

TEST ACRA:

Este test se divide en cuatro escalas:

- **Adquisición de información:** Ayuda al alumno a conocer como debe adquirir la información necesaria para el estudio.
- **Codificación de información:** Informa de cómo se deben diferenciar las ideas principales y secundarias de un texto.
- **Recuperación de la información:** Expone los mecanismos necesarios para recuperar la información almacenada anteriormente.
- **Apoyo de la información:** Qué medios y condiciones van a ayudar a la mejora del estudio.

A continuación el alumno debe realizar dicho test, el cuál se debe contestar del siguiente modo:

Las preguntas que se realizan deben ser contestadas de la siguiente manera:

- Si **NUNCA o CASI NUNCA** se hace lo que se pregunta, hay que poner **A**.
- Si **ALGUNA VEZ** se hace lo que se pregunta, hay que poner **B**.
- Si **BASTANTES VECES** se hace lo que se pregunta, hay que poner **C**.
- Si **SIEMPRE** se hace lo que se pregunta, hay que poner **D**.

ESCALA I: ESTRATEGIA DE ADQUISICIÓN DE INFORMACIÓN:

1. Antes de comenzar a estudiar leo el índice, o el resumen, o los apartados del material a aprender.	A	B	C	D
2. Cuando voy a estudiar un material, anoto los puntos importantes que he visto en una primera lectura superficial para obtener más fácilmente una visión de conjunto.	A	B	C	D
3. Al comenzar a estudiar una lección, primero la leo toda por encima.	A	B	C	D
4. A medida que voy estudiando, busco el significado de las palabras desconocidas, o de las que tengo dudas de su significado.	A	B	C	D
5. En los libros, apuntes u otro material a aprender, subrayo en cada párrafo las palabras, datos o frases que me parecen más importantes.	A	B	C	D
6. Utilizo signos (admiraciones, asteriscos, dibujos...), algunos de ellos sólo inteligibles por mí, para resaltar aquellas informaciones de los textos que considero especialmente importantes.	A	B	C	D
7. Hago uso de lápices o bolígrafos de distintos colores para favorecer el aprendizaje.	A	B	C	D
8. Empleo los subrayados para facilitar la memorización.	A	B	C	D
9. Para descubrir y resaltar las distintas partes de que se compone un texto largo, lo subdivido en varios pequeños mediante anotaciones, títulos y epígrafes.	A	B	C	D
10. Anoto palabras o frases del autor, que me parecen	A	B	C	D

significativas, en los márgenes de libros, artículos, apuntes, o en hoja aparte.				
11. Durante el estudio, escribo o repito varias veces los datos importantes o más difíciles de recordar.	A	B	C	D
12. Cuando el contenido de un tema es denso y difícil vuelvo a releerlo despacio.	A	B	C	D
13. Leo en voz alta, más de una vez, los subrayados, esquemas, etc..., hechos durante el estudio.	A	B	C	D
14. Repito la lección como si estuviera explicándosela a un compañero que no la entiende.	A	B	C	D
15. Cuando estudio trato de resumir mentalmente lo más importante.	A	B	C	D
16. Para comprobar lo que voy aprendiendo de un tema, me pregunto a mí mismo apartado por apartado.	A	B	C	D
17. Aunque no tenga que hacer un examen, suelo pensar y reflexionar sobre lo leído, estudiado, u oído a los profesores.	A	B	C	D
18. Después de analizar un gráfico o dibujo de texto, dedico algún tiempo a aprenderlo y reproducirlo sin el libro.	A	B	C	D
19. Hago que me pregunten los subrayados, esquemas, etc. hechos al estudiar un tema.	A	B	C	D
20. Cuando estoy estudiando una lección, para facilitar la comprensión, descanso, y después la repaso para aprenderla mejor.	A	B	C	D
SUMA				
MULTIPLICAR	x1	x2	x3	x4
RESULTADO	+	+	+	
RESULTADO DE LA SUMA FINAL. PUNTUACIÓN DIRECTA (PD)				
PERCENTIL (PC)				

Una vez que se han realizado las operaciones oportunas y se ha obtenido la PUNTUACIÓN DIRECTA, se debe observar la siguiente tabla para traducir dicha puntuación directa en PERCENTIL (PC). Ejemplo. Una persona que como resultado final presenta una PUNTUACIÓN DIRECTA (PD) de 50, obtiene un PERCENTIL (PC) de 25 en esta escala.

