

LAS TÉCNICAS DE ESTUDIO Y TRABAJO INTELECTUAL EN EDUCACIÓN SECUNDARIA

Por Ana Cabeza Leiva

Bajo el concepto genérico de técnicas de estudio y trabajo intelectual, incluimos todos aquellos medios o recursos que pueden contribuir a facilitar el aprendizaje del alumnado, ya sean estrategias de aprendizaje, hábitos de estudio específicos, técnicas de aprendizaje concretas o métodos de estudio eficaz.

Con frecuencia, nos encontramos con que los alumnos no saben estudiar, es decir, no tienen un método de trabajo adecuado que les facilite desarrollar unas estrategias útiles para ser autónomos en su aprendizaje, por lo que en muchos casos, fracasan. En este sentido, el éxito escolar no sólo depende de la inteligencia y del esfuerzo, sino también de la eficacia de los métodos de estudio. Así, lo importante en el proceso educativo no es sólo proporcionar conocimientos, sino dotar al alumno de métodos y estrategias que le faciliten su propio proceso de aprendizaje. Se trata de que el alumno ponga en práctica una de las ocho competencias básicas que recoge la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE), la competencia de *aprender a aprender* y de que el profesor le enseñe a pensar y a estudiar, utilizando estrategias adecuadas que le orienten hacia un aprendizaje significativo y eficaz. Desarrollar actitudes para *aprender a aprender* supone adquirir conciencia de las propias posibilidades y limitaciones, y poner en práctica estrategias para superarlas. Me refiero aquí a la ignorancia secundaria, es decir a todo aquello que no sabe. Si un alumno no es consciente de sus limitaciones, lagunas o deficiencias para afrontar el estudio, difícilmente estará abierto a la modificación o ampliación de sus técnicas de estudio. Desarrollar competencias para aprender de forma autónoma, supone disponer de un sentimiento de competencia personal, que redundará en la motivación, la confianza en uno mismo y el gusto por aprender. Implica la conciencia, gestión y control de las propias capacidades y conocimientos desde un sentimiento de competencia o eficacia personal, e incluye la capacidad de autoevaluarse, el pensamiento estratégico y el manejo eficiente de un conjunto de recursos y técnicas de trabajo intelectual.

Surge entonces la necesidad de fomentar técnicas de estudio y trabajo intelectual, ya que son medios útiles para favorecer el proceso de aprendizaje. Estos métodos requieren tiempo, actividad continuada e implicación de todos los agentes educativos, por lo que han de desarrollarse de forma sistemática e insertándolos en el currículum en todas las áreas y materias escolares. Se trata en última instancia de proporcionar al alumnado técnicas y estrategias de estudio para hacerles cada vez más competentes y autónomos en su aprendizaje.

Hoy en día, existe un creciente número de alumnos y alumnas que presentan falta de hábitos de estudio y dificultades para la organización del trabajo escolar y el procesamiento de la información. Además, este panorama suele ir acompañado de una falta de motivación, esfuerzo y tolerancia a la frustración. Se torna imprescindible realizar actuaciones que desarrollen la competencia básica de *aprender a aprender*. Ello supone diseñar todas aquellas actuaciones que permitan poner en práctica estrategias metacognitivas para favorecer en el alumnado todas aquellas capacidades y destrezas que garanticen un aprendizaje cada vez más autónomo.

La LOE considera como uno de los fines que orientan el sistema educativo español *“el desarrollo de la capacidad de los alumnos para regular su propio aprendizaje, confiar en sus aptitudes y conocimientos, así como para desarrollar la creatividad, la iniciativa personal y el espíritu emprendedor”*

Más concretamente, en Educación Secundaria, la LOE recoge como uno de los objetivos básicos de la etapa *“desarrollar y consolidar hábitos de estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas de aprendizaje y como medio de desarrollo personal”*.

El acto del estudio supone poner en práctica un conjunto de habilidades que pueden ser aprendidas, y esto es importantísimo. El estudio puede aprenderse, practicarse y perfeccionarse. Y es la lectura el medio fundamental para dominar el nuevo contenido. Por ello, los centros, deberán garantizar en la práctica docente un tiempo dedicado a la misma en todas las materias de todos los cursos de la etapa.

