

Capítulo 2

CONCIENTIZAR LAS DEFICIENCIAS

Reflexiona y responde:

1. ¿Qué factores crees que limitan tu avance hacia las metas que definiste en el capítulo anterior?

2. ¿Sabes cuáles son tus deficiencias, fallas, debilidades y aspectos a mejorar?

Responde por escrito estas preguntas. Una vez que hayas concluido la lectura del capítulo, compara tus respuestas con lo que piensas después de leerlo.

Todos tenemos limitaciones, si nos vemos con objetividad reconoceremos que no somos infinitamente sabios, maduros, capaces e inteligentes; la verdad es que tenemos capacidades y fortalezas al lado de dificultades, deficiencias y aspectos mejorables; en algunas áreas nos falta claridad de propósitos, en otras no somos constantes, en ocasiones no procedemos de manera organizada, en ciertos casos actuamos de forma irresponsable, y así sucesivamente.

Ahora bien, la primera condición para superar las deficiencias es darse cuenta de que se tienen y responsabilizarnos por ellas. Sin embargo, es frecuente que pongamos en marcha mecanismos de defensa tendientes a no reconocer, justificar o minimizar las propias fallas. En el ambiente educativo son frecuentes expresiones como “tuve mala suerte”, “el profesor la tiene agarrada conmigo”, “no me explicaron bien”, “no hubo tiempo suficiente”, “hice lo que pude”, “eso no me lo han enseñado”, “diez es nota lo demás es lujo”, entre muchas otras. Con estas justificaciones, lejos de superar las deficiencias, lo que se logra es adaptarnos a vivir con ellas, sin que nos hagan sentir tan mal.

En el extremo, esta actitud puede conducir a un hecho social doloroso y ampliamente extendido como es el *fracaso estudiantil*; bajo esta expresión se agrupan situaciones tan diversas como el bajo rendimiento académico, la repitencia, la escasa motivación y hasta la deserción o el abandono de los estudios. El estudiante vive esta circunstancia de varias maneras: a) constituye una fuente de conflicto con sus padres y profesores, lo cual le

acarrea reproches, sanciones y desaprobaciones; b) como sentimiento de culpabilidad, pues tiene la impresión de que comete una falta que mortifica a sus padres y deteriora el clima familiar; c) como fuente de humillación para el concepto de sí mismo y d) como sentimiento de impotencia frente a las tareas educativas, lo cual debilita la confianza en sus propias capacidades.

Por otro lado, somos seres humanos que vivimos en una sociedad, la cual tiene una determinada cultura y participamos de un sistema educativo que intenta capacitarnos para desenvolvernos dentro de esa sociedad aprovechándonos del conocimiento acumulado; en nuestras dificultades como estudiantes seguramente incide una multiplicidad de factores, en los cuales se pueden mezclar cuestiones personales, familiares, sociales y del propio sistema educativo, entre otros. Sin embargo, nuestra zona de influencia tiene sus límites y, tal vez, no podremos hacer mucho por cambiar el sistema educativo, pero donde sí podemos intervenir y producir transformaciones y rectificaciones es con respecto a nosotros mismos.

En concordancia con lo anterior, en el Cuadro 3 se enumeran algunas de las fallas del sistema educativo; no obstante, el capítulo se centra en las deficiencias de orden personal y en las sugerencias que pueden contribuir a superarlas; te invito a reflexionar sobre ellas, pues de seguro te ayudarán en aspectos como usar el lenguaje con precisión, cultivar la tendencia a ver las cosas desde la perspectiva de los demás o a no sacar conclusiones precipitadas.

FALLAS DEL CONTEXTO

Son múltiples y ampliamente conocidas las investigaciones en las cuales se reportan las severas deficiencias del sistema educativo y del hogar; a continuación se analizan algunas de ellas.

CUADRO 3. FALLAS DEL CONTEXTO

1. Memorismo
2. Educadores mal preparados
3. Copismo
4. Deficiencias del hogar

Memorismo

Para bien o para mal, la forma como se evalúe el progreso académico confiere dirección a todo el proceso educativo, pues en éste se pone de manifiesto lo que los profesores consideran importante para la formación de sus estudiantes. La mayoría de los exámenes que se aplican en el sistema educativo no están orientados a evaluar nuestra capacidad para resolver problemas o para pensar; simplemente se limitan a evaluar la memorización de fórmulas, datos, fechas o nombres. Pocas evaluaciones llevan consigo la elaboración personal, la relación de conceptos, la resolución de problemas, la aplicación de la teoría a la práctica, la capacidad de síntesis, de expresión, entre otras.

Asociada a la memorización está que, con frecuencia, los procesos cognitivos ejercitados sean fundamentalmente los de bajo nivel, tales como ejercitación y práctica, asociaciones simples, pensamiento lineal causa-efecto o la aplicación directa de fórmulas. Si, por comodidad y por no hacer un esfuerzo de creatividad e inventiva, aceptamos pasivamente esta situación, nunca llegaremos a desarrollar una conciencia crítica y la capacidad para convertirnos en agentes de cambio social.

