

VOCES EXPERTAS

Elena Duro

Habilidades Esenciales relevantes para los aprendizajes

Notas sobre la Mentalidad de Crecimiento



Habilidades Esenciales relevantes para los aprendizajes

Notas sobre la Mentalidad de Crecimiento

Por Elena Duro, Especialista en Educación

Educadores e investigadores nos planteamos como incidir a través de nuestra práctica en los mejores aprendizajes para los estudiantes. Hoy sabemos que potenciar en los estudiantes la apropiación de experiencias de aprendizajes requerirá incluir en las prácticas de enseñanza cotidiana la enseñanza un conjunto de habilidades esenciales. Esta denominación engloba al conjunto de habilidades necesarias involucradas en procesos de aprendizaje profundo, sin entrar en el debate común de catalogar algunas por sobre otras como netamente socioemocionales o netamente cognitivas, como si fuera posible distinguir entre unas y otras en contextos situados sin considerar que son de mutua afectación.

Algunas de estas habilidades esenciales están contempladas en las llamadas funciones ejecutivas o funcionamiento ejecutivo, constructo que se refiere a la capacidad de autorregularse, frenar, pensar y elegir como actuar (Diamond 2012); incluye las habilidades para generar, evaluar y ajustar objetivos complejos, novedosos, que implican la necesidad de hacer algo diferente a lo que se hace habitualmente. La memoria de trabajo, el control inhibitorio, la flexibilidad, la fluidez verbal, la planificación, la atención, la regulación emocional, la toma de decisiones, creatividad y la mentalidad de crecimiento son algunas de estas habilidades esenciales, que se solapan y entrecruzan en el proceso de aprendizaje. Hoy, a diferencia de décadas pasadas, existe evidencia y recursos pedagógicos para educar integralmente a los estudiantes, considerando tanto su dimensión cognitiva como socio emocional. El avance del conocimiento abrió el camino para fortalecer la práctica de enseñanza de manera de incorporar estrategias que promueven y fortalezcan ciertas habilidades en los estudiantes que son cruciales para potenciar su desarrollo y aprendizajes a lo largo no solo de sus trayectorias educativas sino de su vida, a niveles personales, laborales y o académicos. Para muchos educadores, este tipo de habilidades y los ejercicios que de estas se desprenden, pueden integrar parte de su repertorio de recursos pedagógicos, quizás lo nuevo radique en la relevancia de incorporarlos con propósito y ser conscientes que solo con la frecuencia de la reiteración los estudiantes se apropiaran de la habilidad propuesta.

Uno de los aspectos diferenciadores en la adquisición de ciertas habilidades, es la necesidad de la práctica reiterada, de la sistematización de la experiencia para que se constituya en forma gradual en un hábito adquirido consolidado en cada uno de los estudiantes.

Por ejemplo, la reiteración y práctica sistemática de ejercicios que promuevan atención, generará recursos y luego el hábito para focalizar la atención en los estudiantes; exponerlos a ejercicios que promuevan de mentalidad de crecimiento posibilitará que adquieran mayor flexibilidad cognitiva.

