

ESTRATEGIAS DE LECTURA

Estrategias de Lectura - El Método "EPL-Triple R"

El Método de comprensión de lectura EPL-Triple R es muy útil sobre todo para las tareas que nos asignan, en la escuela o en el trabajo, concernientes a lecturas de las cuales debemos obtener información específica; ya sea por motivos de investigación, para la elaboración de un reporte, o como parte del estudio de algún tema en lo particular.

Con éste método podrás mejorar tu comprensión al leer y memorizar información importante más fácilmente. El EPL-Triple R es una estrategia de lectura y estudio versátil, ya que involucra activamente al lector durante el proceso de la lectura.

La versión corta de esta estrategia de lectura:

- Primero, EXAMINAS (E) rápidamente el texto para detectar sus puntos principales y localizar partes esenciales. Esto te ayuda a saber que puedes esperar de la lectura que vas a realizar.
- A continuación, determinas el propósito de la lectura haciéndote PREGUNTAS (P) acerca del tema y el texto.
- Después debes LEER (L) activamente, buscando las respuestas a las preguntas que formulaste previamente.
- En seguida, monitoreas tu nivel de comprensión de lectura REPITIENDO (R1) - de preferencia en voz alta - los puntos principales del texto y REGISTRANDO (R2) - preferentemente de forma escrita - la información principal.
- Finalmente, refuerzas tu nivel de comprensión de lectura REVISANDO (R3) las actividades anteriores.

Examinar, Preguntar, Leer, Repetir, Registrar, Revisar - EPL-Triple R

E = Examinar

Este es el primer paso en el que puedes ahorrar mucho tiempo. Comienza por examinar rápidamente el texto antes de leerlo. Considera todo lo que destaca en el texto: el índice, el temario, los títulos y sub-títulos, los encabezados en "negritas", las citas, las ilustraciones, los gráficos, las notas al margen y el sumario. Ahora pregúntate: ¿De qué trata el texto? ¿Cuáles son los temas principales que se incluyen?

P = Preguntas

Cambia los encabezados, títulos y sub-títulos en el texto a preguntas. Después trata de asumir qué información sigue. Pregúntate: ¿Quién?, ¿Qué?, ¿En dónde?, ¿Cuándo?, ¿Cómo?, ¿Por qué?, tal como si fueras un periodista. Haciéndote estas preguntas y luego buscando las respuestas a ellas, tú puedes enfocar tu atención para obtener la información deseada de una manera rápida y eficaz.

L = LEER

Ahora lee activamente el texto. Trata de encontrar las respuestas a tus preguntas, pasando la mayor parte de tu tiempo en el material que creas importante. Este proceso de Preguntas vs. Respuestas te ayuda a leer activamente, en vez de solo ser un simple lector pasivo.

R1 = REPETIR

Después de completar cada sección, aparta tu mirada del texto. Ahora trata de repetir los puntos más importantes de tu lectura. Esta repetición te hará saber claramente lo que has aprendido y lo que no. Vuelve a leer el texto las veces que sean necesarias, hasta que logres repetir todos los puntos importantes de cada sección.

IMPORTANTE: Este proceso es mucho más efectivo si lo haces en voz alta.

R2 = REGISTRAR

Al mismo tiempo que estás repitiendo los puntos importantes del texto, también puedes registrar o escribir toda la información que sientas que tienes que recordar. Puedes registrar esta información en hojas de papel o en tarjetas de estudio para poderlas utilizar posteriormente.

TIP: El registro de la información lo puedes hacer en forma de preguntas y respuestas.

R3 = REVISAR

Ahora revisa todo el material. Lee nuevamente los encabezados. Repite todas las ideas y puntos importantes de cada sección del texto. Siempre has referencia a tus notas escritas mientras revisas tu material: de esta forma es mucho más sencillo que puedas recordar posteriormente los eventos, puntos básicos, información importante, etc.

Estrategias de Lectura - El Método "PEPL4R"

Una variación del método EPL-Triple R es el PEPL4R. Se usa principalmente para la extracción de información y datos específicos de un texto.

PEPL4R es una estrategia de lectura que reafirma de una forma eficiente los pasos básicos en el proceso de lectura. La P es para Propósito, la E es de Examinar rápidamente, la P es de Preguntar, la L para Leer selectivamente y las cuatro R's son de Repetir, Registrar, Reflexionar y Revisar.

1.- Propósito

Antes de leer, pregúntate por qué estás leyendo ese texto en particular y qué es lo que quieres obtener. Cuando hayas logrado tu propósito, en ese momento deja de leer.

Así pues, el principio de establecer primero tu propósito, ya sea para obtener el enfoque o tema, las ideas principales, los factores o rasgos principales, evidencias, argumentos y ejemplos, relaciones o métodos, te pueden incitar a utilizar la técnica de lectura que te lleve a lo que estás buscando en un mínimo de tiempo.

