

## 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

ducen ésto podemos mencionar, la desesperación, el desaliento, la tristeza, la ira, la preocupación.



Cuando nosotros seamos presa de alguna de ellas deberemos tratar de eliminarla o controlarla ya que de otro modo nos va a impedir poner toda nuestra voluntad en el estudio.

Si nosotros logramos el control de nuestras emociones tendremos el mejor fundamento para desarrollar un estudio eficaz. Un ejemplo de los efectos de estas emociones, en ambos casos, es el siguiente: "El temor exagerado al examen turba e inhibe la memoria; en cambio, el temor moderado al suspenso activa la atención y el empeño" (2).

Nuestra voluntad debe estar impulsada o dirigida por nuestra razón, ya que cuando la razón descubre la necesidad, utilidad o provecho de hacer alguna cosa, nuestra voluntad tiene todos los elementos motivadores y sólo falta querer hacerlo, es decir, hacerlo. Sin embargo, hay que tener cuidado, pues si nuestra razón nos puede engañar, nuestra voluntad puede no querer o querer a medias, y lo que buscamos es querer totalmente.

Lo primero que tenemos que hacer es aclarar perfectamente bien por qué tengo que actuar de este modo y poner toda mi voluntad en hacer efectiva mi acción. Si me falta este conocimiento o no es claro mi voluntad puede fallar más fácilmente. Si logro ver la utilidad y provecho de lo que estudio, mi voluntad va a tener menos problemas en tratar de

adquirir los conocimientos fáciles o difíciles que se me dan en un curso.



Mencionemos, ahora, los elementos principales de la motivación, que nos ayudan a controlar y dirigir nuestras emociones para lograr un estudio más eficaz:

A. ELEMENTO RACIONAL O INTELLECTUAL.

B. ELEMENTO AFECTIVO O EMOCIONAL.

A. ELEMENTO RACIONAL O INTELLECTUAL.

Una de las cosas que puede influir en motivarnos es la razón, pues cuando ésta ve con claridad lo que se persigue, sirve como base motivadora para realizar con entusiasmo nuestra acción.

Un pensamiento verdadero, claro o evidente, será una guía casi obligatoria para nuestra acción ya que de otro modo estaremos actuando en desacuerdo con nuestra razón y con seguridad habremos elegido erróneamente lo que deberíamos hacer. De ahí es que tengamos como norma hacer lo que nuestra razón nos indique como verdadero, aunque nos desagrade. Por ejemplo: nuestra razón nos muestra la necesidad, utilidad y provecho de estudiar; si no lo hacemos queda claro que no fue

por falta de conocimiento de lo bueno que para nosotros es el estudiar, sino por otra causa.

### B. ELEMENTO AFECTIVO O EMOCIONAL.

Como vemos, la motivación tiene como fundamento principal la razón ya que ésta mueve la voluntad a actuar, pero el hombre posee otro elemento, el afectivo, que puede ayudar o estorbar en nuestro actuar.

Cuando nosotros encontramos un gusto o aprecio por lo que hacemos o debemos hacer, interviene con mucha fuerza la afectividad. Nuestros afectos inclinan nuestra voluntad a obrar incluso, en ocasiones, en contra de nuestra razón.

De todo esto, podemos establecer la importancia de estos dos elementos motivadores que intervienen en nuestra vida. La razón nos indica o señala el camino; la voluntad debe ser movida por la razón a actuar; nuestro afecto deberá estar de acuerdo con la razón, pues de otro modo entorpecerá a la voluntad en su mejor actuar.

La razón me muestra que tengo que estudiar esta materia hoy. La voluntad lo hará si nuestro afecto es estudiar. Si estamos deseando ver televisión o salirnos a jugar, nuestra voluntad ya débil perderá y nuestro estudio no será eficaz.

Teniendo en cuenta estos elementos, es muy importante que nos fijemos un ideal para nuestra vida. ¿Qué queremos ser? Este ideal nos llevará a realizar lo que queremos hacer, pues el hacer o lo que queremos hacer estará en consonancia con lo que queremos ser. "Cuando el adolescente sale del egocentrismo de la infancia, y al descubrir los valores sociales o patrióticos o religiosos, se forja un ideal fuera de sí y mayor que él mismo, ¡Qué entusiasmo y brío siente por el estudio o trabajo que le ayudará a realizar este ideal!" (3).

Este ideal no deberá ser utópico, sino que deberá ser establecido de acuerdo a nuestras posibilidades personales y del medio ambiente en el que vivimos. Además, deberá ser

realizable constantemente, es decir, todo lo que hagamos irá encaminado a conseguir realizarlo.



Mi principal motivación es ese ideal (mi meta a largo plazo) lo que uno quiere lograr en la vida. Esta motivación tendrá que estar presente todo el tiempo, mientras lo alcanzo.

Pero también puedo fijarme metas a corto plazo que me sirvan de motivaciones inmediatas. Estas motivaciones deberán ser más realistas y deberán mantenerme la voluntad todos los días.

Las metas a largo plazo son los objetivos más importantes que yo quiero lograr y para los que necesito de mucho tiempo para alcanzarlos, las metas a corto plazo son los objetivos próximos a lograr y para los que no necesito de mucho tiempo para alcanzarlos.





Un ejemplo de meta a largo plazo sería el terminar mi -  
carrera.

Un ejemplo de meta a corto plazo sería el pasar, uno a  
uno, todos mis exámenes.

Por ejemplo, mi mayor aspiración o ideal es llegar a ser  
un gran médico. Esta es mi motivación a largo plazo. Mis -  
motivaciones a corto plazo, tendrán que ser las inmediatas -  
que me ayuden a lograr la primera. Yo tendré que poner todo  
mi empeño para terminar satisfactoriamente mis estudios de -  
preparatoria o bachillerato (motivación a corto plazo).

Si no se cumplen las metas a corto plazo, tampoco se al-  
canzarán las metas a largo plazo. Estas suponen lograr las  
anteriores.

Debemos pensar, además, que todo conocimiento nos es in-  
dispensable para lograr nuestro objetivo. Así, cualquier -  
materia es importante aprenderla bien, porque no existen -  
ciencias o conocimientos aislados, todos se relacionan.

De este modo, podemos indicar cuál es el proceso que me  
puede llevar a una adecuada motivación:

1. Fijar bien mi ideal, lo que quiero ser en la vida.
2. Establecer metas a corto plazo.
3. Verificar constantemente mi progreso.

4. Verificar constantemente si mi ideal (lo racio--  
nal) concuerda con lo que quiero o deseo (lo --  
afectivo).

Si logramos realizar este proceso de motivación en to--  
dos sus pasos, nuestra actitud ante la vida y ante nuestro -  
estudio será siempre positiva. En otras palabras desarrolla  
remos un estudio eficaz.