En estos párrafos comentaremos acerca de una de estas habilidades: la mentalidad de crecimiento. ¿Cuántas veces escuchamos a nuestros estudiantes decir “las matemáticas no son para mí” o “el inglés no es lo mío”? Por el contrario, también notamos estudiantes e incluso docentes que señalan a otros como “los capaces del curso” o afirman cuestiones como “el nació con talento para la programación”. Este tipo de creencias, inflexibles respecto del aprendizaje propio y ajeno, condicionan las posibilidades de crecer, tanto del que cree que no tiene ninguna chance como de aquel que tiene el futuro asegurado. La mentalidad de crecimiento (término acuñado por la investigadora de Stanford, Carol Dweck, 2006) es la creencia de que el esfuerzo, la educación y la práctica tienen efectos en los logros de las personas. Por el contrario, una mentalidad fija supone que uno nace con un set de inteligencia y talentos dados que no pueden ser modificados. Hay algunos aspectos que nos ayudan a identificar el tipo de mentalidad. Por ejemplo, en cuanto a las metas propuestas: una persona con mentalidad fija tiende a elegir desafíos que puede resolver con facilidad, mientras que una con mentalidad de crecimiento muestra mayor flexibilidad cognitiva y se propone metas que la desafían, aumentando el nivel de dificultad progresivamente. Además, estos últimos suelen realizar un diagnóstico más objetivo sobre las causas que les impiden alcanzar determinados propósitos. Las personas con mentalidad fija tenderán a abandonar rápidamente tareas desafiantes y a evitar a toda costa cualquier tipo de retroalimentación; suelen “echar la culpa” de sus fracasos a cuestiones subjetivas inmodificables (consideran que no tienen determinada habilidad) o a cuestiones externas.

Quienes tienen mentalidad de crecimiento están más dispuestos a tomar riesgos, enfrentarse a los desafíos, reconocer fortalezas y debilidades y ajustar estrategias para alcanzar lo que se proponen, incluyendo pedir ayuda y retroalimentación a personas con mayor nivel de expertise en la tarea. Por ello, aunque no es lineal el vínculo, la mentalidad de crecimiento suele aparecer asociada al concepto de tenacidad, que –según la psicóloga Ángela Duckworth– es la combinación de pasión y perseverancia para lograr metas a largo plazo, que implica esfuerzo e interés sostenido a pesar de los traspiés, fracasos o errores a los que uno se enfrente en el camino.

A veces, una persona aplica mentalidad de crecimiento para algún aspecto de su vida, pero en otros tiende a tener una mentalidad fija. Dado que ambas mentalidades pueden convivir en nosotros, podemos cultivar recursos internos que nos ayudan a desarrollar una mentalidad de crecimiento en aquellas áreas en las que aún creemos que nuestras habilidades o talentos no son modificables.

El cambio sustantivo que propone el enfoque de mentalidad de crecimiento es el énfasis en el aprendizaje por sobre el énfasis en el resultado; se da lugar a los desafíos, se está abierto a la retroalimentación y se da lo mejor de uno a pesar de los obstáculos (Elliot & Dweck, 1988).

Existe evidencia de que es posible enseñar a modificar la mentalidad a partir de las prácticas de enseñanza y en los espacios de tutorías con los estudiantes. En grupos en donde se enseña sobre la flexibilidad cognitiva, los resultados del esfuerzo o los mitos de los talentos naturales, no sólo tienden a modificar creencias sobre sí mismos, sino también a mejorar sus logros y su motivación, comparado con grupos control (Blackwell et. al, 2007). Muchos estudios señalan que quienes tienden a interpretar el fracaso como algo inherente a ellos tienen más probabilidades de sentirse inadecuados y abandonar lo que emprenden, así como evitar la búsqueda de apoyo y retroalimentación por parte de compañeros o docentes. Además, suelen sufrir más de ansiedad y depresión.

La evidencia académica muestra que la mentalidad de crecimiento y la tenacidad son las habilidades que mejor predicen el éxito futuro de una persona (medido en términos de bienestar y trayectoria laboral y académica).

La escuela con sus docentes ofrecen una oportunidad única para trabajar con los estudiantes en su cosmovisión, cómo se ven a sí mismos y a los demás. Adoptar una mentalidad de crecimiento a temprana edad puede hacer que los estudiantes aprovechen más cada oportunidad, se paren diferente a los desafíos y perciban los fracasos de un modo útil.