Lo anterior no significa que aprender cosas de memoria o la aplicación de fórmulas sea un error; como veremos, se debe mejorar la memoria. Lo que ocurre es que en la actualidad los conocimientos aumentan y cambian con tal celeridad y la complejidad de los problemas a enfrentar es tal que se requiere de no limitarnos a reproducir lo acumulado en la memoria o a resolver los problemas de manera automática. Hay que hacer un esfuerzo para organizar la información recibida, a fin de poder aplicarla en la comprensión de los fenómenos o en la solución de problemas, aprender a establecer relaciones, a criticar y, por qué no, a generar conocimientos.

Educadores mal preparados

Hay educadores inteligentes, creativos, con gran profesionalismo y dispuestos siempre a aprender, pero también los hay con una deficiente capacitación y falta de mística. Algunos se limitan a las clases magistrales y expositivas donde la comunicación ocurre en un sólo sentido, el profesor como emisor y el estudiante como simple receptor. En general, son escasos los debates, los seminarios, los proyectos de investigación, las actividades de exploración y descubrimiento. Hay otros que con su autoritarismo ahogan cualquier

posibilidad de pensamiento crítico y divergente de sus puntos de vista, éstos ven la crítica como una amenaza a su autoridad, no están dispuestos a aprender por cuanto consideran que ya se graduaron y ahora su rol es el de "enseñar". Los hay que no saben expresarse, les falta claridad y organización en sus explicaciones, en este sentido, es frecuente oír de parte de los estudiantes que los profesores "saben su materia pero no saben explicarla". Otros ponen en duda o simplemente descalifican las capacidades de sus estudiantes para salir airoso con las tareas académicas. Otros convierten sus asignaturas en el "coco", el "filtro" y asientan su "éxito" en el mayor número de aplazados posible¹.

Copismo

Uno de los males del sistema educativo es la transcripción de contenidos que no se comprenden. En tal sentido, encontramos que está ampliamente extendida la práctica de enviar largas listas de preguntas como tarea, éstas se responden con fragmentos de información que se sacan textualmente de libros o enciclopedias. Con este tipo de actividades está subyacente la creencia de que "transcribiendo se aprende", lo cual parece un tanto incierto. Como lo que nos interesa formar no son copistas, transcriptoros o secretarios, habrá que minimizar este tipo de tareas a favor de otras donde las habilidades requeridas vayan más allá de la simple ubicación y transcripción de textos, el centro del trabajo debe ser el procesamiento, la crítica, la contrastación de ideas y la producción.

Deficiencias del hogar

Para estudiar con tranquilidad lo ideal es disponer tanto de los recursos materiales mínimos como de una familia unida, armoniosa y bien constituida; sin embargo, esto no es lo que prevalece, pues según múltiples estudios, hay amplios sectores de la población en situación de pobreza, prevalecen las parejas divorciadas y muchos jóvenes se han criado sin su padre². Lo importante es asumir estas deficiencias y situaciones penosas como retos a vencer y no como problemas insuperables. Justamente, uno de los factores que más fortalece la personalidad es el demostrarse a sí mismo la capacidad para enfrentar adversidades.

¹ GARCÍA, L. y HERNÁNDEZ, P. (1993). *La universidad de La Laguna vista por el alumnado*. España: Gobierno de Canarias - Universidad de La Laguna.

² EL NACIONAL, 3/4/98, p. C-1.

PATRONES DE COMPORTAMIENTO

Hay también un conjunto de patrones de comportamiento, tales como los que se muestran en el Cuadro 4, que pueden estar incidiendo desfavorablemente en tu eficiencia como estudiante.

CUADRO 4. PATRONES DE COMPORTAMIENTO

1. Postergar hasta última hora
2. La primera versión como definitiva
3. Externalidad
4. Desorganización
5. Inconstancia
6. Superficialidad

Postergar hasta última hora

Todos nosotros, en algún momento, dejamos quehaceres para después y ello puede ser válido y necesario, el problema se presenta cuando esto se convierte en un patrón de comportamiento que nos impide cumplir con nuestras responsabilidades o avanzar en aspectos importantes de nuestra vida. En este sentido, está bastante arraigada, no sólo entre los estudiantes, sino también entre profesionales y la población en general, la tendencia a esperar hasta el último momento para la elaboración de trabajos y asignaciones. La consecuencia de esta práctica es que frecuentemente se soliciten prórrogas, que el trabajo se haga bajo presión y su calidad no es la que podría tener. Desde el punto de vista emocional, este comportamiento genera estrés y angustia ante el riesgo de no poder hacer la entrega a tiempo o que cualquier imprevisto de última hora no pueda ser subsanado.

