



Introducción a las técnicas de estudio en Ciencias Sociales¹

*María Julieta Cortes
Carla Morasso*

Introducción

El tránsito de la escuela media a la vida universitaria presenta múltiples desafíos para los ingresantes, entre ellos, el reto de fortalecer sus capacidades de estudio para poder abordar los textos científico-académicos en torno a los cuales se estructuran los contenidos de las carreras de educación superior.

Dadas sus características particulares, la comprensión de la bibliografía académica requiere mayor esfuerzo, dedicación y atención. Los textos académicos son producidos con lineamientos teóricos y metodológicos específicos y utilizan un lenguaje disciplinar particular con altos niveles de abstracción que los hacen muy diferentes, tanto en contenidos como en formato, de otras piezas bibliográficas con las cuales usualmente los estudiantes se encuentran familiarizados, tales como manuales de estudio, libros de literatura, revistas, periódicos, blogs y redes sociales.

“Así, frente a los textos académicos, el estudiante de nivel superior tiene la ardua tarea de realizar inferencias, razonar sus respuestas, definir, clasificar, explicar, describir y enjuiciar, todo ello ofreciendo argumentos lógicos y coherentes que requieren la comprensión satisfactoria de su contenido. Se espera, por tanto, que los estudiantes comprendan lo que leen para que puedan analizar y sintetizar, evaluar y criticar información de diversas fuentes” (Vidal-Moscoso y Leonardo Manriquez-López, 2016: 98).

¹ Este trabajo fue elaborado para el Cursillo de Ingreso en el marco del Programa “Leer y Escribir en clave universitaria” -Res. CD N° 1980/13 de la Facultad de Ciencia Política y Relaciones Internacionales- que implementa la Secretaría Académica con el objetivo de contribuir a fortalecer las capacidades de lecto-escritura de los estudiantes universitarios.



Es por ello que la lectura suele requerir un mayor esfuerzo a los estudiantes que están comenzando a transitar su vida académica, el cual no sólo está vinculado a las condiciones intelectuales del estudiante, sino que también involucra otros aspectos relacionados a la responsabilidad que debe asumir para tomar decisiones sobre la forma en que llevará adelante su carrera universitaria.

En esta instancia de formación superior, para adquirir conocimientos, simplemente no alcanza con sólo “leer” un texto, sino que el mismo también debe ser comprendido en profundidad, analizado y sistematizado. Es por ello que la aplicación de ciertas técnicas de estudio puede contribuir con el proceso de aprendizaje.

En función de lo señalado, este trabajo se propone acercarle a los estudiantes nóveles de la Facultad de Ciencia Política y Relaciones Internacionales algunas consideraciones sobre el proceso de estudio y una síntesis de las técnicas de estudio más utilizadas en las Ciencias Sociales.

El Hábito de Estudiar

Estudiar es una forma de aprendizaje que implica la asimilación y comprensión de conocimientos, el interés, el compromiso y la concentración del estudiante y la aplicación de métodos que requieren de práctica y hábitos.

Es esencial que el estudiante sea consciente de que ***estudiar implica un trabajo que se desarrolla paulatinamente y que requiere dedicarle tiempo, por lo cual la planificación se convierte en un elemento central a tener en cuenta.***

La **planificación temporal** es un factor crítico que incide en el logro de los resultados del estudiante. Para una correcta organización del tiempo, que es finito e inelástico, los estudiantes deben prestar mucha atención a los calendarios institucionales (fechas de trabajos prácticos, exámenes parciales y finales, carga horaria del cursado de las asignaturas, clases de consulta, entre otros) y a las actividades que son parte de la vida cotidiana fuera de la universidad (práctica de deportes, actividades sociales y familiares, recreación, descanso, entre otros).

Es de gran ayuda ***diseñar un cronograma realista*** que ayude al estudiante a organizar su semana y que exponga claramente los horarios de cursado y consulta junto a los momentos de estudio. Del mismo modo, prever con la suficiente antelación las semanas



que se dedicarán a estudiar para los exámenes parciales y finales contribuye a distribuir las jornadas entre las diferentes asignaturas que deben ser estudiadas y a priorizar las acciones a llevar a cabo.

Otro aspecto relevante que debe ser atendido es la **organización del material de estudio**. Es fundamental que al momento de comenzar a estudiar el alumno conozca al detalle el plan de estudios de la carrera, el programa de la asignatura y disponga de la bibliografía de la materia.

