

LAURA LEWIN

El aula afectiva



Claves para el **manejo eficaz del aula**
en un entorno afectivo y efectivo



SANTILLANA

en el aula

Laura Lewin

El aula afectiva

Claves para el manejo
eficaz del aula en un entorno
afectivo y efectivo

EL AULA AFECTIVA

CLAVES PARA EL MANEJO EFICAZ DEL AULA EN UN ENTORNO AFECTIVO Y EFECTIVO

© 2016, LAURA LEWIN

Lewin, Laura

El aula afectiva : claves para el manejo eficaz del aula en un entorno afectivo y efectivo / Laura Lewin. - 1a ed . 3a reimp. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires : Santillana, 2018.

160 p. ; 16 x 21 cm. - (Santillana en el aula)

ISBN 978-950-46-4826-0

1. Pedagogía . 2. Psicología. 3. Inteligencia Emocional. I. Título.
CDD 371.1

© 2016 Ediciones Santillana S. A.

Av. Leandro N. Alem 720 (C1001AAP),
Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina

ISBN: 978-950-46-4826-0

Hecho el depósito que indica la ley 11723

Impreso en Argentina. Printed in Argentina

Primera edición: enero de 2016

Tercera reimpresión: septiembre de 2018

Esta obra fue realizada en el Departamento Editorial de Ediciones Santillana.

Jefa de Arte: Silvina Gretel Espil.

Diseño de maqueta y diagramación: Ariana Jenik.

Corrección: Carolina Sánchez.

Ilustraciones: Muriel Frega

Todos los derechos reservados.

Esta publicación no puede ser reproducida, ni en todo ni en parte, ni registrada en o transmitida por un sistema de recuperación de información, en ninguna forma y por ningún medio, sea mecánico, fotoquímico, electrónico, magnético, electroóptico, por fotocopia o cualquier otro, sin el permiso previo por escrito de la editorial.



Laura Lewin es autora, capacitadora y consultora.

Cursó la carrera de Traductorado Público en Idioma Inglés en la Universidad Argentina de la Empresa (Buenos Aires, Argentina), y el Profesorado de Inglés en la Universidad de California- Riverside, Estados Unidos. Además, ha realizado cursos de perfeccionamiento en Estados Unidos, Inglaterra y Australia.

Ha dictado cientos de talleres de capacitación docente en congresos internacionales, universidades y centros educativos en Latinoamérica, Estados Unidos y Europa.

Preside el Congreso Internacional de Desarrollo Profesional para Profesores y Coordinadores de Inglés, y el Congreso Internacional para Directivos Innovadores de Instituciones Educativas, ambos con sede en Buenos Aires.

Es consultora de instituciones educativas en temas de gestión educativa y *marketing*.

Es autora de *Gestión educativa en acción: cómo desarrollar, motivar y liderar a tu equipo docente*, publicado por Noveduc.

Dirige ABS International, una empresa de capacitación educativa, desde 1992.

Contacto con la autora: www.facebook.com/ABSInternational

A mis dos amores: Miguel Atencio y Anita Atencio.

Quiero agradecer muy especialmente el amor, apoyo y aliento de los cientos de participantes que asisten a mis cursos y talleres en toda la Argentina y en el exterior, quienes con su energía y humor energizan mi vida. Ustedes me motivan a ser mejor persona y mejor profesional. Este libro está dedicado, sin duda alguna, a todos ustedes. ¡Gracias!

Quiero agradecer, además, a la Dra. Lorena Llobenes, médica pediatra y neuróloga infantil, por todos sus aportes en el área de las neurociencias. Lorena es de esas personas luminosas que van por la vida, justamente, iluminando.

Un agradecimiento especial a Daniela Zallocco por sus aportes en el capítulo de tecnología. Daniela tiene un don mágico para transmitir y las mejores virtudes que son la humildad y la generosidad. ¡Gracias, Daniela, por tus sugerencias!

Por último, gracias a Miguel, mi maravilloso esposo, y a Anita, mi bellísima hija, por el apoyo incondicional, el amor y la confianza que me transmiten. ¡Qué placer y qué honor tenerlos jugando en mi equipo!

Laura

ÍNDICE I

PRÓLOGO	7
----------------------	---

CAPÍTULO 1 | Manejo del aula

Qué se esconde detrás de la mala conducta	9
Conducta versus manejo eficaz del aula	16
Las reglas y los procedimientos	20
Las interrupciones.....	26
El <i>bullying</i> o acoso escolar	31

CAPÍTULO 2 | Alumnos y aprendizajes

Los estilos de aprendizaje	39
Las inteligencias múltiples	43
La inteligencia emocional.....	47
La responsabilidad del alumno	55
El aprendizaje cooperativo.....	60

CAPÍTULO 3 | Ser docente

Caracterización del rol	71
Actitud versus aptitud	78
Entusiasmo e inspiración	80
El síndrome de desgaste profesional o <i>burnout</i>	90

CAPÍTULO 4 | Estrategias de enseñanza

El reconocimiento	99
La conexión emocional	103
La comunicación	110
La motivación	114
Los exámenes y el estrés	123

CAPÍTULO 5 | Aula afectiva y efectiva

El aula como espacio	127
La importancia del clima	130
La tecnología, una buena aliada	140
El humor en el aula	150

BIBLIOGRAFÍA	159
---------------------------	-----

PRÓLOGO

Las instituciones educativas suelen priorizar las habilidades cognitivas por sobre las sociales y emocionales. En los programas académicos vemos espacios curriculares, como matemática, lengua, idiomas, educación física, geografía, historia, entre otros, pero no encontramos espacios de conocimientos sobre cómo resolver conflictos, cómo mejorar la empatía, o la escucha atenta, por nombrar algunos. Sin embargo, son las habilidades sociales y emocionales las que van a lograr que los alumnos puedan aprender más y mejor.

Como docentes, prestarles atención a la motivación, la actitud, los valores y las creencias, por ejemplo, y no solo a los aspectos cognitivos, redundará en un beneficio cuantitativo.

Las relaciones en el aula tienen un impacto muy grande en el aprendizaje. Si un alumno se siente frustrado, triste o amenazado, aprender va a ser una tarea difícil.

Por lo tanto, si el docente no tiene en cuenta las habilidades socioemocionales, las habilidades cognitivas se van a resentir.

Todo docente que recién se inicia en la profesión quiere guiar de manera positiva a sus alumnos. Tiene expectativas de logro altas y la sincera intención de pasar por la vida de sus alumnos dejando un mensaje superador. La gran pregunta es, ¿qué pasa cuando se encuentra con programas complejos, la presión de los padres y alumnos que no quieren sentirse condicionados cuando el docente necesita cierto control?

Este siglo demanda no solo aprender las materias de siempre, sino además incorporar nuevas habilidades: como aprender a resolver conflictos, a relacionarse positivamente con los demás, y a ser creativos, entre otras que ya no son opcionales.

El desafío que tenemos como docentes es hacer que nuestros alumnos se sientan frente a nosotros porque quieren escucharnos y no porque tienen que escucharnos.

¡Ojalá este libro los invite a la reflexión y pueda aportarles ideas útiles y prácticas para que puedan enseñar más y mejor!

MANEJO DEL AULA

QUÉ SE ESCONDE DETRÁS DE LA MALA CONDUCTA

Los jóvenes de hoy aman el lujo, tienen malos modales y desprecian la autoridad. Les faltan el respeto a los adultos, y prefieren conversar antes que ejercitarse. Contradicen a sus padres, hablan delante de otros, devoran su comida, e intimidan a sus docentes.

Esta es una frase que podríamos escuchar de cualquier docente en el día de hoy, tal vez alguna vez hayas dicho algo parecido. Es sorprendente saber que estas palabras datan de la época de Sócrates (470-399 a. C.). Parece que algunas cosas nunca cambian, ¿verdad?

¡EN ACCIÓN!

Escribe, sin ningún orden en particular, los problemas más comunes de disciplina que ves en el aula. Por ejemplo:

- Llegadas tarde.
- Uso no adecuado de celulares.
- Falta de motivación.

Ahora, divide los problemas en estas categorías:

*Cosas internas sobre las que
puedo hacer algo al respecto*

*Cosas externas sobre las que
puedo hacer algo al respecto*

*Cosas internas sobre las que
no puedo hacer algo al respecto*

*Cosas externas sobre las que
no puedo hacer algo al respecto*

¿Cómo te fue? Veamos, el uso inadecuado del celular en clase es algo externo y se puede hacer algo al respecto, por ejemplo, trabajar con reglas.

La falta de motivación propia es algo interno. Pero se puede hacer algo, por ejemplo, reconectarse con el *ser docente*, con los alumnos, con la pasión por enseñar e implementar distintas estrategias didácticas que ayuden a revertir esa situación.

Muchas veces nos quejamos de cuestiones sobre las que podemos hacer algo al respecto. La pregunta sería, entonces, ¿por qué no lo hacemos?

Y cuando no es posible hacer nada, por ejemplo, en el caso de las diferencias con el directivo, sería interesante aprender a convivir con la situación adversa de la mejor manera posible o salirse de la situación que nos incomoda.

Es decir, el buen docente trata de automotivarse para superar los obstáculos que se le presentan en el día a día y no se queda con la queja que no lo conduce a nada.



Para pensar

¿De qué manera es posible automotivarse para solucionar creativamente situaciones adversas y no caer en la queja?

CUENTOS QUE CUENTO

Un anciano con problema de miopía se consideraba un experto en evaluación de arte. Un día visitó un museo y se le olvidaron las gafas en su casa. Pero eso no lo frenó para manifestar sus fuertes opiniones. En la galería, comenzó a criticar las diferentes pinturas. Al detenerse ante lo que pensaba era un retrato de cuerpo entero, empezó a criticarlo. Con aire de superioridad dijo: “El marco es completamente inadecuado para el cuadro. El hombre esta vestido en una forma muy ordinaria y andrajosa. En realidad, el artista cometió un error imperdonable al seleccionar un sujeto tan vulgar y sucio para su retrato. Es una falta de respeto”. Su esposa se acercó hasta él entre la multitud y lo apartó discretamente para decirle en voz baja: “Querido, estás mirando un espejo”.

ANÓNIMO



A menudo cuesta realizar un trabajo introspectivo y ver cómo éramos como alumnos antes de ser docentes. Nos enojamos con los estudiantes cuando dicen algo inapropiado, o hacen algo que está mal, pero nosotros, ¿cómo actuábamos en la escuela en esas mismas situaciones? Solemos olvidarnos de que también fuimos alumnos y nos aburríamos alguna que otra vez, o que participamos de alguna travesura.

Es importante intentar comprender qué hay detrás de una mala contestación o acción. De esa forma, es posible resolver una situación de una manera más efectiva.

No se trata de justificar lo que sucede en el aula, sino de entender que el docente dispone de herramientas que pueden ayudarlo a resolver positivamente situaciones conflictivas.

¡EN ACCIÓN!

Piensa en algún curso, grado o sala en particular, tal vez en alguno en el que te haya sido más difícil enseñar o que te esté costando ahora. A medida que vas leyendo lo que sigue, marca con una cruz la situación que pueda haber generado o que esté generando o contribuyendo al problema.

El alumno

Problemas familiares.

Problemas socioemocionales.

Problemas de salud.

Falta de motivación.

Otros: _____





El docente

- Apatía o falta de motivación.
- Clases poco interesantes o desorganizadas.
- Cansancio o desgaste profesional.
- Falta de capacitación.

Otros: _____



El grupo

- Problemas en las relaciones interpersonales.
- Roles disfuncionales.
- Hostilidad.
- Diferentes niveles o intereses.

Otros: _____

La sociedad

Mala influencia del entorno.

Malos ejemplos en lugares públicos.

Modas.

Otros: _____

El aula

Lugar físico inadecuado.

Materiales didácticos inapropiados.

Falta de recursos.

Ausencia de reglas y/o rutinas.

Malos horarios.

Otros: _____



Para pensar

La identificación de las causas de la mala conducta, ¿cómo ayudaría en la resolución de conflictos?

Entendamos
primero, para
después poder
resolver.



EN SÍNTESIS

Hasta el momento trabajamos sobre lo siguiente:

- La identificación de los factores que interfieren en el desarrollo armónico de las clases.
- La observación de las causas que se esconden detrás de la mala conducta.

CONDUCTA VERSUS MANEJO EFICAZ DEL AULA

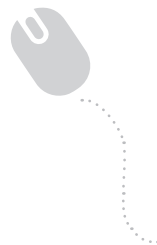
Prohibido reírse, prohibido moverse, prohibido hablar, ¿es esto disciplina? Está claro que no. La disciplina se define como las reglas de comportamiento para mantener el orden, y prohibir no es precisamente la estrategia para lograr esa organización en el aula.

Hay una gran diferencia entre escuchar porque uno *quiere* escuchar a *tener* que escuchar. Hay una gran diferencia entre *querer* hacer algo y *tener* que hacer algo. Y aquí es donde radica el don del buen docente, en lograr que los alumnos quieran mantener el orden necesario para el funcionamiento del aula sin necesidad de imposiciones o prohibiciones.

Imaginemos que entramos a un negocio y la vendedora está hablando por teléfono. No repara en nuestra presencia. Cuando finalmente cuelga el teléfono, se dispone a hacer otra cosa y ni siquiera nos saluda. Uno pensaría: “Si fuese la dueña o el dueño de este lugar, lo manejaría de otra manera”. Ahora bien, como *dueño* o *dueña* de un aula, ¿cómo la manejas?

La disciplina está en la órbita de los alumnos, mientras que el manejo del aula está en la órbita del docente. Pensar en el manejo eficaz de la clase implica estos cuatro factores:

- 1) **La motivación**
- 2) **El proceso de enseñanza**
- 3) **La conducta**
- 4) **La relación alumno-docente**



La motivación

La primera etapa de una clase es el estadio de la motivación. Es decir, despertar en el alumno ese interés por descubrir, por escuchar, por hacer. Es la diferencia entre el alumno que *debe* escuchar frente al que *quiere* escuchar. Si el alumno no está permeable, abierto, va a ser muy poco lo que el docente pueda hacer para llegar a él.

El proceso de enseñanza

Se refiere a qué enseñamos, cómo lo enseñamos y qué recursos utilizamos. ¿Lo hacemos fácil o difícil? ¿Interesante o aburrido? Se trata del proceso de instrucción, no solo de la instrucción misma.

La conducta

Los comportamientos esperables de nuestros alumnos, las reglas y los procedimientos a implementar tendrán un profundo impacto en el clima del aula.

La relación alumno-docente

El aprendizaje está directamente vinculado con las relaciones interpersonales. La calidad de la enseñanza va de la mano de la relación alumno-docente.

El lazo que podemos generar en el aula, si conectamos empáticamente con los alumnos, va a repercutir en el comportamiento de manera positiva. El docente que tiene un interés genuino por sus estudiantes, que siente orgullo por tener esos alumnos, que se toma el tiempo para hablar de objetivos y de expectativas generará un vínculo mucho más estrecho que aquel que se limita a trabajar con lo planificado o en el libro de texto desde el primer día.

Ahora bien, ¿cuál es la distancia justa entre el docente y los alumnos? Consideramos que la relación que entablen alumnos y docente debe ser lo suficientemente distante para ser profesional, pero bastante cercana para ser cálida.

Cuando un alumno no se siente seguro con su docente, no puede dar lo mejor de sí. Si no hay conexión entre ambos, el aprendizaje se resentirá. La personalización en la enseñanza es muy importante.

Si el niño no aprende de la manera en que le enseñamos, entonces tal vez deberíamos enseñarle de la manera en que él aprende.

Para pensar

¿Qué resulta más importante, el manejo eficaz del aula o el dictado de una disciplina?

Sin un buen manejo del grupo, difícilmente logremos que nuestros alumnos aprendan con éxito.



En el chiste anterior, el náufrago intenta pedir ayuda. Cuando esboza las pocas palabras que sabe en inglés, lo que dice está fuera de contexto. En vez de pedir ayuda, dice: “El libro está sobre la mesa”, que es lo único que recuerda del aprendizaje del inglés. ¿El docente enseñó? Sí. ¿El alumno aprendió? No. Está claro que hay una diferencia entre enseñar y aprender.

El manejo eficaz del aula es una condición absolutamente necesaria para que el docente pueda enseñar y el alumno pueda aprender.

Existen algunos docentes que terminan el día energizados y otros que finalizan agotados. ¿Cuál es la diferencia entre unos y otros? La manera en que autorregulan su energía y la cantidad de tiempo que pasan enseñando versus la cantidad de tiempo que pasan disciplinando a sus alumnos.

No es preparar una clase lo que nos agota, ni dictarla, ni corregir, ni atender a los padres, ni entregar los informes a tiempo.

¿Qué nos agota, entonces? El alumno que se levanta varias veces a sacarle punta al lápiz, el que no trae los útiles, el que come un sándwich en la mitad de la clase, el que se burla de un compañero, el que llega tarde, el que pasa papelitos, el que saca una revista y se pone a leer, el que manda mensajitos por el celular, el que, el que, el que... ¡Esto nos agota!

Sería muy lindo comprar un libro y encontrar cincuenta recetas probadas para el manejo eficaz del aula, pero la realidad es que no existe tal cosa. Lo que funciona para unos, puede no hacerlo para otros. Y lo que hoy funciona, mañana, tal vez, no.



Para pensar

No hay un método mejor que otro para trabajar la disciplina en el aula; en realidad hay muchos métodos para diversos alumnos en distintas circunstancias.



EN SÍNTESIS

Hasta el momento trabajamos sobre lo siguiente:

- La diferencia entre conducta y manejo eficaz del aula.
- Los componentes del manejo eficaz del aula.
- La distinción entre enseñar y aprender.

LAS REGLAS Y LOS PROCEDIMIENTOS

La disciplina inteligente se relaciona estrechamente con trabajar de manera racional sin descuidar lo emocional. En otras palabras, pensar con el corazón, sentir con la mente y asumir las *riendas* de la conducción del aula.



Para pensar

El docente, el adulto, es quien tiene que garantizar que ningún alumno interfiera con el aprendizaje de un compañero.

EN ACCIÓN!

Escribe tres reglas que uses en tus clases.

Ahora, describe tres procedimientos.

¿En qué se diferencian las reglas de los procedimientos?



La regla se define como una norma que debe ser cumplida por haber sido acordada de manera colectiva. Si se rompe, hay una consecuencia o una sanción.

El procedimiento, en cambio, hace referencia al modo en que se hace algo. Por ejemplo, para hablar hay que levantar la mano. El procedimiento no conlleva sanción.

Las reglas ordenan y protegen el derecho a enseñar del docente y el derecho de los alumnos a aprender. Además, colaboran con la construcción del sentido de responsabilidad por parte de los educandos.

Muchos de los problemas que se presentan en el aula tienen su origen en la ausencia de límites. Responsabilizarse por la situación anterior es necesario y saludable. Al trabajar con reglas dejamos claro qué se espera de los alumnos, qué pueden esperar ellos del docente y de sus compañeros, qué pueden hacer y qué no. Les enseñamos a hacer un buen uso de su libertad y a ser responsables.

Las reglas se trabajan desde el primer día de clases y, en el proceso de su construcción, es necesario dedicarle un tiempo a la inducción. Es importante que el docente se presente adecuadamente, no basta con saludar, decir el nombre y expresar la alegría de conocer al alumnado. También resulta significativo relatar cuántos años lleva en la docencia, y cuáles son las expectativas que posee para el año lectivo.

El alumno necesita sentir que está en *buenas manos*, a cargo de un profesional idóneo. Si el docente no se presenta y no les cuenta a sus estudiantes quién es y qué hace, ¿cuánto tiempo demorará el grupo en saberlo?

Cuando alumno y docente entablan una relación positiva, las reglas se construyen de manera armónica y esto trae aparejadas consecuencias más que favorables para el manejo eficaz del aula. Si sucede lo contrario, seguramente el alumnado va a resistirse a las reglas.



Un buen docente

- Se relaciona de manera positiva con sus alumnos.
- Es calmo.
- Es una persona emocionalmente cálida.
- Empatiza.
- Colabora con sus alumnos.
- Sabe escuchar.
- Es paciente.
- Hace foco en el esfuerzo.



Un docente poco efectivo

- Se enoja fácilmente.
- Es sarcástico.
- Es agresivo.
- Es temperamental.
- Se frustra con facilidad.
- Toma decisiones emocionalmente.
- Todo le parece poco.
- Hace foco en el resultado.

ALGUNAS CONSIDERACIONES ACERCA DE LAS REGLAS



- ✓ **Trabajar con pocas reglas.** Seleccionar solo las que son realmente necesarias. Sobre la base de lo anterior, se decide qué reglas no son negociables (el uso inadecuado del celular, por ejemplo).
- ✓ **Acordar las reglas.** Trabajar con el grupo la identificación de las reglas necesarias para una convivencia armónica y organizada. El docente también puede presentar la regla y explicar su causa y origen, brindándoles a los alumnos la oportunidad de modificarla, si fuera necesario. Las sanciones a la regla incumplida deben construirse democráticamente teniendo en cuenta la racionalidad y la proporcionalidad. Por ejemplo, si un alumno no cuida de manera apropiada los recursos de la institución y escribe las paredes, no solo deberá reparar el daño causado, sino que también sería interesante que pudiera pintar y reparar alguna pared de otra escuela de la zona que lo necesite.



- ✓ **Enunciar las reglas positivamente.** En vez de “No se puede correr”, decir algo así: “Para llegar del aula al salón de música, vamos a caminar como...”.
- ✓ **Practicar las reglas hasta convertirlas en hábitos.** Si un alumno entra corriendo al aula, invitarlo a que lo haga caminando y repetir esta acción tantas veces como sea necesario.
- ✓ **Actuar racionalmente.** Existen muchos docentes que aplican una regla según su estado de ánimo. Si se sienten enojados o cansados, la regla se cumple. Si están particularmente contentos, perdonan todo. Esto no es justo. No nos olvidemos que la excepción es el principio de la injusticia.

A esta altura, cabe señalar una vez más que nosotros, los enseñantes, somos los responsables del clima en el aula. Seguramente, el contar con el apoyo de los directivos contribuirá bastante a reforzar la afirmación anterior, pero si así no fuera, es responsabilidad del docente decidir en qué aula quiere trabajar y generar esas condiciones. El manejo eficaz del aula pasa por los docentes de manera individual.

