

ALGUNAS CLAVES PARA MEJORAR TU MOTIVACIÓN POR EL ESTUDIO

- ✚ Aunque a veces te resulte complicado piensa positivamente que la asignatura que vas a estudiar no te supera, que vas a conseguir entenderla y dar lo máximo de ti.
Interésate por ella o busca ayuda en aquellos que la ven así (por ejemplo, un compañero al que le guste mucho te puede “contagiar” un cierto interés).
- ✚ Eres consciente de que tienes que aprobar el curso, y para conseguirlo piensa en pequeños objetivos próximos que puedas ir cumpliendo y alcanzando: aprobar una asignatura, mejorar la nota en el examen de recuperación, ofrecerte algún día voluntario para hacer un ejercicio en clase, etc.
- ✚ Debes “vacunarte contra el virus de la vagancia”. Cumple con el horario y planificación de estudio, después de ponerlo en práctica unos días ya no te costará tanto aunque vengas de unas vacaciones.
- ✚ Debes tener todos los sentidos centrados en esta tarea. Para ello has de utilizar todas las técnicas a tu alcance para favorecer el interés y la concentración en lo que estudias (subraya, resume, haz esquemas, etc.).