No debemos obviar que el acto del estudio lleva consigo un conjunto de aptitudes generales y específicas tales como la inteligencia en general, la atención, concentración y la resistencia a la fatiga. El interés y la motivación del alumno frente al estudio deben ser tomadas en consideración. Así, todo plan para enseñar a estudiar ha de considerar los factores que condicionan el proceso de aprendizaje: cognitivos, emocionales y motivacionales y un marco ambiental adecuado. Para conseguir éxito en el aprendizaje, es necesario motivar al alumno. Recordemos que uno de los principios de la educación, establecidos en el artículo 1 de la LOE es *fomentar el esfuerzo individual y la motivación del alumnado*. Además, desde el Preámbulo de la LOE se señala la importancia del esfuerzo personal por parte del alumnado, de mostrar una actitud responsable y comprometida con la propia formación, para conseguir el pleno desarrollo de las capacidades individuales.

Pero no solamente es importante la motivación, sino que la planificación, el lugar, y el tiempo y secuenciación del estudio, son igualmente notorios para formar a los educandos en un hábito de estudio eficaz. Así, preparar previamente los materiales de estudio, disponer de un lugar de trabajo adecuado, aprender a planificar un plan de trabajo y estudio personal diarios y respetar escrupulosamente el tiempo dedicado al mismo, son características fundamentales para conseguir formar al alumnado en hábitos de estudio eficaces. Los descansos en el estudio serán importantes para no causar fatiga al alumnado de la ESO. Estudiar durante un periodo de 50 minutos, supone realizar un descanso de 10 minutos. Por otra parte, resulta más beneficioso comenzar estudiando aquellas tareas con dificultad media o difícil y dejar las más sencillas para el final, momento en que la fatiga y el cansancio se acentúan. Está comprobado que realizar un plan de trabajo mediante fichas planificando el horario del día desde que el alumno se levanta hasta que se acuesta, mejora el estudio y los resultados académicos, enseña al alumnado el sentido de la responsabilidad, de la fuerza de voluntad, la organización y a priorizar unas actividades sobre otras.

Los elementos externos al alumno deben ser tomados en consideración de igual modo, así, elementos tales como los medios o recursos y las estructuras organizativas del propio centro pueden contribuir u obstaculizar el afianzamiento de un hábito de

estudio adecuado. Cabe puntualizar la importancia de controlar los condicionantes externos que puedan influir en el rendimiento intelectual. Existe una serie de factores extrínsecos al sujeto que condicionan de forma notable el rendimiento del estudio. Por ejemplo, el lugar, ambiente, material de estudio, iluminación, ruidos, etc. Del nivel de control de estos factores depende en buena medida el grado de éxito o fracaso en el aprendizaje.

Para formar al alumnado de la Educación Secundaria Obligatoria en las técnicas de estudio y trabajo intelectual, es necesario integrar dichas técnicas en el currículo de todas las áreas y materias escolares. En este sentido, enseñar a estudiar no puede ser una actividad marginal en el proceso de enseñanza, sino que ha de ser parte integrante en el diseño curricular. Un planteamiento eficaz de las técnicas de trabajo intelectual requiere de su integración en el currículum, de flexibilidad en su aplicación y de una planificación globalizadora y progresiva. No obstante, se corre el peligro de que cada profesor se preocupe de los aspectos más propios de su área y queden estas técnicas diluidas y sin una programación clara y concreta dentro del currículum. Por ello, el tutor debe asumir la coordinación de esta actividad interrelacionando constantemente las técnicas adecuadas. Para trabajar de manera coordinada desde todas las áreas y materias es muy útil enseñar técnicas de estudio y trabajo intelectual comunes a todas las materias escolares, tales como: pre-lectura, subrayado, extracción de las ideas principales de un texto, esquemas, elaboración de resúmenes y mapas conceptuales. Enseñar estrategias mnemotécnicas, entendida como la asociación de ideas para enlazar elementos sueltos y formar grupos lógicos, es un recurso muy útil para facilitar el estudio al alumno. Así, el uso de abreviaturas, acrónimos, la construcción de historietas o imágenes es una técnica valiosa para facilitar el estudio.