Cuando un alumno rompe una regla, debe haber una sanción, que tendrá que ser lógica y cumplida. De lo contrario, se desdibuja el sentido de las reglas. La primera vez que un alumno rompe una regla, puede haber un recordatorio; la segunda una advertencia; pero ya a la tercera, es una buena idea involucrar a sus padres o tutores para que puedan trabajar en conjunto.

Recomendamos trabajar con estas tres reglas básicas: respeto por sí mismo, respeto por los otros y responsabilidad por las propias acciones.

El manejo eficaz del aula mejora cuando las reglas son acordadas y no impuestas, son modeladas, practicadas, reforzadas y se convierten en hábitos. Las reglas y los procedimientos le dan estructura al manejo del aula.

¡EN ACCIÓN!

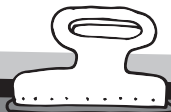
¿Qué tres reglas básicas, no negociables, considera que tus alumnos podrían aprender y que son, a su vez, necesarias para poder enseñar?

¿Cómo las presentarías para que sean consideradas positivas y acordadas por todos?



Los objetivos de los alumnos y el docente deben estar alineados.

Para finalizar este apartado, detallamos a continuación algunas cuestiones que vale la pena recordar y tener en cuenta respecto de la implementación y construcción de reglas y procedimientos en el aula.



NO OLVIDES QUE...

- ✓ ... gritar no ayuda en nada. Una vez que los alumnos se acostumbran a los gritos, rápidamente elevarán ellos su tono de voz y así se romperá el clima agradable que debería reinar en el aula.
- ✓ ... las buenas conductas se elogian en público, y a los alumnos en conflicto se les recuerdan los límites en privado.
- ✓ ... es importante tener una agenda y dejar en claro los objetivos de la clase y el cronograma de actividades.
- ✓ ... respetar las sanciones pactadas con los alumnos y las que corresponden al reglamento de convivencia escolar es responsabilidad del docente.
- ✓ ... no es apropiado participar en pugnas de poder con el alumno. Como adulto responsable, debes recordar los límites y aplicar las consecuencias pactadas sin hacer escándalo de la situación.
- ✓ ... frustrarse en demasía, enojarse y no cuidar las reacciones ayuda a que el alumno saque ventaja de la situación.
- ✓ ... el 80% de la comunicación es no verbal. El silencio es más efectivo que gritar, la clave está en saber manejarlo inteligentemente.
- ✓ ... el poder del reconocimiento y el humor son los mejores aliados en momentos de tensión.



EN SÍNTESIS

Hasta el momento trabajamos sobre lo siguiente:

- La diferencia entre reglas y procedimientos.
- La importancia de trabajar con reglas.
- Algunos consejos para aplicar reglas en el aula.

LAS INTERRUPCIONES

Una de las características del manejo eficaz del aula es su invisibilidad. Al momento de lidiar con las interrupciones de los alumnos, es importante que el llamado de atención sea discreto y reservado a los que están involucrados. Es decir, el docente sabe lo que está haciendo y el alumno que recibe atención también lo sabe, pero nadie más.

La transición entre una actividad y la próxima

¿Cuándo habla el alumno con sus compañeros? Cuando lo que sucede delante de él no es interesante o cuando la transición entre una actividad y la siguiente se hace muy lenta. Si el docente no puede generar una transición aceptada, los alumnos se dispersan, conversan, se paran, se distraen, y volver a tener un aula con alumnos enfocados puede llevar tiempo.

Para lograr una buena transición, el docente debe saber y debe hacerles saber a los alumnos cuánto tiempo tienen para realizar alguna actividad. Lo mismo sucede cuando el docente monopoliza la clase y habla sin parar. El alumno se aburre, se *va* mentalmente y el docente se queda hablándoles a los pocos alumnos interesados. Aprender a *leer* caras es fundamental para saber cuándo es momento de cambiar a una actividad más dinámica, a un trabajo grupal, o a cualquier otro ejercicio que nos devuelva la atención de los alumnos.



Voz, ritmo y cadencia

Algunos docentes, naturalmente, hablan de tal manera que los alumnos pueden seguirlos con entusiasmo. Enfatizan algunas palabras, suben y bajan el tono de voz. Otros, sin embargo, hablan con un tono monótono, que tiene efecto somnífero en el alumnado. Si estás en la duda respecto de tu tono de voz, una buena estrategia sería grabarte en video para ver y escuchar cómo te comunicas con los alumnos.

Más allá del tipo de tono, para que el alumno participe activamente en la clase, es necesario que el docente no monopolice la palabra. No podemos dejar al alumno siempre en un *stand-by* en el que el protagonista es el docente. Permitamos que los alumnos sean protagonistas de su propio aprendizaje, y no meros espectadores.

Los llamados de atención

No es conveniente llamarles la atención a dos o tres alumnos que hablan mientras se intenta enseñar. De esa manera, no solo estamos haciendo visible lo que se hace, sino que además involucramos a toda la clase en un tema que se relaciona con un grupo pequeño. Hay otras formas, como veremos a continuación, que funcionan mejor.

A su vez, tampoco es aconsejable invitar a un alumno a que se retire del aula cuando provoca inconvenientes. Cuando el docente le pide a un alumno que se vaya del aula, está diciendo: “No puedo contigo” y demuestra que intenta quitarse el problema de encima. Este mensaje les llega a los otros alumnos y a los directivos atentando contra el *marketing* personal del docente sobre su idoneidad profesional.

A menudo se nos mide por lo que hacemos en momentos de desafío, no cuando todo está bien. El buen docente es quien llega no solo al alumno que quiere escuchar, sino al alumno al que no le interesa, al que le cuesta o al que es disruptivo.

Si abandonamos a un alumno porque interrumpe la clase, en vez de trabajar para integrarlo y reconectarnos con él, nos parecemos a un médico que tiene en su consultorio un cartel que dice “Solo se atienden pacientes sanos”, o a un técnico en computación que solo repara máquinas que funcionen bien.

Hemos comentado que gritar es un método que no lleva a nada. Una vez que el alumno se acostumbra a esa situación de desborde, ya no lo inquieta. Es como estar escuchando música y subir demasiado el volumen solo porque nos agrada la canción. Seguramente, para quien aprecie la situación desde afuera le parecerá un despropósito, pero para quien sube el volumen no lo es, porque ya está acostumbrado.

¿Qué hacemos entonces? Si dos o tres alumnos están hablando entre sí mientras el docente explica un tema, es necesario reaccionar ante el desorden que provocan. De lo contrario, será demasiado tarde y la mitad de la clase también adoptará la misma actitud disruptiva. Por lo tanto, aconsejamos probar lo siguiente:



- 1)** Acercarse y seguir dictando la clase delante de ellos, pero sin mirarlos. Este acercamiento es vital ya que es el cuerpo el que habla. El lenguaje corporal es muy efectivo. Sin mediar palabra, el docente puede hacerse entender en pocos segundos. La técnica anterior seguramente calmará la situación pero si a los pocos minutos siguieran conversando, vamos al paso 2.
- 2)** Acercarse otra vez, mirar a los alumnos a los ojos y continuar con la clase. No es necesario hacer mención a que están conversando, una vez más, el lenguaje corporal habla por sí solo. Esto debería ser suficiente, pero, si no lo es, vamos al paso 3.
- 3)** Además de aproximarse, posar la mano sobre el hombro de alguno de ellos para demostrarles que lo que hacen no es correcto. De esta manera, nos ocupamos del tema, ellos sienten la presencia del docente, pero no lo hacemos visible.

Otra técnica que trae buenos resultados es el uso de las tarjetas de comportamiento. Se pueden confeccionar con anterioridad y entregarlas cuando el momento lo requiera. Algunas de las frases que pueden ir en las tarjetas son estas:

• No estoy de acuerdo en cómo te estás comportando. Por favor, devuélveme esta tarjeta personalmente cuando termine la clase.

• ¿Es este tu mejor comportamiento?

• Piensa en cómo te estás comportando y cómo interfiere en la concentración de tus compañeros.

¡EN ACCIÓN!

¿Qué otras tarjetas podrías confeccionar?

La técnica del “¿estás bien?”

El docente se acerca al alumno disruptivo y lo invita a salir del salón cuando todos los alumnos estén trabajando. A solas, le pregunta qué le pasa. En función de su respuesta, puede ofrecerle ayuda, o si le dice que no le pasa nada, el docente le hace saber que puede contar con él para lo que necesite. A veces una frase, una sonrisa, una mano en el hombro en el momento preciso pueden transformar la vida de una persona. Por eso, nunca debemos subestimar el poder de nuestra influencia como docentes.

El uso de esta técnica implica una actitud honesta y cálida por parte del docente, con la sana intención de conectarse con el alumno de una manera positiva y terapéutica.

Conectarse versus reconectarse

No debemos olvidar que el objetivo de la medida disciplinaria es corregir una mala conducta, lo cual no quita que el docente siga adelante. Una vez que el alumno dijo o hizo algo inapropiado y el docente le llamó la atención, es importante no hacer de la situación una escena.

El buen docente no llega a fin de año resentido con ese alumno, sino que, apenas puede, se reconecta con él. Por ejemplo, le sonrío unos minutos después del incidente, para que vea que no se queda con una impronta negativa, sino que puede seguir adelante.

Aprender a reconectarse con un alumno es tan importante como conectarse con él.



EN SÍNTESIS

Hasta el momento trabajamos sobre lo siguiente:

- Qué hacer cuando los alumnos no prestan atención.
- La buena transición entre una actividad y otra.
- La diferencia entre conectarse versus reconectarse.

EL BULLYING O ACOSO ESCOLAR

*Hemos aprendido a volar como los pájaros
y a nadar como los peces,
pero no hemos aprendido el sencillo
arte de vivir como hermanos.*

MARTIN LUTHER KING

El *bullying* o acoso escolar en los establecimientos educativos es un problema grave. Afecta negativamente la salud y el bienestar de los estudiantes, y convierte el entorno en un espacio inseguro. Puede darse en diferentes lugares y adquirir diversas modalidades: en persona, por mensajes de texto o por las redes sociales.

Es un problema que ocurre en todas las edades y niveles de educación. No es una broma ni una etapa. El acoso escolar puede ser perjudicial para la vida de una persona ya que atenta directamente contra su dignidad.

Según Dan Olweus¹, el acoso escolar asume las siguientes características:

- es una acción agresiva e intencionalmente dañina;
- se produce repetitivamente, incluso fuera del horario escolar;
- es una relación interpersonal (entre pares) en la que hay un desequilibrio de poder;
- tiene lugar sin provocación de la víctima;
- produce daño emocional.

Además, existen diferentes tipos de acoso teniendo en cuenta la modalidad y el destinatario:

- verbal (molestar, poner sobrenombres o apodos);
- social (circular chismes, terminar amistades, dejar a una persona fuera de la invitación a un evento);
- físico (golpear, empujar, maltratar);
- ciberacoso o *cyberbullying* (usar internet, celulares u otra tecnología para hacerles daño a otros);
- homofóbico (se dirige hacia personas por su orientación sexual y/o identidad de género, percibida o real).

1. Psicólogo e investigador noruego, especialista en *bullying* y creador del término.

Algunas señales del acoso escolar



Qué pueden ver los padres cuando su hijo es la víctima:

- ✓ Llega a casa con su ropa o útiles dañados o extraviados.
- ✓ Tiene heridas que no explica y se queja de malestares físicos.
- ✓ No duerme bien, su comportamiento cambia y se ve triste.
- ✓ Sus hábitos alimenticios cambian.
- ✓ Se hace daño a sí mismo y se culpa por las problemas.
- ✓ Se aleja de sus compañeros de escuela y baja sus calificaciones.



Qué pueden ver los padres cuando su hijo es el acosador:

- ✓ Es violento y se pelea verbal y físicamente con otros.
- ✓ Lo sancionan a menudo por mal comportamiento.
- ✓ Tiene dinero extra o aparece con objetos nuevos.
- ✓ No reconoce su responsabilidad en sus acciones.
- ✓ Tiene amigos que acosan a otros.
- ✓ Demuestra una necesidad excesiva por ganar en todo.



Existen tres roles diferenciados entre los participantes del acoso: el *bully* o agresor, la víctima y los que observan. Estos últimos pueden apoyar al agresor activamente o hacerlo en silencio, tan solo por miedo a convertirse en víctimas.

Es muy importante trabajar con los observadores, ya que el acosador necesita de su público para sentirse más popular y para generar mayor humillación en la víctima.

Es muy importante no rotular a los alumnos. Probemos con las frases “el alumno que agrede” y “el alumno agredido” antes que “el agresor” y “el acosado”.

¡EN ACCIÓN!

¿Por qué es importante no rotular?

Por un lado, al asignar nombres, se asume que los estudiantes no pueden cambiar esa conducta. Por otro lado, se ignora la posibilidad de que los roles cambien: un joven que es acosado puede convertirse en acosador.

Desde varios organismos nacionales e internaciones se está tomando cartas en el asunto para poder erradicar este tipo de conductas del ámbito educativo. A continuación, se detallan algunas iniciativas que pueden ser implementadas a nivel institucional y áulico:



- ✓ Conformación de un consejo escolar o comité de convivencia integrado por expertos que puedan prevenir y resolver temas de violencia dentro de la institución antes de que se conviertan en acoso escolar.
- ✓ Redacción y firma de una carta compromiso anti *bullying* que permita crear una comunidad escolar en la cual este flagelo no exista ni sea tolerado.
- ✓ Puesta en marcha de protocolos² de actuación para docentes y directivos. Existen colegios en donde se ignora el tema y los docentes o directivos no saben cómo responder frente a la violencia en la escuela.
- ✓ Capacitación constante para alumnos, docentes, directivos y padres. Este flagelo puede erradicarse si cada uno, desde su rol, trabaja activamente para que el *bullying* no sea tolerado.
- ✓ Profundización de mecanismos de alerta temprana. Para ello, es necesario contar con docentes comprometidos que puedan estar *presentes* en el recreo, conversar con los alumnos, estar en la entrada y salida del establecimiento, etcétera.

2. En la República Argentina, la Ley Nacional 26892 establece las bases para el abordaje de la conflictividad social en las instituciones educativas de todos los niveles y modalidades del sistema educativo nacional. Sobre la base de esa ley, la provincia de Buenos Aires sancionó la Ley Contra el *Bullying*.



- ✓ Mejora de los programas académicos. Como ya se mencionó anteriormente, las escuelas priorizan las habilidades cognitivas por sobre las sociales. Trabajar sobre la resolución de conflictos, la negociación efectiva, las habilidades de comunicación, etc., ayuda a evitar situaciones conflictivas y a resolverlas de forma efectiva.
- ✓ Habilitación de un espacio para denuncias en la página web del colegio. Aquellos alumnos que no se animen a hablar abiertamente pueden utilizar este recurso para expresar su situación. También, puede habilitarse un foro de consultas.
- ✓ Semana del *bullying*. Se puede invitar a la comunidad educativa en general (familiares, personas conocidas o referentes) para reflexionar y tomar conciencia respecto del tema.
- ✓ Talleres de orientación para padres con charlas que brinden herramientas de acción y prevención, y los ayuden a evacuar dudas.



Cuando todos nos unimos para decirle no al *bullying*, estamos creando instituciones educativas que favorecen el desarrollo emocional de nuestros alumnos.

¿Cómo manejar una crisis?

El cerebro tiene dos hemisferios: el derecho y el izquierdo. El derecho es holístico y emocional, entre otras características. El izquierdo es más lógico y estratégico. Para tratar a un chico en crisis, tenemos que empezar a trabajar con su hemisferio derecho, es decir, conectarnos con él desde lo emocional.

Es esencial mantener la calma y cuidar el tono y el volumen de la voz y, cuando el alumno se encuentre tranquilo, entonces trabajamos con su hemisferio izquierdo. Podemos decirle con firmeza, pero con calidez, qué se espera de él. Los límites deben estar claros. Es importante dejarlo hablar, desahogarse y tranquilizarse. Hay que escuchar con empatía.

Si el alumno...	es aconsejable...
... se sale de control,	... separarlo del grupo.
... habla alto,	... pedirle que hable más bajo para que puedas entender qué sucede y ayudarlo.
... se aísla física o emocionalmente,	... mostrar empatía.
... te desafía,	... mantener la calma.
... rechaza la ayuda,	... explicarle los límites.
... tiene un exabrupto emocional,	... dejar que hable y, luego, separarlo del grupo.
... te intimida o amenaza,	... repetirle qué se espera de él con calma. Buscar ayuda si es necesario.
... comienza a calmarse,	... ayudarlo con herramientas para que resuelva el conflicto y se reconecte con su docente y compañeros.

¿Cómo ayudar a un alumno enojado?

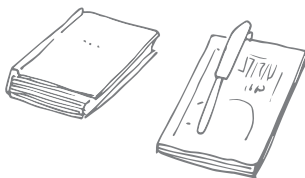
Ante una situación de desborde, en la que un alumno no puede controlar su enojo, es importante dejarlo que hable y que se saque toda la angustia. Hablar tiene un efecto sedante en el sistema nervioso, por eso no es bueno interrumpirlo y debe percibir claramente que se lo está escuchando con atención.

Como docentes, es fundamental no quedarse en lo negativo, hay que expresar empatía, mostrarle al alumno que entendemos cómo se siente y explicarle qué se espera de él.

Desde lo institucional, es preciso generar un compromiso. Debemos dejar asentado el incidente y conversar con los directivos para acordar las acciones disciplinarias y/o de contención que se adoptarán.

Ejercer la docencia implica un compromiso. Por lo tanto, ante las circunstancias anteriormente mencionadas, se espera que el profesor no se haga el distraído e ignore lo que sucede. De nada vale amenazar al alumno, gritar, perder el control, sobredimensionar el conflicto o entrar en una lucha de poderes.

Una técnica útil para lidiar con alumnos y contextos complicados es el *mindfulness* o conciencia plena³. Se trata de una práctica estudiada científicamente, reconocida como una manera efectiva de reducir el estrés y aumentar la autoconciencia. Implica prestar atención de manera consciente a la experiencia del momento presente con interés, curiosidad y aceptación. Practicando la atención plena o *mindfulness* desarrollamos una mayor capacidad de discernimiento y de compasión.



3. Esta práctica también es conocida como atención plena y uno de sus referentes más importantes es Jon Kabat-Zinn, profesor emérito de Medicina.

La parte anterior de la corteza frontal, la corteza prefrontal, desempeña el papel decisivo en las funciones ejecutivas del cerebro. Estas últimas se relacionan con funciones cerebrales que ponen en marcha, organizan, integran y manejan otras funciones. Se ha demostrado que existe una relación entre el desarrollo de las funciones ejecutivas y el proceso de maduración de la corteza prefrontal.

Consecuentemente, trabajar en el aula la inteligencia emocional, la empatía, la resiliencia y la reflexión ayudan a desarrollar la corteza frontal. Cuando esto ocurre, bajan la ansiedad, los trastornos de atención... y tenemos más oportunidades de combatir eficazmente el *bullying*.



EN SÍNTESIS

Hasta el momento trabajamos sobre lo siguiente:

- Características y tipos de *bullying*.
- Señales para detectar el *bullying* y estrategias para combatirlo.

ALUMNOS Y APRENDIZAJES

LOS ESTILOS DE APRENDIZAJE

A menudo, conversando con profesores y maestros de variadas instituciones, nos topamos con relatos que dan cuenta de algún que otro alumno disruptivo. Son estudiantes que pueden hacer bromas inapropiadas y que interfieren constantemente con el clima del aula. En definitiva, estos alumnos no se sienten cómodos y no quieren asistir a clase. Cuando están en el aula molestan, los propios compañeros se alejan y hasta el docente siente como un alivio la posibilidad de su ausencia.

Ante situaciones como la anterior, cabría preguntarse si esos alumnos que causan problemas se sienten queridos, importantes o parte del grupo. Probablemente, las respuestas serán negativas.



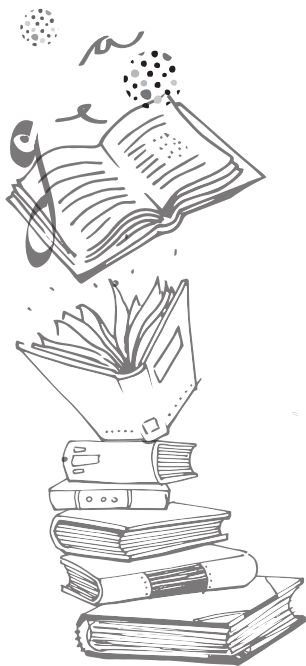
Para que un alumno pueda involucrarse de manera positiva en el aula y con el aprendizaje, debe sentirse cómodo, feliz y seguro.



Cuando el docente se concentra en enseñar y en observar cómo se sienten los alumnos, y actúa en consecuencia, genera el clima propicio para un proceso exitoso de enseñanza-aprendizaje.

Todos somos diferentes y aprendemos de maneras distintas. Como docentes, sabemos que hay chicos que logran buenos resultados sin ninguna dificultad, mientras que otros necesitan más apoyo, tiempo y asistencia para alcanzar la misma meta.

Cada alumno tiene sus aspectos a mejorar y sus debilidades. Aquel docente que puede tomarse el tiempo de ir conociendo a cada uno de sus estudiantes, y trabajar junto a él sus dones y sus fortalezas, será capaz de crear el ámbito adecuado que favorezca el aprendizaje y el desarrollo personal.



CUENTOS QUE CUENTO

En una tarde nublada y fría, dos niños patinaban sin preocupación sobre una laguna congelada. De repente el hielo se rompió, y uno de ellos cayó al agua. El otro agarró una piedra y comenzó a golpear el hielo con todas sus fuerzas, hasta que logró quebrarlo y así salvar a su amigo.

Cuando llegaron los bomberos y vieron lo que había sucedido, se preguntaron: "¿Cómo lo hizo? El hielo está muy grueso, es imposible que haya podido quebrarlo con esa piedra y sus manos tan pequeñas..."

En ese instante apareció un abuelo y, con una sonrisa, dijo:

–Yo sé cómo lo hizo.

–¿Cómo? –le preguntaron.

–No había nadie a su alrededor para decirle que no podía hacerlo.

ALBERT EINSTEIN

No le digas a un alumno que no puede. Dile que sí puede, y podrá.

Como docentes, esperamos ver logros en nuestros alumnos, pero no podemos desestimar el valor del esfuerzo. Muchas veces, se pone el foco en que el alumno aprenda un tema o que apruebe un examen, y si no lo logra, se lo hacemos saber. Sin embargo, ¡cuánto más importante es ayudarlo a progresar!

