

5

Aprender
a
aprender



¿Qué tipo de
aprendiente
eres?

¿Qué tipo de aprendiz eres?

Objetivo: Identificar tu forma de aprender y trabajar.

¿CÓMO UTILIZO MIS SENTIDOS PARA ESTUDIAR?

Instrucciones:

Después de cada enunciado, marca el número que represente mejor la forma en que tú sueles estudiar o trabajar.

0 = Nunca 1 = Algunas veces 2 = Frecuentemente 3 = Siempre

No utilices mucho tiempo en un solo enunciado para que tu respuesta sea espontánea, real y honesta.

- | | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1. Recuerdo mejor las cosas si las escribo. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 2. Tomo gran cantidad de apuntes. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 3. Puedo visualizar en mi mente: figuras, números o palabras. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 4. Prefiero aprender a través de videos o la TV. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 5. Cuando leo, subrayo o resalto las partes importantes. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 6. Utilizo un código de colores para ayudarme a aprender. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 7. Necesito instrucciones escritas para realizar tareas. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 8. Me distraigo con los ruidos de fondo. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 9. Tengo que ver a la persona para entender lo que está diciendo. | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 10. Me gusta que las paredes del lugar donde estudio tengan carteles o fotografías. | 0 | 1 | 2 | 3 |

11. Recuerdo mejor las cosas si las discuto a fondo y en voz alta.	0	1	2	3
12. Prefiero aprender escuchando una conferencia que leyendo.	0	1	2	3
13. Necesito instrucciones orales para realizar las tareas.	0	1	2	3
14. Los sonidos de fondo me ayudan a pensar.	0	1	2	3
15. Prefiero escuchar música cuando estudio.	0	1	2	3
16. Puedo entender fácilmente lo que la gente dice aunque no pueda verla.	0	1	2	3
17. Recuerdo mejor lo que dice la gente más que su imagen.	0	1	2	3
18. Recuerdo fácilmente las bromas que escucho.	0	1	2	3
19. Puedo identificar a las personas por sus voces.	0	1	2	3
20. Cuando enciendo la TV escucho el sonido más que ver la pantalla.	0	1	2	3
21. Puedo comenzar a hacer las cosas sin atender las instrucciones.	0	1	2	3
22. Necesito descansos frecuentes cuando estudio o trabajo.	0	1	2	3
23. Muevo los labios cuando leo en silencio.	0	1	2	3
24. Evito sentarme en un escritorio cuando no tengo que hacerlo.	0	1	2	3
25. Me siento nervioso cuando estoy sentado mucho tiempo.	0	1	2	3
26. Pienso mejor cuando puedo moverme.	0	1	2	3
27. Manipular objetos me ayuda a recordar.	0	1	2	3
28. Me gusta construir o hacer trabajos manuales.	0	1	2	3
29. Me gustan mucho las actividades físicas.	0	1	2	3
30. Colecciono tarjetas, timbres monedas, etc.	0	1	2	3

Registro de los resultados

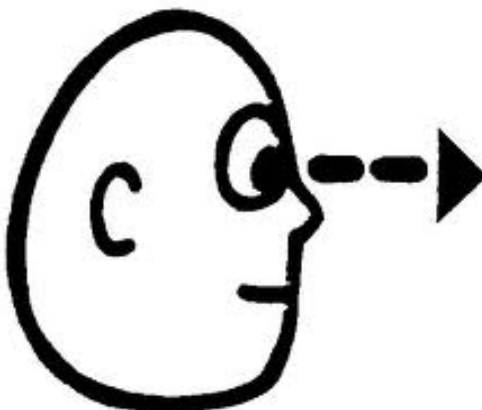
Suma los puntos obtenidos en cada enunciado y llena la siguiente tabla según el número de pregunta como se muestra a continuación. En cada caso encierra el valor total mayor, éste mostrará tu estilo de aprendizaje predominante. Si existe una diferencia máxima de dos unidades entre los valores obtenidos, entonces posees las dos características.

Número de Pregunta	Estilo que evalúa	Tu Suma	Tu resultado
1 a 10	visual		
11 a 20	auditivo		
21 a 30	kinésico		

Interpretación de los resultados

Aprendiente predominantemente **visual**:

- Asegúrate de ver todo el material de estudio.
- Tienes facilidad para hacer imágenes mentales.
- El material con tablas, mapas y gráficas te facilita el estudio.
- Puedes ayudarte preparándote tus propias notas y tarjetas.
- Practica visualizando (palabras/conceptos).
- Utiliza diferentes colores para subrayar lo importante.



Aprendiente predominantemente **auditivo**:

- Podrás beneficiarte del material auditivo en CD's.
- Graba las clases y conferencias para ayudarte a completar tus notas.
- Procura sentarte en un lugar donde puedas escuchar bien.
- Si lo crees necesario, estudia con un compañero y explícale los temas que ya dominas.
- Te resultará útil escuchar audiolibros varias veces, así como grabar tu voz y comparar los audios.
- Leer las letras de las canciones, así como memorizarlas es un buen ejercicio. Te recomendamos la página:

www.lyricstraining.com



Aprendiente predominantemente **kinésico**:



- Toma apuntes de clases y conferencias y luego prepara tus propias hojas de estudio.
- Es importante que repitas varias veces lo que debes aprender.
- Te beneficia el trabajo en equipo.
- Toma descansos con frecuencia cuando estudies.
- Busca la forma de sentarte cómodo.
- Elabora gráficas, diagramas, cuadros sinópticos, pósters, etc., de temas revisados.
- Organiza tu horario de estudio y procura otorgarle lapsos cortos a temas que requieren de mucha concentración.



¡Recuerda!
**Ser visual, auditivo o kinésico
tiene ventajas y desventajas.
Desarrolla los otros estilos de
igual manera para aprovechar tus
oportunidades de estudio.**

UNAM

Rector:

Dr. José Narro Robles
CCH

Directora General:

Lic. Lucía Laura Muñoz Corona
CCH NAUCALPAN

Director:

Dr. Benjamín Barjas Sánchez

Secretario General:

Mtro. Keshava Quintanar Cano

**Secretario de Informática
y Apoyo al Aprendizaje:**

Ing. Víctor Manuel Fabián
Fariás

**Coordinadora de Mediateca y
Laboratorios Multimedia:**

Lic. Edith Ruth Bautista Cruz



María Sarai Fascinetto Dorantes. Texto adaptado en 2010 de *Estilos de Aprendizaje y Trabajo*, de Beatriz Cuenca Aguilar, s/f, CCH Naucalpan, UNAM, y de *¿Qué tipo de aprendiente soy?* de Ma. del Carmen Contijoch, 2002, Mediateca, CELE UNAM.

Diseño: David Flores García (2010).

Actualizado por: **Stephany Rosas Manzano (2016).**