

¿Cómo aprendo a **través de los estilos de aprendizaje?**

Wilfrido Miguel-Hernández,* Sara Yessenia Ángeles-Guevara y
Omar de Jesús Aquino-López¹

¹ Licenciados/a en Ciencias de la Educación por el Instituto de Ciencias de la Educación de la Universidad Autónoma "Benito Juárez" de Oaxaca, Av. Universidad s/n, col. Cinco Señores, Oaxaca. Asistentes Académicos/a del Centro de Evaluación e Innovación Educativa, CEVIE-UABJO.
*Correo electrónico: w.miguel.hz@gmail.com

Resumen

Los seres humanos aprendemos de diferentes maneras, según el contexto en que se desarrollan nuestros intereses y necesidades de aprendizaje. El modelo de Programación Neurolingüística (PNL) plantea que existen tres sistemas de representación: visual, auditivo y kinestésico, a través de los cuales las personas percibimos la información para su posterior procesamiento. Conocer tu estilo de aprendizaje puede ser de gran ventaja para diseñar estrategias que fortalezcan tu formación académica.

Palabras clave: estilos de aprendizaje, estudiantes, estrategias, PNL.

Abstract

Human beings learn in different ways, due to the context in which their interests and learning needs develop. The Neurolinguistic Programming (NLP) model proposes that there are three systems of representation: visual, auditory and kinesthetic, through which the human being perceives the information for subsequent processing. Knowing your learning style can be of great advantage to develop strategies that strengthen your academic training.

Keywords: learning styles, students, strategies, NLP.

Disciplinas como la Neurofisiología y la Psicología en las últimas décadas han centrado su atención en el aprendizaje de los seres humanos, dando como resultado nuevos enfoques que a la vez desarrollan diferentes modelos que se aproximan a una clasificación de las distintas formas de aprender. Derivado de estos estudios se pueden mencionar varios modelos, tales como los cuadrantes cerebrales de Herrmann, de Ferber y Silverman; el de programación neurolingüística de Bandler y Grinder; el de los hemisferios cerebrales; el de Kolb y el de las inteligencias múltiples de Gardner. Los anteriores contienen una clasificación distinta y surgen de diferentes marcos conceptuales, pero todos ellos tienen algo en común: establecer estrategias de enseñanza y aprendizaje a partir de determinados estilos para aprender (Lozano, 2016).

Ahora bien, ¿qué es un estilo de aprendizaje? En el lenguaje pedagógico el concepto de estilo suele utilizarse para señalar un conjunto de comportamientos reunidos bajo una sola etiqueta, no con el fin de simplificar o tratar de manera despectiva a la gente, sino que hablar de estilos resulta útil para clasificar y analizar conductas, todo sustentado en teorías psicológicas y pedagógicas. Un estilo de aprendizaje se entiende como la forma en la que una persona usa sus capacidades intelectuales para conocer la realidad; es decir, sus rasgos cognitivos, afectivos y fisiológicos, los cuales determinan el modo en que estructura los contenidos, en que forma y utiliza nociones, interpreta la información, resuelve los problemas, selecciona los medios de representación y se apropia del conocimiento (Alonso, Gallego & Honey, 2007).

El psicólogo David Kolb plantea que los estilos de aprendizaje emergen de tres factores causales: la genética, las experiencias de vida y las exigencias del entorno. Los teóricos Neil Fleming y Colleen Mills partieron del supuesto que si los/las estudiantes manifestaban diferentes preferencias en estilos de aprendizaje, al identificarlos, ellos/as mismos/as podrían adecuarse a las formas de enseñanza de sus profesores/as. Por lo tanto, incidir sobre el aprovechamiento de su educación (Alonso, Gallego & Honey, 2007). Con base en lo anterior, para describir la manera en la que se aprende, para fines de este artículo nos centraremos en el Modelo de Programación Neurolingüística de Bandler y Grinder, también llamado visual-auditivo-kinestésico (VAK): “el modelo de estilos de aprendizaje de la Programación Neurolingüística (PNL) toma en cuenta el criterio neurolingüístico, el que considera que la vía de ingreso de información al cerebro (ojo, oído, cuerpo) resulta fundamental en las preferencias de quien aprende” (Romo, López & López, 2006, p. 1). En éste se consideran tres estilos de aprendizaje: visual, auditivo y kinestésico.

