
Toma control de tu aprendizaje en línea: Consejos para estudiantes universitarios sordos

Probablemente no te inscribiste para tomar todas tus clases universitarias en línea. Pero el COVID-19 ha hecho que los colegios y universidades de los Estados Unidos cambien a clases en línea para todos, incluidos los estudiantes sordos como tú.

Ya sea que hayas tomado una clase en línea anteriormente o que seas nuevo en esto, recuerda: Las adaptaciones no se detienen porque ahora estás aprendiendo de forma remota. Aquí hay algunas estrategias para que puedas tomar el control de tu aprendizaje en línea y prepararte para el éxito.

Consejo N° 1: Crea un plan de acceso

Tan pronto como puedas, comunícate con tu Coordinador de Servicios de Discapacidad (DSC) para hablar sobre adaptaciones para ti en las clases en línea. Hazle saber si hay algún cambio de horario o si te encuentras en una zona horaria diferente a la de tu universidad. Mantente dispuesto a probar cosas nuevas. Si tienes dificultades después de algunas clases, no te preocupes, las adaptaciones que funcionaron para ti durante las clases presenciales pueden no funcionar en línea. Dialoga con tu DSC e instructor para saber qué opciones están disponibles para acceder:

- Conferencias pregrabadas por tu instructor.
- Audio / Podcasts.
- Debates en clase y grupos de trabajo de estudiantes.
- Laboratorios.

Consejo N° 2: Crea un espacio para aprender

Piensa en lo que necesitas para [trabajar y estudiar bien de forma remota](#). Encuentra un espacio cómodo con buena iluminación y libre de interrupciones de miembros de la familia o compañeros de cuarto. Averigua qué funciona mejor para que te [adaptes a las clases en línea](#).

- Planifica tu horario de clases (y asegúrate de tener en cuenta las diferentes zonas horarias, si es necesario).

- Comprueba si necesitas descargar nuevas aplicaciones o software para acceder a las clases. Familiarízate con esas nuevas plataformas y prueba sus características.
- Verifica tu conexión a internet. Si no dispones de servicios de Internet donde vives, pregúntale a tu DSC qué tipo de apoyo ofrece la universidad. Averigua si tu proveedor de Internet local ofrece servicios gratuitos o con descuento.
- Para mejor conexión a internet, usa un cable de ethernet si es posible.
- El COVID-19 está cambiando todo, incluyendo la adaptación a nuevos hábitos de estudio.

Consejo N° 3: Mantente en contacto con tu instructor

La comunicación con tu instructor es importante. Aprovecha las horas de oficina y comunícate con ellos acerca de lo que funciona (y lo que no).

- Mantente en contacto con tus instructores para analizar cómo planeas acceder a las clases en línea y las nuevas adaptaciones que utilizarás. Es un buen momento para hacer una prueba antes de la clase para asegurarte de que todo funcione correctamente.
- Ten un plan de respaldo. Pídele a tu instructor que grabe la clase, en caso de que haya problemas técnicos.
- Conéctate semanalmente o cada 15 días para preguntar sobre el contenido y los temas que te gustaría revisar.
- Cuando envíes un correo electrónico a tu instructor sobre problemas de acceso, copia a tu DSC en el correo electrónico.

Consejo N° 4: Confirma que todos los medios son accesibles

Las clases en línea y todos los materiales relacionados, incluidos videos, podcasts y conferencias pregrabadas, deben tener subtítulos, interpretes u otras opciones de accesibilidad que puedas requerir. Verifica con tus instructores con anticipación para confirmar que estas opciones de accesibilidad están disponibles, verifica regularmente el nuevo contenido del curso. Si ellos necesitan ayuda para subtitular cualquier contenido o material, remítelos a la oficina de servicios para discapacitados.

- ¿Los subtítulos de los videos dicen "Español (generados automáticamente)"? Esto significa que los subtítulos serán inexactos y faltarán signos de puntuación. Coméntale a tu instructor que necesitas subtítulos precisos.

- Las tareas en video subidas por los compañeros de clase también deben hacerse accesibles.
- Las transcripciones no son una alternativa. Son difíciles de seguir junto con cualquier video. Los subtítulos son más efectivos.

Consejo N° 5: Contacta a la persona correcta

Si tienes problemas para acceder a tus clases en línea, ¿a quién debes contactar para obtener ayuda? A continuación, te presentamos algunos escenarios comunes y quiénes podrían ayudar en esas situaciones. Si no estás seguro de a quién contactar, o si hay otros desafíos para acceder a tus clases, comunícate siempre con tu DSC.

- Problemas de inicio de sesión en la clase a través de tu sistema de gestión de aprendizaje (como Canvas o Blackboard): comunícate con tu instructor. Si no puedes comunicarte con ellos de inmediato, comunícate con el departamento de tecnologías de la información (TI).
- No hay intérpretes o servicios de voz a texto para tu clase: comunícate con tu DSC.
- Problemas técnicos (por ejemplo, el proveedor o intérprete de voz a texto está desconectado, no puede ingresar a la clase o no puede escuchar el audio): comunícate con el departamento de TI.
- Problemas de conexión a Internet (video entrecortado o velocidad lenta): comunícate con tu proveedor de servicios de Internet.

Consejo N° 6: Aboga por tus necesidades. Conoce tus derechos

Si estás siendo rechazado por tu necesidad de acceso o adaptaciones, ¡no te rindas! Defiende lo que sabes que funciona mejor para ti en tus clases. [Conoce tus derechos](#). Tienes derecho a participar igualmente en el aprendizaje en línea. Esto incluye el acceso a todo el contenido del curso y el soporte necesario en este nuevo entorno de aprendizaje.

Hay muchas situaciones diferentes que pueden ocurrir. Si algo no se siente bien, no esperes, comunícate inmediatamente con tu instructor y DSC. Por ejemplo, supón que tu instructor te dice que un video no tiene subtítulos y que no te preocupes porque no es obligatorio. Esto es lo que debes hacer:

- Dile al instructor que, si tus compañeros de clase pueden ver un video para la clase, tú también deberías poder hacerlo.
- Remítelos a la oficina de servicios de discapacidad para obtener ayuda con los subtítulos.
- Sé persistente: informa a la oficina de servicios para discapacitados que necesitas acceso al contenido completo del curso. Si continúas recibiendo rechazos, pregunta a la oficina de servicios para discapacitados acerca de cómo presentar una queja.

También es posible que debas solicitar asistencia adicional. Con todo en línea, la cantidad de tareas de lectura y escritura que se espera que hagas aumentará dramáticamente. Solicita tutoría, plazos extendidos, tareas alternativas o cualquier otro servicio de soporte que puedas necesitar. ¡Preguntar puede abrir muchas puertas!

Consejo N° 7: CUIDATE

La lucha es real en la transición a las clases en línea. [¡No estás solo!](#) Además de seguir [los consejos recomendados por los CDC](#) (Lava tus manos, practica el distanciamiento social), aquí hay algunas ideas para el cuidado personal. Y recuerda: **¡Puedes hacer esto!**

- Toma descansos de estudio para salir afuera, caminar y tomar aire fresco.
- Haz algo creativo o comienza un nuevo pasatiempo
- Configura chats grupales para mantenerte conectado con tus compañeros de clase
- Juega a juegos de preguntas en línea con tus amigos
- Medita o haz ejercicios de atención plena.
- ¡No te olvides de comer bien y dormir lo suficiente!

Para obtener más [recursos](#) para estudiantes, familias, universidades, empleadores y más, visita el National Deaf Center on Postsecondary Outcomes.