PD	PC	PD	PC
33-37	1	55	55
38	2	56	60
39	3	57	65
40	4	58	70
41	5	59-60	75
42	6	61	80
43-44	7	62-63	85
45	9	64	90
46	10	65	91
47	15	66	93
48-49	20	67	95
50	25	68	96
51	30	69	97
52	35	70	98
53	40	71	99
54	50		

Aquellas personas que obtengan un **PERCENTIL POR DEBAJO DE 40** en esta escala, deben tener en cuenta las siguientes cuestiones:

- Se debe leer por encima lo que se va a estudiar al comenzar el estudio y anotar los puntos importantes que encontremos en el texto.
- Buscar en el diccionario aquellas palabras que no se entienden.
- Subrayar para diferenciar las ideas principales de las secundarias y así ayudar a la mejor comprensión y memorización.
- Anotar palabras claves en los márgenes que ayuden a la comprensión.
- Se debe repetir mientras se estudia los datos importantes o difíciles de recordar.
- Repasar muchas veces los esquemas hecho o las ideas principales sacadas del texto.
- Para saber si se va aprendiendo la lección, se debe ir preguntando uno mismo apartado por apartado.
- Estudiar un poco TODOS LOS DÍAS de cada asignatura para que la comprensión sea mejor, repasando lo del día anterior para que no se olvide.

ESCALA II: ESTRATEGIAS DE CODIFICACIÓN DE INFORMACIÓN

1. Cuando estudio hago dibujos, figuras, gráficos o viñetas para representar las relaciones entre ideas fundamentales.	A	B	C	D
2. Para resolver un problema, empiezo por anotar con cuidado los datos y después trato de representarlos gráficamente.	A	B	C	D
3. Cuando leo, diferencio los aspectos y contenidos importantes o principales de los accesorios o secundarios.	A	B	C	D
4. Busco la "estructura del texto", es decir, las relaciones ya establecidas entre los contenidos del mismo.	A	B	C	D
5. Reorganizo o llevo a cabo, desde un punto de vista personal, nuevas relaciones entre las ideas contenidas en un tema.	A	B	C	D
6. Relaciono o enlace el tema que estoy estudiando con otros que he estudiado o con los datos o conocimientos anteriormente aprendidos.	A	B	C	D
7. Aplico lo que aprendo en unas asignaturas para comprender mejor los contenidos de otras.	A	B	C	D
8. Discuto, relaciono o comparo con los compañeros los trabajos, esquemas, resúmenes o temas que hemos estudiado.	A	B	C	D
9. Acudo a los amigos, profesores o familiares cuando tengo dudas en los temas de estudio o para intercambiar información.	A	B	C	D
10. Completo la información del libro de texto o de los apuntes de clase acudiendo a otros libros, enciclopedias, artículos, etc.	A	B	C	D
11. Establezco relaciones entre los conocimientos que me proporciona el estudio y las experiencias, sucesos o anécdotas de mi vida particular y social.	A	B	C	D
12. Asocio las informaciones y datos que estoy aprendiendo	A	B	C	D