Si un alumno sistemáticamente saca 4 en los exámenes y necesita un 7 para aprobar, y en cierta ocasión se lo califica con un 5, decirle “Otra vez reprobaste” no será un gran aporte. Pero si, en cambio, le decimos “¡Un 5 después de varios 4! ¡Muy bien! ¡Ahora vamos por el 7!”, le generará una motivación que hará que no baje los brazos. A veces, los pequeños logros son más importantes que un gran logro.

Valorar los pequeños logros de los alumnos puede hacer una gran diferencia en el aprendizaje.

Cada uno de nuestros alumnos tiene un talento especial, un don, una fortaleza, y estas cuestiones hacen mella en la forma de relacionarse con el conocimiento, condicionando la manera de aprender. No todos aprendemos del mismo modo, cada uno tiene su estilo de aprendizaje. Estos estilos, a su vez, se definen como los rasgos cognitivos, afectivos y fisiológicos que nos permiten percibir de qué forma los alumnos interactúan y responden a sus ambientes de aprendizaje⁴.

Al hacer a un lado a un alumno, porque no entiende, no escucha o no tenemos empatía, perdemos la oportunidad de dejar un mensaje, una huella en él. El mejor talento que puede tener un docente es encontrar talento en otros.

El desafío del buen docente es llegar a todos sus alumnos y, muy especialmente, a los que necesitan más tiempo, no entienden o no están interesados. Ahí es donde en realidad uno puede ver la profesionalidad de la labor.



4. Esta definición fue realizada desde los aportes de Keefe, J. (1988).

¡EN ACCIÓN!

Piensa en tres alumnos que particularmente no te caigan muy bien y completa el siguiente cuadro.

Nombre del alumno	Por qué no te cae bien	Cualidad del alumno

¿Qué pasaría si te concentraras en sus cualidades en vez de sus debilidades?



EN SÍNTESIS

Hasta el momento trabajamos sobre lo siguiente:

- Los estilos de aprendizaje.
- La importancia de conocer las fortalezas y debilidades de los alumnos.

LAS INTELIGENCIAS MÚLTIPLES

Desde la década del ochenta, el profesor Howard Gardner, catedrático de la Universidad de Harvard, ha sostenido que la inteligencia humana no es un rasgo único, sino que los seres humanos disponemos de una gama de dimensiones primarias de competencias que se presentan en diferentes proporciones en distintas personas.

Gardner (1999) define la inteligencia como una capacidad. Hasta hace muy poco tiempo, la inteligencia se consideraba algo innato e inamovible. Se nacía inteligente o no, y la educación no podía cambiar ese hecho. En el imaginario colectivo, la inteligencia era vista como una computadora en el cerebro, descartando la idea de que un cerebro podría alojar “varias computadoras”.

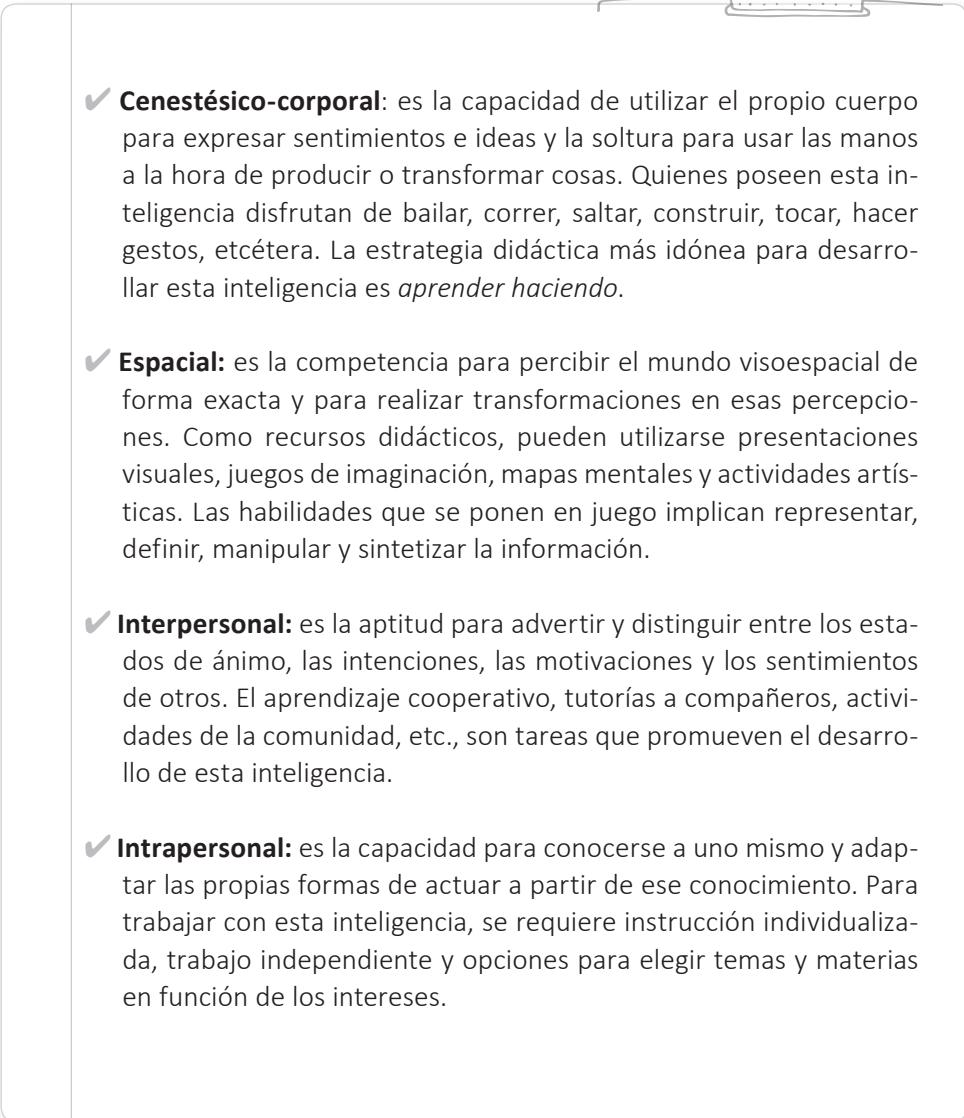
*Hasta ahora la palabra inteligencia se ha limitado básicamente a las capacidades lingüísticas y lógicas, aunque el ser humano puede procesar elementos tan diversos como los contenidos del espacio, la música o la psique propia y ajena. Al igual que una tira elástica, las concepciones de la inteligencia deben dar aún más de sí para abarcar estos contenidos tan diversos.*⁵

Consideramos que el aporte más significativo del trabajo de Gardner es validar la importancia y el respeto por las diferencias individuales, tomando en cuenta que cada ser humano es único, especial y valioso.



5. GARDNER, H. (1999). *Intelligence Reframed: Multiple Intelligences for the 21st Century*. Nueva York: Basic Books.

A continuación, se detallan cada una de las inteligencias propuestas por el autor:

- 
- ✓ **Cenestésico-corporal:** es la capacidad de utilizar el propio cuerpo para expresar sentimientos e ideas y la soltura para usar las manos a la hora de producir o transformar cosas. Quienes poseen esta inteligencia disfrutan de bailar, correr, saltar, construir, tocar, hacer gestos, etcétera. La estrategia didáctica más idónea para desarrollar esta inteligencia es *aprender haciendo*.
 - ✓ **Espacial:** es la competencia para percibir el mundo visoespacial de forma exacta y para realizar transformaciones en esas percepciones. Como recursos didácticos, pueden utilizarse presentaciones visuales, juegos de imaginación, mapas mentales y actividades artísticas. Las habilidades que se ponen en juego implican representar, definir, manipular y sintetizar la información.
 - ✓ **Interpersonal:** es la aptitud para advertir y distinguir entre los estados de ánimo, las intenciones, las motivaciones y los sentimientos de otros. El aprendizaje cooperativo, tutorías a compañeros, actividades de la comunidad, etc., son tareas que promueven el desarrollo de esta inteligencia.
 - ✓ **Intrapersonal:** es la capacidad para conocerse a uno mismo y adaptar las propias formas de actuar a partir de ese conocimiento. Para trabajar con esta inteligencia, se requiere instrucción individualizada, trabajo independiente y opciones para elegir temas y materias en función de los intereses.



- ✓ **Lingüística:** es la competencia para utilizar las palabras efectivamente, de forma oral o escrita. Está conformada por la habilidad para manejar la estructura, los significados y los usos prácticos del lenguaje. Las estrategias didácticas idóneas incluyen tormenta de ideas, juegos de rol, grabaciones de la propia palabra, elaboración de diarios y realización de proyectos de investigación.
- ✓ **Lógico-matemática:** es la aptitud para utilizar los números de forma efectiva y para razonar adecuadamente. Comprende la sensibilidad a los esquemas, las relaciones lógicas, las afirmaciones, las proposiciones, las funciones y otras abstracciones relacionadas. Las situaciones de enseñanza que favorecen el desarrollo de esta inteligencia incluyen problemas de ingenio, resolución de problemas, cálculos mentales, juegos con números, entre otras.
- ✓ **Musical:** es la capacidad para percibir, discriminar, transformar y expresar las formas musicales. Incluye la sensibilidad al tono, el ritmo, el timbre, la melodía o el color tonal de una pieza musical. Las estrategias didácticas más convenientes se dirigirán a crear actitudes positivas hacia la música y a reconocer las relaciones que esta tiene con otro tipo de aprendizajes.
- ✓ **Naturalista:** es la competencia para percibir las relaciones entre las especies y grupos de objetos y, además, para reconocer las posibles diferencias o semejanzas entre ellos. Entre las estrategias de enseñanza más apropiadas para fomentar esta inteligencia, se encuentran dar paseos por la naturaleza, tener una mascota en el aula, realizar experiencias científicas y de investigación.

La pregunta, entonces, no debería ser si somos o no inteligentes, sino en qué somos inteligentes.

Repensar la labor docente implica ayudar a nuestros alumnos a encontrar sus potencialidades, en vez de enseñarles pensando en que todos tienen el mismo talento. ¡Todos somos inteligentes! El punto es encontrar en qué.

La educación tradicional se concentra en la inteligencia lingüística y la lógico-matemática, y esto deriva en que quienes no se destacan en esas competencias pasan desapercibidos a nivel de logro académico, lo que es realmente frustrante.

La teoría de las inteligencias múltiples plantea una forma de enseñar y aprender centrada en el alumno. Nos muestra cómo respetar las diferencias entre los estudiantes, mientras reflexionamos acerca de las diversas formas de aprender y procesar la información, y los distintos modos en que pueden ser evaluados. Así, nos ofrece un contexto mucho más amplio y natural para entender los procesos de enseñanza-aprendizaje y para respetar la diversidad en el aula.

¡EN ACCIÓN!

Elige un tema y piensa cómo podrías enseñarlo teniendo en cuenta la inteligencia cenestésico-corporal, la espacial y la musical.



EN SÍNTESIS

Hasta el momento trabajamos sobre lo siguiente:

- Las inteligencias múltiples y su aporte a la enseñanza.
- Los tipos de inteligencias.

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Apoyándose en los trabajos de Gardner, Daniel Goleman, psicólogo estadounidense, populariza el concepto de *inteligencia emocional*.⁶ Este concepto abarca las inteligencias inter e intrapersonal de Gardner.

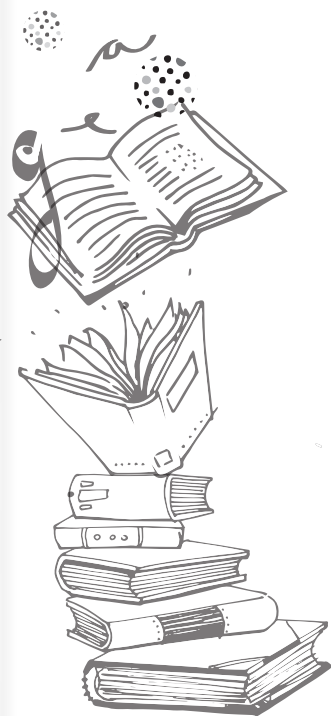
Goleman define la inteligencia emocional como la capacidad de reconocer los sentimientos propios y ajenos, de motivarlos y de saber manejar nuestras emociones y relaciones. Esta inteligencia se organizaría en torno a cinco capacidades: conocimiento de uno mismo, autorregulación, empatía, administración de las relaciones y automotivación.

El concepto de *inteligencia emocional* no es nuevo, pero en la última década empezó a cobrar resonancia gracias a la obra de este autor, quien sostiene que un alto coeficiente intelectual no es suficiente para garantizar el éxito en la vida.

La inteligencia emocional es una forma de interactuar con el mundo, que tiene muy en cuenta los sentimientos y engloba algunas habilidades: el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía y la agilidad mental. Estas habilidades configuran rasgos de carácter, como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, que resultan indispensables para una buena y creativa adaptación social y, por lo tanto, para poder desplegarse positivamente en la vida. La clave, entonces, estaría en el autoconocimiento y en la regulación de las propias emociones.



6. Este concepto comienza a difundirse a partir de la publicación en 1995 del libro *Emotional Intelligence (Inteligencia emocional)*.



CUENTOS QUE CUENTO

Hasta ese estanque mágico y transparente se acercaron a bañarse, haciéndose mutua compañía, la tristeza y la furia.

Las dos se quitaron sus vestidos y desnudas las dos entraron al estanque.

La furia, apurada (como siempre está la furia), urgida –sin saber por qué– se bañó rápidamente y, aún más deprisa, salió del agua...

Pero la furia es ciega, o por lo menos no distingue claramente la realidad, así que, desnuda y apurada, se puso, al salir, la primera ropa que encontró...

Y sucedió que esa ropa no era la suya, sino la de la tristeza...

Y así vestida de tristeza, la furia se fue.

Muy calma, y muy serena, dispuesta como siempre a quedarse en el lugar donde está, la tristeza terminó su baño y sin ningún apuro (o mejor dicho, sin conciencia del paso del tiempo), con pereza y lentamente, salió del estanque.

En la orilla se encontró con que su ropa ya no estaba. Como todos sabemos, si hay algo que a la tristeza no le gusta es quedar al desnudo, así que se puso la única ropa que había junto al estanque, la ropa de la furia.

Cuentan que, desde entonces, muchas veces uno se encuentra con la furia, ciega, cruel, terrible y enfadada, pero si nos damos el tiempo de mirar bien, encontramos que esta furia que vemos es solo un disfraz, y que detrás del disfraz de la furia, en realidad... está escondida la tristeza.

FRAGMENTO DEL CUENTO

“LA TRISTEZA Y LA FURIA” DE JORGE BUCAY

Los elementos de la inteligencia emocional

El autor habla de cinco elementos de la inteligencia emocional, cuya ejercitación se relaciona estrechamente con el incremento de esta inteligencia.



1. Conocer las propias emociones

Muchas veces, el enojo no es una emoción auténtica y esconde una gran frustración o miedo. No siempre expresamos lo que realmente estamos sintiendo. Saber qué sentimos es el primer elemento de la inteligencia emocional.

2. Manejar las emociones

Implica autorregular lo que sentimos, por ejemplo, decidir entre escuchar una música que refuerce el sentimiento de tristeza o elegir algún tipo de música que nos ayude a salir de la melancolía. Saber detener una conversación en el momento justo, antes de que se convierta en un evento crítico, supone una maestría personal en el manejo de las emociones.

3. Motivarse a uno mismo

Esto se ve con claridad en los deportistas, que compiten profesionalmente, por ejemplo, y se levantan a la madrugada para entrenar sin que su entrenador se los pida. O en el docente que dicta su mejor clase sin necesidad de que lo estén observando. Cuando podemos reemplazar la frustración buscando una solución a lo que nos aqueja, estamos evolucionando en nuestra inteligencia emocional.

4. Reconocer las emociones en los otros

Tener la suficiente empatía para registrar lo que siente el otro es una capacidad de la gente emocionalmente inteligente. Ante un alumno muy cansado o frustrado, no vale la pena insistir en seguir llenándolo de tareas, sino que es mejor acercarse, brindarle apoyo y ayudarlo.



5. Manejar las relaciones

Relacionarse de manera satisfactoria con los que nos rodean es una habilidad que ojalá pudiéramos tener todos. Saber sortear las diferencias, tolerar y respetar los distintos puntos de vista, y mantener relaciones de amistad y cercanía por mucho tiempo implican un buen manejo de la inteligencia emocional.

Hoy en día ya se reconoce la inteligencia emocional como el factor crítico para el éxito y la satisfacción personal. En el pasado, el éxito del docente estaba estrechamente vinculado a los logros académicos de sus alumnos. Sin embargo, en la sociedad actual se han creado otras expectativas docentes que requieren de un mayor protagonismo de las habilidades sociales o habilidades para la vida: autoestima, manejo de la ira, resolución de conflictos (entre los que se encuentran los conflictos de inferioridad, manejo de presiones, etcétera).

Históricamente, el colegio ha educado en lo cognitivo y en lo cultural. Los docentes hoy deben asumir el reto de formar personas bajo las premisas anteriores, pero además, con herramientas sociales y emocionales que les permitan afrontar los desafíos de la vida. Esto es trabajar los miedos, las expectativas, las presiones, entre otros.



En la actualidad, el docente tiene una tarea tan grande como maravillosa: abordar tanto lo académico como lo socioafectivo. En este desafío es fundamental que intervengan factores, como la motivación, las expectativas y el afecto —denominados factores no intelectivos—, que se interrelacionan con los aspectos cognitivos para transformarse en una combinación exitosa entre buenos resultados académicos y un excelente aprendizaje para la vida.

El aporte de las neurociencias

Como dijimos anteriormente, si el foco solo está puesto en aprobar el colegio, nos estamos desviando de lo importante, que es brindarles herramientas a los alumnos para que puedan resolver problemas de la vida cotidiana.

Si el docente estuviese familiarizado con los últimos avances en neurociencias, en general, y sobre la neuroplasticidad de nuestro cerebro, en particular, entendería qué tan importante es su rol como educador.

Según el Dr. Facundo Manes⁷, especialista en neurociencias, las situaciones de estrés influyen de manera negativa en la construcción del aprendizaje. Un alumno frustrado, aburrido o estresado no puede desenvolverse en el aula de la misma manera que lo hace un alumno debidamente motivado y estimulado.

Desde finales del siglo xx, la noción de inteligencia se vio enriquecida gracias al aporte de las nuevas tecnologías, los hallazgos en neurociencia, los estudios del uso de la mente en las distintas culturas y contextos, y las investigaciones de laboratorio y campo sobre la conducta humana.

Durante mucho tiempo, se han relacionado los factores motivacionales-afectivos con la realización cognitiva o capacidad intelectual, y se usó un enfoque estático y casual, en vez de transaccional y dinámico. Es sabido que una relación afectiva profesor-alumno, basada en la confianza mutua, aumenta las expectativas positivas y los buenos resultados académicos.

En el interior de la escuela, en el interior de la clase e incluso en el interior mismo de la relación pedagógica, la confianza (es) constitutiva de esta relación (docente-alumno). CORNU⁸

Hay emociones que favorecen el aprendizaje y emociones que no. Cuando un alumno está expuesto al estrés (retos, gritos, docentes no muy efectivos), la amígdala, en el cerebro, se activa y pone en funcionamiento el eje hipotálamo-hipofisario. Esta acción libera cortisol, un neurotóxico que inhibe el aprendizaje.

7. Facundo Manes es director de INECO (Instituto de Neurología Cognitiva) y del Instituto de Neurociencias de la Fundación Favaloro.

8. Frigerio, G., Poggi, M., Korinfeld, D. (comps). (2005). *Construyendo un saber al interior de la escuela*. Buenos Aires: Noveduc.

Por otra parte, los estudios sobre neurociencias y enseñanza nos dicen que todo aquello que se aprende con emoción se retiene por más tiempo en la memoria. No solo recordamos más los eventos cargados de emoción, sino que los recordamos con mayor detalle.

¿Por qué sucede lo anterior? La amígdala, en el cerebro, está colmada por un neurotransmisor llamado dopamina, que funciona como un *cartel recordatorio* ante un evento emocionalmente significativo. La dopamina ayuda a la memoria, por lo tanto siempre recordaremos con más facilidad toda aquella información o hecho que fue relevante para nosotros en un plano emocional.

Esto daría para pensar, entonces, que un docente que presenta un tema imprimiéndole emoción y significatividad va a lograr un impacto mucho mayor en los alumnos que el que simplemente recita lo que dice el libro. El docente de música que baila y se mueve con sus alumnos logrará cosas más interesantes que el que se sienta en el piso con una guitarra a cantar. Cuando los chicos se mueven, bailan y están activos, se estimulan más sensores y el mensaje llega mejor al cerebro. Una vez más, el movimiento ayuda a aprender.

Concentración y memoria

Cada alumno requiere de un tiempo y un nivel de concentración que le son propios. Cuando alguien es interrumpido, demora un 50% más en terminar su trabajo y comete errores adicionales. Por eso, no debemos olvidarnos de velar porque cada alumno pueda trabajar concentrado y a su ritmo, y evitar que haya interrupciones en el aula. Lo que nos recuerda, una vez más, la importancia de la personalización de la enseñanza utilizando múltiples recursos.

El alumno necesita tiempo. Tiempo para pensar, tiempo para volcar lo que sabe, tiempo para digerir información. No estamos preparados para realizar varias tareas en simultáneo. A pesar de lo que se supone, podemos enfocarnos en hacer una cosa a la vez.

Debemos generar las condiciones álicas necesarias para que los alumnos puedan concentrarse, sin distraerse, y en consecuencia recordar mejor aquello que se enseña. Entre las estrategias para maximizar la capacidad de la memoria, se encuentra la posibilidad de combinar varios sentidos en una situación de enseñanza-aprendizaje.

El equilibrio justo entre lo visual y lo auditivo en las presentaciones que realicemos puede hacer una gran diferencia. Para ello, es importante tener en cuenta cómo combinar imágenes y palabras con narraciones de texto y animaciones al presentar un tema con recursos audiovisuales.

El olfato también es otro sentido a considerar al momento de planificar una clase. Este sentido tiene un impacto directo en la corteza cerebral. No tiene filtro, por eso es tan impactante. El aroma llega a la corteza y activa la memoria, lo que nos lleva a recordar personas, lugares o situaciones relacionadas con ese olor. A estas conexiones físicas entre neuronas se las conoce como neurofusiones.

Seguramente, alguna vez hemos recordado un momento muy particular de la vida a través de un aroma o perfume. En este proceso, la amígdala supervisa la formación de experiencias emocionales y también su recuerdo. Como el aroma estimula la amígdala, entonces el aroma estimula las emociones. Existen estudios que demuestran una poderosa relación entre el olfato, la memoria, los estados de ánimo, las emociones y los pensamientos.



