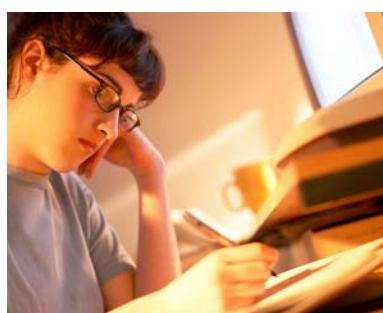


¿Necesitas algunos tips para tu estudio a distancia?

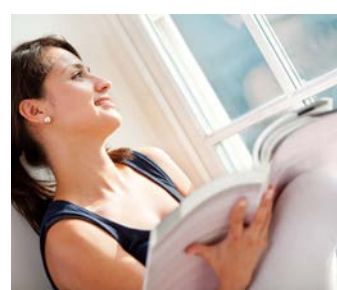


Menos es más

Que tus sesiones de estudio sean EFICIENTES. Más vale varias sesiones de una hora que una sesión infinita. De esta forma, tu cerebro analiza los contenidos y los dosifica mejor.

EL HORARIO Y LUGAR SÍ IMPORTAN

Siempre resulta mejor establecer un lugar y horario fijo, idealmente en las mañanas. Así creamos un HÁBITO y el cerebro automatiza nuestra actividad cerebral, haciendo que nos resulte más fácil estudiar.



FLEXIBILIDAD ANTE TODO



Si tu organización y estructura no te resultan, no te agobies! Lo importante es buscar otras alternativas que te acomoden día a día.
RESPONSABILIDAD & FLEXIBILIDAD.

ESTABLECE UN OBJETIVO

Cada día prioriza qué harás en esa sesión. Establece una META DIARIA, privilegiando idealmente una asignatura al día. Así estarás intencionando y haciendo más eficiente tu aprendizaje. Recuerda hacer PAUSAS programadas.



EL OBJETIVO ES APRENDER, NO MEMORIZAR

Imagina que enseñas a alguien. Al tratar de enseñar, tu cerebro organiza la materia de manera diferente para transmitirla a "un otro". La teoría ayuda, pero es la PUESTA EN PRÁCTICA lo que te hará manejar ese conocimiento.



CELULARES LEJOS...

¿Muy obvio? Si, tal vez, pero hay que estar conscientes. Notificaciones, instagram, tik tok; infinitas distracciones cerca que enlentecerán tu tiempo de estudio. Deja tu TELÉFONO LEJOS o en MODO AVIÓN. Al menos así te ayudará a no tener interrupciones tan seguidas y enfocarte en lograr la meta propuesta.



ESPERAMOS QUE ESTOS CONSEJOS TE HAYAN SERVIDO. LO MÁS IMPORTANTE ES BUSCAR MANERAS DE ALCANZAR TUS METAS CON RESPONSABILIDAD Y FLEXIBILIDAD.