

Los 7 hábitos de estudio claves para triunfar en la Universidad



1. Organiza tus tiempos de estudio

Es importante no dejar para estudiar cuando sientas que tienes el tiempo. Organiza una rutina de estudios y apégate a ella. Puede que parezca difícil incorporar la rutina de estudios al horario de clase y las tareas que te asignen, pero no puedes dejarlo al azar, ya que jamás te dedicarás a ello. Las sesiones constantes te ayudarán a distribuir mejor tus actividades y llegar preparado a los exámenes y pruebas parciales.

2. Dedicar más tiempo de estudio a las asignaturas más difíciles

La mayoría de los estudiantes tienen una asignatura a la que temen. En lugar de dejarla para último momento, enfóntala desde el principio y dedica tiempo de estudio a ello. Esto **te hará ganar seguridad y tranquilidad y podrás disfrutar de estudiar el resto de las asignaturas** que disfrutas.

3. Consigue un compañero de estudios

Si bien estudiar con un amigo puede ser divertido, **es mejor elegir a alguien que se tome en serio el estudio y la responsabilidad de estudiar con alguien más**. Si es un compañero de clase podrás compartir notas, hacerse preguntas entre ustedes e incluso tener a alguien que te explique lo que no entiendes.

4. Estudia todos los días

Si bien es probable que quieras tener un día libre, **si te dedicas a diario a ello tendrás una chance mayor de adquirir el hábito**. Además, tus tiempos de estudio serán más cortos de este modo y podrás refrescar los conceptos para las pruebas. Mirar el material a diario te ayudará a recordarlo con más facilidad y a mejorar tu rendimiento en clase.

5. Recompensa tu esfuerzo

Las recompensas son una **manera sana de incentivar los hábitos** de estudio. Cuando alcanzas tus metas cómprate un helado o algo que disfrutes. También puedes optar por pequeñas recompensas entre las diferentes asignaturas como escuchar una canción o comer una golosina.

6. Evita las distracciones

Muchos se enorgullecen de poder realizar varias actividades simultáneamente, pero el estudio no es el momento para ello. **Apaga la televisión y guarda el móvil y cualquier dispositivo que pueda distraerte.** Considera ir a estudiar a la biblioteca porque si estás solo te tentarás, mientras que en la biblioteca todo el mundo estará estudiando y las tentaciones serán mucho menores.

7. Consigue un tutor que te ayude a estudiar

Si no logras fomentar hábitos de estudio duraderos **considera un tutor.** No sólo es útil para estudiar cada asignatura sino que además sueñen proveer nuevas maneras de estudiar o ayudarte a [mejorar tu concentración](#). En general los tutores colocan anuncios en los tableros o paneles de avisos.