con fantasías de mi vida pasada o presente.				
13. Al estudiar, pongo en juego mi imaginación, tratando de ver, como en una película, aquello que me sugiere el tema.	A	B	C	D
14. Establezco comparaciones elaborando metáforas con las cuestiones que estoy aprendiendo (ej.: los riñones funcionan como un filtro).	A	B	C	D
15. Cuando los temas son muy abstractos, trato de buscar algo conocido (animal, planta, objeto o suceso), que se parezca a lo que estoy aprendiendo.	A	B	C	D
16. Realizo ejercicios, pruebas o pequeños experimentos, etc., como aplicación de lo aprendido.	A	B	C	D
17. Uso aquello que aprendo, en la medida de lo posible, en mi vida diaria.	A	B	C	D
18. Procuro encontrar posibles aplicaciones sociales en los contenidos que estudio.	A	B	C	D
19. Me intereso por la aplicación que puedan tener los temas que estudio a los campos laborales que conozco.	A	B	C	D
20. Suelo anotar en los márgenes de que lo que estoy estudiando (o en una hoja aparte) sugerencias o dudas de lo que estoy estudiando.	A	B	C	D
21. Durante las explicaciones de los profesores, suelo hacerme preguntas sobre el tema.				
22. Antes de la primera lectura, me planteo preguntas cuyas respuestas espero encontrar en el material que voy a estudiar.	A	B	C	D
23. Cuando estudio, me voy haciendo preguntas sugeridas por el tema, a las que intento responder.	A	B	C	D
24. Suelo tomar nota de las ideas del tutor, en los márgenes del texto que estoy estudiando o en la hoja aparte, pero con mis propias palabras.	A	B	C	D
25. Procuro aprender los temas con mis propias palabras en vez de memorizarlos al pie de la letra.	A	B	C	D
26. Hago anotaciones críticas a los libros y artículos que leo, bien en los márgenes o en hojas aparte.	A	B	C	D
27. Llego a ideas o conceptos nuevos partiendo de los datos, hechos o caos particulares que contiene el texto.	A	B	C	D
28. Deduzco conclusiones a partir de la información que contiene el tema que estoy estudiando.	A	B	C	D
29. Al estudiar, agrupo y clasifico los datos según criterios propios.	A	B	C	D
30. Resumo lo más importante de cada uno de los apartados de un tema, de la lección o los apuntes.	A	B	C	D
31. Hago resúmenes de lo estudiado al final de cada tema.	A	B	C	D
32. Elaboro los resúmenes ayudándome de las palabras o frases anteriormente subrayadas.	A	B	C	D
33. Hago esquemas de lo que estudio.				
34. Construyo los esquemas ayudándome de las palabras o frases subrayadas de los resúmenes hechos.	A	B	C	D
35. Ordeno la información a aprender según algún criterio lógico: causa-efecto, problema-solución, etc.	A	B	C	D
36. Cuando el tema objeto de estudio presenta la información organizada temporalmente (aspectos históricos), la aprendo teniendo en cuenta esa secuencia temporal.	A	B	C	D
37. Si he de aprender distintos pasos para llegar a resolver un problema, utilizo diagramas para ayudar en la captación de la información.	A	B	C	D
38. Durante el estudio, o al terminar, diseño mapas conceptuales para relacionar los conceptos de un tema.	A	B	C	D
39. Para elaborar mapas conceptuales, me apoyo en las				

palabras clave subrayadas.				
40. Cuando tengo que hacer comparaciones o clasificaciones, utilizo cuadros.	A	B	C	D
41. Al estudiar alguna asignatura, utilizo diagramas en V, para resolver lo expuesto.	A	B	C	D
42. Dedico un tiempo de estudio a memorizar, sobre todo, los resúmenes, los esquemas, los mapas conceptuales, etc. es decir, a memorizar lo importante de cada tema.	A	B	C	D
43. Para fijar datos al estudiar, suelo utilizar "trucos" para que se me quede esa idea en la memoria.	A	B	C	D
44. Construyo "rimas" o "muletillas" para memorizar listados de conceptos.	A	B	C	D
45. Para memorizar, sitúo mentalmente los datos en lugares de un espacio muy conocido.	A	B	C	D
46. Aprendo nombres o términos no familiares elaborando una "palabra-clave" que sirva de puente entre el nombre conocido y el nuevo a recordar.	A	B	C	D
SUMA				
MULTIPLICAR	x1	x2	x3	x4
RESULTADO	+	+	+	
RESULTADO DE LA SUMA FINAL. PUNTUACIÓN DIRECTA (PD)				
PERCENTIL (PC)				

Una vez que se han realizado las operaciones oportunas y se ha obtenido la PUNTUACIÓN DIRECTA, se debe observar la siguiente tabla para traducir dicha puntuación directa en PERCENTIL (PC). Ejemplo. Una persona que como resultado final presenta una PUNTUACIÓN DIRECTA (PD) de 138, obtiene un PERCENTIL (PC) de 91 en esta escala

PD	PC	PD	PC
70-72	1	110-111	50
73	2	112-113	55
75-76	3	114-115	60
77-79	4	116-118	65
80	5	119-120	70
81-82	6	121-124	75
83-85	7	125-128	80
86	9	129-134	85
87-90	10	135-136	90
91-93	15	137-139	91
94-97	20	140-142	93
98-100	25	143-144	95
101-103	30	145	96
104	35	146-152	97
105-106	40	153-159	98
107-109	45	160	99

Aquellas personas que obtengan un **PERCENTIL POR DEBAJO DE 40** en esta escala, deben tener en cuenta las siguientes cuestiones:

- Desde el comienzo del estudio, se deben diferenciar las ideas principales de las secundarias para saber lo que realmente es importante a la hora de estudiar.
- Para que lo que se estudia tenga más sentido, se debe relacionar los nuevos aprendizajes con los que ya conozco de ese tema, buscando en todo momento un APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO.
- Cuando se tengan dudas, se debe preguntar a los profesores, compañeros o familiares, pero todo ello a su debido tiempo y no el día anterior al examen.
- Cuando los temas sean difíciles, se deben ir estudiando poco a poco TODOS LOS DÍAS para ir comprendiendo las ideas principales.
- Cuando se estudia, se debe anotar en una hoja aparte lo que no se entiende para luego preguntarlo y resolver la duda planteada.
- Al estudiar, se deben agrupar por un lado las ideas principales y por otro las secundarias, para saber lo fundamental de cada tema.
- Una vez que se conocen las ideas principales y secundarias, se deben estructurar en un esquema.
- Los esquemas se deben hacer con palabras que uno entienda.
- Para memorizar, se deben utilizar “trucos” para ayudar a dicha memorización.

ESCALA III: ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN DE INFORMACIÓN:

1. Antes de hablar o escribir, voy recordando palabras, dibujos que tienen relación con las "ideas principales" del material estudiado.	A	B	C	D
2. Previamente a hablar o escribir, utilizo palabras clave o muletillas que me ayuden a diferenciar las ideas principales y secundarias de lo que estudio.	A	B	C	D
3. Cuando tengo que exponer algo oralmente o por escrito, recuerdo dibujos, imágenes, etc. mediante las cuales elaboré la información durante el aprendizaje.	A	B	C	D
4. Antes de responder a un examen, recuerdo aquellos agrupamientos de conceptos (resúmenes, esquemas, etc.) hechos a la hora de estudiar.	A	B	C	D
5. Para cuestiones importantes, que me es difícil recordar, busco datos secundarios con el fin de poder acordarme de lo importante.	A	B	C	D
6. Me ayuda a recordar lo aprendido el evocar sucesos, episodios o claves, ocurridos durante la clase o en otros momentos del aprendizaje.	A	B	C	D
7. Me resulta útil acordarme de otros temas que guardan relación con lo que realmente quiero recordar.	A	B	C	D
8. Ponerme en situación mental y afectiva semejante a la vivida durante la explicación del profesor o en el momento del estudio, me facilita el recuerdo de la información importante.	A	B	C	D
9. A fin de recuperar mejor lo aprendido tengo en cuenta las correcciones y observaciones que los profesores hacen en los exámenes, ejercicios o trabajos.	A	B	C	D
10. Para recordar una información, primero la busco en mi memoria y después decido si se ajusta a lo que me han preguntado o quiero responder.	A	B	C	D
11. Antes de empezar a hablar o escribir, pienso y preparo mentalmente lo que voy a decir o escribir.	A	B	C	D
12. Intento expresar lo aprendido con mis propias palabras en vez de repetir literalmente o al pie de la letra lo que dice el libro o el profesor.	A	B	C	D
13. A la hora de responder un examen, antes de escribir, primero recuerdo, en cualquier orden, todo lo que puedo, luego lo ordeno y hago un esquema o guión y finalmente lo desarrollo punto por punto.	A	B	C	D
14. Cuando tengo que hacer una redacción libre sobre cualquier tema, voy anotando las ideas que se me ocurren, luego las ordeno y finalmente las redacto.	A	B	C	D
15. Al realizar un ejercicio o examen me preocupo de su presentación, orden, limpieza, márgenes.	A	B	C	D
16. Antes de realizar un trabajo escrito confecciono un esquema, guión o programa de los puntos a tratar.	A	B	C	D
17. Frente a un problema o dificultad considero, en primer lugar, los datos que conozco antes de aventurarme a dar una solución intuitiva.	A	B	C	D
18. Cuando tengo que contestar a un tema del que no tengo datos, genero una respuesta "aproximada" relacionando lo que ya sé de otros temas.	A	B	C	D
SUMA				
MULTIPLICAR	x1	x2	x3	x4
RESULTADO	+	+	+	
RESULTADO DE LA SUMA FINAL. PUNTUACIÓN DIRECTA (PD)				
PERCENTIL (PC)				

Una vez que se han realizado las operaciones oportunas y se ha obtenido la PUNTUACIÓN DIRECTA, se debe observar la siguiente tabla para traducir dicha puntuación directa en PERCENTIL (PC). Ejemplo. Una persona que como resultado final presenta una PUNTUACIÓN DIRECTA (PD) de 67, obtiene un PERCENTIL (PC) de 97 en esta escala.