Por ejemplo: si tu propósito es encontrar información específica como un número de teléfono en la guía telefónica, una fórmula matemática en un libro, una definición en un diccionario, o un dato en un artículo, es normal y obvio que una vez que encuentres lo que buscas, dejes de "leer". Ese tipo de "lectura" es más una "exploración" y debes utilizarla en casos como los que se mencionan anteriormente.

2.- Examinar

Examina rápidamente ("échale un ojo") los aspectos más importantes del texto, - el título, los encabezados, los párrafos principales y el sumario - esto te sirve para obtener una visión general de la lectura y detectar qué ideas, problemas y preguntas se abordan. Al hacer esto, el objetivo es encontrar la idea central, el enfoque y la forma en la que el autor trata el tema del texto o sección que estás revisando. Esta inspección debe llevarse a cabo en no más de unos pocos minutos.

3.- Preguntar

Crea preguntas alrededor de las respuestas que estás buscando:

- ¿Qué necesito saber acerca de este tema? ¿Qué información quiero extraer?
- Convierte el primer encabezado a pregunta, de tal forma que cuando leas el texto encuentres la respuesta a la misma.

TIP: En este paso, debes activar tus conocimientos previos acerca del tema para facilitar y eficientar la comprensión de la lectura. De esta manera también evitas plantearte preguntas de las cuales ya conoces las respuestas.

4.- Leer selectivamente

Lee para encontrar las respuestas a tu(s) pregunta(s). Normalmente leyendo el primer enunciado de cada párrafo, sabes si ahí se encuentra la respuesta a lo que estás buscando.

En algunas ocasiones el texto “lista” las respuestas con la expresión “El primer punto..., en segundo lugar...” y así sucesivamente. En otros casos tendrás que leer cada párrafo cuidadosamente con el objeto de comprender el siguiente, y de esta forma encontrar la idea principal “oculta” en el texto.

Básicamente, debes buscar las ideas, información, evidencia, etc. que te proporcionen la información que estás buscando.

5.- Repetir

Sin que estés viendo el texto, repite las respuestas a tu(s) pregunta(s) utilizando tus propias palabras tanto como sea posible. Si no lo puedes hacer razonablemente bien, revisa nuevamente esa sección.

6.- Registrar

Escribe una breve reseña de tu(s) pregunta(s) y sus respuestas. Las respuestas las debes de escribir en forma de frases cortas o “palabras clave”, no con oraciones largas. Estás deben servirte para reforzar lo aprendido y como ayuda para el paso de revisión en esta estrategia de lectura.

7.- Reflexionar

Recientemente se han hecho investigaciones sobre psicología cognoscitiva e indican que la comprensión y retención se incrementan cuando “elaboras” nueva información.

Esto significa reflexionar acerca de lo que leíste, presentar la información de manera diferente, compararla con conocimientos anteriores, crear categorías, asociando una con otra, conectar lo aprendido a tu propio conocimiento y a tu experiencia personal, y en general organizar las ideas y después reorganizarlas. Esto se puede lograr a través de tu imaginación y también sobre papel.

Normalmente en este punto ya podrás desarrollar el registro (paso 6), y tal vez reorganizarlo ya sea en: frases formales, jerarquías, tablas, diagramas de flujo, mapas mentales, o inclusive a través de simples “garabatos”.

Después pasa por el mismo proceso, del paso 3 al 7, con la siguiente sección, y así sucesivamente.

8.- Revisar

Examina tus notas “reducidas” del artículo o capítulo, viéndolas como un “todo”. Esto te permite visualizar alguna clase de organización global que contiene toda tu información a la vez. Después repite en voz alta utilizando las preguntas u otras pistas como indicadores o estímulos para recordar.

TIP: Este ejercicio de repetición, se debe llevar a cabo en pocos minutos y se debe realizar regularmente con el material que consideres más importante de recordar.

ESTRATEGIAS DE LECTURA

Estrategias de lectura para libros de texto, manuales y cursos

Cuando lees libros de texto, manuales o cursos existen varias etapas y niveles para lograr tu objetivo. La pregunta a responder es: "¿Hasta este momento, he comprendido lo suficiente para lograr mi objetivo? Si tu respuesta es afirmativa, PARA DE LEER. Si no lo es, continúa leyendo.

Pasos a seguir:

- Antes de comenzar a leer, fíjate quién es el autor y la fecha de publicación. Lee el prólogo y el índice. Revisa los diagramas y los dibujos rápidamente.
- Examina el primer y el último capítulo. Frecuentemente estos son capítulos introductorios y de recopilación y pueden darte la información que necesitas.
- Con la ayuda del índice, revisa los capítulos intermedios. Esto te lleva dentro del libro de una forma más profunda y te permite decidir cuáles son los capítulos intermedios que debes leer detenidamente.
- Lee los capítulos intermedios hasta lograr tu propósito.
- Toma notas de la información relevante.
- Revisa el glosario, el índice y los apéndices tanto como se requiera.

