

El presente libro trata de ayudarte a desarrollar en lo más posible ese deseo natural de investigación que todos tenemos y que sin embargo por una u otra razón no lo explotamos como quisieramos.

Para esto trataremos en un primer punto de despertar de nuestra apatía por el estudio de tal manera que nos proponamos la investigación de las cosas como algo muy importante para nuestra vida, pues en la sociedad y el mundo en que vivimos mucho va a depender de los conocimientos que hayamos adquirido y de la capacidad que hayamos desarrollado, con ellos, para enfrentarnos y resolver los problemas que se nos presenten.

Posteriormente trataremos varios aspectos muy importantes que intervienen en nuestro estudio, como: el orden, la atención, la memoria, la voluntad, y otros. Ojalá que lo que he mencionado aquí te ayude en tu vida para que ésta sea lo más fructífera posible.

UNIDAD I.

MOTIVACION Y ORDEN.

INTRODUCCION:

Para poder realizar un estudio o aprendizaje eficiente es muy importante tener siempre presente una motivación, un ideal que nos impulse a estudiar. Así mismo, debe existir en nosotros un orden externo e interno mínimos para desarrollar mejor nuestro aprendizaje.



OBJETIVOS:

1. Definir el concepto de motivación.
2. Señalar los elementos principales de la motivación.
3. Explicar la importancia de estos dos elementos motivadores.
4. Distinguir entre metas a corto plazo y largo plazo.
5. Señalar las fases del proceso de la motivación.
6. Señalar los tres elementos de orden que deben ser considerados para programar un estudio eficaz.
7. Mencionar la regla a seguir para elegir el lugar de estudio.
8. Determinar las principales ventajas de tener un horario.
9. Mencionar cuál es el mejor momento para estudiar.
10. Señalar las razones que hacen que el estudio en la noche sea inapropiado.
- 11.- Explicar en qué consiste el descanso recreativo.
- 12.- Mencionar el número de horas que deben dedicarse al estudio cada día.

PROCEDIMIENTO:

1. Es muy importante alcanzar a tener una motivación al estudio, así como fijar muy bien nuestras metas a corto plazo. Pon especial interés en los objetivos 2, 3, 4 y 5.
2. Las actividades que desarrolles en esta unidad te ayudarán a ordenar tu estudio o aprendizaje, pues deberás comprender la necesidad de fijar un horario en tu vida.

ACTIVIDADES:

1. Deberás realizar un horario de todas las actividades diarias de una semana normal, tal y como lo llevas actualmente.
2. Formula un horario de todas tus actividades, tal y como te gustaría llevarlo este semestre después de leer el capítulo II.
3. Escribe en una hoja cuáles son los principales obstáculos que te impiden mejorar tu estudio.
4. Escribe, también, qué piensas hacer para eliminar esos obstáculos.

AUTOEVALUACION:

1. Contesta el cuestionario de las páginas 15 y 16.

CAPITULO I.

ACTITUD HACIA EL ESTUDIO-MOTIVACION.

".... Aunque muchos estudiantes saben bastante bien lo que deben hacer, no lo hacen" (1).

Si entendemos que la actitud es una disposición de ánimo que se manifiesta hacia alguna cosa, podemos comprender por qué es muy importante valorar y analizar la motivación misma y los elementos de la motivación en nuestro estudio o aprendizaje. Es precisamente la motivación la que va a determinar -- nuestra disposición de ánimo al estudio. Sin ella nuestra actitud nunca sería positiva ni desearíamos estudiar.

Podemos entender la motivación como la causa o razón que mueve a alguien para hacer una cosa.

Este aspecto afectivo de la vida del hombre es sumamente importante ya que sin sentimientos, emociones o motivaciones careceríamos de impulsos y razones para hacer las cosas. De este modo, nuestro estudio se haría pesado, aburrido e intolerable.

Nuestro objetivo es lograr ser buenos estudiantes. Para esto, debemos descubrir o fijar claramente nuestras motivaciones, de tal modo, que sean un impulso constante en nuestro estudio y muevan nuestra voluntad a un efectivo querer estudiar. No tiene sentido pasarse horas tratando de estudiar si no tenemos motivación para hacerlo.

Sin embargo, hay que tener en cuenta que no todas las emociones nos impulsan correctamente en nuestro estudio. Existen algunas que nos van a impedir o estorbar nuestro estudio. En otras palabras, nos van a privar de la concentración necesaria para aprender. Entre las principales emociones que pro