Ya lo decía Ofelia de Shakespeare: "Aquí traigo romero, que es bueno para el recuerdo".

¡EN ACCIÓN!

¿Cómo podrías incorporar el aroma en las clases para optimizar el aprendizaje de tus alumnos?

Los aceites esenciales tienen la capacidad potencial de generar cambios positivos mediante el vínculo olfatorio y mental.

No debemos dejar de tener en cuenta que los aromas tienen un componente objetivo y otro subjetivo. Uno es objetivo debido a que hay estudios que comprueban sus efectos, y otro es subjetivo porque no todas las personas responden igual al mismo aroma y eso puede deberse también a las neurofusiones.

Una experiencia pasada, en la que se vio involucrado un aroma o perfume, será recordada en el presente con la misma emoción al sentir nuevamente ese aroma.

¡EN ACCIÓN!

La próxima vez que enseñes un tema o contenido, coloca en el aula un aroma especial. Continúa con esa rutina, todas las clases que dure el tema. El día que lo evalúes, vuelve a poner esa fragancia en el aula. Haz lo mismo con otro grupo en paralelo. Enseña el tema pero sin utilizar ningún perfume y evalúalo sin fragancia de por medio. ¿A qué grupo le fue mejor?

Aprendizaje, memoria, inteligencia y emoción son palabras claves para los educadores.



EN SÍNTESIS

Hasta el momento trabajamos sobre lo siguiente:

- La inteligencia emocional y sus elementos característicos.
- Los aportes de las neurociencias a la inteligencia emocional y el aprendizaje.
- La importancia de la concentración y la memoria en el aprendizaje.

LA RESPONSABILIDAD DEL ALUMNO

Ser responsable implica poder calcular las consecuencias de las acciones que uno ejecuta, es decir, ser plenamente consciente de que lo que se hace puede traer aparejados beneficios o perjuicios según la decisión que se tome.

La responsabilidad es algo que los seres humanos vamos construyendo a través de las interacciones con otros: familia, amigos, docentes, compañeros de clase, etcétera. En esta construcción, los límites tienen una función primordial, los chicos necesitan saber qué pueden hacer y qué, no. Esto los ayuda a crecer seguros.

¿Qué pasaría si en vez de ser los docentes quienes envían notificaciones de mala conducta a los padres fueran los alumnos quienes redactaran su notificación y se la entregaran a sus padres?

Lo anterior nos lleva a pensar que en algunas ocasiones podríamos adoptar ciertas estrategias que salen de lo convencional. Por ejemplo, cuando sucede algo inapropiado en el aula, antes que apercibir o amonestar al alumno, es mejor hacerlo reflexionar, y comenzar a formarlo en la construcción de la responsabilidad de sus acciones. A continuación, se presenta una notificación que podría ayudar en esta tarea.



NOMBRE: FECHA:

TÍTULO DEL INCIDENTE:

¿DÓNDE SUCEDIÓ?

¿QUÉ SUCEDIÓ?

¿POR QUÉ SUCEDIÓ?

¿QUIÉNES ESTUVIERON INVOLUCRADOS?

¿QUÉ HICISTE?

SI VOLVIERA A PASAR, ¿CÓMO REACCIONARÍAS?

¿QUÉ APRENDISTE DEL INCIDENTE?

.....
FIRMA DEL ALUMNO

.....
FIRMA DE LOS PADRES

Cuando un alumno rompe una regla, podemos pedirle que piense en dos formas de remediar la situación. Al día siguiente pueden, el docente y el alumno, elegir la solución que les parezca más adecuada.

Como ya lo comentamos, la responsabilidad se construye con los otros. Cuando el padre de un alumno se acerque a un docente para comentarle algún incidente con su hijo, el maestro o profesor puede aconsejarle que le pida a su hijo que sea él quien se contacte para ponernos al tanto de lo sucedido. De esta forma, se está ayudando al alumno a crecer y a hacerse responsable.

La responsabilidad debe ser asumida por ambas partes. Es por eso que, como docentes, también somos responsables de exponer las expectativas que tenemos respecto de nuestros alumnos.

¡EN ACCIÓN!

Elige alguno de tus cursos y, junto con tus alumnos, completa este acuerdo de objetivos y expectativas.

¿Qué vamos a hacer este año en esta clase?

¿Qué espero de ti?

¿Qué puedes esperar de mí como tu docente?

Tus responsabilidades como alumno de esta clase:



Mis responsabilidades como docente de esta clase:

Material de clase que vas a necesitar:

Aspectos que serán tomados en cuenta en las evaluaciones:

El acuerdo o contrato anterior puede ser una buena idea para comenzar el año, ya que ayuda a profundizar la relación alumno-docente y le imprime un norte a lo que hacemos. La primera clase del año puede dedicarse a conversar acerca de este acuerdo, de los procedimientos, reglas, etc., y cada alumno debe asumir el compromiso y la responsabilidad de respetarlo.

¡EN ACCIÓN!

¿Cómo describirías los siguientes componentes de la planificación? ¿Cuál es la diferencia entre ellos?

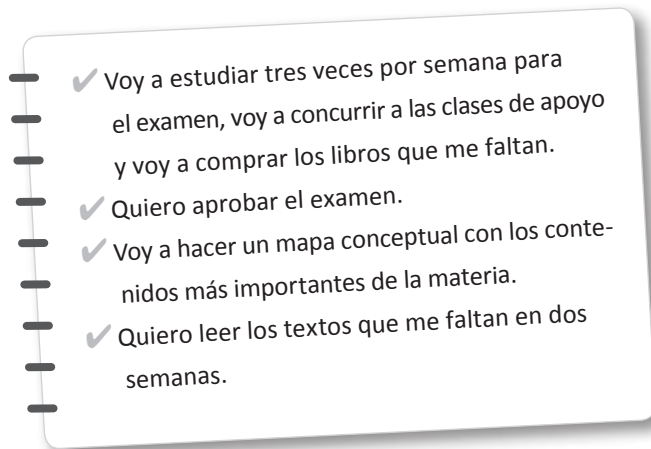
Objetivo:

Meta:

Estrategia:

Plan de acción:

Entre estas situaciones, ¿cuál corresponde a un objetivo, a una meta, a una estrategia y a un plan de acción?



- ✓ Voy a estudiar tres veces por semana para el examen, voy a concurrir a las clases de apoyo y voy a comprar los libros que me faltan.
- ✓ Quiero aprobar el examen.
- ✓ Voy a hacer un mapa conceptual con los contenidos más importantes de la materia.
- ✓ Quiero leer los textos que me faltan en dos semanas.

¿Cómo te fue? Veamos, el objetivo tiene como característica que es cualitativo. Por ejemplo: “Quiero aprobar el examen”. La meta responde a lo cualitativo del objetivo y le agrega la medida y el factor tiempo (lo cuantitativo). Por ejemplo: “Quiero leer los textos que me faltan en dos semanas”. La estrategia, a su vez, responde a la pregunta ¿qué voy a hacer?, por ejemplo: “Voy a hacer un mapa conceptual con los contenidos más importantes de la materia”. Y por último, el plan de acción responde a la pregunta ¿cómo?: “Voy a estudiar tres veces por semana para el examen, voy a concurrir a las clases de apoyo y voy a comprar los libros que me faltan”.

El objetivo contiene a la meta. No puedo ir del objetivo al plan de acción sin antes pasar por la meta y la estrategia. A medida que se cumple con el plan de acción, se satisface la estrategia. Si se cumple con la estrategia, se satisface la meta. Y si se llega a la meta, se cumple con el objetivo.

¡EN ACCIÓN!

Si te planteas como objetivo que tus alumnos sean responsables por sus acciones, ¿cuál sería tu meta, tu estrategia y tu plan de acción?

Los deberes y las tareas

Los deberes están muy relacionados con el manejo de la responsabilidad y la autodisciplina. Además, ayudan a reforzar contenidos y a trabajar habilidades de la vida cotidiana, como el manejo del tiempo y la organización.

Sin embargo, es importante tener en cuenta que debe haber un balance entre las tareas que los docentes designan para realizar en el hogar y el tiempo que los alumnos permanecen en la escuela. El momento de ocio o esparcimiento diario, luego de la llegada del colegio, es sumamente necesario y hace la diferencia entre un estudiante estresado y uno responsable.

La responsabilidad en las tareas que se designan para hacer en casa es siempre compartida entre alumno y docente. Si el maestro asigna deberes, así como los alumnos deben cumplir en tiempo y forma con la entrega, este debe devolverlos corregidos en los mismos términos.



EN SÍNTESIS

Hasta el momento trabajamos sobre lo siguiente:

- La responsabilidad del alumno y cómo fomentarla.
- La diferencia entre objetivo, meta, estrategia y plan de acción.

EL APRENDIZAJE COOPERATIVO

Juntarse es un comienzo; seguir juntos es un progreso; trabajar juntos es el éxito.

HENRY FORD

En nuestro paso por la escuela, seguramente tuvimos experiencias de trabajo individualista, competitivo y meritocrático. Se nos enseñaba a prestar atención a nuestro propio trabajo, sin poder mirar el de los otros. Estábamos pendientes no solo de nuestras calificaciones, sino también de las de los otros compañeros.

El aula es una comunidad de aprendizaje, en donde cada alumno tiene algo para ofrecer y cosas que aprender. Enseñarles a los chicos a trabajar de manera cooperativa es exponerlos a un mundo maravilloso de oportunidades y de recursos.

¿Qué es el aprendizaje cooperativo?

Se trata de un tipo de aprendizaje en el que se organizan las situaciones de enseñanza para convertirlo en una experiencia social y académica. Docentes y alumnos aprenden, enseñan y se ayudan mediante el trabajo en grupo.

El famoso pedagogo estadounidense John Dewey⁹ fue uno de los precursores de esta metodología didáctica, en la que el aprender haciendo, con otros y junto a otros, es parte nodal de toda experiencia educativa.

El aprendizaje cooperativo representa un reto pedagógico porque desafía la clase magistral donde el docente es el único que tiene la palabra. De este modo, el maestro se convierte en una herramienta más del aprendizaje.

Al trabajar de manera cooperativa, el alumno se vuelve cada vez más autónomo y comparte la responsabilidad sobre el aprendizaje con sus compañeros de clase. Además, desarrolla habilidades sociales importantes, como el apoyo, la colaboración, la ayuda, la escucha, la resolución de problemas y la comunicación, entre otras.

9. Filósofo, pedagogo y psicólogo estadounidense (1859-1952). Fue una de las figuras más representativas del movimiento escolanovista.

Este tipo de aprendizaje hace más énfasis en el proceso de construcción de conocimientos que en el resultado. Esto es esencial como herramienta para la vida, ya que el aprendizaje no se concentra en la respuesta, sino en el proceso que media para llegar a esa respuesta.

Es importante destacar algunos componentes esenciales del aprendizaje cooperativo:

- ✓ Interdependencia positiva: dependemos de todos los miembros del equipo para lograr los objetivos.
- ✓ Interacción cara a cara: trabajamos todos juntos.
- ✓ Responsabilidad personal e individual para alcanzar los objetivos del grupo: valoramos el logro personal y grupal.
- ✓ Uso frecuente de habilidades interpersonales y de grupos pequeños.

Ya sabemos que hablar sin parar no es la mejor manera de enseñar, pero también consideramos que compartir la enseñanza con otros, sí. Por eso, que unos alumnos les enseñen a otros es una herramienta extremadamente efectiva para alcanzar una amplia gama de objetivos, contenidos y para trabajar con estudiantes de diferentes niveles y personalidades.

A los alumnos que van más rezagados les favorece el contacto con sus pares más avanzados, ya que les abre nuevas posibilidades y perspectivas. A los más aventajados, enseñar a otros les ayuda a consolidar los conocimientos.



Por lo tanto, podemos entender el aprendizaje cooperativo como una estrategia exitosa en la cual pequeños grupos que poseen diferentes niveles de habilidad utilizan una variedad de técnicas y destrezas para mejorar la comprensión de un tema.

Cada miembro del equipo es responsable no solo de aprender lo que se enseña, sino también de ayudar a sus compañeros de equipo a aprender, creando así una atmósfera de logro. Los alumnos trabajan en la tarea asignada hasta que todos los miembros del grupo han comprendido y completado la actividad de manera exitosa.

Los esfuerzos cooperativos buscan un beneficio mutuo, de modo que todos los miembros se favorecen con el trabajo de los demás, comparten el mismo objetivo, reconocen que el rendimiento de una persona es una responsabilidad compartida y se sienten orgullosos y celebran sus logros.



Aula tradicional

- Alumnos pasivos.
- Trabaja el docente.
- Hay que hacer silencio.
- Cada uno tiene su libro y materiales.
- Alumnos independientes.
- El docente comienza la discusión.
- Se exige responsabilidad.

*Lo que los niños
puedan hacer juntos hoy
podrán hacerlo
solos mañana.*

VYGOTSKY



Aula cooperativa

- Alumnos activos.
- Trabajan los alumnos.
- El ruido de pensar es bienvenido.
- Comparten los materiales.
- Alumnos interdependientes.
- Los alumnos comienzan la discusión.
- Hay responsabilidad individual y grupal.
- Se trabaja en grupos de cuatro o cinco personas.



El trabajo cooperativo:

- promueve el aprendizaje del alumno y el rendimiento académico;
- aumenta la memoria del alumno;
- aumenta la satisfacción del alumno en su experiencia de aprendizaje;
- ayuda al alumno a desarrollar habilidades en la comunicación oral;
- desarrolla las habilidades sociales del alumno;
- promueve la autoestima del alumno;
- ayuda a promover relaciones positivas.

Cómo armar grupos de aprendizaje cooperativo

Idealmente, los grupos de trabajo cooperativo deben tener entre cuatro y seis miembros, no más. Los equipos pueden mantenerse a lo largo de todo el año o de todo un proyecto, es lo que se conoce como equipos de base. Este equipo debe tener una composición heterogénea con alumnos de diferentes fortalezas, motivaciones, desempeño, habilidades, etcétera.

En caso de querer trabajar con un grupo por una sola clase o tema, podemos hacerlo con equipos esporádicos. En este caso, podemos trabajar con grupos homogéneos o heterogéneos. Por ejemplo, dos alumnos pueden explicarle a un tercero un tema que no comprenda. Además, podemos trabajar con grupos de expertos que se especializan en algo, como dibujar, corregir ortografía, escribir, decorar, etc. Lo ideal es que estos expertos vayan rotando, para que cada alumno tenga la oportunidad de ser experto en algún momento.

Los roles

Los roles que asume cada uno de los miembros del grupo de trabajo juegan un papel muy importante en el aprendizaje cooperativo. Al asignar roles, cada alumno pasa a tener un papel protagónico dentro del equipo, y aumenta su responsabilidad y autoestima.



Líder

Es el encargado de cuidar que todos estén trabajando en el proyecto o actividad y que cada uno tenga su oportunidad de hablar y cooperar.



Escriba

Su papel consiste en tomar notas de la información producida para que todos los participantes puedan verla.



Relator

Es quien lee o reporta las respuestas al docente o al resto de los alumnos.

Parlamentario

Es el encargado de hacer respetar las normas y reglas dentro del equipo.

Vigía del tono de voz

Es quien se ocupa de cuidar que no se suba el tono de voz más allá de lo permitido.

Controlador del tiempo

Es el que se ocupa de que todos terminen en tiempo y forma. Avisa a la mitad del tiempo y cuando están en los últimos minutos de la actividad.



Utilero

Es la persona que se encarga de que todos tengan el material o recursos para trabajar.



¡EN ACCIÓN!

¿Qué otros roles se te ocurren?

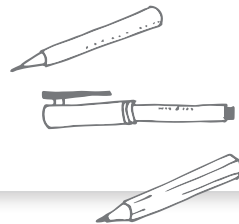
A continuación, detallamos algunas actividades para trabajar en el aula de manera cooperativa:



- **Alumno ausente:** cuando un alumno ausente regresa a clase, son sus compañeros de grupo los encargados de enseñarle lo que se perdió.
- **Rompecabezas:** se organizan grupos de cinco alumnos. Se le asigna a cada persona material único para aprender y luego enseñar a otros miembros del grupo. Con el fin de ayudar en el aprendizaje, los alumnos que trabajan en la misma sección se reúnen y deciden qué es importante y cómo enseñarlo. Después de practicar en estos grupos expertos, el equipo original se reagrupa y los alumnos se enseñan mutuamente.



- **Piensa-reúnete-comparte:** consiste en una estructura cooperativa de tres pasos. Durante el primer paso, los alumnos piensan en silencio en la pregunta planteada por el docente. En el segundo paso, los alumnos se reúnen e intercambian ideas. Durante el tercer paso, los pares comparten sus ideas con otros pares, otros grupos o con el grupo entero.
- **Equipo-par-solo:** los alumnos trabajan en un problema primero como un equipo, luego con un compañero y finalmente solos. Esta actividad sirve para motivar a los alumnos a abordar un problema y tener éxito en resolverlo cuando, en un inicio, esa habilidad estaba más allá de sus capacidades. Se basa en la simple noción del aprendizaje mediado. Los alumnos pueden realizar más cosas con ayuda (mediación) que solos. Al permitir que un alumno trabaje primero en equipo y luego con un compañero, en problemas que no podía resolver solo, este progresa hasta el punto de poder solucionar aquello que únicamente podía hacer con ayuda.





- **Lluvia de ideas:** la clase se divide en pequeños grupos, de cuatro a seis integrantes, y se nombra a una persona como el registrador. Se plantea una pregunta con varias respuestas y se les da tiempo a los alumnos para pensar en ellas. Luego del tiempo para pensar, los miembros del grupo comparten las repuestas según el sentido horario. El registrador anota las respuestas de los miembros del grupo. La persona que se encuentra al lado del registrador comienza y cada persona en el grupo en orden comparte la respuesta hasta que finaliza el tiempo. El objetivo es ir enriqueciendo las respuestas con el aporte de cada alumno.
- **Revisión de tres minutos:** el docente se detiene en cualquier momento durante una discusión o charla y otorga al grupo tres minutos para hacer una revisión de lo escuchado, plantear preguntas para aclarar o responder preguntas.





- **Cabezas numeradas juntas:** se establecen equipos de cuatro integrantes. Se le otorga un número a cada miembro: 1, 2, 3, 4. Se le pide al grupo que proporcione preguntas. Los grupos trabajan juntos para responderlas y para que todos puedan contestarlas de manera oral. El docente dice un número y cada alumno con ese número es responsable de proporcionar la respuesta.
- **Parejas circulares:** los estudiantes forman dos círculos concéntricos o dos filas enfrentadas. El docente formula una pregunta (sobre cualquier contenido) y cada estudiante debe debatir la respuesta con el compañero que está sentado frente a él. Después de un minuto, el círculo externo o una fila se desplaza hacia la derecha para que los alumnos tengan nuevas parejas. Entonces, el docente propone una segunda pregunta para que debatan. Continúan con cinco o más preguntas. Para variar la actividad, los estudiantes pueden escribir preguntas en tarjetas de repaso para una prueba con este método.



Una de las claves del éxito del aprendizaje cooperativo es trabajar con las habilidades sociales, que les van a brindar a los alumnos las herramientas para poder comunicarse entre ellos de manera efectiva. Es decir, la práctica de habilidades, como la comunicación efectiva, la escucha atenta, la resolución de problemas y todo lo relacionado con las relaciones interpersonales, será fundamental para que puedan capitalizar los resultados del aprendizaje cooperativo.

Un cerebro es maravilloso. ¡Imagínate a dos, tres, cuatro o cinco cerebros trabajando juntos!



EN SÍNTESIS

Hasta el momento trabajamos sobre lo siguiente:

- Las características del aprendizaje cooperativo.
- Las diferencias entre el aula tradicional y el aula cooperativa.
- Cómo armar grupos de trabajo.
- La importancia de los roles.

SER DOCENTE

CARACTERIZACIÓN DEL ROL

Pocas veces nos detenemos a pensar qué implica ser docente, o paramos un minuto para considerar cómo enseñábamos cuando recién comenzamos en la docencia y cómo lo hacemos ahora. La reflexión sobre la propia práctica constituye una estrategia de formación y capacitación profesional que deberíamos ejercer con más frecuencia.

El docente suele ser un poco vendedor, un poco actor, un poco contador de cuentos, un poco payaso y, a veces, un poco hipnotizador.

¡EN ACCIÓN!

De todas estas características, ¿cuáles consideras esenciales para ser un buen docente?

- Carisma.
- Compromiso.
- Autoconfianza.
- Confianza en los alumnos.
- Empatía.
- Energía.
- Entusiasmo.
- Flexibilidad.
- Habilidad para comunicar.
- Habilidad para enseñar.
- Habilidad para escuchar.
- Habilidades de persuasión.
- Honestidad.
- Inteligencia.
- Lealtad.
- Liderazgo.
- Organización.
- Paciencia.
- Sólida formación académica.
- Responsabilidad.

- Sentido del humor.
- Visión.
- Vocación.
- Que sea un modelo para los alumnos.
- Que ponga en práctica lo que aprende en capacitaciones.
- Que pueda automotivarse y motivar.
- Que acepte desafíos.
- Que se involucre.
- Que se preocupe.
- Que sea auténtico.
- Que sepa a dónde está yendo.
- Que siga aprendiendo.
- Que tenga altas expectativas.
- Que trabaje en equipo.

Sería interesante tener la posibilidad de entrar a un almacén mágico y especial, donde se vendan toda clase de cosas, y elegir aquellas características que nos gustaría tener y, a cambio, dejar lo que menos nos gusta de nosotros. Por ejemplo, dejar la impaciencia y llevar el sentido del humor.

¡EN ACCIÓN!

Escribe tres cosas que te llevarías del almacén imaginario y tres cosas que dejarías a cambio.

Llevo: _____

Dejo: _____

¿Qué conclusión te deja el ejercicio anterior?

Reflexionar sobre la práctica diaria en el aula implica poder hacer un ejercicio de introspección y repasar cómo nos vemos frente a nuestros alumnos y la comunidad educativa en general, y cuál es la imagen que ellos tienen de nosotros, los docentes.

¡EN ACCIÓN!

Observa esta imagen y reflexiona acerca de las preguntas que están a continuación.