Con los exámenes ocurre otro tanto, aun cuando sean notificados con suficiente antelación se espera el último día para estudiar, cuando lo recomendable es ir procesando la materia a medida que se ve, de manera que para el examen baste con un buen repaso

No obstante lo anterior, hay una forma de manejar esta tendencia favorablemente. En efecto, hay quienes afirman que producen más bajo presión y esto encierra una verdad: la presión que supone la proximidad de la fecha límite crea una gran concentración mental,

pero el hacerlo a última hora le resta oportunidades al cerebro. Si tienes la costumbre de hacer los trabajos uno o dos días antes de que venza el plazo, lo recomendable es que empieces inmediatamente que te lo asignen, no para realizarlo de una vez, sino para ponerte al tanto de lo que implica el trabajo, explorar la información de que dispones, definir el núcleo del problema a resolver; buscar información adicional, leer artículos que te suministren antecedentes y que contextualicen el problema, hablar con personas informadas y, finalmente, decirle al cerebro "ahí te dejo eso" y continuar con las actividades habituales. El cerebro seguirá trabajando sobre el tema, como con un "piloto automático" y, cuando menos esperes, comenzarán a aflorar ideas valiosas para resolver las dificultades y para organizar información disgregada. Cuando vuelvas a trabajar conscientemente te aprovecharás de los frutos de este trabajo oculto de la mente.

La primera versión como definitiva

Al elaborar un trabajo es común que el estudiante se conforme con la primera versión del mismo, considerando que ya hizo suficiente esfuerzo para cumplir. Sin embargo, hasta las personas más capacitadas y experimentadas en su área hacen un sinnúmero de versiones y aproximaciones en el itinerario de alcanzar el producto que les satisface. Al lado del gran cuadro Guernica de Pablo Picasso se muestran los múltiples ensayos y estudios que hizo de los principales elementos de la pintura. En nuestro país, Arturo Uslar Pietri ha revelado las numerosas versiones y correcciones que hace de sus obras literarias antes de su publicación.

Importancia de la realización del borrador antes de un texto escrito. La primera versión es evidentemente un logro pero hay que darse la oportunidad de mejorarla, una vía puede ser permitir que se macere lo que produzcamos, algo así como dejar en remojo las ideas. Como se indicó antes, nuestra mente sigue trabajando sin que nos demos cuenta y al retomarlo encontraremos nuevas opciones que seguramente van a mejorarlo. Otra forma es hacer lo que podamos con los recursos disponibles y luego, iniciar la consulta de otras fuentes u otros puntos de vista. Todo este proceso requiere de una buena dosis de autocrítica y poco conformismo, implica un esfuerzo *adicional* que frecuentemente no estamos dispuestos a realizar; sin embargo, una vez que se superen estas resistencias y se compare la nueva versión con la primera se dará cuenta que bien valió la pena el trabajo extra.

Externalidad

Uno de los mecanismos de defensa frecuentemente utilizados para tratar de explicar los malos resultados es atribuir la culpa a los demás, la responsabilidad es de agentes externos, de otros o del azar; así, "el profesor no dió bien las instrucciones", "la tiene agarrada conmigo", "a mí no me avisaron", "tuve mala suerte", son algunas de las expresiones habituales. En el ámbito laboral estas excusas se transforman en otras como "no dispongo de los recursos necesarios", "no tengo el apoyo requerido", "no me dan oportunidades". En realidad, en cualquier esfera de la vida en que uno se desenvuelva hay que enfrentar múltiples dificultades y escollos, ante los cuales, lo que se requiere es de personas que, más que echar la culpa a factores externos, tengan la iniciativa y el optimismo necesarios para enfrentar situaciones que se asumen como retos y como oportunidades para poner a prueba sus capacidades y no como problemas insalvables.

Desorganización

La organización se refiere a la forma de administrar recursos como el tiempo, los materiales de estudio, el dinero o el espacio que tenemos a nuestra disposición. En el plano personal, la desorganización significa no saber dónde se dejaron las cosas, olvidar una reunión o un examen, llegar tarde por no tomar en cuenta posibles imprevistos como tránsito o retrasos en el transporte público, falta de planificación del tiempo e irresponsabilidad. La organización implica, por ejemplo, tomar la decisión de clasificar los materiales en uso, administrar el tiempo y el dinero; en este sentido ayuda llevar una agenda o diario que nos sirva de apunta memoria para las actividades que tenemos pendientes, establecer un horario de estudio, acostumbrarnos a la regularidad en el tiempo para dormir, entre otras medidas.

Inconstancia

Elaborar planes a mediano o largo plazo tiene un enemigo frecuente que es la falta de continuidad, con lo cual se convierten en un engaño a sí mismo; hace falta, por tanto, una buena dosis de constancia y tenacidad. Como señala Michel³ la constancia supone:

A. Tener una idea clara de los objetivos que pautan nuestra vida.

³ MICHEL, G. (1982). *Aprender a aprender*. México: Trillas.