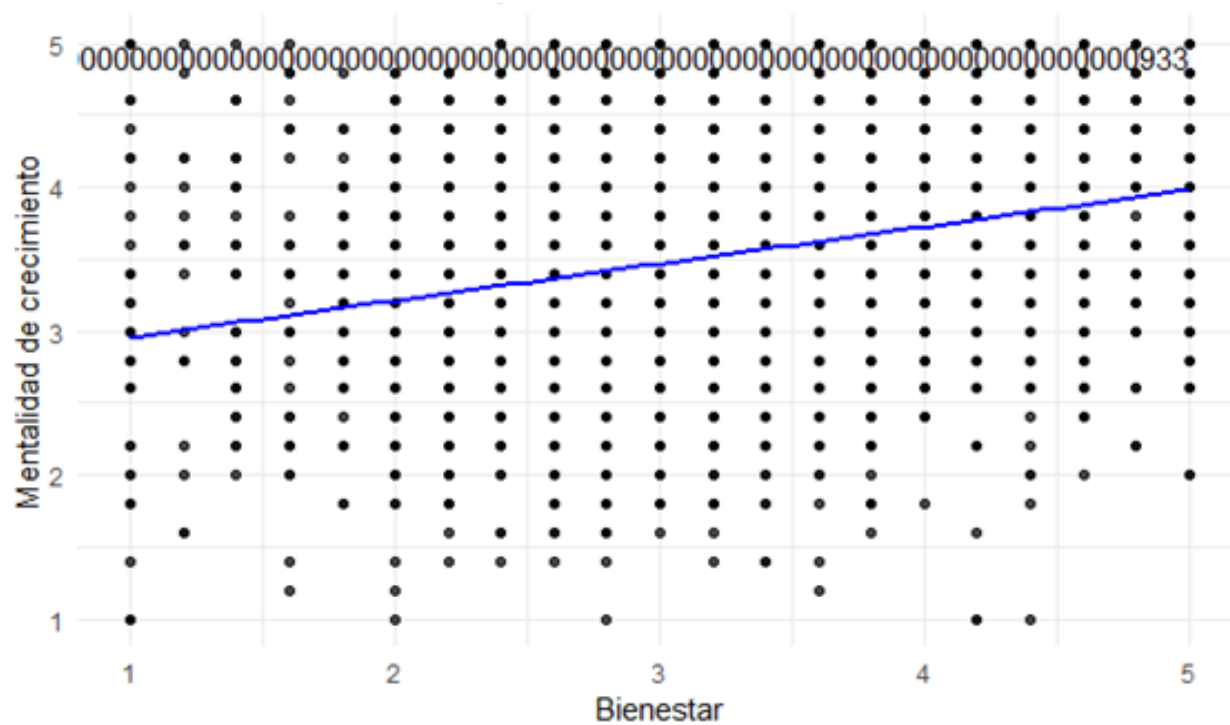
A continuación veremos algunos hallazgos obtenidos a través de un estudio¹ realizado este año en una muestra representativa de 4000 estudiantes de tercer año en escuelas de la Ciudad de Buenos Aires. La investigación se propuso generar conocimiento en torno a las funciones ejecutivas, la atención y sus factores asociados en contexto situado. Dentro del conjunto de habilidades esenciales medidas, se incluyó la mentalidad de crecimiento. Veamos a continuación esta habilidad asociada a factores socioemocionales y a factores de índole áulico/ institucional.

Factores psico-emocionales asociados a mentalidad de crecimiento:

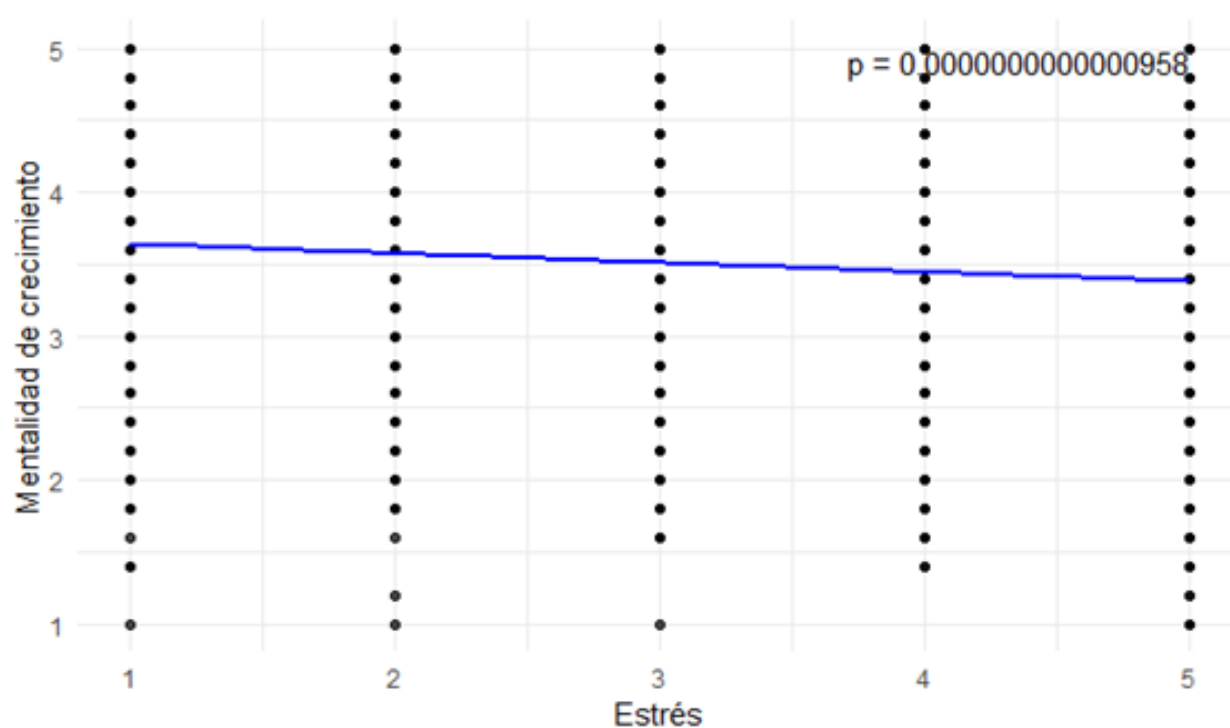
- **Bienestar:** se asoció positivamente con la mentalidad de crecimiento. A mayor bienestar, mayor mentalidad de crecimiento del estudiante.
- **Estrés:** se asoció negativamente con la mentalidad de crecimiento. A mayor estrés, menor mentalidad de crecimiento.
- **Regulación del estrés:** se asoció positivamente con la mentalidad de crecimiento. A mayor regulación, mayor mentalidad de crecimiento del estudiante.
- **Funciones Ejecutivas:** se asoció positivamente con la mentalidad de crecimiento. A mayores funciones ejecutivas, mejor mentalidad de crecimiento del estudiante.
- **Procrastinación del sueño:** se asoció negativamente con la mentalidad de crecimiento. A mayor procrastinación, menor mentalidad de crecimiento.

¹ Duro, E. Llobenes, L y otros con el apoyo de la UEICCE Estudio Atención, Funciones Ejecutivas y Factores asociados en estudiantes de tercer año en procesamiento.