Examinar rápida y selectivamente una lectura, son las técnicas más veloces y eficientes de obtener lo que tú necesitas de los libros de texto, manuales o cursos. Muchas personas piensan que hacen "trampa" al no leer todas y cada una de las palabras en el libro, eso no es verdad. En realidad, te estás haciendo trampa a ti mismo cuando pierdes el tiempo leyendo material no esencial para lograr tu objetivo.

ESTRATEGIAS DE LECTURA

MUESTREO

El lector toma del texto palabras, imágenes o ideas que funcionan como índices para predecir el contenido.

PREDICCIÓN

El conocimiento que el lector tiene sobre el mundo le permite predecir el final de una historia, la lógica de una explicación, la continuación de una carta, etc.

ANTICIPACIÓN

Aunque el lector no se lo proponga, mientras lee, va haciendo anticipaciones, que pueden ser léxico-semánticas, es decir, anticipan algún significado relacionado con el tema; o sintácticas donde se anticipa alguna palabra o una categoría sintáctica como un verbo, sustantivo, etc. Las anticipaciones serán más pertinentes mientras más información tenga el lector sobre los conceptos relativos a los temas, al vocabulario y a la estructura del lenguaje del texto que lee.

CONFIRMACIÓN Y AUTOCORRECCIÓN

Las predicciones y anticipaciones que hace un lector generalmente son acertadas y coinciden con lo que aparece realmente en el texto, es decir, el lector las confirma al leer. Sin embargo, hay ocasiones en que la lectura muestra que la predicción o anticipación fue incorrecta, entonces el lector la rectifica o corrige.

INFERENCIA

Es la posibilidad de derivar o deducir información que no aparece explícitamente en el texto. Consiste también en unir o relacionar ideas expresadas en los párrafos y evaluar lo leído. Otras formas de inferencia cumplen las funciones de dar sentido adecuado a las palabras y frases ambiguas (que tienen más de un significado) y de contar con un marco amplio para la interpretación.

MONITOREO

También conocida como *metacomprensión*, consiste en evaluar la propia comprensión que se va alcanzando durante la lectura, lo que conduce a detenerse y volver a leer o a continuar encontrado las relaciones de ideas necesarias para la creación de significados.

ESTRATEGIAS DE LECTURA

Fase 1. Prelectura

- Antes de leer todo el documento lea el título, los subtítulos, el párrafo inicial y el último párrafo del texto.
- Después conteste las siguientes preguntas:
 - ¿Qué tengo que leer?
 - ¿Por qué tengo que leerlo?, ¿cuál es mi objetivo?
 - ¿Qué sé del contenido del texto?
 - ¿Qué otras cosas sé, por ejemplo, del autor, del contexto?
 - ¿Qué preguntas le puedo hacer al texto? (Una vez contestadas estas preguntas)
 - ¿Cuáles son mis expectativas?

Aventúrese a hacer una predicción de lo que va a tratar el texto. Sabemos que la formulación de predicciones exige correr riesgos porque no es posible una respuesta exacta.

Fase 2: Lectura del texto:

Recuerde realizar su lectura en un lugar adecuado para leer. Adecuado quiere decir que está suficientemente iluminado, que usted se siente cómodo, que va a poder disponer de los recursos que requiera (por ejemplo, un café, lápices, plumas marcadoras, cuadernos de apuntes) y que le va a permitir concentrarse.

Fase 3: Análisis del propio proceso de lectura:

Después de haber leído el texto, le pedimos que reflexione sobre su propio proceso de lectura. Al realizar esta fase NO recurra al documento porque en esta fase se trate de que rememore lo que vivió durante la lectura.

De lo que leí, ¿qué recuerdo? ¿Me costó trabajo leer el texto?, ¿por qué?

Dado que mientras estamos leyendo hacemos continuamente predicciones, recapitulaciones, nos remitimos a eventos de nuestra experiencia personal o académica, volvemos a predecir, nos hacemos preguntas, objetamos... y así sucesivamente, le pedimos que en uno o dos párrafos narre cómo fue su lectura.

¿Modifico el texto mi opinión del tema?, ¿me hizo reflexionar? Expláyese en su respuesta.

¿Qué opino de lo que leí?

Fase 4: Análisis del documento:

¿Qué modo discursivo predomina?

¿Cómo está estructurado el documento?

¿Cuál es la idea principal y la palabra clave de cada párrafo? Redacte una oración simple: sujeto y predicado.

Fase 5: Resumen informativo del documento:

Con base en las ideas principales y las palabras claves que seleccionó en la Fase 4, realice en este espacio el resumen del documento. Es muy importante que en su resumen retome la fase 4.

Fase 6: Reflexión personal:

Compare la experiencia vivida al seguir esta estrategia de lectura con la manera en que lee de manera habitual. Mencione ventajas y desventajas de una y de otra.