

## Diario reflexivo

¿Qué es?

Propósito

¿Cómo lo elaboro?



El aprendizaje no es lo que leemos, escuchamos, vemos o memorizamos, sino lo que reflexionamos, lo que pensamos, lo que sentimos, con lo que dialogamos y desde lo que creamos algo nuevo.

### ¿Qué es un diario reflexivo?

El diario reflexivo es una estrategia didáctica que motiva el desarrollo óptimo del proceso de aprendizaje, a través de la toma de conciencia de las propias capacidades, para desarrollar estrategias y recursos que permiten experimentar un aprendizaje más significativo.

Esta apropiación del proceso de aprendizaje ofrece la oportunidad de desarrollar un diálogo interno con el conocimiento, mismo que implica el uso de la memoria, la creatividad y el pensamiento crítico y reflexivo. Este proceso y sus resultados pueden ser presentados en forma escrita, ilustrada y gráfica.

#### Claves

**a) Piense crítica y reflexivamente:**

Reflexionar con atención lo que se ha leído, visto o escuchado, permite reaccionar ante los contenidos, las ideas, los sentimientos y las propuestas que sugieren.

**b) Aprópiase del conocimiento:**

Generar diálogo entre la nueva información recibida y las reflexiones, experiencias y conocimientos propios, permite que el aprendizaje se convierta en cualidades personales propias.

**c) Observe y haga conexiones:**

Prestar atención a las experiencias, situaciones, acciones y sentimientos, qué temas similares o inclusive el mismo tema genera en otros u otras nos ayuda a construir un nuevo conocimiento que parte desde el encuentro y la colectividad.

## Propósito de un diario reflexivo

---

La elaboración del diario reflexivo motiva al ejercicio de la autoevaluación en relación al tema que se está abordando. Además, toma en cuenta el proceso de desaprender para aprender desde nuevos significados.

Para orientar su trabajo es recomendable que se pregunte:

1. ¿Cómo ha influido mi contexto en cuanto a mi entendimiento del tema?

2. ¿Qué ha resultado novedoso en cuanto a mi acercamiento al tema?

3. ¿Qué he aprendido con determinada tarea/lectura/chat/foro que he realizado e interactuado con mis compañeros/as?

4. ¿Logré aprender un nuevo concepto? ¿Cómo lo hice?

5. ¿Qué sentimientos me despertó este proceso de aprendizaje?

## ¿Cómo elaboro un diario reflexivo?

---

Para la elaboración del diario reflexivo tome en cuenta los contenidos, la presentación (forma) y la evaluación.

### Contenidos

Las siguientes preguntas motivan a la reflexión y permiten organizar los contenidos. Las ideas que surjan son una base para empezar a escribir el diario reflexivo:

- \* ¿Cuáles son las ideas más importantes del contenido?
- \* ¿Qué dudas me genera? ¿Qué necesito aclarar?
- \* ¿Qué aprendí? ¿Cómo lo aprendí?
- \* ¿Cómo se relaciona con experiencias previas que he tenido?
- \* ¿Cómo se relaciona con mi contexto?
- \* ¿Cómo me siento sobre lo aprendido?

## Forma (presentación)

La presentación del diario reflexivo puede variar de acuerdo al tema y el objetivo que se pretende al realizarlo. Al tratarse de una apropiación e interiorización de los contenidos, la presentación muestra rasgos particulares de la persona que lo elabora.

### Características:

1. Integra elementos como: la narrativa, los relatos, la síntesis, los poemas, las canciones, la lluvia de ideas, los sentimientos, las observaciones, los apuntes, las imágenes, los datos, entre otros.
2. Incorpora aspectos ilustrativos como: fotografías, mapas, dibujos, esquemas, gráficos, entre otros.
3. Puede contener enlaces para videos, música y otros elementos ubicados en la web.

La creatividad es parte importante del proceso, siempre y cuando aporte al producto reflexivo en el diario.

4. El diario reflexivo puede plasmarse en un documento de texto, una presentación en línea o PowerPoint, un blog,<sup>1</sup> un video, u otro medio que desee utilizar y que sea adecuado al contenido del mismo.

## Evaluación

**Organización:** debe tener una estructura clara con títulos y subtítulos para facilitar la comprensión y un registro de fechas en las que se trabajó cada reflexión.

**Profundidad:** debe reflejar los contenidos de la sesión o unidad, la investigación, la indagación y la reflexión.

## Bibliografía

- Martínez Gómez, Graciela. 2013. «El diario reflexivo del estudiante: ventajas de su uso en la educación a distancia». Revista Mexicana de Bachillerato a Distancia. 10.5: 105-110  
Acceso el 19 de agosto de 2020.  
<http://revistas.unam.mx/index.php/rmbd/article/viewFile/44229/39986>
- Ospina, Diana. 2012. «El diario como estrategia didáctica». Acceso el 21 de agosto de 2020.  
<http://aprendeenlinea.udea.edu.co/lms/moodle/mod/page/view.php?id=34201&inpopup=1>
- UNED. s/f. «El diario reflexivo. Una estrategia para potenciar la autoevaluación y el aprendizaje autónomo». Acceso el 01 de agosto de 2020.  
[http://www.uned.ac.cr/academica/images/ceced/docs/Estaticos/Diario\\_Reflexivo\\_funde.pdf](http://www.uned.ac.cr/academica/images/ceced/docs/Estaticos/Diario_Reflexivo_funde.pdf)

Última modificación el 21 de agosto, 2020.