Figura 1. Estilos de aprendizaje



Fuente: Escuela Piloto Pardo, 2017

Estilo de aprendizaje visual

Durante tu paso por la educación preescolar, primaria, secundaria y ahora en el bachillerato ¿has notado cierta preferencia para aprender a través de ver videos, fotografías, dibujos y esquemas? Esto es porque tu estilo predilecto de aprendizaje es visual.

Los/as estudiantes predominantemente con este estilo recuerdan con mayor facilidad aquella información que sus profesores/as les transmiten por medio de organizadores gráficos (mapas conceptuales, cuadros sinópticos, etcétera) y recursos visuales, a diferencia de los conocimientos obtenidos de forma oral o kinestésica.

En la vida cotidiana quienes desarrollan el estilo de aprendizaje visual se caracterizan por ubicarse espacialmente y esta forma de aprender es importante al momento de poner en práctica algún conocimiento adquirido, como llegar a una dirección o localizar un sitio.

En el aula las herramientas que emplea el alumno o alumna con el sistema de representación visual son el manejo de colores llamativos en los apuntes de clase, así como el orden y la claridad en la que presentan las ideas principales, sistematizan la información mediante dibujos o esquemas, pues de esta forma les es más fácil recordar lo aprendido, prestan atención a los detalles de su entorno y notan con facilidad los cambios en su espacio.

Estas son algunas estrategias que te pueden ser de utilidad si tu estilo de aprendizaje preferente es el visual:

- Agregar notas siempre que sea posible
- Organiza tus notas de tal modo que puedas ver con claridad los puntos principales, los conceptos y definiciones
- En tus apuntes une con flechas los hechos relacionados
- Codifica tus apuntes con marcadores de diversos colores, de manera que lo relacionado con un tema tenga el mismo color (Contreras & Del Bosque, 2004, p. 16).

Estilo de aprendizaje auditivo

Consiste en asimilar la información mediante el oído, “las personas aprenden mejor cuando reciben explicaciones oralmente y cuando pueden hablar y explicar esa información a otra persona” (Contreras & Del Bosque, 2004, p. 13); es decir, la recepción de la información a través del sentido auditivo genera un aprendizaje significativo, a diferencia del que llega por otros canales.

Las personas que usan preferentemente este sistema de representación conocen e interpretan la realidad a través de sonidos, por lo que pueden recordar voces o música, lo que les permite reconocer una canción, una conversación o la voz de una persona. Los sonidos marcan el modo particular de evocar las experiencias del pasado, establecer vivencias presentes e imaginar situaciones futuras.

Entre las ventajas de este estilo de aprendizaje encontramos que la persona auditiva es excelente conversadora, posee capacidad para organizar sus ideas mentalmente y tiene una enorme facilidad para aprender idiomas y, naturalmente, música.

De acuerdo con Morales y Pereida (2017), algunas características de quienes adquieren conocimientos a través de la dimensión auditiva son:

- Aprenden preferentemente escuchando
- Se adaptan muy bien a la clase expositiva (formato más frecuente en el sistema escolar)
- Recuerdan mejor lo que escuchan que lo que leen
- Entre 10 y 20% de la población perciben la información de manera auditiva (Morales & Pereida, 2017, p. 68).

Si tú consideras que tienes este estilo de aprendizaje te recomendamos:

- Estudiar en grupo
- Grabar tus clases, conferencias y reuniones
- Escuchar música clásica para concentrarte

No se nace con un estilo para aprender en particular, sino que lo vamos desarrollando de acuerdo con las necesidades del momento

- Escuchar podcasts
- Utilizar audiolibros como recurso para repasar o estudiar un tema.