- ¿Qué chico te identificaría con relación a cómo te sientes como docente?
¿Dónde te ves y por qué?
- ¿Dónde piensas que te ven los alumnos? ¿Qué figura te representaría
y por qué?
- ¿Y cómo te ven los padres? ¿Por qué?
- ¿Y los directivos?
- ¿Dónde te gustaría estar en algunos años?
- ¿Coincidieron los dibujos? ¿Por qué piensas que te ves de una manera
y los demás te ven de otra?
- ¿Piensas que la gente interactúa contigo en función de como te ven o de
como te ves a ti mismo?

Cada docente es diferente. Algunos hablan demasiado, otros hablan poco, algunos dependen mucho del libro de texto, otros usan su imaginación y creatividad, unos reprenden, otros motivan, unos son cercanos y otros distantes. Pero lo maravilloso es que cada docente es único y que es la personalidad de cada uno lo que se deja ver en el aula.

¡EN ACCIÓN!

Si tuvieras que pensar en tres de tus fortalezas como docente, ¿cuáles serían?

- ① _____
- ② _____
- ③ _____

Y si reflexionaras acerca de aquellas cosas que sientes que deberías trabajar un poco más porque no estás del todo conforme, ¿cuáles serían?

- ① _____
- ② _____
- ③ _____

¿Qué cambios lograrías si trabajarás de manera consciente en tus fortalezas y debilidades?

CUENTOS QUE CUENTO

El corcho pedagógico

Hace años, un inspector visitó una escuela primaria. En su recorrido observó algo que le llamó poderosamente la atención: una maestra estaba atrincherada detrás de su escritorio, los alumnos hacían gran desorden; el cuadro era caótico.

Decidió presentarse:

–Permiso, soy el inspector de turno... ¿algún problema?

–Estoy abrumada, señor, no sé qué hacer con estos chicos... No tengo láminas, el Ministerio no me manda material didáctico, no tengo nada nuevo que mostrarles ni qué decirles...

El inspector, que era un docente de alma, vio un corcho en el desordenado escritorio. Lo tomó y con aplomo se dirigió a los chicos:

–¿Qué es esto?

–Un corcho, señor... –gritaron los alumnos sorprendidos.

–Bien. ¿De dónde sale el corcho?

–De la botella, señor. Lo coloca una máquina..., del alcornoque, de un árbol..., de la madera... –respondían animosos los niños.

–¿Y qué se puede hacer con madera? –continuaba entusiasta el inspector.





–Sillas..., una mesa..., un barco...

–Bien, tenemos un barco. ¿Quién lo dibuja? ¿Quién hace un mapa en el pizarrón y coloca el puerto más cercano para nuestro barquito? Escriban a qué provincia argentina pertenece. ¿Y cuál es el otro puerto más cercano? ¿A qué país corresponde? ¿Qué poeta conocen que allí nació? ¿Qué produce esta región? ¿Alguien recuerda una canción de este lugar?... –y comenzó una tarea de geografía, historia, música, economía, literatura, religión.

La maestra quedó impresionada. Al terminar la clase le dijo conmovida:

–Señor, nunca olvidaré lo que me enseñó hoy. Muchas gracias.

Pasó el tiempo. El inspector volvió a la escuela y buscó a la maestra. Estaba acurrucada detrás de su escritorio, los alumnos otra vez en total desorden...

–Señorita... ¿Qué pasó? ¿No se acuerda de mí?

–Sí, señor, ¡cómo olvidarme! Qué suerte que regresó. No encuentro el corcho. ¿Dónde lo dejó?

© ENRIQUE LUIS MARISCAL

Es evidente la diferencia entre un docente y otro. Uno se *achica* frente a la adversidad, y el otro saca pasión y entusiasmo, y con poco hace mucho. El entusiasmo y el disfrute es la diferencia para que una tarea sea placentera o tediosa.

Pensemos en el jardín de infantes, ¿por qué es un lugar tan deseado por muchos nenes, mientras que el secundario es para muchos todo lo contrario? ¿Qué pasa en los niveles superiores? Se entiende que la palabra clave es *disfrutar*. Los docentes de nivel inicial saben de la importancia del disfrute. La adaptación de un niño es efectiva porque siente que el jardín es un espacio alegre y divertido, donde disfruta del juego. ¡Pareciera que estuviéramos matando la creatividad, el entusiasmo y la curiosidad a medida que crecen los chicos!

Cada docente es único. Pero si algo comparten los buenos docentes es una personalidad llena de entusiasmo por lo que hacen.



EN SÍNTESIS

Hasta el momento trabajamos sobre lo siguiente:

- Las características de los buenos docentes.
- Las diferencias entre un docente resonante y otro disonante.
- La importancia del entusiasmo.

ACTITUD VERSUS APTITUD

Para ser un buen docente, además de tener aptitud, es necesario tener la mejor actitud. Un docente que llega tarde, que se queja todo el tiempo, que no cumple con sus obligaciones o que habla a espaldas de otras personas no es el capital humano que ayuda a crecer a una institución.

Por un lado, es la aptitud lo que abre las puertas de una institución, pero por el otro, es la actitud lo que permite permanecer y crecer en ella.

¡EN ACCIÓN!

Lee y marca con una cruz tu respuesta.

1. ¿Te haces cargo de tus acciones y decisiones?
Sí ☐ No ☐
2. ¿Te esfuerzas para conocer a tus alumnos y guiarlos de manera personalizada en el camino del aprendizaje?
Sí ☐ No ☐
3. ¿Tomas decisiones basándote en qué es lo mejor para tus alumnos?
Sí ☐ No ☐
4. ¿Asumes nuevos riesgos y desafíos en tu práctica docente?
Sí ☐ No ☐
5. ¿Pides ayuda cuando la necesitas?
Sí ☐ No ☐

6. ¿Sientes que tu aporte al equipo docente es valioso?

Sí ☐ No ☐

7. ¿Te capacitas entendiendo que solo así puedes estar a la altura de las circunstancias y de tus alumnos?

Sí ☐ No ☐

Tomar el control de la propia actitud y pensar de manera efectiva y proactiva repercute positivamente en cualquier organización escolar.

Si promocionamos desde nuestro lugar la cooperación, la capacitación permanente, el trabajo en equipo y el intercambio de ideas, seguramente seremos un modelo a imitar por nuestros colegas y alumnos.

Para pensar

Si tuvieras que resumir tus logros en seis palabras, ¿cuáles elegirías?



EN SÍNTESIS

Hasta el momento trabajamos sobre lo siguiente:

- La importancia de mostrar una actitud positiva y una actitud proactiva.

ENTUSIASMO E INSPIRACIÓN

Sin dudas, una actitud entusiasta inspira la creatividad y hace la diferencia al momento de enseñar. Entusiasmo e inspiración suelen funcionar como un tándem, uno empuja al otro.

¡EN ACCIÓN!

Este es el medidor de gasolina de un auto que muestra que el tanque está casi vacío.



- Toma un papel, dibuja un medidor como este y marca tu nivel de entusiasmo cuando dictabas tus primeras clases.
- Ahora, dibuja otro medidor y marca tu nivel de entusiasmo en la actualidad. ¿Hay alguna diferencia?
- ¿Cómo crees que tu nivel de entusiasmo afecta el clima en el aula y el entusiasmo de tus alumnos?

Cuando un docente es cálido emocionalmente, idóneo y además apasionado, es difícil que un alumno pueda resistirse. El docente entusiasmado les contagia ese estado de ánimo.

En cambio, el doble mensaje afecta la relación docente-alumno. Cuando un profesor dice: “Si se portan bien, nos vamos antes”, en realidad está dejando entrever que no quiere estar en clase con sus alumnos. El entusiasmo, así como la falta de este, es contagioso.



Los docentes efectivos...

- ... son personas calmas, optimistas y tienen grandes expectativas para sus alumnos.
- ... son emocionalmente cálidos y sonríen.
- ... marcan su presencia en el aula, se los ve y se los siente.
- ... potencian las habilidades sociales y la autoestima de sus alumnos.
- ... comprenden la diversidad de aprendizajes.
- ... se responsabilizan por sus acciones y decisiones.
- ... conocen y saben qué les funciona en el aula.
- ... salen de su zona de confort y prueban enfoques y recursos.
- ... manejan las relaciones interpersonales.
- ... trabajan de manera cooperativa con sus alumnos.
- ... se capacitan de manera constante y comparten el placer y el amor por aprender.
- ... son curiosos, investigan y prueban.
- ... son resilientes y, cuando se equivocan, piden perdón y siguen adelante.
- ... toman decisiones basadas en qué es lo mejor para sus alumnos.
- ... saben dónde están hoy y a dónde quieren llegar con sus estudiantes.
- ... tienen una actitud positiva frente a los obstáculos, las dificultades y la vida en general.
- ... saben dejar los problemas fuera del aula y actuar dentro como si no los tuvieran.
- ... se reconocen como modelo de valores para sus alumnos.



Solo aquellos docentes que se animen a probar enfoques diferentes, nuevos recursos e ideas innovadoras serán capaces de estar a la vanguardia.

Es necesario aprender a vivir de la imaginación y de la creatividad sin atarse al pasado, dejando de lado lo ya aprendido y rutinario. Es momento de innovar, de imaginar, de crear el futuro. Los alumnos cambiaron. ¡Ahora, es el turno de los docentes!

¡EN ACCIÓN!

Piensa y reflexiona acerca de las siguientes preguntas:



- ¿Por qué elegí la docencia?

- ¿Qué es lo que más me importa de mi trabajo?

- ¿Qué es lo que más me gusta de mi trabajo?



- Si pudiera, ¿qué cambiaría de mi trabajo?

- ¿Cómo defino el éxito en el aula?

- ¿Cómo quisiera ser recordado el día de mañana?



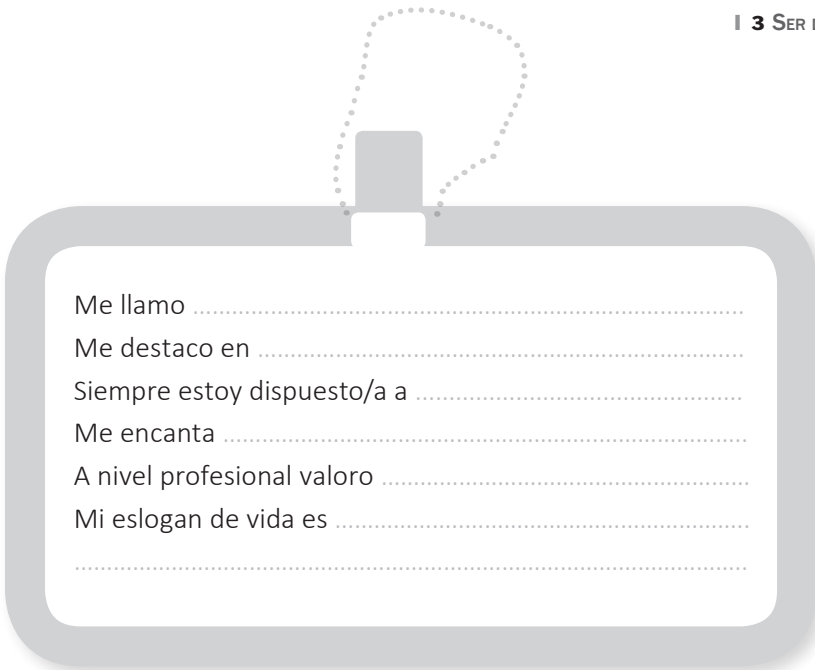


- ¿Qué legado o mensaje quisiera dejarles a mis alumnos?

- ¿Qué debería hacer, que todavía no estoy haciendo, para poder dejar ese legado?



Imagínate que en la credencial de la página siguiente pudieras exponer algunas de tus cualidades y fortalezas, ¿cómo la completarías?



Me llamo

Me destaco en

Siempre estoy dispuesto/a a

Me encanta

A nivel profesional valoro

Mi eslogan de vida es

.....

Lee la siguiente cita y reflexiona sobre ella, ¿estás de acuerdo con lo que dice? ¿Por qué?

Como maestro, he llegado a la terrible conclusión de que soy el elemento decisivo en el aula. Es mi enfoque personal diario lo que crea el ambiente. Es mi humor diario lo que crea el clima. Como maestro poseo el tremendo poder de hacer la vida de un niño miserable o alegre. Puedo ser un instrumento de tortura o de inspiración. Puedo humillar o animar, lastimar o curar. En todas las situaciones es mi respuesta la que decide si una crisis aumentará o se reducirá, si un niño será humanizado o deshumanizado.

HAIM GINOTT¹⁰



10. Haim Ginott (1922–1973) fue maestro, psicólogo, terapeuta y educador de padres. La cita fue extraída del libro *Teacher and Child* (1972, Macmillan).

La música buena motiva

El buen docente genera un clima positivo en el aula, en donde los alumnos se sienten cómodos y son estimulados a dar lo mejor de sí.



La música mala desmotiva

El docente menos efectivo genera un ambiente de malestar, en el que los alumnos se sienten frustrados y hasta enojados.



Qué necesitan los alumnos:

- Clases en las que aprendan, pero que sean interesantes.
- Un clima orientado al trabajo, pero alegre, relajado y distendido.
- Aulas seguras, desde lo físico a lo emocional, libres de burlas y humillaciones.
- La posibilidad de desarrollar su autonomía y poder de elección.
- Docentes sólidos, profesionales y personales; que sean modelos de los cuales puedan aprender.
- Docentes que se muestren abiertos y sensibles a las necesidades emocionales.

¡EN ACCIÓN!

Evalúa de 1 a 10 tu desempeño como docente. Ten en cuenta que 1 es malo y 10, excelente.

1) Mis clases son interesantes, no solo para mí, sino también para mis alumnos.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

2) En mis clases se trabaja de manera profesional, pero en un ambiente relajado, distendido y alegre.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

3) En mis clases se respira un clima de tranquilidad.

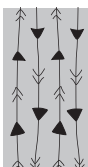
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

4) Me muestro profesional y personal al mismo tiempo, y tengo en cuenta las necesidades de mis alumnos.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

5) Puedo *leer* caras con facilidad y tengo en cuenta las necesidades emocionales de mis alumnos.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



Para pensar

¿Qué aspectos sientes que podrías mejorar de tu desempeño como docente?

En ocasiones, la docencia puede tornarse individualista y dejar de lado el diálogo entre pares y la ayuda mutua que este propicia. La charla entre los colegas en ocasiones brinda herramientas para resolver un conflicto, o genera un intercambio de materiales que mejoran la práctica.

La observación de la clase de un compañero de trabajo puede ser un espacio de aprendizaje y de renovación de técnicas y estrategias. La clave está en observar a aquella persona que sea una fuente de inspiración y motivación para mejorar la labor diaria.

¡EN ACCIÓN!

Piensa en algún colega que pueda inspirarte a que intentes hacer algo nuevo o diferente.

Nombre: _____

Características: _____

¿Qué podría implementar inspirado/a por él o ella?



Existen estrategias que solo se aprenden cuando se observan a los pares. Por ejemplo, hay docentes que no suelen tomar lista al inicio de sus clases porque consideran que, si lo hacen, no pueden captar la atención de los alumnos. Sienten que el comienzo debe ser motivante e interesante y que en ese momento se define la escucha atenta de los estudiantes. Esa es una técnica útil para algunos docentes y solo puede aprenderse si se observa la clase de un colega que se maneja de esa manera.

Por un lado, la observación de las clases de otros docentes se constituye como una fuente de nuevas e innovadoras técnicas y estrategias para ser usadas en el aula. Por otro lado, permite la revisión y el análisis de las propias prácticas, interpelando y desnaturalizando aquello que se realiza de manera rutinaria y sostenida.

La clave entonces estaría en la siguiente fórmula:

observación + inspiración + motivación = acción.



EN SÍNTESIS

Hasta el momento trabajamos sobre lo siguiente:

- La importancia del entusiasmo y la motivación en la tarea docente.
- La relevancia de la observación de las prácticas didácticas de los pares como fuente de inspiración para mejorar las clases.

EL SÍNDROME DE DESGASTE PROFESIONAL O *BURNOUT*

Ser docente es una tarea que requiere mucho esfuerzo, no solo mental, sino también físico, emocional y espiritual. Las presiones son cada vez mayores y las condiciones de trabajo no siempre son las adecuadas.

Aprender a autorregular la energía es una tarea que todo docente debe saber hacer para poder llegar al fin del día de la mejor manera posible. La siguiente imagen, ¿te parece conocida?



Principio del día



Fin del día

El estrés no siempre es negativo. En realidad, es una reacción física y psicológica a ciertos estímulos. Cuando el estrés nos da un empujón o un impulso para superar algunas situaciones, es positivo.

El estrés agudo, que no se extiende en el tiempo, por ejemplo, prepara el cerebro para estar más alerta y mejorar el rendimiento. El estrés crónico, que se prolonga por un largo período, puede afectar la memoria, mientras que el agudo la favorece.

ATENCIÓN

Estos pueden ser algunos de los síntomas de agotamiento:

- No asistir a eventos sociales con compañeros de trabajo, o no disfrutarlos.
- Dejar de compartir ideas, recursos y materiales.
- Quejarse de todo y por todo.
- Sentir que se perdió la magia de enseñar.



¿Qué es el *burnout*?

El *burnout* es un estado de agotamiento emocional, mental y físico causado por un excesivo y prolongado estrés. Ante un estado de agotamiento sostenido, se comienza a perder el interés o la motivación por las cosas que se están haciendo.

Algunos síntomas del *burnout*

- Todos los días son malos.
- Sientes que nada de lo que haces sirve o es valorado.
- No tienes ganas de preocuparte por tu trabajo.
- Estás cansado todo el tiempo, cuando te vas a dormir, pero también cuando te levantas.



Diferencias entre el estrés y el *burnout*

En el estrés todo pareciera ser mucho. Mucha corrida, mucho esfuerzo, mucha presión. Mucho desgaste físico y emocional. Sin embargo, la gente que sufre de estrés siente que es una etapa y que, una vez que se termine, volverá a estar como antes. Por ejemplo: “Estoy a las corridas por el examen final, pero cuando lo termine, podemos volver a vernos como antes”.

En cambio, en el *burnout*, se instala una sensación de insuficiencia. Las personas que lo sufren sienten que nada les alcanza, están vacías, sin un motivo para levantarse de la cama, sin objetivos. La gente que lo padece no ve una salida.

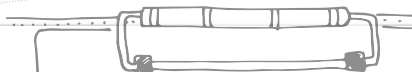
Mientras que el estrés hace que una persona esté cansada físicamente, el *burnout* genera un agotamiento y embotamiento emocional. Hay una clara diferencia con relación a las emociones. En los estados de estrés las emociones son reactivas, en cambio en el *burnout* estas se tapan. A simple vista, pareciera que la persona está anestesiada. Un docente puede tener un caos en el aula y solo decir: “¿Se pueden callar?”, pero sin realmente tener esperanza de que se callen.

La gente que sufre de estrés corre, se mueve y todo tiene que ser para *ayer*, mientras que la que sufre de *burnout* no corre porque no tiene dónde ir. El *burnout* les produce un sentimiento de desesperanza.

El daño principal que causa el estrés es físico. La gente estresada suele enfermarse con frecuencia, pero la que sufre de *burnout* se ve comprometida de forma emocional.



Es claro que el *burnout* genera una baja calidad de enseñanza.



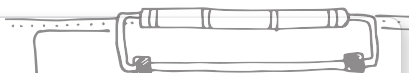
Algunas ideas para manejar el estrés

- 1) **Hablar.** Está comprobado que hablar tiene un efecto sedante sobre el sistema nervioso. Quien habla sobre sus emociones puede manejarlas mejor. Por eso es importante hablar, ya sea con una pareja, un amigo, un directivo o un profesional de la salud.
- 2) **Buscar hacer algo nuevo.** Salir de la rutina es muy importante. Cuando hacemos algo nuevo, conocemos personas, renovamos las amistades y los temas de conversación. Los *hobbies* generan un estímulo mental positivo al tiempo que enriquecen nuestra vida y nos ayudan a aliviar el estrés.
- 3) **Aprender a decir “no”.** Para algunas personas decir “no” es una tarea complicada. Cada vez que necesitamos responder de manera negativa y no lo hagamos, estaremos yendo en contra de nuestra constitución interna. Eso nos genera un malestar y, tal vez, hasta problemas con nuestras parejas o círculo íntimo. Aprender a decir “no” puede ser difícil al principio, pero con práctica y sin sentirnos culpables, vamos a poder mejorar hasta que seamos capaces de vivir nuestra realidad en función de lo que nosotros necesitemos o queramos.





- 4) Dormir más y mejor.** El buen descanso y el rendimiento mental van de la mano. Si bien no está claro cuánto tiempo debemos dormir de noche, hacerlo bien ayuda a mejorar el rendimiento y a que podamos dominar el estrés. Nuestro cerebro nunca está más activo que cuando dormimos. Ya sabemos que el sueño es importante en cuestiones relacionadas con el aprendizaje y la consolidación de la memoria. Cuando uno duerme, el cerebro guarda las memorias y almacena los aprendizajes. Dormir es como limpiar y ordenar la casa. Dormir bien no es solo un lindo consejo, sino un buen consejo, tanto para el docente como para los alumnos.
- 5) Cuidar la agenda.** Si nuestra agenda diaria está recargada de cosas y salimos y entramos todo el día, es natural agotarnos física y mentalmente. Hacer listas de cosas que son prioritarias nos permitirá invertir tiempo en lo que en realidad debemos hacer, y así dispondremos de un momento y un espacio íntimos. Hay docentes que dictan clases en varias instituciones, en vez de tratar de concentrar las horas en una o dos. Algunos docentes, en efecto, hacen malabares para llegar a tiempo a sus escuelas. Toda esta corrida es estresante. Poder detenerse un instante y evaluar cómo estamos viviendo nos va a ayudar a tomar las mejores decisiones.
- 6) Hablar con gente positiva.** Si cada vez que tenemos una idea somos cuestionados, no vamos a poder llevar a cabo proyectos que nos interesen. La gente tóxica no ayuda a avanzar en la vida. Por el contrario, nos atrasa, no deja que crezcamos. Es importante rodearse de gente positiva que nos impulse a mejorar.



