

2. Lee la siguiente información y prepárate a responder la pregunta que le sigue, formulando tus críticas.

EL DILEMA DE HEINZ

Kohlberg*

En Europa una mujer está próxima a la muerte por causa de un tipo muy especial de cáncer. Hay una medicina que los médicos piensan que podría salvarla. Es una forma de radio que ha descubierto recientemente un farmacéutico en la misma ciudad. La medicina es cara de fabricar, pero el fabricante la cobra diez veces más de lo que cuesta. Paga \$200 por el radio y cobra \$2000 por una pequeña dosis de la medicina.

Heinz, el marido de la enferma, pide dinero prestado a todos sus conocidos, pero sólo logra conseguir unos \$1000, la mitad de lo que cuesta. Le dice al farmacéutico que su mujer se está muriendo y le pide que se la venda más barata o que le deje pagar más tarde. Pero el farmacéutico le dice: "No, he descubierto la medicina y quiero ganar dinero con ella". Heinz, desesperado, entra en la tienda y roba la medicina para su mujer.

- ¿Debería Heinz haber hecho esto?

Horizontal lines for writing the answer to the question above.

2. Con base en la lectura y el ejercicio realizado, explica la operación de pensamiento llamada **FORMULAR CRÍTICAS** y **EVALUAR**.

Horizontal lines for writing the explanation of the thinking operation.

* Tomado de: Delval, Juan. El desarrollo humano. Ed. Siglo Veintiuno, México, 1994.

5a. SESIÓN

C. CONDICIONES ADECUADAS PARA EL ESTUDIO

1. Condiciones físicas

2. Distractores

Después de haber adquirido el hábito de estudiar en un lugar fijo, podrás hacerlo en cualquier lugar. El orden en el lugar de estudio. Reúne en el lugar de estudio todo lo necesario y evita tener lo que distraiga. Así como el dentista para efectuar su trabajo en forma organizada, tiene reunido todo el material que necesita, conviértete tú estudiante, antes de ponerte a estudiar, reúne en tu escritorio todo lo necesario, por ejemplo: libros de texto, libros de consulta, diccionario, materiales para...

Lectura 3: El ambiente apropiado para estudiar

Fidel Villarreal González *

1. AMBIENTE

Las condiciones ambientales en las que estudies son de gran importancia, ya que si éstas son inadecuadas y deficientes, influyen dificultando la concentración y, en consecuencia, la comprensión; también influyen en una mala administración del tiempo de estudio, lo cual se nota al percibir que no queda tiempo para otras actividades propias de la vida del estudiante.

Por lo general, las condiciones ambientales inadecuadas que causan más problemas son las distracciones, tanto visuales como auditivas y la desorganización.

Evalúa tus condiciones ambientales de estudio. Tú puedes corregir o mejorar tu ambiente particular de estudio.

Las sugerencias que se presentan a continuación te serán útiles.

a) Lugar fijo

Para adquirir el hábito de estudiar, es conveniente, en un principio, usar siempre el mismo lugar, habitación y escritorio de ser posible. Favorece mucho la asociación de ideas lugar-estudio.

Después de haber adquirido el hábito de estudiar en un lugar fijo, podrás hacerlo en cualquier lugar.

b) Silencio exterior y sosiego interior

En la mayoría de los casos, para lograr concentrarse en el estudio, ayuda el que haya silencio en el lugar elegido. Pero este silencio exterior no es el

único requisito, ni el esencial; se requiere sobre todo el sosiego interior de uno mismo.

Nadie puede estudiar en forma efectiva cuando los ojos están en el libro pero la imaginación divaga.

Evita soñar despierto y esfuérzate en evitar las distracciones cuando estudies. Esto se logra adquiriendo interés y entusiasmo por estudiar y exigiéndose a uno mismo la presencia activa y plena de los sentidos y facultades espirituales. Así tendrás concentración, es decir: estarás en lo que estás.

Muchos estudiantes defienden la costumbre de estudiar con la radio, la televisión o el tocadiscos prendidos. Es muy posible que estas prácticas te distraigan de tu estudio; es obvio que la televisión sea la que más te distraiga, pues estimula a la vez tanto el sentido auditivo como el visual; un "fondo musical", con un volumen bajo puede ser útil en algunos casos, ayuda a eliminar otras distracciones auditivas. Brown y muchos expertos en este campo están de acuerdo en que estas situaciones son discutibles. En última instancia, esta costumbre de "acompañar el estudio con música" será factor positivo o negativo, dependiendo del efecto que tenga en particular sobre tu propia eficiencia en el estudio.

c) El orden en el lugar de estudio

Reúne en el lugar de estudio todo lo necesario y evita tener lo que distraiga. Así como el dentista, para efectuar su trabajo en forma organizada, tiene reunido todo el material que necesita, conviene que el estudiante, antes de ponerse a estudiar, reúna en su escritorio todo lo necesario, por ejemplo: libros de texto, libros de consulta, diccionario, materiales para

1. Condiciones físicas

* Tomado de: Villarreal González, Fidel.. "Estudiantes Triunfadores. Guía de Aprendizaje". Ed. LIMUSA, México, 1992, pp. 47-51.

escribir, calculadora de bolsillo, etc. Así evitarás perder el tiempo en búsquedas innecesarias.