En este sentido es necesario señalar que el plan de estudios expone la organización y relación entre las diversas asignaturas y que los programas brindan la información sobre los contenidos sobre los cuales deben dar cuenta los estudiantes en sus exámenes. En los programas se detallan los ejes conceptuales y perspectivas teóricas de la materia, evidenciándose la lógica intrínseca del cuerpo de conocimientos que deben ser aprendidos. Ante la preparación de cada trabajo práctico o **examen es fundamental que el estudiante se prepare atendiendo constantemente al programa**.

Por otra parte, es importante también conocer los espacios institucionales donde se encuentra disponible la bibliografía. La biblioteca y el centro de copiado, el campus virtual de la UNR y los blogs de las cátedras son algunos de los lugares a los cuales recurrir al momento de organizar el material de estudio.

Finalmente, **el estudiante debe atender al espacio donde desarrolla su estudio**. Disponer de un lugar con buena iluminación y temperatura agradable, sin sonidos que sean disruptivos y con un amueblamiento que permita una buena postura corporal es un buen comienzo.

Asimismo, es aconsejable que estudiante reconozca aquellos elementos que perturban su concentración para poder neutralizarlos. Los teléfonos celulares y los dispositivos electrónicos conectados a redes sociales son actualmente fuentes muy potentes de distracción. Un primer paso es desconectar estos aparatos durante los períodos de estudio y utilizar las herramientas digitales de manera acotada a las tareas académicas que deben ser realizadas.

Al momento de comenzar el proceso de estudio, el estudiante debe tener en claro qué va a estudiar, cuándo y dónde lo hará y cómo llevará adelante la tarea.



Las Técnicas de Estudio

Las técnicas de estudio nos brindan un conjunto de pasos sistemáticos que tienen como objetivo que el estudiante seleccione e incorpore determinados conocimientos en un período acotado de tiempo y que pueda dar cuenta de los mismos para que sean evaluados.

A continuación, se presentarán algunas herramientas básicas para comprender un texto académico. Las mismas fueron ordenadas de acuerdo a su pertenencia a una de las fases acumulativas del **proceso de aprendizaje: información; indagación; organización; y evaluación²**.

Es importante señalar que estas herramientas se encuentran interrelacionadas entre sí en la medida en que conforme se profundiza la comprensión se avanza en la aplicación de las mismas. De este modo, para poder realizar un **subrayado eficaz** es menester haber realizado **una lectura comprensiva del texto** previamente. A su vez, en cada una de las fases nos encontramos con la influencia de los hábitos de estudio y haber transitado por ellas le brindará al estudiante mayores recursos para presentarse en los exámenes.

Los exámenes son las instancias donde se deben probar los conocimientos adquiridos. Si bien cada experiencia en un examen es singular, pueden tenerse en cuenta algunas puntos que contribuyen a superar esta instancia satisfactoriamente, tales como: utilizar el vocabulario disciplinar; si es escrito ser prolijos en la hojas y utilizar letra clara y sin abreviaciones; presentarse con vestimenta adecuada, mantener la línea de respeto con los docentes; realizar repasos orales de lo estudiado en días previos, los cuales pueden ser grupales; y acudir descansados el día del examen.

² El criterio adoptado para el orden de las fases se corresponde con la organización de la información del presente trabajo.



Fuente: elaboración propia.

1. *Apuntes de Clase*

Durante las clases es generalmente donde se generan los primeros intercambios entre los profesores y los estudiantes sobre los contenidos de los textos. Por este motivo es **muy conveniente que el estudiante realice una primera lectura de los textos antes de la clase**. Esta lectura previa le ayudará a reconocer las ideas principales de los textos (que luego se deberán leer en profundidad) y a tomar notas pertinentes durante la exposición de los profesores. Asimismo, durante las clases los estudiantes tendrán la oportunidad de realizar preguntas sobre los temas abordados. La tarea de oír con atención y escribir los ejes de las clases es fundamental para el reconocimiento de los temas y su ubicación en el programa. Durante la lectura de la bibliografía, los apuntes tomados pueden ser una herramienta de consulta y apoyo que contribuya a la comprensión del objeto de estudio.

2. *Lectura Comprensiva*

La técnica básica para lograr un estudio eficaz es lectura comprensiva. La misma requiere ir más allá de la lectura veloz, proponiendo al estudiante leer activamente, es decir,



reflexionando sobre lo expuesto, relevando las ideas centrales y relacionando los conceptos y proposiciones nuevas con los conocimientos previos adquiridos.