B. Cumplir los planes y programas que nos hemos trazado "cueste lo que cueste": sacrificios, renunciaciones o sufrimientos.

C. Persistir en la actividad hasta lograr resultados concretos, hasta sentir la satisfacción de verla terminada.

Superficialidad

Cuando las cosas se hacen tan sólo por cumplir o por "salir del paso" se cae en la superficialidad; si se hace un trabajo copiando textualmente párrafos de una y otra fuente, pretendiendo con ello engañar a quien lo va a evaluar, si se lee algo sin pensarlo, criticarlo o resumirlo, se estará siendo superficial. Una opción para salir de la superficialidad es el cuestionamiento y la profundización, reflexionando acerca de lo estudiado.

DEFICIENCIAS COGNITIVAS

Además de las fallas del sistema y de los patrones de comportamiento antes analizados, también podemos tener deficiencias específicamente cognitivas que se enumeran en el Cuadro 5, las cuales pueden afectarnos en el desempeño como aprendices.

CUADRO 5. DEFICIENCIAS COGNITIVAS

1. Baja concentración
2. Centración
3. Egocentrismo
4. Monocausalidad
5. Percepción episódica de la realidad
6. Impulsividad
7. Deficiencias verbales

Baja concentración

Una de las explicaciones más frecuentes para las dificultades en el estudio es la "poca concentración". Esta se refiere a la escasa atención con que se llevan a cabo las actividades académicas, a su vez, la *atención* es el grado de alerta e interés que se pone en la realización de una labor. La comprensión de la lectura o la producción de trabajos académicos se ven muy dificultadas si estas actividades no se hacen conscientemente y con un mínimo de concentración,

así podemos caer en divagaciones imaginativas o en la ensoñación de mundos fantásticos donde todo es grato y fácil.

En las clases, la falta de concentración se manifiesta cuando se “está sin estar”, se simula una atención que en realidad no se halla en el aquí y ahora, en lo que se desarrolla, discute y analiza en la clase. Otras veces se “va y viene”, se escucha y atiende de manera entrecortada e intermitente, captando informaciones y datos fragmentados y descontextualizados con los cuales no se podrá elaborar una visión coherente y completa del tema tratado. La baja concentración puede tener una diversidad de causas, entre ellas puede haber desmotivación y desinterés por el estudio, conflictos personales, problemas familiares o distractores en el ambiente, falta de sueño e insuficiente descanso, los cuales pueden provocar una fuerte ansiedad que obliga a redoblar los esfuerzos.

¿Te ocurre algo como lo descrito? ¿A qué lo atribuyes?

En el siguiente cuadro, se te presentan algunas fuentes de distracción acompañadas de alternativas para controlarlas.

CUADRO 6. FUENTES DE DISTRACCIÓN Y SU CONTROL

Distractores	Control de los distractores
<p>Factores externos</p> <p>Televisión, asiento muy confortable, refrigerios, otras personas.</p> <p>Ruidos, música, conversaciones.</p> <p>Factores internos</p> <p>Hambre, somnolencia, modorra, letargo, pesadez, fastidio, aburrimiento, tedio.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ubícate en un sitio donde no hayan o se reduzcan los distractores. • Vete a una biblioteca, o un salón donde puedas estudiar concentrado. • Planifica estudiar cuando estés más alerta. • Analiza las razones que te impulsan a estudiar, habla con profesores, familiares y amigos.
<p>Problemas personales.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica y define el problema y elabora un plan para enfrentarlo. • Habla con alguien que te pueda ayudar: un amigo, un familiar o un especialista.

Centración

La concentración es la tendencia a focalizar la atención en una sola de las dimensiones o características involucradas en la situación; la persona se fija sobre determinado aspecto del problema. La contraparte de la concentración es la *multiplicidad de concentraciones* y se refiere a poder atender simultáneamente a las diversas características relevantes y a usar varias fuentes de información.

Si el individuo necesita referirse a cada fuente de información por separado, ya sea sucesiva o alternativamente, pero no las coordina, el proceso de elaboración será defectuoso porque la relación entre estas fuentes no estará disponible para resolver la tarea. Por ejemplo, en ocasiones adquirimos objetos tomando en cuenta sólo algunos de los factores relevantes, después nos percatamos de la importancia de otros que no consideramos (ver Considerar todos los factores, página 75). Por ejemplo, si a un niño se le da a escoger entre dos helados, uno pequeño pero cremoso y otro mayor, pero menos cremoso, ¿cuál crees que será su escogencia? Seguramente, se centrará en el tamaño y desestimaré la variable calidad por ser menos evidente.

Egocentrismo

El egocentrismo es un estado de indiferenciación en el cual el sujeto no reconoce la multiplicidad de perspectivas; es decir, el sujeto no es capaz de colocarse en el lugar de otra persona y tratar de ver el mundo desde su perspectiva, según el dicho popular: “ponerse en los zapatos del otro”.

