCESO DE APRENDIZAJE

OBJETIVO ESPECIFICO: Al término de este tema: Distinguirás algunos puntos claves que intervienen en el proceso -- al mismo punto de destino: Puedes estudiar eficazmente para obtener luego la satisfacción del éxito alcanzado, o bien sentir primero la satisfacción de saber que has aprendido a estudiar, para -- luego ponerlo en práctica.

Toma en cuenta las siguientes consideraciones:

Estudiar constituye la actividad propia del estudiante, -- sólo a través del estudio nos vamos a aproximar a nuestros objetivos y metas; es de una sabiduría elemental tratar de relacionar -- estos dos factores:

ESTUDIO = SATISFACCION
IGNORANCIA = INSATISFACCION

¡Nadie que no sea tú, puede acometer ese trascendental proyecto; crearte y realizarte a tí mismo en todas tus maravillosas -- potencialidades!

EJERCICIO No. 4.

Lee cuidadosamente las siguientes frases e identifica qué actitud psicológica se está empleando.

1. Yo sé que este problema tiene solución, yo puedo resolverlo y que todo cuanto haga saldrá bien.

2. No desconfiaré nunca de mis fuerzas, aunque me fallen más de una vez. No me descorazonaré nunca, lucharé hasta lograr lo que quiero.

3. Hablaré con el profesor para que me indique dónde puedo consultar más ampliamente el tema que expuso el día de hoy.

4. Creo que he sabido aprovechar las cosas que la vida me ha ofrecido.

PROCESO DE APRENDIZAJE

OBJETIVO ESPECIFICO: Al término de este tema: Distinguirás algunos puntos graves que intervienen en el proceso de aprendizaje.

PUNTOS DE LA PSICOHIGIENE DEL ESTUDIO.

Los siete puntos de la psicohigiene del estudio que te ayudarán a ubicarte en tus objetivos de aprendizaje, son los siguientes:

¿QUE? ¿PARA QUE? ¿CUANTO? ¿DONDE?
 ¿POR QUE? ¿COMO? ¿CUANDO?

Una actitud dinámica durante el proceso de aprendizaje que dura toda la vida, hace necesario que formules claramente y en orden de importancia tus objetivos de aprendizaje. Sin esta formulación será imposible que establezcas un sistema de autoevaluación objetiva y eficiente. Por lo que es imprescindible que te preguntes:

¿Qué pretendo?

¿Qué quiero aprender? ¿Para qué? ¿Por qué?

¿Qué formas de actuar, de pensar y de sentir voy a obtener (u obtuve) como resultado de mis experiencias?

¿Cómo voy a lograr conseguir lo que quiero?

¿Cuándo y a qué hora?

Si planteas así tus objetivos, te será más fácil posteriormente evaluar por tí mismo los resultados