

Técnicas de estudio

Adoptar una técnica efectiva para estudiar es fundamental para alcanzar el éxito

- Por MARTA VÁZQUEZ-REINA



Es habitual que muchos padres se pregunten cómo ha podido suspender su hijo si ha dedicado muchas horas al estudio. Y es que lo fundamental no es sólo el tiempo. Si el estudio no va acompañado de un método y unas [técnicas de aprendizaje](#) adecuadas que le permitan comprender y retener lo aprendido, es muy difícil que el estudiante sea capaz de reflejar en un examen los contenidos que se le exigen. EPL2R, Murder o el 2L2R2S son algunos de estos métodos que pueden ayudar a los alumnos a superar con éxito sus estudios.

Estudiar, sí, pero estudiar con método. Comprender y asimilar los contenidos de la materia que se tiene que estudiar es esencial para que el tiempo dedicado al estudio se traduzca en aprendizaje, pero, ¿cómo se consigue? Esta misma pregunta se la han formulado a lo largo de los años muchos pedagogos y especialistas en el aprendizaje, llevándoles a desarrollar diversas estrategias, métodos o técnicas que aportan diferentes metodologías de estudio, que correctamente aplicadas pueden facilitar en gran medida el trabajo de los alumnos.

Método Robinson: EPL2R

Esta es una de las técnicas de comprensión lectora más utilizada en Estados Unidos (SQ3R), permite disminuir el tiempo de estudio y aumentar la habilidad para comprender la información. Consta de las siguientes fases:

- **Explorar:** el primer paso de este método consiste en realizar una lectura general del texto que debemos estudiar para obtener una visión global. En esta lectura es muy importante atender a todos los detalles que ofrecen pistas para comprender la lectura, tales como los títulos, los subtítulos, el uso de negrita, las ilustraciones o los gráficos.

- **Preguntar:** en esta segunda fase el estudiante debe adoptar una actitud crítica hacia lo que ha leído, formulándose aquellas preguntas fundamentales sobre el texto que son las que se tendrían que saber contestar después de la lectura, de modo que con ellas se obtengan las claves más importantes que hay que aprender.
- **Leer:** es la hora de leer nuevamente el texto de una forma más detenida, intentado encontrar las respuestas a las preguntas formuladas anteriormente, de modo que se convierta en una lectura comprensiva del texto. En esta segunda lectura es conveniente aplicar algunas técnicas de estudio como el subrayado.
- **Recitar:** repetir lo que se ha aprendido hasta ahora con las propias palabras, de manera que podamos comprobar que se ha entendido todo el contenido.
- **Revisar:** esta parte consiste en hacer un repaso de todo lo leído, un paso imprescindible para poder retener lo aprendido. Se debe realizar todas las veces que sea necesario, hasta estar completamente seguro de que se han asimilado todos los contenidos.

Método Murder

Este método, que debe su nombre a las siglas en inglés de los pasos que incluye, comprende dos tipos de estrategias que se combinan entre sí. Por una parte las cognitivas, que se utilizan para adquirir los conocimientos y almacenarlos, y por otra las estrategias de motivación, que permiten crear y mantener un ambiente adecuado para el estudio que facilite concentrarse al estudiante.

- **Disposición:** se refiere al ánimo del estudiante al afrontar el estudio, sin una buena disposición ante el estudio será imposible tener éxito.
- **Comprensión:** el estudiante debe comprender en primer lugar qué es lo que tiene que aprender para posteriormente comprender lo aprendido.
- **Recordar:** consiste en aplicar técnicas nemotécnicas que le permitan lograr un recuerdo integral de la información; parafrasear, formarse imágenes mentales o realizar síntesis son algunas de estas técnicas.
- **Detallar:** utilizando técnicas como el esquema o el resumen, el estudiante debe detallar la información contenida en el material de estudio.
- **Expandir:** elaborar y responder preguntas con base en lo aprendido para extender las ideas más importantes o relevantes.
- **Revisar:** revisar el proceso y el resultado del trabajo realizado es el paso final, en él el estudiante debe detectar las dificultades que se ha encontrado para modificar la estrategia en caso de que sea necesario, de modo que logre una correcta adquisición de los conocimientos.

Método DRTA

Son las siglas de Directed Reading Thinking Activity (actividad dirigida de lectura y razonamiento), un método de comprensión lectora para realizar en grupo con varios estudiantes, de modo que el profesor actúe de guía en todo el proceso. Consta de tres fases, la primera de ellas es la predicción, a partir de una primera lectura de únicamente el título y el primer párrafo, el estudiante debe predecir y formular el contenido del resto del texto, seguidamente se leen algunos párrafos más, y se confirma si las predicciones hechas por los estudiantes eran o no correctas, permitiéndole corregir y formular nuevas predicciones. Este proceso se repite hasta concluir el texto completo.

Método Echegaray: 2L2S2R

A través de una secuencia de acciones específicas, este método permite al estudiante retener y comprender lo estudiado de una forma sistemática.

- **Lectura rápida:** realizar una primera lectura del texto para determinar sus contenidos y las partes en las que se estructura.
- **Lectura lenta:** consiste en una segunda lectura comprensiva del texto, tratando de interpretar cada párrafo y comprender las ideas principales.
- **Subrayado:** buscar y resaltar lo más importante del contenido de manera que resulte fácil volver sobre ello.
- **Síntesis:** realizar un esquema de lo subrayado anteriormente, y sobre éste, redactar un resumen plasmando los contenidos fundamentales.
- **Recitar:** recitar en voz alta lo aprendido, de modo que se fijen los contenidos y se detecten los puntos más difíciles, hasta lograr memorizarlos.
- **Repasar:** realizar un repaso de lo aprendido de manera periódica, no sólo al terminar el proceso, sino también pasados unos días.