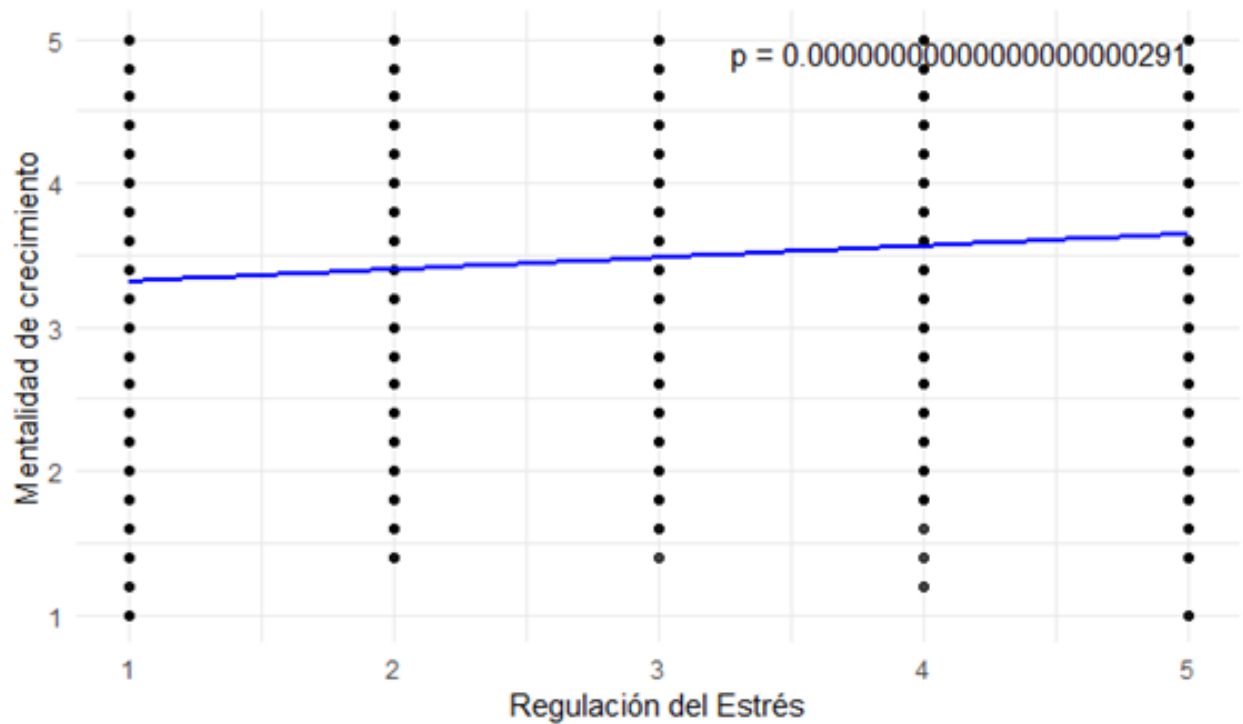
Relación entre Bienestar y Mentalidad de crecimiento



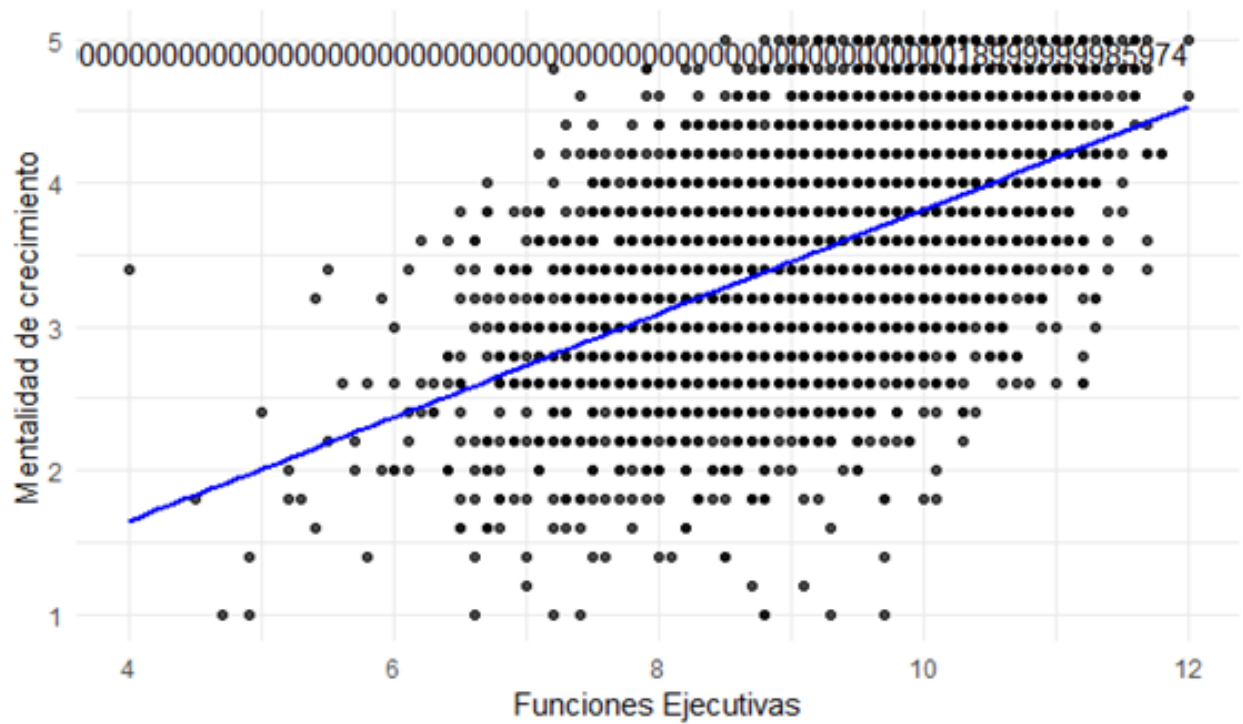
Relación entre Estrés y Mentalidad de crecimiento