Piaget estudió el egocentrismo con la noción de espacio y al efecto construyó una maqueta con tres montañas de diferentes colores y alturas. A éstas se le tomaron cuatro fotos, una desde cada punto cardinal. Las cuatro fotos se le dan al sujeto para que seleccione, en primer lugar, la que corresponde a su perspectiva y luego cada una de las otras perspectivas, diciéndole que elija la que corresponda a lo que vería un niño colocado en esos puntos. Si está construyendo la noción, elige otra al azar, finalmente a los 11 años da la respuesta correcta de elegir la foto correspondiente a la perspectiva que se ve desde cada punto cardinal.

Las modalidades de comunicación egocéntrica se refieren a que el sujeto se expresa creyendo que los demás saben lo que él piensa, por lo cual no siente la necesidad de explicar el contexto al que se está refiriendo a fin de hacerse entender.

Monocausalidad

Muchas veces nos conformamos con una causa cuando realmente hay varias. Un efecto determinado puede haberse producido por una multiplicidad de factores. Cuando decimos "esa es la gota que rebosó el vaso" estamos atribuyendo el efecto a la última gota vertida, ignorando todas las que ya estaban en el recipiente. Así, una fuente de errores cuando se hacen inferencias es el prejuicio de que los fenómenos tienen sólo una causa, aún cuando se reconozca que un fenómeno puede estar determinado por múltiples causas, en la práctica se actúa como si hubiese sólo una. Por ejemplo, en la explicación de la conducta de nuestros semejantes es frecuente pensar que se trata de una inclinación de la persona que tiende a comportarse de manera estable en distintas situaciones, se omite así el papel de los factores contextuales en la determinación de la conducta. Esto es igualmente aplicable a la comprensión de fenómenos históricos y de la conducta de personajes de relevancia.

Percepción episódica de la realidad

La percepción es el proceso mediante el cual las personas organizan e interpretan la información recibida a través de los sentidos, con el fin de darles significado a los diferentes elementos de su ambiente. Un episodio es un hecho aislado, una parte o un caso. Por ejemplo, una acción parcial dentro de la trama de una obra literaria. Cuando la persona percibe la realidad de manera episódica, aborda cada objeto o evento en forma aislada, como acontecimientos únicos e inconexos, sin vinculaciones con experiencias previas o anticipadas en el espacio o en el tiempo; es decir, están unidos íntimamente al "aquí y ahora" concretos. Mediante la comparación el sujeto es capaz de ir más allá de la experiencia perceptual inmediata y puede hacer deducciones lógicas que lo conducen al pensamiento abstracto e hipotético.

Superar la percepción episódica implica organizar, ordenar y comparar eventos insertándolos en un contexto más amplio y significativo, con lo cual se llega a comprender la red de relaciones e interacciones de la situación. Nuestra tendencia natural es a pensar en compartimentos separados. La educación formal mantiene esa propensión al organizarse en forma de disciplinas que dividen la realidad. Sin embargo, para explorar soluciones novedosas a los problemas se requiere de comprender la forma como diferentes partes o factores de la realidad se conectan entre sí. Por ejemplo, un buen detective debe establecer relaciones entre eventos aparen-

temente desvinculados y hacer uso del razonamiento deductivo para arribar a la explicación que arma el rompecabezas, que despeja el enigma. Igualmente, un médico analiza la historia del paciente y los síntomas que éste presenta para llegar a un posible diagnóstico.

Impulsividad

La impulsividad es la tendencia a reaccionar sin pensar, a asumir inmediatamente lo obvio, lo que nos parece evidente; cuando, en realidad, eso puede ser aparente. Por ejemplo, a veces les decimos a otras personas cosas de las cuales después nos arrepentimos; por ello, conviene pensar antes lo que vamos a decir, para no quedarnos pensando lo que dijimos.

Ciertamente, hay tareas rutinarias y situaciones de emergencia donde lo correcto es actuar con rapidez; sin embargo, en la solución de problemas de cierta complejidad y en la toma de decisiones de importancia en nuestra vida, normalmente se dispone de tiempo para actuar y los mejores resultados se obtienen cuando se procede de una manera sistemática o planificada en la búsqueda de soluciones; esto es, considerando y evaluando posibles cursos de acción sin, de hecho, comprometerse con ninguno.

Feuerstein⁴ divide el funcionamiento cognitivo en tres fases que son: *entrada*, *elaboración* y *salida*. Las deficiencias que afectan la *fase de entrada* incluyen las relacionadas con la cantidad y calidad de los datos o información que el sujeto reúne, cuando intenta resolver o incluso cuando tan sólo aprecia la naturaleza de un problema dado. Las deficiencias de la fase de *elaboración* comprenden aquellos factores que impiden al individuo hacer uso eficiente de los datos a los que tiene acceso. Las deficiencias que afectan la fase de *salida* aluden a los factores que conducen a una comunicación inadecuada de los resultados de los procesos de elaboración. A continuación se presentan dos deficiencias cognitivas, la impulsividad y las deficiencias verbales a través de estas tres fases.

