

UAAAN

Dirección de Docencia

Subdirección de Desarrollo Educativo

Departamento de Formación e Investigación Educativa

ADMINISTRACIÓN 2014 - 2018

MOTIVACIÓN para ESTUDIAR

Boletín # 6

VALÓRATE
SUPÉRATE
CONÓCETE
DESCÚBRETE



EDUCACIÓN PARA TU VIDA



Aún recuerdo la alegría que sentí cuando supe que había aprobado mi examen de admisión en la universidad, fue tan placentero, era una emoción muy grande, corrí a mi casa y le dije a mis padres; había un motor dentro de mí que me estaba empujando a lograr lo que yo había soñado, no pensaba en obstáculos, solo quería iniciar, iniciar ya y así vivir nuevas experiencias, era el inicio de un largo proceso y ahora sé que estaba realmente motivado.

-Así fue como describió Pablo lo que él entiende por Motivación-; la voluntad, el conocimiento y la perseverancia en las actividades que realizas te darán satisfacciones y las metas planeadas serán cumplidas. La motivación desempeña un papel fundamental para el éxito en la vida universitaria, es por eso que en este boletín encontrarás información al respecto y así saber si estas motivado para cumplir cada uno de tus objetivos. El boletín No.6 esperamos sea de tu agrado.

Motivación: Factor importante para el estudio

La motivación es un estado de activación o excitación que impulsa a los individuos a actuar, es decir, es la disposición del ser humano para realizar alguna actividad o para confrontar alguna situación nueva. La conducta del ser humano esta influenciada por múltiples motivos, y a éstos los podemos definir como el estado cognitivo interior de una persona, con el fin de explicar sus elecciones y su conducta orientada hacia metas a corto, mediano y largo plazo.

Desde el punto de vista subjetivo, es un deseo o anhelo de realización personal.

¿Estas realmente motivado para estudiar, lograr concluir una carrera, o realizar alguna actividad productiva?



Motivación interna

Es interna, cuando la persona fija su interés por el estudio o trabajo demostrando siempre superación y personalidad en la consecución de sus fines, aspiraciones y metas.

Definida por el hecho de realizar una actividad por el placer y la satisfacción que uno experimenta mientras aprende, explora o trata de entender algo nuevo.



Motivación externa

Es externa cuando el participante solo trata de aprender no tanto porque le guste el tema sino por las ventajas que éste ofrece. Contraria a la motivación interna, la motivación externa pertenece a una amplia variedad de conductas las cuales son medios para llegar a un fin determinado.

La motivación es muy importante para el estudio ya que ayuda a transformar las conductas del estudiante y así lograr las metas



Menciona una meta alcanzable para ti en el próximo ciclo escolar

Éxito en el estudio



Para lograr tus objetivos como estudiante necesitas tener una filosofía de la vida que te libere de plantearte metas infundadas e irrealas, y la mejor manera de hacerlo es proporcionarle un significado práctico a tu conducta.

Es evidente que muy pocas personas se plantean propósitos por cumplir; la mayoría se equivoca sin que sus pasos tengan un destino en senderos iluminados por una esperanza, viven sin descanso, sin satisfacciones: realmente es lamentable observar su desorientación y frustración.

Uno de los primeros postulados de la filosofía del éxito es que siempre se debe ser constante y nunca ser derrotista; esto significa que, siempre tenemos que estar convencidos de que es imposible fracasar en cualquier empresa que emprendamos.

Los hombres que triunfan tienden a seguir así y aquellos que fracasan seguirán en derrotas; todo es cuestión de metas. Aquel que cuenta con una meta es el que triunfa ya que sabe a dónde llegar.



Actualmente, nadie tiene un porvenir tan brillante como los buenos estudiantes, porque la sociedad necesita de hábiles y destacados profesionales.

Nada puede oponerse a que un joven decidido triunfe, tal persona "arrasa" todos los obstáculos. Jamás se deja "aplastar" por contrariedades y problemas, sino que con temple, seguridad y conocimiento los encara y vence; prosigue hacia delante, sin desánimo ni desmayo.

Por lo antes mencionado se puede afirmar que no es posible alcanzar el éxito si uno se deja llevar por las circunstancias.

Los jóvenes anhelan abrirse paso y triunfar en la vida pero no hacen nada para lograrlo y la verdad es que ninguna conquista, ninguna victoria significativa se logra sin esfuerzo y lucha tenaz.

