

La siguiente ficha te permitirá conocer técnicas de autoaprendizaje para explorar y conocer la información escrita, que son tareas previas y claves para desarrollar el conocimiento. Algunas de estas técnicas son:

a. De exploración

Estas técnicas permiten aproximarte a la información básica. Para ello, debes hojear el material de estudio, acercándote al conocimiento elemental. García-Huidobro et al. (2008) ofrecen algunas recomendaciones:

- ✓ observar el tipo de texto;
- ✓ leer títulos y subtítulos;
- ✓ analizar fotos e ilustraciones;
- ✓ observar gráficos;
- ✓ revisar el resumen e índice de los capítulos;
- ✓ leer cuestionarios (si los hay);
- ✓ enumerar párrafos;
- ✓ leer la primera línea de cada párrafo;
- ✓ observar palabras destacadas;
- ✓ relacionar tus saberes previos con respecto al tema de estudio; y
- ✓ recordar las experiencias que se tienen sobre la materia.

b. De formulación de preguntas

Estas técnicas consisten en la elaboración de interrogantes para conocer los significados y tener una visión panorámica de la información escrita, contribuyendo a tu memoria de largo plazo. La información identificada requiere que se repase continuamente, ya sea de manera mental o en voz alta. Pimienta (2012) brinda algunas sugerencias:

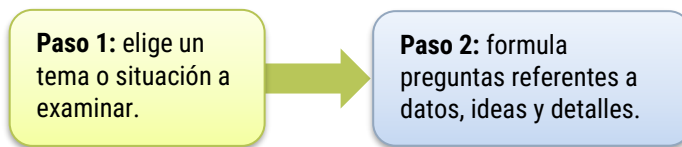
- ✓ Formular preguntas exploratorias.
- ✓ Formular preguntas-guía.

Los ejemplos de este tipo de técnicas aparecen en la siguiente página.

b1. Preguntas exploratorias

Las preguntas exploratorias refieren a tu necesidad o inquietud de conocer los significados de un tema o situación.

¿Cómo se aplica?



Fuente: Pimienta, 2012.

Paso 1: elige un tema o situación a examinar.

En este paso seleccionas un tema que estás aprendiendo con el apoyo de un texto, caso, diálogo, exposición o cualquier recurso de aprendizaje brindado por la asignatura.

Paso 2: formula preguntas referentes a datos, ideas y detalles.

En este paso realizas interrogantes para dar sentido al tema que estás aprendiendo. Algunas fórmulas recomendables son:

- ¿Por qué?
- ¿Qué significa?
- ¿Qué quiere decir el autor con...?

Ejemplo:

Tema: Los fundamentos de la libertad

El hombre es posibilidad pura. El hombre vale, no por lo que es, sino por lo que puede llegar a ser. Vale no por el sentido de su propia justicia o de sus propios méritos. Vale, pecador como es, no por su pecado. Vale amarillo como es, no por su raza. Vale porque es persona humana. Hoy, que revisamos nuestros lemas democráticos y hacemos gala de nuestros empeños populares, nos olvidamos de que, finalmente, la esencia de la democracia no es su técnica política. La democracia es fundamentalmente respeto a la persona humana, sin distinción de sangre, clase, color o pueblo. No hay democracia cuando se levantan barreras y se manifiestan desprecios a los hombres de otras razas.

Fuente: Pimienta, 2012, p. 15.

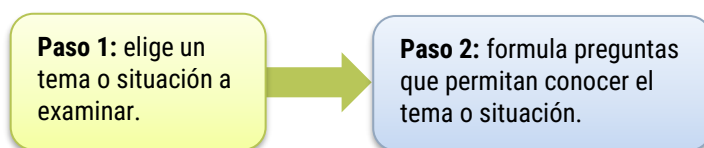
Preguntas exploratorias:

- ¿Por qué el texto dice que “el hombre es posibilidad pura”?
- ¿Qué significa la frase: “el hombre vale porque es persona humana”?

b2. Preguntas-guía

Son interrogantes que, en su conjunto, te permiten visualizar un tema de manera global.

¿Cómo se aplica?



Fuente: Pimienta, 2012.

Paso 1: elige un tema o situación a examinar.

En este paso seleccionas un tema que estás aprendiendo a través de una guía, texto, caso, diálogo o cualquier recurso facilitado en la asignatura.

Paso 2: formula preguntas que permitan conocer el tema o situación.

En este paso formulas interrogantes con respecto a conceptos, participantes, procesos, períodos o lapsos, lugares, cantidades, antecedentes y propósitos del tema a conocer. Para Pimienta (2012), estas interrogantes suelen llamarse *preguntas-guía*, porque orientan la exploración global del asunto.

Tabla 1. Ficha de preguntas-guía

Tema	
<i>Necesito preguntar sobre un...</i>	<i>Introduzco la pregunta...</i>
Concepto	¿Qué?
Personaje	¿Quién?
Proceso	¿Cómo?
Tiempo	¿Cuándo?
Lugar	¿Dónde?
Cantidad	¿Cuánto?
Causa	¿Por qué?
Objetivo	¿Para qué?

Fuente: Pimienta, 2012, p. 10.

Tabla 2. Ejemplo de preguntas-guía para un tema específico

Proyecto de vida	
<i>Introduzco la pregunta...</i>	<i>Respuesta</i>
¿Quién realiza el proyecto de vida?	Cualquier individuo tiene la capacidad de iniciar su proyecto de vida.
¿Qué es un proyecto de vida?	El proyecto de vida es una tarea clave de visión de futuro y pretende una mejora de la calidad de vida, ya sea en el área intrapersonal y/o interpersonal.
¿Por qué es una tarea exigente?	El proyecto de vida es una tarea exigente, porque demanda una gran resistencia psicológica y proyecta expectativas que deberán desarrollarse desde el presente.
¿Cómo se desarrolla?	Una de las recomendaciones para iniciar el proyecto de vida es el análisis FODA: Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas.
¿Cuándo se realiza?	Cualquier momento es oportuno para emprender la planificación de la propia vida. La acción de diseñar el proyecto de vida no es exclusiva de la adolescencia, sino también de la adultez joven, la adultez tardía y la ancianidad.
¿En qué circunstancias?	El proyecto de vida corresponde realizarlo frente a todas las circunstancias de la vida, inclusive en los momentos más adversos.
¿Cuánto cuesta?	La implementación del proyecto de vida tiene un costo altamente psicológico, donde algunas personas son incapaces para asumirlo. Junto con una actuación comprometida e íntegra, requiere de diversos tipos de pensamiento: racional, creativo y tenaz.

Fuente: Adaptado de Gonzales y Pinedo, 2013.

LISTA DE REFERENCIAS

- García-Huidobro, C., Gutiérrez, M. y Condemarín, E. (2008). *A estudiar se aprende. Metodología de estudio: sesión por sesión*. Ediciones Pontificia Universidad Católica de Chile.
- Gonzales, C. y Pinedo, F. (2013). *Proyecto de Vida*. Universidad Peruana de Los Andes.
- Pimienta, J. (2012). *Estrategias de enseñanza-aprendizaje. Docencia universitaria basada en competencias*. Pearson.