- 7) Dejar el trabajo en el trabajo.** En la labor docente muchas veces se desdibujan los límites entre la vida personal y la vida profesional. Es común llevar al hogar tareas del ámbito laboral, como la corrección de exámenes, la planificación de clases, etc. Pero es importante comenzar a darle un espacio a lo que resulta placentero y que se encuentra fuera del ámbito del trabajo. Por ejemplo, encontrarse con amigos y familiares, practicar algún *hobby*, entre otros.
- 8) Disfrutar de la vida.** El estar tensionado todo el tiempo nos estresa y no nos permite disfrutar de las cosas que solo se dan una vez cada tanto. Por ejemplo, unos días más de vacaciones que surgen sin planearse, una salida en el medio de la semana con amigos que hace rato no vemos, etcétera. Muchas veces no hacemos cosas, no porque no nos interesen, sino porque difieren de nuestro modelo mental, de lo que teníamos programado, surgen de improviso y no las aprovechamos.
- 9) Reírse.** El estrés crónico, además de debilitar el sistema inmunológico, aumenta la presión arterial, genera contracciones musculares, produce trastornos gastrointestinales y acrecienta los problemas cardíacos. La risa produce los efectos contrarios, fortalece el sistema inmunológico, relaja la musculatura, mejora la circulación sanguínea en las arterias coronarias, dilata los vasos sanguíneos para ayudar a reducir la presión arterial y fortalece el corazón. La risa restablece el equilibrio entre el sistema simpático y parasimpático, e inclina la balanza hacia este último, el encargado de mantener un estado corporal de descanso o relajación.
- 10) Lo básico.** No nos olvidemos de lo básico: comer bien, dormir bien y practicar ejercicio con frecuencia.



¡EN ACCIÓN!

¿Cómo te estás cuidando? Escribe qué podrías hacer para mejorar las cuatro dimensiones de tu cuerpo.

Dimensión física:

Dimensión mental:

Dimensión social:

Dimensión espiritual:



Como docentes, nos preocupamos constantemente por nuestros alumnos. Nos comprometemos a ayudarlos tanto en lo académico como en lo personal y afectivo. Sentimos que es nuestro deber motivarlos e interesarlos para que aprendan más y mejor. Sin dudas, todo esto es importante, pero también lo es el que podamos ocuparnos de cuidar nuestra salud física, emocional y mental. Cuanto más nos ocupemos de nosotros mismos, más podremos ocuparnos de nuestros alumnos.



EN SÍNTESIS

Hasta el momento trabajamos sobre lo siguiente:

- Cómo afecta el *burnout* nuestra tarea como docentes.
- Las diferencias entre el estrés y el *burnout*.
- Algunas ideas útiles para manejar el estrés.

ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA

EL RECONOCIMIENTO

El elogio y el reconocimiento están relacionados con la autoestima y, a su vez, la falta de autoestima atenta directamente contra el aprendizaje.

Cuando nacemos, todos tenemos cualidades potenciales que iremos desarrollando a lo largo de nuestra vida. A medida que vamos socializando, si contamos con afecto, contención y protección, iremos desplegando una autoestima elevada. Si, por el contrario, nos encontramos con rechazo, burla, humillación o descalificación, esto tendrá un impacto negativo en nuestra personalidad y en la manera en que nos relacionamos y aprendemos.

El sistema límbico se compone de un conjunto de estructuras cuya función está relacionada con las respuestas emocionales, el aprendizaje y la memoria. Nuestra personalidad, nuestros recuerdos y en definitiva el hecho de ser como somos dependen en gran medida de este sistema. Este registra las emociones primarias y las almacena en el hipocampo. Lo que nos pasa se guarda en un contexto emocional. Entonces, cuando revivimos una situación, revivimos esa emoción.

Consecuentemente, al polemizar con un alumno, es importante dejar en claro que lo inaceptable es la conducta y no su persona. De esta forma, estaremos preservando su autoestima.

Los niños van construyendo su personalidad por medio de diferentes procesos, entre los que podemos mencionar los siguientes:

- La identificación: querer parecerse a alguien significativo (padre, madre, maestro, etc.).
- La imitación: replicar lo que hace alguien (hermano, amigo o compañero).
- La observación: mirar qué hacen otros.



Como docentes, es importante tener en cuenta dos tipos de experiencias: las *crystalizantes* y las *paralizantes*. Las primeras son clave para el desarrollo del talento y las habilidades, y van acompañadas de emociones positivas. Por el contrario, las segundas bloquean el desarrollo de las inteligencias y van unidas a emociones negativas.

El valor del elogio

El elogio es una demostración de aprobación del docente hacia lo que hace el alumno. Cuando es genuino, no sobreactuado, refuerza las conductas positivas. Es importante destacar el esfuerzo por sobre la habilidad. Es decir, es preferible decir: “Se nota que te preparaste mucho para este trabajo”, en vez de esto: “Se nota que eres bueno para escribir”.

El elogio, ¿debe ser expresado en público o en privado? Lo anterior dependerá de cómo se sienta más cómodo el alumno para recibirlo. Si los alumnos son pequeños, el reconocimiento en público funciona bien. A medida que crecen, en los niveles altos de primaria o en la secundaria, por ejemplo, hay evidencia de que prefieren el elogio en privado.

El buen reconocimiento es...

... **inmediato**, no se demora en darlo.

... **auténtico**, realmente la acción merece un elogio.

... **limpio**, el docente habla acerca del elogio y de nada más, no lo contamina con otras ideas o frases.

... **específico**, el docente se refiere solo a lo que generó el elogio.

... **privado**, de esta manera el alumno no pasa vergüenza y disfruta de su elogio.



Tarjetas de reconocimiento

Cada vez que un alumno hace algo que merece un reconocimiento, el docente, especialmente en los años de escuela primaria, puede entregarle una nota, como las siguientes:

Gracias por
esa sonrisa.



Has mejorado
mucho,
¡felicitaciones!

Sigue así. ¡Me
encanta tu
entusiasmo!

Te felicito por
la manera en
que trabajaste
hoy.



¡EN ACCIÓN!

Escribe otras frases que pondrías en las tarjetas.

Muchas veces el elogio no es tan habitual, no porque el docente no crea que es importante, sino porque, frente a todo lo que pasa en el aula, este queda en un segundo plano. A veces, erróneamente, el docente se enfoca más en la crítica que en el elogio. Hacer un hábito de lo que consideramos positivo puede llevar tiempo, pero si lo hacemos de forma consciente, podemos ir incorporándolo en nuestra práctica. Una buena idea, por ejemplo, es tener a mano un listado de alumnos e ir marcando cuando vamos elogiándolos. De esta manera, nos aseguramos de que todos reciban una palabra de aliento o un reconocimiento, ya sea verbal o escrito.



EN SÍNTESIS

Hasta el momento trabajamos sobre lo siguiente:

- La importancia del elogio y el reconocimiento.
- La diferencia entre experiencias cristalizadoras y paralizantes.
- Algunas ideas para reconocer los logros de los alumnos.

LA CONEXIÓN EMOCIONAL

El docente es una pieza fundamental en la ecuación enseñar-aprender. La manera en que este se relaciona con el alumno influirá directamente en su éxito académico y socioemocional y en el clima del aula. Los docentes que establecen una buena relación con sus alumnos tienen menos problemas de disciplina que aquellos que no la han podido lograr.

La conexión que el docente establezca con sus alumnos es crucial para que reine el respeto y la armonía en clase. Es importante que los alumnos perciban seguridad y autoconfianza en el rol docente para que este sea respetado y pueda darse un manejo eficaz del aula.

La postura del maestro y el mensaje que transmite deben ser congruentes, ir de la mano. Un docente que les da la bienvenida a sus alumnos con una postura seria y rígida no está mostrando coherencia entre el mensaje hablado y el corporal. Por el contrario, si el mismo docente adoptara una postura relajada y un gesto sonriente, seguramente los alumnos percibirán coherencia entre lo que dice y hace.

No nos olvidemos, además, de que la clase se refleja en el docente. Si él no se siente a gusto en el aula, los alumnos tampoco. Si el docente grita, los alumnos van a gritar. Pero si es entusiasta, con seguridad el grupo también lo será. ¡Qué importante es ingresar al salón de clases entusiasmado! El entusiasmo es absolutamente contagioso.

El saludo en la puerta del aula es una técnica que jamás falla. Si el docente llega unos minutos antes al salón, se para en la puerta y saluda con amabilidad a cada uno de sus alumnos mientras ingresan, estos, sin duda, bajarán la resistencia y entrarán relajados, ya que se sentirán especiales.

En el salón, es importante ubicarse en el centro, sonreír y mantener el contacto visual con los alumnos, pero sin decir nada. Esto ayuda a que comience a reinar el silencio y poder dar inicio a la clase.



Realizar una *agenda del día* en el pizarrón es una estrategia que permite programar las actividades diarias y definir cuáles son las prioridades en las tareas a realizar. Con la *agenda del día* se pueden detallar los contenidos y temas a trabajar y, al finalizar la clase, se vuelve sobre lo programado para ver qué se realizó y qué queda para otro momento. De esta manera, se refuerzan los contenidos y se *sistematizan*. Y cuando los alumnos llegan a sus casas, tienen más chances de recordar lo trabajado.



El buen docente comienza su clase en el horario pactado.



¡EN ACCIÓN!

Cierra los ojos, intenta visualizarte en el aula y responde estas preguntas:

- ¿Cómo y cuándo ingresaste al aula?
- ¿Qué estaban haciendo los alumnos?
- ¿Cuándo se dieron cuenta de tu presencia?
- ¿Hiciste algo para hacerlos sentir bienvenidos y especiales?

El alumno nuevo, el que empieza más tarde que sus compañeros, también necesita atención. Cuanto antes se sienta cómodo y *ensamblado*, más rápido podrá cooperar y sentirse a gusto. Sería ideal recibir al nuevo alumno de manera entusiasta, por ejemplo, con un cartel personalizado de bienvenida. De esta forma, se sentirá cómodo y muy entusiasmado.

¡EN ACCIÓN!

¿Qué estrategias puedes aplicar para que un nuevo alumno se sienta especial y no aturdido o nervioso?

Caminar el aula

Para afianzar la conexión emocional, es muy importante acercarse a todos los alumnos, de lo contrario, los únicos que se benefician del contacto visual son los que están sentados en las primeras filas. El buen docente camina el aula, monitorea a sus alumnos y colabora con ellos (sacándoles punta a los lápices, por ejemplo). De esta manera, se conecta con sus alumnos, *lee* sus caras y posturas, y se relaciona más y mejor con todos.

Tom Peters¹¹, uno de los más conocidos gurús en el ámbito de la administración de empresas, saltó a la fama en 1982 gracias a su libro *En busca de la excelencia*. En esta obra, Peters acuña el concepto de MBWA (*Management By Walking Around*), en el que se especifica que la gestión de una organización debe hacerse caminando la empresa y no detrás de un escritorio. Tomando este concepto podríamos hablar, entonces, de la importancia del TBWA (*Teaching By Walking Around*), o sea, de gestionar el aula caminándola. Es decir, es necesario no quedarse inmóvil en un punto del aula, sino salir a recorrerla y relacionarse más con todos los alumnos.

Para pensar

¿En qué lugar del aula suelen ubicarse los alumnos más disruptivos? ¿Cómo podrías revertir esa situación?



11. Escritor estadounidense, especialista en prácticas de gestión empresarial.

¡EN ACCIÓN!

Marca en este plano el lugar que por lo general eliges para ubicarte en el aula. ¿Sueles moverte o te quedas ahí?

El diagrama muestra un plano de aula rectangular. En la parte superior central hay un espacio rectangular más grande, que representa el escritorio del docente. Debajo de este, hay una cuadrícula de 4 filas y 6 columnas de espacios rectangulares más pequeños, que representan las estaciones de trabajo de los estudiantes. En total, hay 25 espacios rectangulares para marcar la ubicación preferida.

El docente, por lo general, recorre el frente del aula y muy pocas veces va cambiando de lugar. Hazles un favor a tus alumnos y acércate a ellos.

Ideas prácticas para afianzar la conexión emocional

No hablar sobre el murmullo

Si el docente habla cuando los alumnos lo hacen, estos no escuchan y perciben que el mensaje no es importante (si lo fuera, piensan, el docente haría algo para que lo escuchen).



El silencio

A veces es más poderoso que la palabra. Cuando un alumno hace o dice algo incorrecto, límitate a mirarlo sin demostrar decepción, tristeza o enojo. Esto le va a servir a él para evaluar lo que acaba de hacer o decir y a ti para actuar en consecuencia.



Lista de tareas para los que terminan antes

Una buena sugerencia es entregar al comienzo de año una lista con las tareas que pueden hacer si terminan antes que el resto una actividad o un examen. Por ejemplo: ayudar a un compañero, leer en silencio, completar un diario de clase, escribir la reseña de una película, etcétera.

Monitorear el aula

Circular por el salón mientras los alumnos se encuentran trabajando le permite al docente tener una amplia visión del aula y manejar efectivamente la clase. De esta manera, se encuentra alerta y conectado con lo que sucede a su alrededor.



Carrera de postas

Muchas veces, una actividad bloquea a un alumno y este no consigue resolverla. Para asistir a un alumno en estas condiciones, se pueden proponer objetivos cortos, postas que debe cumplir. Por ejemplo: “Termina dos cuentas más y corregimos” o “Escribe cinco renglones y lo revisamos”. De esta manera, se realiza un acompañamiento con metas cortas que lo llevarán al cumplimiento de un objetivo mayor.

El momento

Es ese instante en el que los alumnos están trabajando concentrados y enfocados, cuando la transición de una actividad a otra es aceptada y natural. No es sencillo lograr este momento especial, ni tampoco sostenerlo. Solo quienes depositan entusiasmo y dedicación en la tarea de enseñar pueden lograr este objetivo. Sin embargo, monitorear el aula, asistir permanentemente a los alumnos y brindarles confianza a través de una sonrisa son técnicas que ayudan a crearlo y mantenerlo.

Las tres brazadas

Esta técnica puede ayudar a que los alumnos intenten realizar otra vez un ejercicio que no resolvieron correctamente, sin sentirse frustrados. Consiste en hacer una devolución en tres partes, utilizando dos afirmaciones positivas y una sugerencia en el medio. Por ejemplo: “El ejercicio está muy prolijo, el resultado no está bien, pero el razonamiento, sí”. De esta manera, el alumno recibe dos estímulos positivos y solo uno negativo.



Dos antes que yo

Es una muy buena técnica para desarrollar alumnos interdependientes. Cuando un alumno se acerca a preguntar algo, se le dice si ya pasó por el *dos antes que yo*. Esto significa que, antes de preguntarle al docente, debe haber intentado llegar a la respuesta por otros dos caminos distintos, por ejemplo, preguntarle a un compañero o consultar el libro de texto.

Los buenos docentes invierten en la relación y nunca olvidan la importancia de la conexión emocional.



EN SÍNTESIS

Hasta el momento trabajamos sobre lo siguiente:

- La importancia de la conexión emocional.
- Técnicas para reforzar la conexión emocional.

LA COMUNICACIÓN

La habilidad para comunicarse no es simplemente algo que se perciba como importante desde lo socioafectivo, también es esencial para sobrevivir y para triunfar en educación. Esta habilidad incluye tanto el aspecto verbal como el no verbal. Es decir, a la hora de comunicar ideas o saberes, tienen la misma importancia el lenguaje verbal y el lenguaje corporal.

La docencia basa su esencia en dos pilares: la transmisión del conocimiento y la comunicación. Es decir, más allá de que un docente tenga un vasto capital cultural y que sea un experto en los conocimientos de su disciplina, debe saber comunicar de manera efectiva aquello que sabe. Un docente puede conocer mucho de su espacio curricular pero, si el alumno no puede capitalizar esa información, el objetivo de la enseñanza no se alcanza. Esta realidad puede verse no solo en las aulas de escuelas y universidades, sino también en numerosos congresos. Suele suceder que un disertante es experto en su campo de conocimiento pero, a la hora de comunicar, produce un efecto somnífero en la audiencia.

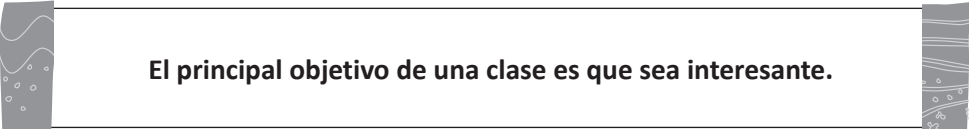
La comunicación es una de las habilidades más relevante de la vida. Podría pensarse que un docente tiene esa habilidad innata, pero no siempre es así. Es una habilidad que se construye en el día a día del aula, con la experiencia y con el aporte de otros. En el devenir de las clases que un docente dicta cotidianamente, aprende a percibir si lo que está comunicando llega a sus alumnos y si estos se encuentran interesados en lo que dice. La clave está en poder leer las caras de los estudiantes, percibir a través del lenguaje corporal si el mensaje les interesa o no.

Muchas veces el aburrimiento es la mejor invitación para el desorden y el desconcierto en el aula.



Al leer caras, el docente puede saber si la clase va bien, si necesita cambiar el ritmo, el recurso o inclusive el tema. Si el maestro de nivel inicial está trabajando con un cuento y los alumnos están dispersos y les cuesta concentrarse, si se paran y corren, no tiene ningún sentido seguir con la historia. En ese caso, es preferible salir al patio y realizar alguna tarea que implique movimiento físico, que ayude a canalizar toda esa energía contenida. Ya habrá tiempo para volver a contar la historia, cuando estén dadas las condiciones.

La autocrítica es un elemento esencial para poder mejorar la construcción de la habilidad comunicacional. Es siempre aconsejable indagar cómo los alumnos van con el tema, con la clase, observar sus caras, posturas y, sobre la base de todo eso, reflexionar sobre la necesidad de un cambio, y ejecutarlo.



El principal objetivo de una clase es que sea interesante.

El lenguaje no verbal

Es muy importante que el docente pueda variar entre el lenguaje verbal y el no verbal. Una mirada a quien está a punto de realizar algo indebido es capaz de poner un freno a una situación no deseada. Ante la inminente interrupción de un alumno a un compañero que está hablando, un gesto que diga “espera” puede evitar la confusión.

¡EN ACCIÓN!

Escribe qué indican estas señales no verbales.

- Dedo encorvándose hacia ti repetidamente.

- Pulgar para arriba.

- Pulgar para abajo.

- Dedo apretando los labios.

- Ojos muy abiertos.

- Palma de la mano levantada.

- Brazos cruzados.

**Las palabras y los gestos deben ser siempre positivos,
sanadores y productivos.**



CUENTOS QUE CUENTO

Las tres rejas

El joven discípulo de un filósofo sabio llegó a casa de este y le dijo:

—Maestro, un amigo suyo estuvo hablando mal de usted.

—¡Espera! —lo interrumpió el filósofo—. ¿Ya hiciste pasar por las tres rejas lo que vas a contarme?

—¿Las tres rejas?

—Sí. La primera es la reja de la verdad. ¿Estás seguro de que lo que quieres decirme es absolutamente cierto?

—No; lo oí comentar a unos vecinos.

—Entonces al menos lo habrás hecho pasar por la segunda reja, que es la bondad. Esto que deseas decirme, ¿es bueno para alguien?

—No, en realidad no. Al contrario...

—¡Vaya! La última reja es la necesidad. ¿Es necesario hacerme saber eso que tanto te inquieta?

—A decir verdad, no.

—Entonces —dijo el sabio sonriendo—, si no es verdadero, ni bueno, ni necesario, sepultémoslo en el olvido.

ANÓNIMO

EN SÍNTESIS

Hasta el momento trabajamos sobre lo siguiente:

- La importancia de la comunicación.
- La importancia de leer caras.
- El lenguaje no verbal.

LA MOTIVACIÓN

Imaginemos a un docente que entra a un aula, con su entusiasmo ilimitado, después de haber invertido tiempo y esfuerzo mental en preparar la clase. Cuando ingresa, sus alumnos lo reciben con apatía y desgano, mirando para cualquier lado. Es más, los estudiantes ni siquiera perciben su presencia. La apatía es al docente lo que la sequía a un campo sembrado.

En la actualidad sabemos, gracias a los avances en neurociencias, que la motivación es una reacción emocional. Un alumno motivado puede aprender más y mejor que uno que no lo esté.

La motivación está completamente ligada a los estímulos exteriores. Para que un alumno pueda dar lo mejor de sí, para que *florezca*, el estímulo del docente es esencial. Una palabra de aliento o una felicitación en el momento oportuno puede llevar a un alumno pasivo a convertirse en un alumno comprometido y motivado.

Cuando el docente logra poner al alumno en el centro de ese proceso de metas y logros, lo empodera y este siente que puede. Llegar a cumplir con los objetivos y sentir el festejo es lo que mueve a un alumno a querer más.

Es importante, además, celebrar tanto los logros como los esfuerzos. Esta celebración puede tener un matiz formal o informal, serio o divertido. Puede ser un elogio público o privado, una nota o un llamado a casa, una condecoración, una mención de honor, un aplauso, un certificado, un sonido divertido

desde el celular. En fin, la idea es celebrar el esfuerzo, esto es lo que refuerza la motivación interna del alumno.

El objetivo se centra en desarrollar la motivación desde adentro hacia afuera. La celebración del esfuerzo apunta, justamente, a facilitar la motivación intrínseca.



¡EN ACCIÓN!

Escribe maneras en las que puedes celebrar el esfuerzo y los logros personales y académicos de tus alumnos.

Existe una amplia correlación entre el aprendizaje y el clima del aula. Si un alumno se siente contento, seguro, contenido física y emocionalmente y cómodo, tiene más chances de aprender.

Hay escuelas que controlan el clima escolar a través de reglas, procedimientos y recompensas. Otras, por lo contrario, promueven un clima de autorregulación que enfatiza la autonomía y las relaciones de los alumnos y docentes entre ellos y con los demás.

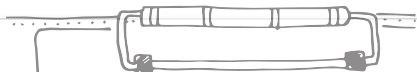
Existen estudios que demuestran que, en las escuelas en donde se promueve la autorregulación del clima institucional, los alumnos están más motivados y son más activos y responsables en relación con su propio crecimiento personal y académico.

Las escuelas que implementen planes de autorregulación en lo que respecta al clima institucional verán cambios significativos en sus aulas.

¿Qué necesita saber un docente para poder motivar a sus alumnos? Lo primero es que no se puede motivar a nadie por arte de magia.

Sí se puede, por el contrario, desmotivar a alguien rápidamente, realizando un mínimo esfuerzo. Cuando un docente le dice a un alumno que, sin importar lo que haga, no va a aprobar la materia, con seguridad este va a quedar desmotivado en cuestión de segundos.

La competencia del docente radica en crear las condiciones que motiven a un alumno. Y para que esta tarea sea exitosa, es necesario tener en cuenta los siguientes aspectos.