“La lectura comprensiva tiene por objeto alcanzar la interpretación y la comprensión crítica del texto. En ella, el lector no solo decodifica el mensaje, sino que además lo interroga, lo analiza, lo critica y lo incorpora a sus conocimientos” (Suárez, Cuaderno 3, pp. 3).

Durante la lectura comprensiva el estudiante debe “interrogar” al texto. Entre las principales preguntas podemos señalar: ¿Quién es el autor?; ¿Cuándo lo escribió?; ¿Qué tipo de texto es (capítulo de libro, libro completo, ensayo, artículo científico)?; ¿Reconozco la corriente teórica en la cual se ubica?; ¿Qué temas aborda?; ¿Cómo aborda la cuestión tratada?; ¿Cuáles son los conceptos e ideas centrales que aparecen en el texto y responden al programa de la asignatura?; ¿Cuáles son los argumentos principales que esgrime el autor?.

Generalmente, la lectura comprensiva puede ser alcanzada a partir de la segunda o tercera vez que se lee el texto. **En una primera lectura el estudiante podrá identificar de qué se trata el texto, pero recién a partir de una segunda o tercera lectura podrá profundizar en los contenidos del texto, identificar los argumentos esgrimidos por el autor y la interrelación entre las ideas centrales, siendo a partir de allí capaz de exponer a terceros lo comprendido.**

En el proceso de lectura pueden emerger palabras cuyo significado es desconocido. Para estos casos, el uso de diccionarios es buen recurso, pero siempre debe tenerse en cuenta que en el lenguaje disciplinar pueden presentarse palabras cuya definición difiere del contenido otorgado por el autor o la corriente teórica en la cual se enmarca.

Cabe destacar que el estudiante se encontrará con **diferentes tipos de textos**. Entre los más utilizados encontramos los **de carácter descriptivo y los explicativos**.

Los textos descriptivos presentan las características fundamentales de los fenómenos y sus actores, clasificando y sistematizando la información para dar cuenta de “quién / qué” y de “cómo”. **Los textos explicativos**, en tanto, dan cuenta de las razones por las cuales suceden los fenómenos, analizando las relaciones de causa-efecto, es decir, dan cuenta del “por qué”.

Pero más allá de esta gran división formal, el estudiante debe tener en claro que los libros y artículos académicos generalmente describen y explican a medida que analizan las



temáticas abordadas y que usualmente presentan los argumentos, hipótesis y opiniones de los autores que son esenciales para la comprensión del texto.

Asimismo, también es importante recordar que dado que el conocimiento es acumulativo, cuanto más extensos sean los conocimientos previos del estudiante más eficientemente podrá realizar una lectura comprensiva.

Por último, no debe olvidarse que **el texto debe** además **ser contextualizado** en el programa de la asignatura, a los efectos de encuadrar su propósito. El estudiante de Ciencias Sociales puede encontrarse con el mismo autor en diferentes materias, pero la interpretación que debe realizar en cada lectura y los datos relevantes que debe relevar estarán vinculados directamente al objeto de la asignatura. A modo de ejemplo podemos tomar el caso de los trabajos clásicos de Karl Marx, cada uno de los cuales tiene una significación diferente en tanto se aborde desde la economía, la sociología o las relaciones internacionales.

3. Subrayado y Notas al Margen

Subrayar el texto permite fijar la atención en el mismo y repasar la estructura central del texto en repasos del mismo. Esta técnica es preferible aplicarla a partir de la segunda lectura del texto para marcar ideas principales y secundarias con colores diferentes y remarcar los conceptos centrales. Las ideas principales son aquellas que brindan coherencia en el hilo argumental, mientras que las secundarias amplían la información.

El subrayado le permite al estudiante resaltar lo más importante de los contenidos y puede estar acompañado de **notas al margen**, las cuales pueden indicar datos centrales o relaciones relevantes para el estudiante o pueden ser la conexión entre los párrafos subrayados.

4. Resumen

El resumen se basa generalmente en las ideas centrales marcadas durante el subrayado y convierte el texto original en un nuevo texto, procesado y simplificado por el mismo estudiante. Se convierte así en una exposición sintética que ha sido mediada por el lenguaje del estudiante pero que conserva sus conceptos centrales y replica el vocabulario disciplinar esencial.



En algunas ocasiones el resumen mantiene el hilo conductor del texto, pero en otras reorganiza la información en función de los intereses y la comprensión del lector. En el resumen no se transcriben los párrafos, sino las ideas que para el estudiante son las primordiales.