En el proceso de recepción de información, los individuos a menudo tienen un comportamiento exploratorio impulsivo, asistemático y no planificado. Cuando están frente a indicaciones que deben ser examinadas con mucho cuidado, el enfoque del sujeto es tan

⁴ FEUERSTEIN, R.; RAND, Y.; HOFFMAN, M. B. and MILLER, R. (1980). *Instrumental Enrichment*. Baltimore: University Park Press.

desorganizado que es incapaz de seleccionar aquellos atributos específicos que los hacen relevantes para una solución conveniente. En consecuencia, su reconocimiento y apreciación de los objetivos son altamente inexactos debido a su incapacidad para usar estrategias apropiadas, como resultado del comportamiento exploratorio, fragmentario y asistemático.

En la fase de elaboración, planificar significa fijar metas que están distantes, tanto espacial como temporalmente, del "aquí y ahora"; consiste en adelantarse a una situación, a través del proceso de pensamiento, para establecer cómo se realizará la acción. También involucra una disociación entre las metas a alcanzar y los medios necesarios para alcanzarlas. A su vez, los medios disponibles hay que traducirlos en los pasos necesarios para lograr las metas. Estos pasos deben ser proyectados con cierto grado de detalle, ordenados en su secuencia temporal, juzgados a su conveniencia, en función de la inversión, factibilidad, economía y otras variables que pueden ser críticas para el individuo.

La impulsividad también puede estar presente en la fase de salida, en este caso es común encontrar respuestas incompletas, erróneas, absurdas y a menudo inesperadas, aun en individuos con un buen desempeño intelectual; cuando estos responden en forma probabilística, casual, por "ensayo y error". Se da una respuesta automática y mecánica.

En definitiva, al plantearles un problema a estudiantes impulsivos, es frecuente que digan "yo sé", sin antes haber captado claramente las instrucciones, sin haber reunido toda la información necesaria y, sobre todo, sin haber pasado por los procesos de elaboración, indispensables para solucionar el problema.

Deficiencias verbales

En diversas investigaciones se han revelado las insuficiencias del estudiantado en el manejo del lenguaje. El uso de muletillas o repetición de una palabra muchas veces o las dificultades para expresar lo que piensan al no encontrar las palabras adecuadas, son manifestaciones de dificultades verbales en la fase expresiva. En los capítulos 7 y 8 se abordan en detalle los problemas de la comprensión y expresión verbal.

FACTORES AFECTIVOS Y MOTIVACIONALES

Nuestra cultura tiende a privilegiar lo racional sobre lo emocional. Como se analizó en el primer capítulo, prevalece la competencia que se expresa en la valoración del poder, la conquista y el control. Sin embargo, hay factores afectivos y motivacionales que constituyen la energía de nuestras acciones, mantienen la perseverancia, la excitación y la vibración en lo que hacemos. En este sentido, el deseo de saber, la necesidad de logro y autosuperación, la involucración personal en un campo de estudio determinado son factores que inciden en el aprendizaje por cuanto condicionan el estado de alerta, la atención, el nivel de esfuerzo, la persistencia y la concentración con que la persona asume las diferentes actividades.

Reflexiona y respóndete estas preguntas:

1. ¿Qué factores afectivos crees que pueden estar afectándote?
2. ¿Cómo te sientes contigo mismo?
3. ¿Tienes verdadero interés por estudiar y formarte?

En el Cuadro 7 se indican los factores afectivos y motivacionales que se desarrollan a continuación.

CUADRO 7. FACTORES AFECTIVOS Y MOTIVACIONALES

1. Bloqueos en el razonamiento
2. Motivación
3. Autoestima
4. Ansiedad

Bloqueos en el razonamiento

Este primer factor es una expresión de la vinculación de lo cognitivo con lo afectivo. Cuando intentamos resolver un problema que nos resulta difícil es frecuente que, después de persistir, nuestros intentos se empiecen a cruzar con mensajes negativos acerca de nuestras capacidades, nos comparamos con otros más rápidos o más hábiles, con todo lo cual es muy probable que nos enfrentemos a un bloqueo en el razonamiento. Este es un proceso en el cual nuestro pensamiento se ve afectado por circunstancias afectivas y nos invaden sentimientos de incapacidad y baja autoestima hasta el punto de impedirnos pensar con claridad, se nos nubla el pensamiento y emociones como el dolor, la rabia y hasta una sensación de impotencia y frustración se apoderan de nosotros.