PD	PC	PD	PC
30-33	1	52	50
34	2	53-54	55
35	3	55	60
36	4	56	65
37	5	57	70
38	6	58	75
39	7	59	80
40	9	60-61	85
41	10	62	90
42-43	15	63	93
44-45	20	64	95
46	25	65-66	96
47	30	67	97
48-49	35	68	98
50	40	69	99
51	45		

Aquellas personas que obtengan un **PERCENTIL POR DEBAJO DE 40** en esta escala, deben tener en cuenta las siguientes cuestiones:

- Antes de contestar en un examen, debo recordar mentalmente las ideas principales y secundarias que he debido asimilar.
- Cuando tengo que acordarme de algún dato difícil, debo pensar en algún dato secundario para llegar al importante.
- Para acordarme de algún dato, debo recordar el momento y el contexto en el que lo dijo el profesor en clase.
- Para recuperar mejor lo aprendido, se deben recordar las observaciones dichas por los profesores en clase.
- A la hora de repasar, se debe utilizar las propias palabras y no nombrar al pie de la letra las puestas en el libro.
- A la hora de contestar en un examen, antes de escribir debo pensar y reflexionar todo lo aprendido, y a partir de ahí, poder poner con claridad lo que se pide.
- Es importante tener unos apuntes limpios y ordenados, ya que esto va a ayudar a una mejor comprensión y recuerdo.

ESCALA IV: ESTRATEGIAS DE APOYO AL PROCESAMIENTO

1. He reflexionado sobre la función que tienen aquellas estrategias que me ayudan a ir centrando la atención en lo que me parece más importante.	A	B	C	D
2. He caído en la cuenta del papel que juegan las estrategias de aprendizaje que me ayudan a memorizar lo que me interesa, mediante repetición.	A	B	C	D
3. Soy consciente de la importancia que tienen las estrategias de elaboración, las cuales me exigen establecer distintos tipos de relaciones entre los contenidos del material de estudio (dibujos, gráficos, imágenes mentales, metáforas, ...)	A	B	C	D
4. He pensado sobre lo importante que es organizar la información haciendo esquemas, secuencias, mapas conceptuales, etc.	A	B	C	D
5. He caído en la cuenta que es beneficioso (cuando necesito recordar información para un examen, trabajo, etc.) buscar en mi memoria dibujos, mapas conceptuales, etc. que elaboré al estudiar.	A	B	C	D
6. Soy consciente de lo útil que es para recordar informaciones en un examen, evocar anécdotas u otras cuestiones relacionadas o ponerme en la misma situación mental y afectiva de cuando estudiaba el tema.	A	B	C	D
7. Me he parado a reflexionar sobre cómo preparo la información que voy a poner en un examen oral o escrito (redacción, presentación...).	A	B	C	D
8. Planifico mentalmente aquellas estrategias que creo me van a ser más eficaces para "aprender" cada tipo de material que tengo que estudiar.	A	B	C	D
9. En los primeros momentos de un examen programo mentalmente aquellas estrategias que pienso me van a ayudar a "recordar" mejor lo aprendido.	A	B	C	D
10. Antes de hincar el estudio, distribuyo el tiempo de que dispongo entre todos los temas que tengo que aprender.	A	B	C	D
11. Tomo nota de las tareas que he de realizar en cada asignatura.	A	B	C	D
12. Cuando se acercan los exámenes establezco un plan de trabajo estableciendo el tiempo a dedicar a cada tema.	A	B	C	D
13. Dedico a cada parte del material a estudiar un tiempo proporcional a su importancia o dificultad.	A	B	C	D
14. A lo largo del estudio voy comprobando si las estrategias de "aprendizaje" que he preparado me funcionan, es decir, si son eficaces.	A	B	C	D
15. Al final de un examen, valoro o compruebo si las estrategias utilizadas para recordar la información han sido válidas.	A	B	C	D
16. Cuando compruebo que las estrategias que utilizo para "aprender" no son eficaces, busco otras alternativas.	A	B	C	D
17. Voy reforzando o sigo aplicando aquellas estrategias que me han funcionado bien para recordar información en un examen, y elimino o modifico las que no me han servido.	A	B	C	D
18. Pongo en juego recursos personales para controlar mis estados de ansiedad cuando me impiden concentrarme en el estudio.	A	B	C	D
19. Imagino lugares, escenas o sucesos de mi vida para tranquilizarme y para concentrarme en el trabajo.	A	B	C	D
20. Sé autorrelajarme, autohablarme, autoaplicarme pensamientos positivos para estar tranquilo en los exámenes.	A	B	C	D
21. Me digo a mí mismo que puedo superar mi nivel de rendimiento actual (expectativas) en las distintas asignaturas.	A	B	C	D
22. Procuro que en el lugar que estudio no haya nada que pueda distraerme, como personas, ruidos, desorden, falta de luz y ventilación, etc.	A	B	C	D
23. Cuando tengo conflictos familiares, procuro resolverlos antes, si	A	B	C	D