Darle sentido a lo que se enseña

Si un alumno no le encuentra sentido a lo que está intentando aprender, el cerebro se bloquea y dirige toda su atención hacia cuestiones más interesantes. Esto, por lo general, deriva en conductas disruptivas, que perturban la armonía de la clase. En términos neurológicos, para que el aprendizaje sea almacenado en la memoria de largo plazo, el alumno debe encontrarle sentido a lo que está aprendiendo. Si el estímulo cognitivo no tiene sentido, esa información nunca se retiene. Un claro ejemplo de esta situación son las listas de palabras en otros idiomas que muchas veces hay que estudiar de memoria.





Darle importancia al Sistema Cognitivo de Creencias

Muchas veces, los alumnos llegan a un punto en el cual se estancan y no consiguen avanzar, es decir, se encuentran en una meseta. En realidad, no es que el alumno deja de avanzar por falta de capacidades, sino por poca confianza en sí mismo: cree que no puede avanzar. Esta ausencia de seguridad, por lo general, está relacionada con el Sistema Cognitivo de Creencias, el cual se nutre de las experiencias pasadas almacenadas en la memoria. Esas experiencias condicionan la motivación para el aprendizaje. Por ejemplo, si alguna vez alguien ha querido aprender a manejar y tuvo un accidente, difícilmente se encuentre motivado para intentar otra vez ese aprendizaje.

Es importante, entonces, que el docente tenga en cuenta estas cuestiones, ya que más allá de cualquier condicionamiento externo, si a un alumno se lo motiva adecuadamente, podrá aprender mucho más de lo que esperaba o pensaba.





Prestarle atención a la disposición emocional

Si la respuesta errónea de un alumno desata las burlas del resto de la clase, probablemente, el cerebro de ese alumno segregue hormonas de estrés como el cortisol, que activa mecanismos de defensa. El alumno se enfocará en el estrés que le produce la agresión y dejará de lado el aprendizaje.

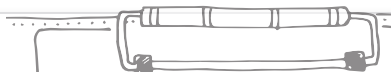
Por el contrario, si el alumno se siente alegre, bienvenido y seguro, su cerebro segregará hormonas como las endorfinas, que le van a generar placer. Podrá hacer foco en lo que le resulta placentero y esto favorecerá el proceso de aprendizaje.

Entonces, podemos afirmar que la motivación está relacionada con cómo nos sentimos y en dónde ponemos el foco de atención. La disposición emocional del alumno, por lo tanto, facilita o entorpece el aprendizaje.

Muchas veces el alumno ya viene al aula con una idea emocional acerca de la materia. Sería interesante que el docente pudiera conectar-se emocionalmente con sus alumnos para detectar señales que puedan ayudarlo a plantear situaciones productivas de enseñanza-aprendizaje.



Fomentar la autonomía



Como ya se ha mencionado, la personalización en la enseñanza es fundamental. No es posible enseñar pensando que todos aprenden de igual manera y al mismo ritmo.

Ayudar a los alumnos a fijar sus metas y darles herramientas para que puedan autogestionarse harán que puedan definir su propia idea de éxito, independientemente de lo que les pase a sus compañeros.

El docente podrá ofrecerles a los alumnos diferentes opciones para incorporar el contenido. Hay quien investigará, quien desarrollará el contenido de manera verbal o escrita, quien buscará recursos, etcétera.

La motivación aumenta cuando se les pide a los alumnos que adquieran mayor autonomía y control acerca de su propio aprendizaje.

No olvidar la parte social



El aprendizaje cooperativo ayuda a que los alumnos le impriman un significado especial a lo que están aprendiendo y, en consecuencia, entiendan mejor el concepto y lo recuerden por más tiempo.

Además, a través de esta metodología, pueden convertirse rápidamente en *expertos*, lo que genera una apertura especial para incorporar el estímulo cognitivo.



Incrementar el desafío

Si el nivel de la clase es muy alto, el alumno se frustra. Si es muy bajo, se aburre. Encontrar el nivel justo de desafío es muy importante.

A veces, el docente da por sentado que los alumnos ya saben un tema o que tienen cierta base. Pero si esto no es así, se está partiendo de un punto que no es el correcto.

Es importante ofrecer actividades con un reto acorde al nivel e ir incrementando el desafío para sostener el interés. El aliento para que se superen constantemente ayuda a aumentar la motivación.

De la misma manera, también es importante respetar los tiempos que cada alumno tiene para procesar la información. En ocasiones, el docente hace una pregunta y su propia ansiedad deriva en una autorrespuesta o en la resolución del ejercicio sin dejar que los estudiantes ensayen posibles respuestas. La pregunta sería, entonces, ¿quién se beneficia en esta situación?

El Dr. William Glasser¹², un psiquiatra estadounidense que falleció en 2013, estableció cuatro necesidades psicológicas que motivan el comportamiento.

Amor y pertenencia

Todos necesitamos sentir que nos tienen afecto y también tener afecto por los demás. Necesitamos sentirnos deseados y cómodos con aquellos que tenemos a nuestro alrededor. Un ejemplo de esto es la necesidad de ser aceptado por los que nos rodean y la agradable sensación que experimentamos cuando nos demuestran afecto o cuando podemos ayudar a otros.

12. GLASSER, W. (1998). *Teoría de la elección: una nueva psicología de la libertad personal*. Nueva York: Harper Collins.

Poder y autoestima

Estamos programados para aprender, para apreciar sentimientos de capacidad, importancia y poder. Necesitamos sentirnos bien cuando vemos los frutos de nuestro esfuerzo, y un continuo fracaso conduce a su vez al desempoderamiento.



Diversión y disfrute

Todos los seres humanos tenemos una necesidad básica de divertirnos y procurar disfrutar de lo que hacemos. El disfrute también puede ser la recompensa por aprender cosas nuevas. Buscamos gozar a través de nuestros pasatiempos y actividades de ocio, pero también nos empuja una necesidad de disfrutar de nuestro trabajo o estudios.

Libertad

Puede entenderse este concepto de dos maneras: libertad para evitar el dolor, la vergüenza, la intimidación, el control ajeno; y la libertad para tomar uno mismo sus propias decisiones en la vida.



Desde el punto de vista psicológico, comportamiento significa ‘todo lo que hacemos’. De esta forma, la manera en la que nos comportamos está condicionada por el impulso de satisfacer estas cuatro necesidades básicas. Comprender cómo se establece una conexión entre el comportamiento y estas necesidades es fundamental para poder crear ambientes escolares donde las personas se sientan bien consigo mismas, puedan hacer contribuciones, y se sientan importantes, aceptadas y libres para elegir.

La capacidad de reconocer estas necesidades en el comportamiento del niño o adolescente es una habilidad fundamental que debe tener cualquier profesional que trabaje en educación.

¡EN ACCIÓN!

Responde estas preguntas:

- ¿Qué puedes hacer para que tus alumnos se sientan contenidos?

- ¿Qué marcadores hay que indiquen que tus alumnos están interesados en el tema o actividad?

- ¿Qué tipo de libertades les das a tus alumnos?

EN SÍNTESIS

Hasta el momento trabajamos sobre lo siguiente:

- La motivación y la importancia de celebrar los logros.
- Las necesidades psicológicas que motivan el comportamiento.

LOS EXÁMENES Y EL ESTRÉS

Por lo general, las situaciones de examen suelen ser angustiantes y generan estrés. Es común llegar al aula y percibir cierta tensión: nervios por doquier, manos sudorosas, ansiedad, etcétera.

Rendir exámenes sigue siendo una tarea complicada para miles de alumnos. Los nervios y la angustia cobran un rol predominante.

En algunos casos el bloqueo llega a ser tal que no solo la pasan mal, sino que reprueban, inclusive, a pesar de haber estudiado. Esta ansiedad mal manejada hace que muchos alumnos se enfermen antes de un examen o directamente se ausenten ese día.

Si no trabajamos junto con los alumnos en el manejo de esta angustia, llegarán a la adultez sin poder atravesar con éxito otras circunstancias evaluativas, como una entrevista laboral, una presentación de negocios, un examen oral en la universidad, etcétera.



El problema no es el examen, sino la baja autoestima.



Hay una relación directa entre estrés, nervios, angustia y rendimiento. Las personas que sienten ansiedad y nervios reducen su capacidad de razonar y pensar con claridad. Por lo tanto, a mayor estrés o angustia, menor será el desempeño.

Como lo hemos visto en el capítulo anterior, el estrés en su justa medida es bueno, ya que nos impulsa a lograr los objetivos. Pero el estrés crónico tiene efectos negativos en el organismo y en el cerebro en particular. Afecta nuestro rendimiento cognitivo y, consecuentemente, resiente la memoria.

Teniendo en cuenta que, además de enseñarles aspectos cognitivos a nuestros alumnos, debemos darles herramientas para la vida, podemos hacer uso de una serie de técnicas o ideas que los ayudarán a rendir más y mejor.

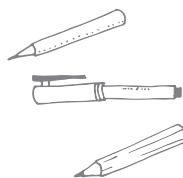


- 1) El estrés se produce cuando hay un desfase entre lo que se desea hacer y lo que se puede hacer. Trabajar con los alumnos la importancia de ir estudiando de a poco y no querer aprender todo en unas horas ayudará a disminuir la angustia y los nervios.
- 2) Recordarles a los alumnos que es mucho más efectivo respetar las horas de sueño. Ya sabemos que el cerebro nunca está más activo que cuando estamos durmiendo. Estudiar e ir a dormir es mucho más productivo que estudiar una noche entera y después rendir un examen.
- 3) Cuando se puede hablar de algo, es posible manejarlo mejor. Pedirles a los alumnos que escriban qué sienten antes del examen puede ser una actividad liberadora. Esto hará que se sientan mucho mejor antes de comenzar.
- 4) Trabajar con la familia la tolerancia a la frustración. Los chicos sobreprotegidos tienen poca resistencia al fracaso, a tomar decisiones y a equivocarse. Es importante que los alumnos, y sus familias, sepan de la relevancia del error en el proceso de aprendizaje. Si un estudiante no puede sobreponerse a un examen desaprobado, le será muy difícil en el futuro adaptarse con naturalidad a los vaivenes del mundo profesional.





- 5) Respirar o meditar también ayudan mucho en estos casos. En los Estados Unidos, se demostró que alumnos que habían recibido capacitación en técnicas de *mindfulness* (conciencia plena) rendían mucho mejor que aquellos que no la habían tenido.
- 6) Hacer deporte de manera regular tranquiliza la mente y el cuerpo.
- 7) Una actitud positiva puede hacer la diferencia. Hay que evitar el pensamiento rumiante, y pensar de manera positiva.



En términos de evaluación, existen diversas formas de medir el aprendizaje de los alumnos. Es posible encontrar evaluaciones sumativas y formativas. Es decir, se puede evaluar a los estudiantes de manera integral al final de un ciclo o se puede medir el proceso por medio de exámenes parciales. En cuanto a las herramientas, también es necesario considerar que las pruebas escritas u orales son una opción entre muchas otras. Los docentes disponemos de otros instrumentos para poder evaluar los aprendizajes, como trabajos de investigación, informes, portafolios, entre otros. La lista de opciones es larga para evaluar la incorporación de contenido, el nivel de logro, la superación personal, la creatividad, etcétera.

La vida nos plantea una serie de exámenes todo el tiempo. Trabajar con los alumnos y prepararlos para esas pruebas es parte de nuestro rol.

Algunas consideraciones a tener en cuenta para confeccionar y tomar exámenes

- 
- 1) Ser coherente entre lo que se enseña y lo que se evalúa.
 - 2) Tener en cuenta los estilos de aprendizaje y las inteligencias múltiples.
 - 3) Dar instrucciones claras.
 - 4) Preparar exámenes en donde los desafíos sean posibles.
 - 5) Brindarles a los alumnos herramientas y recursos para alcanzar los objetivos (técnicas de estudio, reglas mnemotécnicas, etcétera).
 - 6) Asegurar un clima distendido y relajado.

Como docentes, debemos tratar de generar contextos educativos que brinden seguridad y tranquilidad, y herramientas para que los alumnos puedan manejar y mejorar su actitud frente al estrés.



EN SÍNTESIS

Hasta el momento trabajamos sobre lo siguiente:

- El manejo del estrés que provocan las evaluaciones.
- Las técnicas para rendir más y mejor en un examen.
- Los aspectos a tener en cuenta cuando se prepara o se toma una evaluación.

AULA AFECTIVA Y EFECTIVA

EL AULA COMO ESPACIO

El salón de clases debe ser un espacio agradable en donde los alumnos y el docente se sientan a gusto. Es preciso tener en cuenta la iluminación, la ventilación, la decoración, el mobiliario, la acústica, entre otros.

El tamaño del aula debe permitir cambiar la ubicación del mobiliario para realizar tareas grupales e individuales. La acústica juega un papel importante, ya que tiene que impedir interrupciones en la clase por ruidos molestos. A su vez, los asientos y escritorios deben ser cómodos, ergonómicamente apropiados y duraderos. Los chicos pasan muchas horas en la escuela, y la comodidad, sin dudas, ayuda al aprendizaje.

Por último, la decoración debe prever un espacio para la exposición de trabajos y material didáctico del tipo gráfico, como láminas y pósteres. Un aula bien decorada es un ambiente acogedor que invita a quedarse. Si fuera posible, también resulta recomendable colocar plantas dentro del aula. El cuidado de estas fomenta la responsabilidad de los alumnos para con el cuidado del ambiente y brindan la sensación de que en ese espacio se respira aire puro.

La posibilidad de contar con recursos tecnológicos (computadoras, proyectores, sistemas de audio o TV) es un ingrediente que suma para captar el interés de los alumnos. Un aula digital, claramente, favorece el desarrollo de competencias tecnológicas y cognitivas.



El poder del ejercicio

El ejercicio y la alerta mental se encuentran muy relacionados. Los chicos activos físicamente identifican el estímulo visual más rápido que aquellos que son sedentarios.

Existen estudios que demuestran que quienes realizan frecuentemente una actividad física poseen un período de atención más amplio, pueden concentrarse por más tiempo y en consecuencia mejoran su desempeño escolar.

El salón de clase debe ser un espacio que permita una amplia libertad de movimiento para poder lograr una mejor competencia cognitiva. El aula no tiene que ser un lugar solo para sentarse y escuchar. Si los alumnos tienen la posibilidad de usar activamente el espacio, los resultados positivos en el aprendizaje no tardarán en llegar.

¿Cómo nos sentamos?

- Si los alumnos deben escuchar, en auditorio.
- Si queremos que trabajen en grupo, en mesas que se junten hasta alcanzar el número de sillas que necesitamos.
- Si queremos que escuchen pero que participen entre ellos, en semicírculo.
- Si queremos que hablen entre ellos sin nuestra presencia, en círculo.

¡EN ACCIÓN!

¿Consideras que tus alumnos se sientan en función de lo que esperas lograr o cada uno se sienta como quiere? ¿Por qué?

¿Podrías mejorar el clima en el aula si los alumnos se sentaran de acuerdo a lo que necesitas? ¿Por qué?

Resulta interesante poder brindarles a nuestros alumnos la posibilidad de disfrutar de la riqueza de los encuentros. Por eso, es bueno permitirles que se sienten donde quieran y con quien quieran, pero nunca más de dos veces seguidas. De esta forma, en algunas ocasiones pueden ayudar a un compañero y, en otras, aprender de un par.

Cuando dos alumnos *problemáticos* se sientan juntos, lo ideal es separarlos pero de forma positiva. La disciplina inteligente se logra cuando el otro hace lo que deseamos pero sin lastimarlo o humillarlo. Por ejemplo, se le puede pedir a uno de los alumnos que cumpla el rol de asistente y se siente cerca del docente. De esta manera, se logra el objetivo, pero siempre de manera positiva.



EN SÍNTESIS

Hasta el momento trabajamos sobre lo siguiente:

- Las características del aula y su flexibilidad.
- Algunas nociones de las neurociencias aplicadas al aula.

LA IMPORTANCIA DEL CLIMA

Si el trabajo con las habilidades socioemocionales decae, los problemas de convivencia y malestar estarán a la orden del día y atentarán contra el buen clima en el aula.

Un déficit en las competencias socioemocionales va a traer aparejados problemas de relación, como la falta de respeto, falta de límites, poco compromiso, etcétera. Por lo tanto, es imperioso trabajar de manera integral los aspectos cognitivos junto con las habilidades socioemocionales. De esta manera, es posible brindarle al alumno herramientas para la vida y garantizar un buen clima en el aula, para que la adquisición de las competencias cognitivas tenga lugar placenteramente.

Asegurarse de que las condiciones de educabilidad¹³ estén dadas es primordial para fortalecer el vínculo docente-alumno y la confianza en las relaciones pedagógicas.

Existen dos momentos en los que es pertinente plantear el trabajo sobre las habilidades socioemocionales:

- 1) **El momento del conflicto.** Cuando el docente anticipa un conflicto, o cuando este se da, es el momento para abordarlo, hablando de ello y ofreciendo herramientas para que los mismos alumnos puedan reflexionar acerca de lo que está sucediendo y tomar una actitud activa para resolverlo. Es decir, se aprovecha esta instancia para aprender y practicar habilidades socioemocionales. Para esto, el docente tiene que estar preparado, ya que no se trata de improvisar. Debe tener una estrategia que adhiera a la cultura institucional y que enmarque lo trabajado en clase.

13. Según Baquero y Narodowsky, la *educabilidad* comprende la delimitación de las condiciones, alcances y límites que posee potencialmente la acción educativa sobre sujetos definidos en situaciones determinadas

- 2) **La meseta.** Cuando tengamos en el aula momentos de baja actividad (después de un examen, cuando la atención decae, etc.), se puede conversar acerca de las reglas de convivencia, conflictos de tipo inter o intrapersonales o trabajar en aquellas competencias socioemocionales que el docente sugiera abarcar.

Trabajar con habilidades socioemocionales requiere de una planificación transdisciplinaria que tenga en cuenta tanto a los alumnos como a los docentes.

Los valores no se enseñan, se demuestran.

Los conflictos en el aula son el resultado de la falta de competencias socioemocionales. No podemos, como docentes, separar el aspecto cognitivo del socioemocional, deben ir de la mano. De esta manera, es posible ofrecer una educación integral, que le sirva al alumno a lo largo de toda su vida, dentro y fuera del colegio.

Por otra parte, el trabajo colaborativo con otros colegas es sumamente importante. Lo que a un docente le cuesta solucionar puede ser una situación que otro docente maneje con soltura. Una palabra, un consejo, una estrategia brindada por un colega posiblemente ayuden al docente en problemas a solucionar una situación antes de que se convierta en una catástrofe.



Algunas estrategias para abordar el trabajo socioemocional:



1) Elaborar un *ranking* de situaciones perturbadoras para ir trabajándolas a lo largo del año.



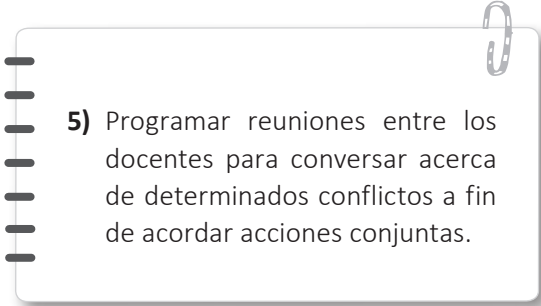
2) Elegir una de esas situaciones y abordarla durante una semana.

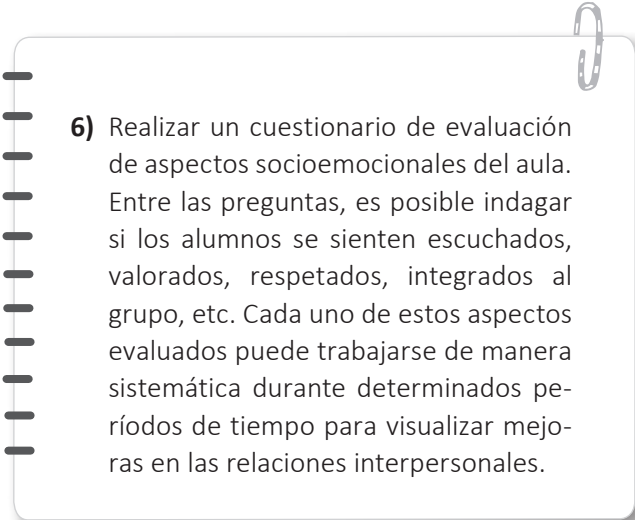


3) Implementar un diario en el que los docentes compartan situaciones que los preocupan, y puedan recibir ideas o estrategias de parte de sus colegas.



4) Organizar un programa de observación de pares, en el que el docente, con ayuda de su directivo, elija a un colega del que pueda aprender estrategias para mejorar su práctica.

- 
- 5) Programar reuniones entre los docentes para conversar acerca de determinados conflictos a fin de acordar acciones conjuntas.

- 
- 6) Realizar un cuestionario de evaluación de aspectos socioemocionales del aula. Entre las preguntas, es posible indagar si los alumnos se sienten escuchados, valorados, respetados, integrados al grupo, etc. Cada uno de estos aspectos evaluados puede trabajarse de manera sistemática durante determinados períodos de tiempo para visualizar mejoras en las relaciones interpersonales.



El clima del aula debe estar claramente orientado al trabajo, ser relajado y, por qué no, alegre. Los alumnos tienen que sentirse seguros tanto en lo físico como en lo emocional, y la atmósfera creada por el docente debe invitarlos a disfrutar del aprendizaje.

Componentes del clima del aula

- 1) Académico: procedimientos, reglas, prácticas áulicas, manejo del tiempo, programas, recursos.
- 2) Social: aspectos interpersonales, comunicación, etcétera.
- 3) Físico: el aula en sí, su mantenimiento, comodidad, materiales.
- 4) Afectivo: actitudes, emociones y sentimientos que se expresan.

Una convivencia escolar positiva se relaciona directamente con el logro académico.

Cuando hablamos del clima del aula, no podemos dejar de mencionar la tarea del docente: el manejo de las reglas, la implementación de procedimientos, la productividad en el aula, etc. La pérdida del control se traduce en graves problemas interpersonales y situaciones conflictivas que resienten la disciplina. En estas circunstancias, gritar es poco productivo y demuestra falta de aptitud en el manejo eficaz del aula.

*Una voz fuerte no
puede competir con una
voz clara, aunque esta
sea un simple murmullo.*

CONFUCIO



A continuación, presentamos algunas ideas que pueden ayudar a captar la atención de los alumnos en momentos complicados:

- 1) Levantar la mano y mirar fijamente a quienes hablan hasta lograr que todos se callen. Si la relación con los alumnos es buena, ellos mismos levantarán la mano y ayudarán en la tarea.