Si puedes evitar la desorganización en tu lugar de estudio, hazlo.

Procura que la superficie de tu escritorio y el espacio que está alrededor de tu área de estudio, estén exentos de distracciones visuales. Prescinde de todo objeto que pueda distraerte, como fotografías, revistas, periódicos, etcétera.

Coloca tu escritorio frente a alguna pared y no frente a las ventanas o puertas; tampoco frente al escritorio de un compañero.

d) La iluminación adecuada

La mejor luz para tener una visión clara es la luz natural. Si se usa luz artificial, la iluminación indirecta es preferible a la directa. Si la luz es deficiente o muy intensa, después de una cuantas horas de estudio se cansa la vista, disminuye la visión clara y se dificulta la lectura.

e) La temperatura confortable

En lo posible, evita estudiar en un lugar demasiado caluroso o demasiado frío. Por lo general el exagerado calor incita al sueño y a la flojera; el demasiado frío dificulta la concentración mental. La temperatura considerada "ideal" por muchos estudiantes es de 18° a 26° C.

f) La posición corporal

La posición corporal es importante. Una mala postura fatiga y dificulta el estudio. Una posición demasiado cómoda se asocia al descanso y no al estudio.

Estudia en una silla cómoda ante el escritorio. No es conveniente que estudies acostado ni sentado en una cama, porque sería fácil caer en la asociación de ideas: cama-pereza-sueño, que son antagónicas al estudio.

2. EL ESTUDIO INDIVIDUAL Y EL ESTUDIO EN GRUPO

Según Wrenn y Larsen, por lo general estudiar por sí mismo es más efectivo que hacerlo con otro compañero. No pidas ayuda mientras no te sea

necesaria.

En algunos casos, cuando se trata de temas muy difíciles de comprender por uno mismo, es conveniente estudiar en grupo.

El estudiar en grupo tiene la ventaja de que se trabaja en colaboración, lo cual es muy formativo. Además, por la diversidad de intereses de quienes forman el grupo, las dudas a que un tema dé lugar, y las discusiones que se susciten, pueden llevar al estudiante a conceptos que por sí mismo no hubiera alcanzado.

Sin embargo, al estudiar en grupo, es muy común perder el tiempo en pláticas innecesarias, lo cual representa una desventaja.

El estudio es tu trabajo; no permitas que te distraigan cuando estudias solo, ni distraigas a los demás cuando estudian.

3. INDECISIÓN AL MOMENTO DE EMPEZAR A ESTUDIAR

Hay estudiantes indecisos que pierden el tiempo mientras se animan a empezar a estudiar. Podemos evitar esto, aprendiendo a estudiar de inmediato en forma efectiva.

A continuación se sugieren algunas ideas al respecto:

a) Decide si quieres estudiar

En ocasiones, cuando llega el momento de estudiar, a pesar de tener un horario previsto para el estudio, se está dudando entre varias posibles actividades:

¿estudiaré hoy?

¿estudiaré mañana?

¿haré esto?

¿haré aquello?

Estas preguntas se repiten y mientras tanto se pasa el tiempo.

Antes de decidir empezar a estudiar, es pertinente hacer la pregunta: ¿realmente quiero estudiar en este tiempo que yo mismo he fijado para ello?. Si se estudia o no, depende de uno mismo. El

estudiar, en vez de ser una actividad forzada, es más bien un privilegio; un privilegio que se puede ejercer o no, dependiendo de la persona. Es una elección y la elección es propia.

b) DECIDE LO QUE VAS A ESTUDIAR Y POR CUÁNTO TIEMPO

Es frecuente que al empezar a estudiar se piense en forma repetida: ¿estudiaré esta materia? ¿o esta otra?, ¿estudiaré o haré este trabajo?

Estos pensamientos, además de producir cansancio al estudiar, causan conflictos innecesarios.

Antes de empezar a estudiar, toma las decisiones necesarias, haciendo una evaluación apropiada de las posibilidades. Principia con la materia en que tengas conocimientos más débiles.

c) DECIDE LO QUE QUIERES HACER Y HAZLO

Las sugerencias anteriores ayudan a eliminar el tiempo que se pierde en animarse a empezar a estudiar. Una vez que se sabe con certeza lo que se va a hacer, puede hacerse de inmediato.