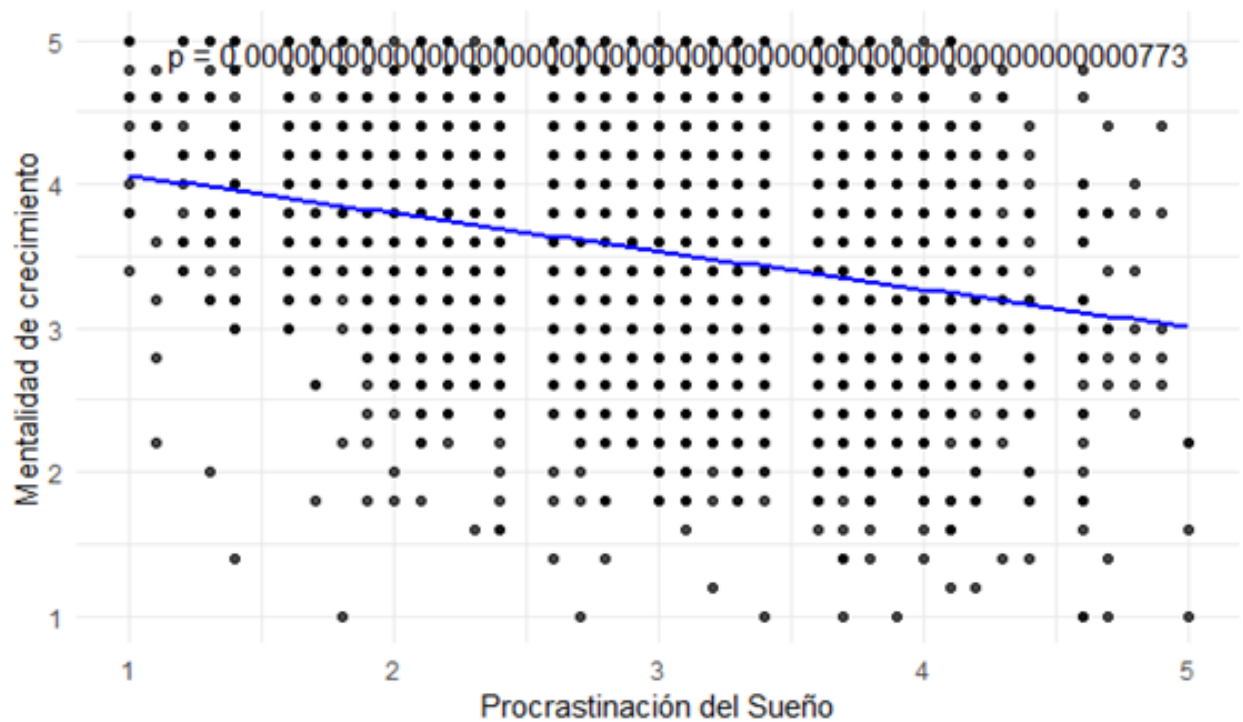
Relación entre Regulación del Estrés y Mentalidad de crecimiento