En los casos de exámenes escritos, la realización de resúmenes es un buen ejercicio de preparación, dado que al escribir los contenidos el estudiante fija mejor las ideas y se prepara para exponer de manera escrita los núcleos temáticos abordados.

5. Cuadros y Mapas Conceptuales

En un nivel mayor de abstracción y síntesis se encuentran los cuadros y mapas conceptuales. Los mismos son **representaciones gráficas muy esquemáticas y ordenadas del texto en las cuales es posible encontrar las relaciones de las ideas y conceptos centrales.**

Los cuadros comparativos suelen mostrar en columnas y filas características de los objetos de estudio (hechos históricos, teorías, entre otros) señalando sus coincidencias y diferencias y brindando un orden lógico (que puede o no ser cronológico).

Los mapas conceptuales en tanto, se utilizan más frecuentemente para dar cuenta de las vinculaciones de prelación, subordinación y causa y efecto tanto de los conceptos como de sucesos fácticos contenidos en los textos. El uso de flechas y formas son esenciales para brindar una visualidad sintética y clara a los contenidos. También se suelen utilizar diferentes tipografías de letras que señalan la importancia relativa de cada palabra/idea/definición.

La virtud de los esquemas es que permite a cualquier lector obtener una clara idea general del tema abordado y contribuye a identificar los conceptos centrales. Son una herramienta muy utilizada para brindar exposiciones orales.

“Al ser producto de una reflexión y una relación con conocimientos previos –tal como supone el aprendizaje significativo– a partir de un mismo texto o tema pueden elaborarse mapas conceptuales distintos, todos ellos válidos y correctos. No hay un mapa conceptual unívoco y definitivo” (Suárez, Cuaderno 7, pp. 6).



A modo de cierre

Tal como puede apreciarse en las páginas previas, la *lectura comprensiva* es central al momento de llevar adelante el proceso de estudio y es a partir de ella que se desenvuelven el resto de las técnicas de estudio presentadas. La comprensión profunda, que es la que implica interpretar y construir imágenes mentales del texto, es la que permite el aprendizaje significativo. A partir de esta lectura en profundidad cada estudiante puede aplicar otras técnicas, siendo el subrayado la más utilizada en tanto permite realizar rápidamente repaso de contenidos en materias de extensas que cuentan con mucha bibliografía. Los resúmenes, por su parte, toman mayor tiempo, motivo por el cual frecuentemente se realizan para aquellos textos que son fundamentales en la asignatura. Los esquemas y mapas conceptuales, en tanto, suelen aplicarse al momento de preparar el tema que se expondrá como principal en el examen.

No obstante, es muy importante tener siempre en cuenta que cada estudiante es diferente, al igual que cada asignatura es única. De este modo, es posible que una técnica sea de utilidad para un estudiante mientras que no lo sea para otro y que para el mismo estudiante una misma técnica tenga distinto grado de provecho para dos materias distintas. Asimismo, los hábitos de organización temporal de un estudiante puede no ser la mejor opción para un compañero. Por ello cada estudiante debe ser capaz de reconocer tanto las condiciones que particularmente favorecen su proceso de estudio como aquellas técnicas que mejor le sirven en cada caso de acuerdo a la dificultad que le representan los contenidos curriculares.

No hay fórmulas predefinidas ni reglas estrictas que seguir al momento de estudiar. Cada estudiante debe aplicar su propio y más eficaz método de estudio en función de sus habilidades, conocimientos y motivación por las temáticas y contenidos que debe adquirir durante su proceso de formación superior.

Bibliografía

Caamaño Silvia, C. "Técnicas de Estudio", Centro de Aprendizaje, Campus Sur, Universidad de Chile. Disponible en: www.uchile.cl/.../guia-tecnicas-de-estudio-pdf-3316-kb_126609_2_0535.pdf

Sequeira, G. (2017). "Técnicas de Estudio estrategias para rendir exámenes, con ejemplos y ejercitación", Ed. Va con H.



Suárez, L. "Técnicas de Estudio. Fascículo 7", Colección Fascículos Digitales Competencias en TIC, Conectar Igualdad. Disponible en: <https://www.educ.ar/recursos/103108/tecnicas-de-estudio>

Vidal-Moscoso, D. y Manriquez-López, L. (2016). "El docente como mediador de la comprensión lectora en universitarios", en *Revista de la Educación Superior*, Vol. xlv (1); No. 177, enero-marzo.

Zabalza, M. y Vilas, Y. (2017). "Estudiar en la universidad: un momento especial en la vida", en *Revista Argentina de Educación Superior*, Año 9, No. 14, junio - noviembre 2017.