



Microseminario: Autoevaluación de la motivación y las emociones en procesos de aprendizaje utilizando rúbricas

Karl Steffens, Universidad de Colonia, Alemania

En el día de ayer, hable sobre la autorregulación y las competencias. Mi idea es que en procesos de aprendizaje el proceso de la autorregulación se lleva a cabo en dos niveles. En la meta nivel, la autoregulación se refiere a la selección de las competencias adecuadas. En el nivel básica uno tiene que ejecutar las competencias elegidas. Entonces, en este nivel, la autorregulación se refiere a la selección de recursos adecuados para ser capaz de ejecutar las competencias elegidas.

Las competencias que nos van a interesar en este microseminario son las competencias emocionales y motivacionales. Existe una relación estrecha entre las emociones y la motivación. Cuando percibimos algo que provoca en nosotros una emoción positiva (como alegría), ésta emoción nos motiva a acercarnos a la situación. Cuando la situación provoca una emoción negativa (como ansiedad) tratamos de refugiarnos de la situación. La capacidad de autorregular sus emociones es la inteligencia emocional o la competencia emocional. Éstos dos términos son utilizados con la misma connotación.

Uno de los primeros libros sobre el tema de la competencia emocional fue publicado por **Daniel Goleman** (Emotional intelligence, 1995). Lo que quería decir es que en la vida necesitamos más que la inteligencia académica. Como explican **Pablo Fernández Berrocal** y **Natalia Ramos** Díaz (profesores de la Universidad de Málaga): “La inteligencia emocional influye de forma decisiva en la adaptación social y psicológica de los estudiantes, en su bienestar emocional, e incluso en sus logros académicos y su futuro laboral. Por ejemplo, los estudiantes con poca inteligencia emocional tienen una autoestima más baja, mayor sintomatología depresiva y ansiosa e índices mayores de consumo de droga” (2009, p. 24).

La competencia emocional

Según **Goleman** (1995), la competencia emocional tiene cinco componentes

1. Knowing one's emotions (conocer sus emociones)
2. Managing emotions (manejar sus emociones)
3. Motivating oneself (motivar a su mismo)
4. Recognising emotions in others (conocer las emociones de los demás)
5. Handling relationships (manejar relaciones interpersonales).

Lo que nos interesa en el segunda parte del microseminario es el primer componente. Los estudiantes ¿conocen sus emociones, conocen sus reacciones emocionales en situaciones de aprendizaje?



La competencia emocional y el estrés

Como se puede ver en la figura del día uno de nuestro microseminario, cuando un estudiante percibe las demandas de la situación como muy altas y sus propios recursos como muy bajos, experimentará ansiedad y estrés. Del punto de vista de la neurociencia, la ansiedad es la emoción que acompaña al estrés.

La competencia motivacional

Podemos definir la competencia motivacional como capacidad de conocer sus estados motivacionales y regularlos cuando es necesario.

En general, un estudiante está más motivado a aprender cuando considera sus recursos como suficientes. Éste le da el sentimiento que puede controlar la situación (por creencias personales con respecto al control, mira al texto de día uno de nuestro microseminario).

Tres teorías de la motivación

Heckhausen (1980) construyó un modelo de la motivación por el aprendizaje que asume que el estudiante antes de comenzar a aprender puede tener dos expectativas: una expectativa situación-resultado, otra expectativa acción-resultado. Con la expectativa situación-resultado espera que la situación determinará el resultado, con la expectativa acción-resultado espera que sus propias acciones determinarán el resultado del aprendizaje. La tercera expectativa en su modelo es la expectativa resultado-consecuencias. Entonces, según éste modelo, un estudiante estará motivado para aprender cuando tiene una expectativa acción-resultado y también piensa que el resultado tendrá consecuencias agradables.

Otra teoría interesante para nosotros es la teoría de la motivación para el logro (**Atkinson**, 1966). Atkinson asume que en una situación del aprendizaje, el estudiante puede tener dos tendencias: una tendencia a aproximarse al logro y otra tendencia para evitar el fracaso. Éstos dos tendencias se basan en tres factores: la tendencia a aproximarse al logro se basa en la motivación para el logro (motivación general como una característica personal), la probabilidad subjetiva del éxito y el valor de incentivo del éxito. La tendencia para evitar el fracaso está relacionada a la motivación para evitar el fracaso (característica personal), la probabilidad subjetiva del fracaso y el valor de incentivo del fracaso.

La tercera teoría de la motivación que quiero introducir es la teoría de la atribución del logro (**Weiner**, 1985). Básicamente, la teoría describe cómo las personas explican a sus mismos éxitos y sus fracasos. En términos de la teoría, atribuyen sus éxitos y fracasos a determinadas causas como indicado en la figura 2.



	interno	externo
estable	habilidad, competencia	dificultad de la tarea
variable	esfuerzo	suerte

Firuga 2: causas del éxito / fracaso

Parece que las personas desarrollan estilos atributivos diferentes. Con el estilo optimista atribuyen sus éxitos a causas propias y sus fracasos a causas externas. Con el estilo pesimista es al revés, atribuyen sus éxitos a causas externas y sus fracasos a causas propias. Claro que un estilo pesimista reduce la motivación y también tiene consecuencias que van en detrimento para el autoconcepto.

Las competencias y la autorregulación del aprendizaje

Como expliqué en el texto del primer día, Zimmerman presentó tres fases del ciclo de autorregulación: (1) Previsión de la acción (forethought), (2) control volitivo de la acción (performance or volitional control) y (3) autorreflexión (self-reflection).

Desde mi punto de vista, todos los conceptos que mencioné hasta ahora tienen un rol muy importante en la primera fase. En ésta fase se decide si el estudiante comenzará con el aprendizaje porque piensa que tiene recursos suficientes y adecuados con respecto a las exigencias de la tarea o no.

En la segunda fase, el estudiante está aprendiendo pero debería controlar sus actividades. Normalmente, el estudiante enfoca su atención a la tarea. Solo cuando se ve confrontado con dificultades tiene que autorregular sus actividades y sus reacciones emocionales y motivacionales. En la tercer fase, el estudiante evalúa los resultados de su trabajo. En ésta fase, procesos de la atribución del éxito y de fracaso pueden ser importantes.

Tarea del día 2 del microseminario

Mañana (día 3) quiero construir con vosotros erubricas para la autoevaluación de las emociones y la motivación. Entonces necesitamos evidencias. Las evidencias son pensamientos que un estudiante puede tener con respecto a sus emociones y su motivación. Por ejemplo:

“Cuando tengo que prepararme por un examen, me entra pánico”

“Cuando leo un texto de un libro académico, siempre pienso que no soy muy inteligente.”

“Cuando me preparo por mis clases, me siento bien porque sé que podré manejar aún situaciones difíciles”.

Entonces ¿me podrías dar unas evidencias que describen como un estudiante podría percibir sus emociones y su motivación en situaciones del aprendizaje? La teorías que presenté podrían ser muy útiles.



Referencias

- Atkinson, J.W. & Feather, N.T. (1966). A theory of achievement motivation. New York: Wiley.
- Fernandez Berrocal, P. & Ramos Díaz, N. (2009). Desarrolla tu inteligencia emocional. Barcelona: Kairós.
- Goleman, D. (1995). Emotional intelligence. New York: Bantam Books.
- Heckhausen, H. und Rheinberg, F. (1980). Lernmotivation im Unterricht, erneut betrachtet. Unterrichtswissenschaft, 8, 7-47.
- Weiner, B. (1985). An attributional theory of achievement motivation and emotion. Psychological Review, 92, 548-573.