Relación entre Mentalidad de crecimiento y Funciones Ejecutivas



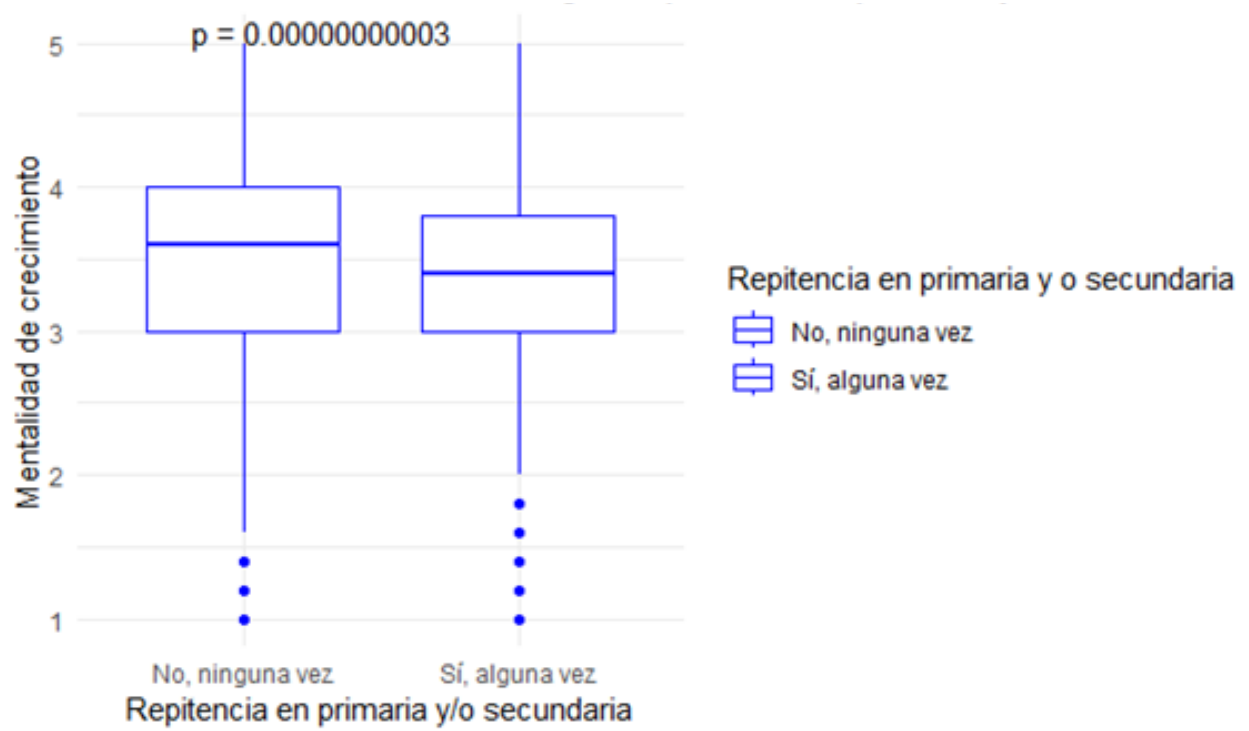
Relación entre procrastinación del Sueño y Mentalidad de crecimiento