- 2) Bajar la voz. Esto genera un clima de silencio contagioso y los alumnos también comenzarán a disminuir su timbre de voz.

- 3) Trabajar sistemáticamente en un plan de manejo del aula que tenga en cuenta la gestión del tiempo, los recursos, las transiciones entre actividades y la conexión con los alumnos.

Ante situaciones difíciles, en las que resulta complicado decidir de forma apresurada, siempre es aconsejable tomar distancia. Por lo tanto, no es para nada disparatado decirle a un alumno: “Necesito pensar en esta situación y mañana lo vamos a conversar”. Un buen manejo del aula repercute en el ambiente y les ofrece a los alumnos la posibilidad de sentirse tranquilos, confiados y seguros, lo que favorece el aprendizaje.

En resumen, una buena convivencia en el aula y en la escuela contribuye a disminuir el fracaso académico y los problemas de disciplina.

¡EN ACCIÓN!

Escribe tres aspectos positivos de la convivencia dentro de tu aula y tres aspectos a mejorar.



Una idea que se podría implementar es darles a los alumnos un cuestionario de convivencia como el siguiente:

En esta clase...	Siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
... me siento contento/a.				
... me siento aburrido/a.				
... me siento interesado/a.				
... me siento nervioso/a.				
... me siento tranquilo/a.				
... me siento escuchado/a.				
... me siento bien tratado/a.				
... el docente debe esperar mucho . para poder comenzar.				
... el docente no es escuchado.				
... hay ruido y desorden.				
... algunos compañeros molestan mucho.				

El cuestionario puede ser anónimo o, en el caso que deseen recibir una devolución, los alumnos deberán escribir su nombre.





CUENTOS QUE CUENTO

Un anciano estaba sentado en un árbol, en una colina, fumando su pipa y contemplando la aldea a sus pies.

En eso llega un extraño y le pregunta: “¿Cómo es la gente en esa aldea? Estoy pensando en mudarme ahí”. A lo que el anciano le responde, evadiendo su pregunta: “¿Cómo es la gente en la aldea en donde vives ahora?”. Y el extraño se despacha con gusto: “¡Terribles! Son unos mentirosos, unos canallas. Malas personas”. Y el anciano le comenta: “Así es exactamente la gente que vive en esa aldea que me señalaste recién”. El extraño se va, entonces, decepcionado.

Al rato llega otro extraño, y le pide compartir un poco de sombra en el árbol al anciano, quien se corre para darle lugar, y acepta gustoso una manzana y un pedazo de queso.

El extraño pregunta: “¿Cómo es la gente en esa aldea? Estoy pensando en mudarme ahí”. El anciano da una pitada profunda a su pipa y le pregunta: “¿Cómo es la gente en la aldea en donde vives ahora?”. Y el extraño contesta: “Ah, son gente muy buena. Jamás escuché una frase negativa en todos estos años. Son gente magnífica, pero siento que llegó el momento de avanzar y mudarme”. El anciano sonríe en secreto y le contesta: “Bueno, así es exactamente la gente que vive en esa aldea allí debajo”.

ANÓNIMO

La historia anterior nos lleva a reflexionar sobre cómo nuestra percepción y expectativas repercuten en el clima del aula y condicionan la relación que el docente entabla con sus alumnos.



EN SÍNTESIS

Hasta el momento trabajamos sobre lo siguiente:

- La importancia del clima en el aula.
- Los factores que influyen en el clima.
- La buena convivencia en el aula.

LA TECNOLOGÍA, UNA BUENA ALIADA

Como es de esperar, los nativos digitales de nuestras aulas se relacionan de manera especial con sus computadoras, tabletas, celulares inteligentes y demás aparatos tecnológicos. Estos elementos no solo conforman un universo de diversión, sino que también son parte activa y relevante de los entornos de aprendizaje de los estudiantes que diariamente encontramos en las aulas.

La tecnología juega un rol importante en la vida personal de los alumnos y los docentes deben tener este aspecto muy en cuenta y, por lo tanto, *sintonizar la misma frecuencia* para poder relacionarse de manera positiva con ellos. Por eso, es necesario hacer un buen uso de la tecnología en el aula.

Las redes sociales están presentes en el día a día de los alumnos y también pueden estarlo en la cotidianidad del aula. Es posible usar Facebook para trabajos especiales creando grupos cerrados para tal fin. A su vez, Edmodo es otra red social, pero especialmente diseñada para entornos educativos. Permite crear perfiles para docentes, alumnos y padres. Además, cuenta con una aplicación para el celular, lo que favorece el aprendizaje ubicuo¹⁴.

La mensajería instantánea, como WhatsApp, puede utilizarse para consultas, pero debe ser administrada con cuidado para no convertirse en una molestia.

Sin dudas, contar con equipamiento digital en el aula favorece la motivación en la construcción del aprendizaje. No es lo mismo decir: “Imaginen que estamos en un museo en Egipto”, que ingresar a un museo en Egipto a través de YouTube.



14. El concepto de *aprendizaje ubicuo* según Nicholas Burbules (profesor de la Universidad de Illinois) suele definirse como el que se produce en cualquier momento y lugar gracias a los nuevos medios digitales.

Las aulas digitales son muy interesantes, pero de nada sirve la novedad tecnológica si los docentes no la aprovechan por no saber usarla. Por lo general, la falta de inclusión de las TIC en el aula pasa por el desconocimiento y el *miedo a lo nuevo* que suelen manifestar los docentes cuando son consultados. En este sentido, la capacitación es indispensable para dominar el miedo e incorporar las herramientas tecnológicas en la planificación de las clases.

Los alumnos pueden y deben ser activos partícipes del uso y la inclusión de las TIC. Para esto, es muy útil hacer algún tipo de acuerdo con ellos, con reglas y procedimientos. Por ejemplo, los celulares, tabletas y *laptops* se utilizarán en el aula con fines educativos, no se permitirá la comparación ni la competencia, etcétera.

¡EN ACCIÓN!

Escribe otras reglas o procedimientos para el uso de la tecnología que puedas implementar en tu clase.

El celular como herramienta de aprendizaje

El uso de los teléfonos móviles se encuentra muy extendido en la cultura juvenil. Los jóvenes, e incluso los niños, los han incorporado a su vida diaria no solo para comunicarse, sino también para entretenerse e informarse.

El ámbito educativo no debe ser ajeno a la inclusión de estos dispositivos, más allá de las controversias que esto genere. Son múltiples los usos que se les pueden dar en el aula a los teléfonos inteligentes: buscar definiciones de palabras, tomar fotografías de trabajos, filmar presentaciones, escribir poesías aprovechando el escaso espacio de escritura que permite un mensaje de texto, etcétera. Además, las aplicaciones de chat y mensajería pueden estimular el trabajo colaborativo y cooperativo.

Las políticas educativas sobre inclusión de tecnología en los países desarrollados y en nuestro país acuerdan con la importancia de que los alumnos utilicen sus dispositivos móviles para aprender. Esto trae aparejadas dos ventajas importantes: en primer lugar los alumnos se apropian más y mejor de los conocimientos construidos a través del uso de las TIC y, en segundo lugar, las instituciones educativas no necesitan hacer grandes inversiones en tecnología que será obsoleta en poco tiempo.

Al empezar a trabajar con el celular, es importante recordar que las aplicaciones se descargan desde Google Play, en el caso de teléfonos o tabletas con sistema Android; y desde iTunes para dispositivos de Apple. También, existen teléfonos con sistemas operativos propios, como Windows Phone. En ese caso, es necesario buscar el lugar de donde pueden descargarse las aplicaciones y elegir aquellas que sean compatibles con el sistema operativo del teléfono.

Otro aspecto a considerar respecto de la descarga y uso de aplicaciones es el idioma. Muchas se encuentran en inglés, pero seguramente esto no será un problema ya que los chicos se encuentran familiarizados con el lenguaje y términos extranjeros utilizados en estos ámbitos. Además, se puede trabajar de manera interdisciplinaria con el docente de idioma si la circunstancia lo requiriera.

¡EN ACCIÓN!

Busca en internet las definiciones de los siguientes términos y piensa en alguna actividad que puedas hacer utilizando estos recursos.

WIKI

BLOG

PODCASTING

Algunas aplicaciones para usar en la clase

Efectos sonoros divertidos

Es una aplicación con *ringtones* divertidos que es posible usar para llamar la atención de los chicos. La amplia variedad de sonidos de la que se dispone puede ser una buena aliada en el manejo eficaz del aula.

Traffic light timer

Consiste en un cronómetro, que comienza con una luz verde y va cambiando de amarillo a rojo a medida que se va agotando el tiempo. Es muy útil para asignarle un tiempo determinado a una actividad y que sea la misma aplicación la que indica cuándo es momento de terminar. Esto evita que sea el docente quien debe estar siempre a cargo del tiempo. En actividades de trabajo cooperativo, es excelente para que el líder del tiempo tenga una herramienta de control efectiva y divertida.

Poll Everywhere

Es una excelente aplicación para preparar encuestas. El docente dicta un tema y seguidamente, o cuando lo necesite, puede preparar una encuesta para chequear que los alumnos hayan aprendido el contenido. La aplicación, como muchas otras, tiene un tutorial muy interesante.

My wordbook

Esta aplicación es muy útil para quienes trabajan con terminología específica, ya que permite realizar glosarios para los que están aprendiendo inglés. Es una herramienta auspiciada por el British Council.



Socrative

Es una herramienta con la que el docente puede crear una actividad y los alumnos, con un código de acceso que les facilita el maestro, ingresan y la realizan. Es una manera interesante de reforzar contenidos desde cualquier lugar.



Código QR

Es una herramienta útil para almacenar información en una matriz de puntos o un código de barras bidimensional. Fue creado en 1994 por la compañía japonesa Denso Wave, subsidiaria de Toyota. Se caracteriza por tener tres cuadrados en las esquinas, que permiten detectar la posición del código al lector. La sigla QR viene de la frase inglesa Quick Response ('respuesta rápida', en español), pues los creadores tenían como objetivo que el código permitiera que su contenido se leyera a alta velocidad.



La página web **www.qrstuff.com** le permite al docente crear una actividad y guardarla en un código QR como el de arriba. El docente imprime el código y lo pega en el pizarrón o cartelera. El alumno descarga en su celular el lector de códigos QR y, al leer el código, le queda registrado el ejercicio para que pueda realizarlo en su celular. Si la actividad es un texto (no contiene imágenes o videos), se puede realizar sin necesidad de acceder a internet.





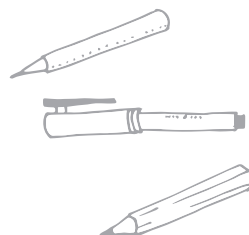
Quizlet.com

Es una muy buena aplicación para que el docente genere actividades con vocabulario. Está disponible para la web o para el celular.



Testmoz.com

Es una herramienta para generar tests en línea. El docente puede crear ejercicios de elección múltiple, o para completar con la palabra adecuada, verdadero o falso, con las respuestas correctas, entre otros. Una vez creado el test, la aplicación genera un enlace de acceso. Los alumnos ingresan, colocan un código que les da el docente, se identifican y hacen el examen. Al terminar, el docente puede acceder a los resultados que aparecen ya tabulados en un archivo de Excel.





ESLvideo.com

Es una página diseñada para que los docentes de idiomas puedan utilizar videos de YouTube para generar actividades interactivas en línea. El docente genera un usuario y contraseña y puede seleccionar la opción “Create quiz”. Para ello, deberá ingresar a YouTube y buscar el video que quiera utilizar. Una vez que lo encuentra, copiará el código *embed* del video, que se encuentra en la opción que aparece debajo (“Compartir”), y seleccionará la opción que dice “Insertar”. Al realizar esto, aparecerá un enlace que deberá copiar y pegar en ESLvideo.

Luego, podrá agregar preguntas de elección múltiple para crear el ejercicio interactivo. Además, es posible generar un código para que, cuando los alumnos completen el ejercicio, puedan ingresarlo y así llevar un control sobre quiénes han completado la actividad.

Es recomendable que los docentes exploren las herramientas que ya fueron creadas en un primer momento y luego intenten crear sus propios ejercicios.



Educaplay

Es una herramienta útil para quienes se interesan por generar ejercicios interactivos (crucigramas, rompecabezas, completar con la palabra, etc.). Se encuentra disponible en la página www.educaplay.com. El docente se da de alta, y puede crear distintos ejercicios interactivos y proporcionar la respuesta correcta para que sean corregidos automáticamente. Una vez finalizado, es posible compartir el vínculo del ejercicio mediante el correo electrónico a alguna red social.

¡EN ACCIÓN!

Investiga para qué sirven estas aplicaciones y escribe cómo podrías utilizarlas en el aula.



Poll Everywhere



Google goggles



Dropbox











El uso de herramientas de almacenamiento en la nube, como Dropbox, permite que los alumnos tengan disponibles todo el tiempo actividades, ejercicios y materiales de lectura y consulta.

Es muy importante comprender que, cuando los alumnos utilizan sus propios dispositivos, se manejan con un cuidado y comodidad especiales, diferentes de los que les dan cuando son proporcionados por la escuela.

No se trata, simplemente, de enseñarles a los alumnos cómo usar la tecnología, sino también de pensar este uso como complemento de los recursos del aula tradicional para enriquecer las clases.



EN SÍNTESIS

Hasta el momento trabajamos sobre lo siguiente:

- Usos de la tecnología en el aula.
- Algunas aplicaciones útiles.

EL HUMOR EN EL AULA

Cuando utilizamos el humor en el aula, sin dudas, los minutos pasan volando. Ya lo hemos dicho con anterioridad, se aprende más y mejor cuando el proceso de enseñanza-aprendizaje es alegre e interesante.

Si bien la clase debe estar orientada al trabajo, cuando el humor forma parte de la práctica docente el proceso es más divertido, ameno, placentero y memorable.

Es difícil imaginar una clase, una actividad o un taller sin humor. Más allá de que las temáticas tratadas puedan exigir cierta seriedad, el humor es un buen camino para comunicarse.

El humor:

- Promueve el pensamiento analítico, crítico y divergente.
- Atrae y sostiene la atención de los alumnos.
- Ayuda a los alumnos a retener la información por más tiempo.
- Mejora las relaciones interpersonales en el aula.



No hace falta ser un comediante para utilizar el humor, pero tampoco es bueno forzarlo. En este caso, lo más importante es ser auténtico. A continuación, proponemos algunas maneras de utilizar el humor en el aula, principalmente para los alumnos de escuela primaria.

Cartoons

Se pueden elegir dos personajes de historietas conocidas, y pedirles a los alumnos que escriban un diálogo entre ellos acerca de un tema visto en clase.

Diálogos

Son diálogos disparatados, es decir, conversaciones locas o chistosas. Como variación de la idea anterior, podemos pedirles a los alumnos que escriban un *diálogo* entre dos personas conocidas o imaginarias, acerca de un tema que acaban de ver en clase. La idea es incentivar la lectura, la escritura y el humor.





El superpóster



La idea es colocar una cartulina o papel afiche grande en una pared. Los alumnos, cuando así lo deseen, pasan a escribir algo que les haya resultado interesante de la clase, capítulo, unidad, etc. Ese póster sirve como herramienta de repaso antes de una evaluación.



Aviones de papel

Se les puede pedir a los alumnos que escriban en una hoja una idea que les haya dejado el tema aprendido y luego que hagan un avioncito de papel con esa hoja. A la cuenta de tres, cada alumno arroja al aire su avioncito y lo agarra otro compañero. El alumno abre el avión que le tocó, y lee lo que escribió el otro.

Es una linda estrategia para hacer un resumen de una manera diferente. También, se les puede pedir que, luego de un tema, escriban una pregunta en la hoja, con lo cual cada alumno deberá contestar la pregunta que aparece en el avión que le tocó.



5 pregunta, 12 responde, 24 corrige

Le asignarán un número a cada alumno y luego les pedirán que escriban una pregunta en relación al tema, capítulo o unidad como si fuesen el docente que va a evaluar a la clase.

Cuando todos han escrito una pregunta, se dice un número en voz alta, por ejemplo, 5. El número 5 formula la pregunta que escribió. Se dice otro número (12, por ejemplo) y el 12 responde. Se nombra un tercer número (24, por ejemplo) y el 24 debe decir si la respuesta es correcta, enriquecerla si fuese necesario, o corregirla. Se continúa de esta manera con la mayor cantidad de números posibles.



El arquero

El docente hace una pregunta y arroja una pelotita de tenis (u objeto similar) a un alumno, quien debe atajarla y contestar la pregunta. Cuando la contesta bien, le devuelve la pelota al docente. Si está incompleta o mal, el alumno le arroja la pelota a otro compañero para que la conteste. Si este la contesta bien, le devuelve la pelota al docente. Si no, la pasa a otro alumno hasta que alguno la conteste bien. Cuando el docente recupera la pelota, hace otra pregunta y le arroja la pelota a otro alumno, y así sucesivamente.

Y ahora, ¿quién contesta?

Para generar una idea de imparcialidad, el docente puede elegir qué alumno contesta, pasa al pizarrón o se encarga de un proyecto de diferentes maneras. Se colocan papelitos con nombres en una cartuchera o frasco, y el docente saca uno al azar. También, se pueden escribir los nombres de los alumnos en palitos de helados, y el docente elige uno al azar.



La cuenta regresiva

Se les puede pedir a los alumnos que realicen una cuenta regresiva, como por ejemplo:

- **Cinco** cosas que aprendí hoy (en el trimestre, en el capítulo, en el año, etc.).
- **Cuatro** ideas que quisiera profundizar.
- **Tres** dudas que tengo.
- **Dos** cosas que no sabía del tema.
- **Una** cosa que me divirtió/asombró del tema.





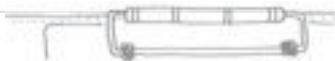
Bollitos de papel

El docente podrá pedirles a los alumnos que escriban algo que les haya quedado del tema visto. Una reflexión, una idea, un concepto. Cuando lo han escrito, les indicará que hagan un bollito de papel. A la cuenta de tres, harán una *guerra de papeles* y a la voz de “ahora”, cada alumno se quedará con uno. Se sienta, lo abre y discute lo que tiene escrito ese papel con su compañero o, en turnos, con el resto de la clase. También, se puede hacer lo mismo pero con preguntas. Se divide la clase en dos y se procede a tirar los bollitos, y cuando cada uno tiene el suyo, alguien del equipo 1 le hace una pregunta a un compañero del equipo 2. Este la contesta, el grupo lo corrige o felicita, y así sucesivamente.

Globos

Se realiza lo mismo que en la actividad anterior, pero en vez de hacer bollitos, los alumnos escriben su concepto o pregunta en un papel chico. Doblan el papelito y lo insertan en un globo desinflado. Inflan el globo y, a la cuenta de tres, se realiza una *guerra de globos*. Luego, cada uno agarra un globo, lo pincha y rescata el papelito, para luego leer el contenido en pares, grupos o con el resto de la clase.





Misiva voladora

Los alumnos completan un pequeño formulario, que dice:

Nombre: _____

Teléfono: _____

Mail: _____

Una duda que tengo con relación al tema es _____

Luego de completar el formulario, los alumnos hacen un avión de papel con el formulario y lo arrojan a la cuenta de tres. A la voz de “ya”, cada uno toma un avión y se lo mete en el bolsillo. Al llegar a sus casas, deben abrirlo y contactar al dueño del avión para brindarle ayuda en este tema sobre el que tenía dudas, previa búsqueda de la respuesta o recursos necesarios.



Chistes

En un examen escrito, podrán incluir un chiste, frase o pregunta disparatada asociada al tema para generar un clima menos tenso.

Acrósticos

Los alumnos podrán firmar una evaluación con su nombre y escribir una palabra por cada letra que lo compone. Pueden usar nombres de animales, adjetivos, etc.

Los beneficios del sentido del humor son enormes. Genera relaciones más cercanas entre las personas, mejora la motivación por las tareas que hay que realizar, baja el estrés y ayuda a ver la realidad de forma menos dramática.

¡EN ACCIÓN!

¿Qué otras estrategias de humor se te ocurren para implementar en el aula?



EN SÍNTESIS

Hasta el momento trabajamos sobre lo siguiente:

- La importancia del humor en el aula.
- Algunas ideas interesantes para incorporar el humor en el aula.

BIBLIOGRAFÍA

BAQUERO, R. (2011). "La educabilidad bajo sospecha". En *Cuaderno de Pedagogía*, Rosario, año 9.

CORNU, L. (1999). "La confianza en las relaciones pedagógicas". En *Construyendo un saber sobre el interior de la escuela*. Buenos Aires: Noveduc.

GARDNER, H. (1999). *Mentes extraordinarias. Cuatro retratos para descubrir nuestra propia excepcionalidad*. Barcelona: Kairós.

GARDNER, H. (1983). *Frames of mind. The theory of multiple intelligences*. Nueva York: Basic Books.

GARDNER, H. (1999). *Intelligence Reframed: Multiple intelligences for the 21st Century*. Nueva York: Basic Books.

GARDNER, H. (2000). *The Disciplined Mind: Beyond Facts And Standardized Tests, The K-12 Education That Every Child Deserves*. Nueva York: Penguin Putnam.

GINOTT, H. (1972). *Teacher and Child: A book for parents and teachers*. Nueva York: Macmillan.

GLASSER, W. (1998). *The quality school teacher: Specific suggestions for teachers who are trying to implement the lead-management ideas of the quality school in their classrooms*. Nueva York: Harper Perennial.

GLASSER, W. (1998). *The quality school: Managing students without coercion*. Nueva York: Harper Perennial.

GOLEMAN, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Nueva York: Bantam Books.

KEEFE, J. (1988). *Aprendiendo perfiles de aprendizaje*. España: Asociación Nacional de Escuelas Secundarias.

MANES, F. (2009). *¿Qué puede aportar la investigación en neurociencias a la educación?* Buenos Aires: Instituto de Neurología Cognitiva.

OLWEUS, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Oxford: Blackwell Publishing.

OLWEUS, D. (2003). *Acoso escolar, "bullying", en las escuelas: hechos e intervenciones*. Noruega: Centro de Investigación para la Promoción de la Salud, Universidad de Bergen.



Este libro se terminó de imprimir en el mes de septiembre de 2018
en Artes Gráficas Color Efe, Paso 192, Avellaneda,
Buenos Aires, República Argentina.