

MÉTODO IPLER

INVESTIGAR:

- El estado natural del aprendizaje
- La dificultad para concentrarse y fijar la atención
- El estilo de aprendizaje
- Enfoque generalista
- Enfoque del especialista.

PREGUNTAR:

- ¿Que es el estado natural de aprendizaje?
- ¿Cual es el propósito de la concentración?
- ¿Porque es importante el cerebro y la respiración en el proceso de aprendizaje?
- ¿Cual es nuestro estado natural para el aprendizaje?

LEER:

El estado natural de aprendizaje es el estado de concentración y atención durante el abordaje de un tema, que nos permite comprender con facilidad la información y convertirla en conocimientos útiles.

La concentración es un estado de máxima realización, en el cual las acciones están determinadas por el sentimiento y la intuición, un estado mental que evita o reduce al mínimo la confusión de pensamientos.

"una suspensión de la duda y la cohibición, una forma de despejar la mente ,quitando todos los escombros y la basura que puede distraerla" (Mandino,O. 1986).

Para mejorar los procesos de aprendizaje, se debe a la forma como opera el cerebro, el cual funciona en cuatro frecuencias diferentes: ondas alfa, beta, delta y theta, cada una de las cuales, realiza las operaciones mentales con diferentes grado de efectividad.

Conocer como opera nuestro cerebro nos hará conscientes de la forma en que logramos mayor efectividad en la operación e integración de conocimientos a nuestra estructura cognitiva.

Es importante el dominio de la respiración para mejorar los procesos de aprendizaje de la persona. Conocer, dominar y establecer los ciclos respiratorios favorece la actividad intelectual y el aprendizaje.

Robert Smith plantea en su libro Learning how to learn, "diferimos en la forma en que abordamos las actividades relacionadas con el aprendizaje. Somos diferentes en la forma de pensar, de resolver problemas...en la forma en que procesamos la información".

EXPRESAR:

La concentración y la atención que le damos a un tema específico nos lleva a la compresión, pero para tener una buena concentración, debemos conocer como opera el cerebro. Conocer como opera nuestro cerebro nos hará conscientes de la forma en que logramos mayor efectividad en la apropiación e integración de conocimientos a nuestra estructura cognitiva.

"El aprendizaje es óptimo cuando el cuerpo y la mente están equilibrados y cuando la información se aborda teniendo en cuenta algunos principios de la neurología y la psicología del hombre" (Drapeau, C. 1997).

Otro aspecto importante del estado natural de aprendizaje es lo relacionado con la hora a la cual el cerebro está alerta y con mayor posibilidad de centrar la atención en lo que se aprende.

Por eso es recomendable para lograr una mayor concentración antes de comenzar a leer determinado tema, estar completamente relajados, descansados, dejar todos los problemas, dejar todas las cosas que no tengan que ver con la lectura a un lado, también es aconsejable para lograr el mayor grado de concentración un lugar donde solo se escuche tu respiración, un lugar con mucha ventilación y luz pero sobre todo donde haya silencio para que se pueda encontrar la conexión entre el lector y la lectura a realizar.

REVISAR:

Todos tenemos un estado natural para el aprendizaje y es importante conocerlo, para obtener un mayor beneficio de su proceso.

Hay que recordar que somos seres únicos e irrepetibles, que lo que funciona con los amigos, hermanos y demás familiares, por lo general, no funciona con uno mismo. Porque cada cual tiene una forma personal y particular de hacer las cosas.

Cada individuo tiene un estilo personal de adquirir conocimientos, un estilo que le posibilita aprender a aprender de una manera mas o menos efectiva, con mayor o menor rapidez, con mayor grado de facilidad o dificultad.

- El enfoque generalista se centra en encontrar relaciones y paralelos en la información, prefiriendo enfrentar situaciones poco estructuradas y situaciones de conflicto en forma directa.
- El enfoque del especialista es metódico y sistemático, una persona bajo este enfoque se concentra en cada detalle y hasta no dominar cada etapa del proceso no avanza hacia la siguiente, se centra en los aspectos relacionados directamente con el tema en cuestión, prefiere que las situaciones y problemas estén muy bien estructurados.

La utilización del enfoque correcto en el proceso de aprendizaje funciona como catalizador que activa el proceso de aprendizaje en el individuo.