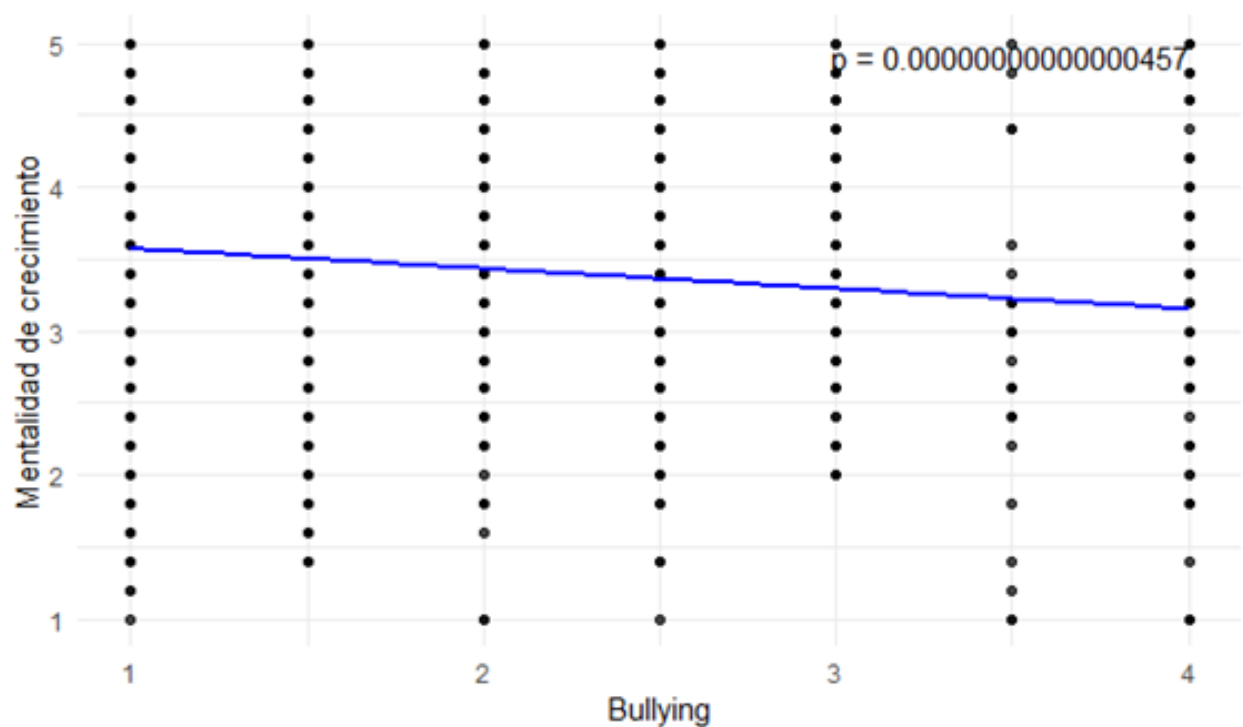
Factores escolares/institucionales asociados con mentalidad de crecimiento:

- Repitencia: mostró asociación estadísticamente significativa. Los estudiantes que repitieron al menos una vez en primaria y/o secundaria registran menor mentalidad de crecimiento que aquellos que no repitieron.
- Clima escolar, bullying: se asoció negativamente con la mentalidad de crecimiento. Esto significa que a mayor bullying, menor mentalidad de crecimiento de los estudiantes.
- Clima escolar, pertenencia con la escuela: se asoció positivamente con la mentalidad de crecimiento. A mayor pertenencia con la escuela, mayor mentalidad de crecimiento del estudiante.

Mentalidad de crecimiento según repetencia en primaria y/o secundaria



Relación entre Bullying y Mentalidad de crecimiento



Referencias

- Blackwell, L., Trześniewski, K & C. Dweck. (2007). Implicit theories of intelligence predict achievement across an adolescent transition: a longitudinal study and an intervention. *Children Development*, 78 (1), pp. 246-263.
- Diamond, A.(2012) Excecutive Functions Annual Review of Psychology 64(1) University of British Columbia
- Dweck, C. (2006). *Mindset*. Random House.
- Duckworth, A. (2016). *Grit. The power of passion and perseverance*. Scribner.
- Elliot, E. S. y Dweck, C. S. (1988). Goals: An approach to motivation and achievement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 5-12.