En esta etapa educativa, las actividades a realizar presentan mayor nivel de exigencia y suelen ser más largas. De ahí la necesidad de consultar diversas fuentes y recoger información externa al aula. Se debe comenzar con un aprendizaje tutorizado, donde el docente realice las actividades y explique los pasos a dar. Se continúa con una práctica dirigida, donde el profesor dirige el trabajo a través de ayudas o guías verbales. Se finaliza con la práctica autónoma. Adquirido el hábito o técnica, el alumno la utiliza por sí solo.

Hay que facilitar al alumno estrategias para que sea capaz de fijarse sus metas, planificar su estudio, concentrarse y controlar su propio proceso de aprendizaje. Cabe recoger en este punto del artículo, las palabras de José Luis Pinillos, quien afirma que *“más que un adiestramiento concreto de estrategias en un espacio corto, sería más eficaz una acción globalizada a largo plazo a través de la comunicación, en un clima educativo y familiar, con una metodología más bien socrática”*. Los métodos de estudio son una responsabilidad compartida por profesores, padres e institución educativa. No es posible afrontar la nueva concepción de la educación si no se desarrolla en los alumnos estrategias de aprendizaje que les proporcionen la capacidad de pensar y de adaptarse a las nuevas situaciones. En este sentido, los métodos de estudio son instrumentos valiosos para adquirir destrezas para un aprendizaje significativo. En consecuencia, la responsabilidad de enseñar a estudiar corresponde a los profesores y a la institución educativa al crear el contexto, la organización y la planificación, que facilite la implantación y la utilización de los métodos de estudio de forma sistemática y continua en el currículo escolar. Se ha de evitar que este proceso sea llevado a cabo por agentes externos y de forma esporádica, sin una plena integración en el currículo.

Se debe instruir al alumno para que sea capaz de planificar su propio aprendizaje y estudio. Ha de ser capaz de elegir las estrategias más adecuadas en cada situación y saber planificarlas en la práctica en cada una de las materias del currículum. El objetivo último es saber construir una visión propia de lo que se estudia, saber ser autónomo. En este sentido, el artículo 26 de la LOE señala que en Educación Secundaria *“se arbitrarán métodos que tengan en cuenta los diferentes ritmos de aprendizaje de los alumnos y favorezcan la capacidad de aprender por sí mismos”*. Para ello el alumno debe tener una actitud positiva y motivada hacia la tarea de aprendizaje. Se debe ayudar al alumno a responsabilizarse de su propio rendimiento, elaborando patrones de atribución internos, no considerando como causas de su éxito o fracaso a factores externos como la suerte, dificultad de la tarea u otras personas.

Es fundamental que exista un correcto equilibrio entre el centro educativo y el hogar. Es imprescindible que el ambiente de la casa sea positivo para el niño, ya que de lo contrario es difícil que el niño encuentre la motivación necesaria para estudiar. El

tipo de alimentación en el hogar, los horarios establecidos, el empleo del tiempo de ocio (lectura frente al uso de Internet o videojuegos), el lugar de estudio y nivel de sonoridad e iluminación del mismo, condicionan el estudio diario en los hogares.

Es necesario puntualizar la necesidad de formar un educando activo, implicado en su aprendizaje, es decir, que sea él mismo quien “aprenda a aprender”. A este respecto, hay que decir que los actuales libros de texto no facilitan esta tarea, ya que todo el proceso de tratamiento de la información que ha de hacer el alumno ya le viene dado, por lo que no siente la necesidad de construir conocimiento como agente activo de su propio aprendizaje. No se les enseña a pensar por sí mismos, a realizar un análisis crítico de la información, sino que se les enseña a adquirir un bagaje cultural que ya viene dado, y por tanto, lo único que tienen que hacer es memorizar esa información que ya viene impuesta.

ANA CABEZA LEIVA