El éxito en la vida de un hombre está en prepararse para aprovechar la ocasión cuando se le presente. Benjamin Disraeli

Menciona 3 pasos para tener éxito en el estudio

Importancia del éxito

¡Estoy cansado de estudiar! afirman algunos jóvenes. Sin embargo, deberían comprender que en estos tiempos no educarse es tan perjudicial como perder las manos o los pies. Hoy en día los que triunfan son los más preparados; los rezagados obtendrán trabajos poco remunerados. Las puertas de la oportunidad se abren de par en par ante los jóvenes que tienen una educación sólida. El estudio es como una escalera: **mientras más se estudia más alto se puede llegar.**



No olvidemos que el verdadero estudio comienza precisamente después de recibir el título, los que progresan y se destacan son los que siguen indagando, estudiando y actualizándose más.

Si quieres ser un buen estudiante, tus actitudes y actos deben cambiar de acuerdo con la meta académica que te has propuesto.

Una manera de facilitar tu estudio es utilizando un contrato conductual a través del cual podrás establecer tus obligaciones de estudios. El contrato conductual es un procedimiento de cambio, que consiste en estipular por escrito determinadas conductas que debes efectuar y con honestidad cumplirlas cabalmente.



CONTRATO CONDUCTUAL DE HÁBITOS DE ESTUDIO

(Ejemplo)

Nombre: _____ Fecha: _____

1.- Complete las siguientes unidades de conducta en sus fechas límites:

	Título del curso	Unidad de conducta	Fecha límite
1.	_____	_____	_____
2.	_____	_____	_____
3.	_____	_____	_____

Los buenos estudiantes contraen compromisos consigo mismos y posponen sus actividades recreativas hasta llevar a cabo el estudio, son muy estrictos y sistemáticos en sus respuestas.

Si tu camino es difícil, no te desespere, nada es fácil en la vida.

Descansa y vuelve a la lucha

¡No claudiques!

*Si en la vida el destino te derriba:
Si todo en tu camino es cuesta arriba;*

*Si tu sonrisa es ansia insatisfecha:
Si hay faena excesiva y vil cosecha;
Si a tu caudal se contraponen diques:
Date una tregua pero... ¡no claudiques!*

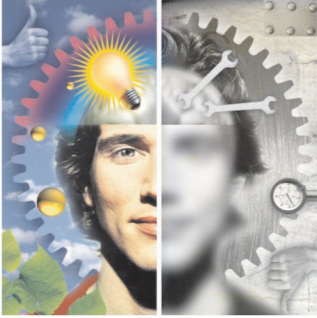
Rudyard Kipling



Las lámparas mágicas no existen, ya que algunos alumnos pretenden tener éxito en sus actividades académicas mediante acontecimientos milagrosos que nunca llegan, por eso los estudiantes deberían recurrir con mayor frecuencia al pensamiento de William Shakespeare:

Publio Siro dijo:

Nadie sabe de los que es capaz hasta que lo intenta.



En efecto la fuerza de los hombres reside en su pensamiento, todo aquel que desea ser alguien puede llegar a serlo si así lo ha decidido.

Factores de la motivación

La motivación se incrementa cuando el estudiante atribuye sus éxitos académicos a:

Su capacidad intelectual y cognitiva
A su esfuerzo

Cuando reconoce ante los fracasos que los factores que influyeron son controlables como el esfuerzo o las estrategias de estudio utilizadas que provocaron el resultado, o bien lo adjudica a factores externos que le permiten eludir sus responsabilidades como dificultad en la tarea o enfermedad.

La motivación disminuye cuando:

El estudiante atribuye sus éxitos a factores externos incontrolables (como la suerte)
Factores internos como falta de capacidad cognitiva: atención, comprensión o memoria.



El esfuerzo que el alumno haga en el estudio de sus asignaturas y el uso adecuado de las técnicas de aprendizaje serán determinantes para el éxito o fracaso en el proceso escolar; si hay éxito será motivante para continuar, si hay fracaso esto podrá llevar al alumno a la pérdida de la autoestima.

El éxito no es cuestión de suerte sino de trabajo.
F.L Emmerson

BIBLIOGRAFÍA

- CIPCO. Diseño e impartición de cursos de capacitación. Manual del participante. Curso-Taller. Saltillo, Coahuila , 2010.
- Gastón, Hernández Santiago. El éxito en tus estudios. 4ª. Edición. Editorial Trillas. México, 1992.



Compilador y responsable de la Publicación:
Departamento de Formación e Investigación Educativa.

ACLARACIONES Y DUDAS

Atención personalizada y sugerencias con referencia al tema, favor de dirigirse al Departamento de Formación e Investigación Educativa de la Dirección de Docencia de la UAAAN ubicado en la planta alta del Edificio Administrativo.

TELÉFONO

411 0200
Ext. 2084, 2085, 2086 y 2087