Estilo de aprendizaje kinestésico

El estilo de aprendizaje kinestésico, o también llamado pragmático, deriva de actividades que tienen que ver con nuestras sensaciones y movimientos; es decir, las personas suelen tener un aprendizaje predominante de la experimentación, de tareas al aire libre, como juegos, representaciones, proyectos escolares, entre otros. Algunos ejemplos son cuando aprendemos a andar en bicicleta, al principio nos costará trabajo, pero el cuerpo y las zonas musculares desarrollan un tipo de conocimiento en cada intento, como el movimiento idóneo, el equilibrio, la fuerza, el impulso, etcétera; lo mismo sucede al aprender a escribir en un teclado, nuestros dedos memorizan la ubicación de las teclas, tanto que a veces no es preciso verlas para usarlas.

En el aula, los/las estudiantes con predominancia en el estilo de aprendizaje kinestésico tienen un avance significativo al tener contacto y manipular objetos físicos, visitar algún lugar o realizar tareas en laboratorios. Además, se caracterizan por ser “proclives a experimentar, a relacionar la teoría con la práctica, ser eficaces al tomar decisiones, ser realistas, ser técnicos, ser planificadores, ser concretos, propositivos, organizados, solucionadores de problemas y planificadores de acciones” (Alonso, Gallego & Honey, 2007, p. 74).

Si has identificado que tienes tendencia hacia el aprendizaje kinestésico tú puedes:

- Relacionar tu aprendizaje con ejemplos de la vida real
- Proponer al docente hacer estudios de caso para abordar algún tema
- Contratar visitas guiadas a lugares o a espacios que se vinculen con tu aprendizaje
- Realizar dinámicas o llevar objetos a la clase para ilustrar algún tema
- Promover juegos de rol, demostraciones o experimentos
- Utilizar el pizarrón para resolver problemas
- Hacer dramatizaciones
- Manipular objetos para explicar fenómenos
- Hacer exámenes a libro abierto (Lozano, 2016).

Conclusiones

Se dice que las personas con un preponderante estilo de aprendizaje específico pueden tener problemas para desarrollar los otros; sin embargo, se ha comprobado que no usamos un solo sistema de representación para aprender, sino que varía de acuerdo con la actividad, el estado de ánimo o la edad. No se nace con un estilo para aprender en particular, sino que lo vamos desarrollando de acuerdo con las necesidades del momento. El conocimiento se obtiene de diferentes entornos, no sólo en el aula; por ejemplo, en tu trabajo, casa o incluso en la calle, cada quien tiene métodos diferentes de apropiarse de él, generar ideas y expresar opiniones respecto de las situaciones que se presentan en el día a día.

Referencias

- Alonso, C. M., Gallego, D. J. & Honey, P. (2007).** *Estilos de aprendizaje. Procedimientos de diagnóstico y mejora*. España: Universidad de Deusto/ Edit. Mensajero.
- Contreras, O. & Del Bosque, A. E. (2004).** *Aprender con estrategia. Desarrollando mis inteligencias múltiples*. México: Pax MÉXICO.
- Lozano, R. (2016).** *Estilos de aprendizaje y enseñanza. Un panorama de la estilística educativa*. México: Trillas.

Referencias electrónicas

- Escuela Piloto Pardo. (2017).** *Estilos de aprendizaje*. Recuperado de <https://prezi.com/vf3650eufzua/copia-de-estilos-de-aprendizaje-vak/>
- Morales, R. E. & Pereida, M. A. (2017).** Inclusión de estilos de aprendizaje como estrategia didáctica aplicada en un AVA. *Campus Virtuales*, 6(1), 67-75. Recuperado de <http://uajournals.com/ojs/index.php/campusvirtuales/article/view/188/161>
- Romo, M. E., López, D. & López, I. (2006).** ¿Eres visual, auditivo, kinestésico? Estilos de aprendizaje desde el modelo de la Programación Neurolingüística (PNL). *Revista Iberoamericana de Educación*, 38 (2), 1-10. Recuperado de <https://doi.org/10.35362/rie3822664>