En definitiva, se produce una confusión tal que nos desorienta en la búsqueda de soluciones. Ante este estado de paralización, ¿qué hacer? Lo primero es esperar que se pase el bloqueo. Aunque lo ideal es contar con alguien a quien podamos expresarle nuestros sentimientos y que nos suministre apoyo para lograr la relajación, la restitución de la confianza en las propias capacidades y el sentido de competencia para enfrentar con éxito los retos.

Motivación

Piensa por un momento:

¿Qué cosas haces por el placer de hacerlas y cuáles realizas por lo que vas a obtener al realizarlas?

No es lo mismo *tener* que hacer algo que *querer* hacer ese algo. El concepto de motivación se deriva del vocablo movere que significa moverse, ponerse en movimiento o estar listo para actuar. La motivación es la fuerza interior que nos impulsa al logro de un objetivo; es el incentivo que nos conduce a una acción. Es la intensidad con que las personas se comprometen con una actividad. Nuestro comportamiento generalmente tiene diversas motivaciones, así, un estudiante puede realizar una asignación porque:

- Desea ser reconocido por sus compañeros como el mejor.

- Sus padres le ofrecieron un premio.
- Le interesa el tema y despertó su curiosidad.

La primera y la segunda de estas motivaciones son de carácter extrínseco. En cambio, la tercera es intrínseca. La distinción se hace en función de si se trata de una motivación centrada en la meta o centrada en la tarea. La *motivación extrínseca* es la que proviene del exterior, cuando hacemos algo con la finalidad de alcanzar algún beneficio que escasamente o nada tiene que ver con la actividad que realizamos. Esencialmente, lo que hacemos sirve de medio para alcanzar un fin. Es el caso del estudiante que se esfuerza para obtener la máxima calificación, del artista que hace una obra para ganar el premio de un concurso o de quien trabaja duro con el afán de ganar mucho dinero.

Por el contrario, la *motivación intrínseca* proviene del interior. Estamos intrínsecamente motivados cuando hacemos algo porque disfrutamos haciéndolo, por la satisfacción personal que nos da o porque la actividad es significativa en sí misma, sin que lo determinante sean las recompensas externas que podamos obtener. Hay personas que escriben novelas, pintan cuadros o inventan objetos sin pensar en que sus producciones vayan a ser publicadas, expuestas o utilizadas. Lo hacen por el placer de hacerlo, por el disfrute de la actividad misma, por la expresión de sí mismos, el desafío personal, la satisfacción interior que les produce o el disfrute de compartir lo creado.

Lo anterior marca la diferencia entre un *trabajo* y un *hobby*. La Biblia dice: "ganarás el pan con el sudor de tu frente", el trabajo está generalmente asociado a esfuerzo y sacrificio que lo hacemos porque con ello obtenemos otros beneficios, generalmente dinero. Dicen que el dinero mueve al mundo, sin embargo, no todo se obtiene con dinero, también son motivadores extrínsecos el poder o la fama; es decir, el reconocimiento de otras personas o una recompensa o gratificación intangible. Por el contrario, el hobby es una actividad que se realiza por diversión, no por obligación.

Amigo lector, ¿sabes qué es lo ideal? encontrar un trabajo que sea, a la vez, nuestro hobby, nuestro pasatiempo; es decir, que nos paguen por hacer lo que nos gusta y que lo haríamos igualmente aunque no nos pagaran por ello. No obstante, por diversas circunstancias, como anónimas presiones y exigencias de la vida social, nos vemos frecuentemente obligados a dedicar toda nuestra capacidad

de trabajo a realizar labores que son sólo un medio para ganar un salario con el cual mantenernos.

Con lo anterior no se quiere significar que la motivación extrínseca sea negativa, en realidad, funciona y es la que nos mueve a hacer la mayoría de lo que hacemos. Lo que se pretende destacar es la importancia de la motivación intrínseca por el componente de satisfacción y autonomía personal que contiene. En la práctica cotidiana, ¿cuántos alumnos estudian por sacar una buena nota y no por aprender o saciar la curiosidad?, ¿cuántos otros se portan bien por evitar el castigo, y no porque hayan interiorizado la autonomía, el respeto a sí mismos y a los demás como norma de vida?

El trabajo académico requiere una fuerte dosis de motivación pues, cuando hay interés, el trabajo se vuelve más participativo, efectivo y entusiasta, con mejor disposición para vencer los obstáculos. La motivación intrínseca produce un efecto dinamizador en la actividad de la persona, de manera que se constituye en uno de los elementos fundamentales de la actividad creativa, genera el disfrute emocional durante la actividad intelectual aún sin haber arribado a la solución final del problema.

