

TÉCNICA DE LA AUTO EXPLICACIÓN

- **Qué es:**

La auto explicación consiste en dar sentido a lo que se está leyendo o aprendiendo. No tiene nada que ver con dar explicaciones a otros y no implica decir nada en alto. Consiste en parar, reflexionar un paso concreto de una solución y preguntarte a ti mismo: ¿qué significa el resultado que acabo de obtener? ¿cuál es el siguiente paso que debo dar?

Chi (2000) identificó dos efectos importantes al aplicar este tipo de prácticas en el aprendizaje de los alumnos:

Generar inferencias. Los alumnos son capaces de encontrar información que no se facilita explícitamente.

Reparar modelos incorrectos. A través de este tipo de procesos, los alumnos son capaces de encontrar divergencias entre su modelo mental y el modelo transmitido por la solución.

- **Tipos:**

Algunos expertos han diseñado el esqueleto de cómo debe ser una auto explicación, y es muy útil usarlos al principio.

Para estudiar datos:

¿Qué nueva información acabas de leer/ver?

¿Cómo se relaciona con lo que ya sabes?

¿Esta nueva información te da una nueva visión en tu comprensión del tema?

¿Esta nueva información hace surgir preguntas o dudas en tu mente?

Para estudiar problemas:

¿Qué principio están aplicando en este paso?

Esta opción es la correcta porque...

¿Cómo se justifica este paso?

¿Qué regla o definición me permiten extraer esta conclusión?

Cuando tengas un poco de experiencia, puedes utilizar tu propio modelo de auto explicación.

Está ampliamente demostrado que esta táctica permite aprender y retener información más fácilmente a largo plazo, pero consume mucho tiempo. No siempre será necesario utilizarla porque muchos de los nuevos conceptos son fáciles de entender.

- **Reglas y consejos:**

Usar esta técnica...

1. Cuando el concepto que estás estudiando es difícil o complejo.
2. Cuando llevas un rato leyendo y te das cuenta de que te está entrando sueño (esta técnica te exige más acción por tu parte). Si te levantas y das unos pasos mientras te lo explicas y gesticulas, mejor.
3. Cuando te sientas a repasar un tema que creías que entendías y te das cuenta de que no tienes ni idea.
4. Cuando lo que acabas de leer entra en conflicto con lo que creías que sabías