puedo, para concentrarme mejor en el estudio.				
24. Si estoy estudiando y me distraigo con pensamientos o fantasías, los combato imaginando los efectos negativos de no haber estudiado.	A	B	C	D
25. En el trabajo, me estimula intercambiar opiniones con mis compañeros, amigos o familiares sobre los temas que estoy estudiando.	A	B	C	D
26. Me satisface que mis compañeros, profesores y familiares valoren positivamente mi trabajo.	A	B	C	D
27. Evito o resuelvo, mediante el diálogo, los conflictos que surgen en la relación personal con compañeros, profesores o familiares.	A	B	C	D
28. Para superarme me estimula conocer los logros o éxitos de mis compañeros.	A	B	C	D
29. Animo y ayudo a mis compañeros para que obtengan el mayor éxito posible en las tareas escolares.	A	B	C	D
30. Me dirijo a mí mismo palabras de ánimo para estimularme y mantenerme en las tareas de estudio.	A	B	C	D
31. Estudio para ampliar mis conocimientos, para saber más, para ser más experto.	A	B	C	D
32. Me esfuerzo en el estudio para sentirme orgulloso de mí mismo.	A	B	C	D
33. Busco tener prestigio entre mis compañeros, amigos y familiares, destacando en los estudios.	A	B	C	D
34. Estudio para conseguir premios a corto plazo y para alcanzar un status social confortable en el futuro.	A	B	C	D
35. Me esfuerzo en estudiar para evitar consecuencias negativas, como amonestaciones, disgustos u otras situaciones desagradables en la familia, etc.	A	B	C	D
SUMA				
MULTIPLICAR	x1	x2	x3	x4
RESULTADO	+	+	+	
RESULTADO DE LA SUMA FINAL. PUNTUACIÓN DIRECTA (PD)				
PERCENTIL (PC)				

Una vez que se han realizado las operaciones oportunas y se ha obtenido la PUNTUACIÓN DIRECTA, se debe observar la siguiente tabla para traducir dicha puntuación directa en PERCENTIL (PC). Ejemplo. Una persona que como resultado final presenta una PUNTUACIÓN DIRECTA (PD) de 85, obtiene un PERCENTIL (PC) de 10 en esta escala

PD	PC	PD	PC
60-65	1	103-105	50
66-68	2	106	55
69-71	3	107-109	60
72-73	4	110-111	65
74-75	5	112-113	70
76-78	6	114-116	75
79	7	117-118	80
80-81	9	119-121	85
82-86	10	122	90
87-88	15	123	91
89-91	20	124-126	93
92-94	25	127	95
95-96	30	128	96
97-98	35	129	97
99-100	40	130-131	98
101-102	45	132	99

Aquellas personas que obtengan un **PERCENTIL POR DEBAJO DE 40** en esta escala, deben tener en cuenta las siguientes cuestiones:

- Se debe ver el sentido de las técnicas de estudio.
- Uno se debe concienciar de que se debe estudiar todos los días.
- Hay que comprobar que los esquemas, los resúmenes, los repasos valen para algo, ya que ayudan al aprendizaje.
- Hay que tener paciencia hasta ver los resultados en una metodología diaria de estudio.
- Hay que procurar estudiar todos los días a la misma hora y en el mismo lugar. Esto ayudará a la concentración y el rendimiento cada día será mejor.
- Hay que procurar "no engañarse" uno mismo, y ser consciente de lo que uno estudia realmente cada día.
- En todo momento hay que confiar en uno mismo y pensar que se pueden sacar las asignaturas con trabajo diario.
- Uno debe estudiar, no por las represalias de los padres sino para su formación personal