Autoestima

La autoestima se refiere al concepto que tenemos de nosotros mismos y, aunque a primera vista no parezca, tiene un papel importante en nuestro desempeño académico. Es probable que en nuestra infancia hayamos tenido algún familiar o maestro que nos inculcó mensajes lesivos acerca de nuestras capacidades. Por ejemplo, "eres bruto para...", "no vas a ser capaz de..." y otros por el estilo. Estos mensajes, al provenir de adultos significativos, fueron aceptados como verdaderos y, seguramente, cargamos con ellos como un lastre que nos resta impulso para desarrollarnos, al punto que somos nosotros mismos quienes nos los repetimos ante situaciones difíciles. Liberarnos de este tipo de mensajes autoinvalidatorios no es tarea fácil, pero tampoco imposible.

Por otra parte, en el plano de las relaciones interpersonales, las buenas relaciones se basan en la valoración que la otra persona haga de lo que tenemos para ofrecerle. Frecuentemente, nuestra autoestima se ve socavada cuando nos relacionamos con alguien que no aprecia lo que tenemos para dar. Sin embargo, todos tenemos cualidades y defectos, el secreto está en valorar los primeros y to-

lerar los últimos. Somos afortunados cuando encontramos seres humanos que aprecian nuestras características propias y nos apoyan en el proceso de llegar a ser lo que queremos.

Estrés o ansiedad

El estrés es una presión interna que se produce en el organismo por factores externos, los cuales tienden a alterar el equilibrio biológico y psicológico. El estrés se produce cuando empezamos a llenarnos de demandas y exigencias que sentimos no podremos satisfacerlas todas, conduciendo a sensaciones desagradables e incómodas. A pesar de que el estrés se considera generalmente negativo, existe otra faceta y puede vérselo también como positivo. El *estrés negativo* se caracteriza por un perpetuo estado de tensión, ansiedad, insomnio y una sensación de cansancio persistente. Este tipo de estrés genera, en lo biológico, tendencia a la hipertensión arterial y a las enfermedades del corazón, así como debilitamiento del sistema inmunológico. En lo psicológico, produce desajustes como dificultades para la concentración, pérdida de la atención y disminución de la memoria.

El *estrés positivo*, por el contrario, puede contribuir al disfrute de una condición general de salud y hasta con la longevidad de las personas, éste se produce cuando el sujeto se dedica a labores enriquecedoras desde el punto de vista espiritual, a trabajos que le producen placer y le hacen sentirse realizado, a actividades que están en sintonía con sus intereses más trascendentales y en los cuales puede demostrar su creatividad, buscando la cooperación más que la competencia, de este modo, el trabajo pierde su connotación de castigo para convertirse en una fuente de disfrute y realización personal mediante el logro de metas. Es una tensión que se convierte en una especie de tónico para la salud.

En el Cuadro 8 que encontrarás a continuación se presenta la lista de las deficiencias analizadas en este capítulo.

CUADRO 8. POSIBLES DEFICIENCIAS

Selecciona, en la escala de 0 a 5, tu apreciación acerca de la presencia de cada deficiencia en tu desempeño como aprendiz. El 0 corresponde a la ausencia de esa falla y el 5 a una marcada presencia.

Deficiencias		0	1	2	3	4	5
Fallas del sistema	1. Memorismo						
	2. Educadores mal preparados						
	3. Copismo						
	4. Deficiencias del hogar						
Patrones de comportamiento	1. Postergar hasta última hora						
	2. La primera versión como definitiva						
	3. Externalidad						
	4. Desorganización						
	5. Inconstancia						
	6. Superficialidad						
Deficiencias cognitivas	1. Falta de concentración						
	2. Centración						
	3. Egocentrismo						
	4. Monocausalidad						
	5. Percepción episódica de la realidad						
	6. Impulsividad						
	7. Deficiencias verbales						
Factores afectivos y motivacionales	1. Bloqueos en el razonamiento						
	2. Baja Motivación						
	3. Baja Autoestima						
	4. Ansiedad						

En este capítulo hemos analizado diversas deficiencias; sin embargo, es seguro que también dispones de un conjunto de capacidades, fortalezas y logros que es justo reconocer y utilizar para solventar las fallas; en consecuencia, elabora una lista con lo que consideras son tus puntos fuertes. En los siguientes capítulos se

suministran orientaciones para potenciar tus capacidades en resolver problemas, tomar decisiones, crear, comprender mejor lo que lees y expresar por escrito tus ideas.

Elabora una composición con tus reflexiones sobre los factores que están afectando tu desempeño académico y la manera como crees que podrás hacerles frente.

Reflexiona: ¿De qué manera puedes apoyarte en tus capacidades y recursos (responsabilidad, honestidad, compañerismo, etc.) para superar las deficiencias?

Reflexiona y responde:

- 1. Realiza un resumen de lo que aprecies como primordial en este capítulo.*
- 2. ¿Qué cambios adviertes en tu forma de ver los factores que te limitan en el avance hacia tus metas?*
- 3. ¿De qué manera crees que puedes aplicar lo aprendido?*
- 4. Establece relaciones entre tus respuestas a las preguntas con las cuales se inició este capítulo y lo que piensas ahora, después de la lectura.*