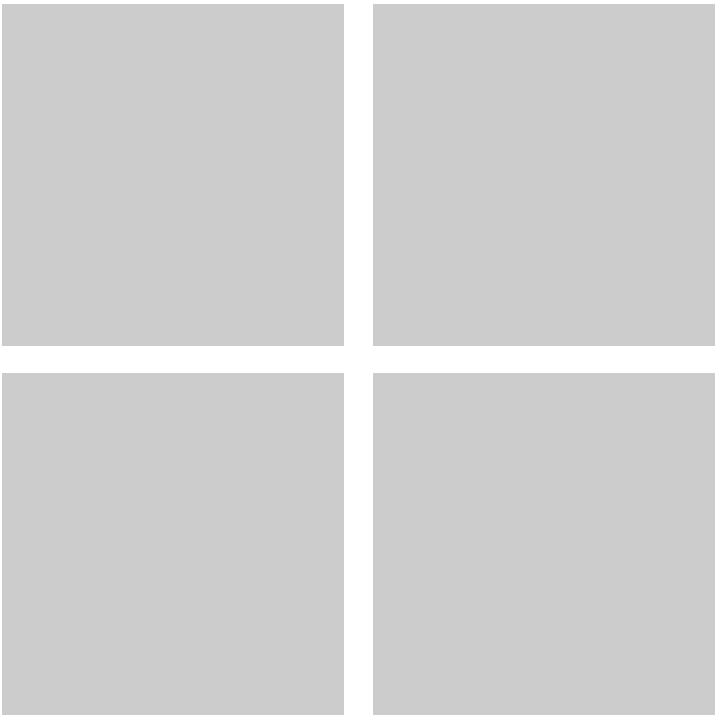


LA MOTIVACIÓN

TÉCNICAS DE APRENDIZAJE AUTÓNOMO

AUTOR: Luis Martín Trujillo Flórez & Carolina Cabra

Acceso rápido



Este material pertenece al Politécnico Grancolombiano y a la Red Ilumno. Por ende, son de uso exclusivo de las Instituciones adscritas a la Red Ilumno. Prohibida su reproducción total o parcial.

ÍNDICE

2. LA MOTIVACIÓN.
 - 2.1 Definición de motivación
 - 2.2 La motivación en la academia
3. Categorías de la motivación
 - 3.1 Metas e intenciones
 - 3.2 En la competencia percibida
 - 3.3 Las reacciones afectivo emocionales
4. Ejemplificación de la temática
5. AUTONOMÍA Y AUTODISCIPLINA
6. Definición de Autonomía
7. Autonomía y autodisciplina necesarias para el proceso de aprendizaje.
 - 7.1 Autonomía de la voluntad.
 - 7.2 Autonomía de la libertad.
 - 7.3 Autonomía de la autoestima
8. Ejemplificación de la temática
9. Lista de Referencias
10. Bibliografía
11. Remisión a fuentes complementarias

INTRODUCCIÓN

Apreciados estudiantes, en la presente cartilla encontrarán dos de los principales temas a trabajar en el módulo de Técnicas de Aprendizaje Autónomo (TAA): la motivación y la autonomía, elementos por los cuales las personas nos reconocemos como realidades autodinámicas en continua búsqueda de nuevas experiencias. La motivación trata, por lo tanto, de los determinantes que hacen que el sujeto se comporte de una manera específica, teniendo en sí mismo el principio de su propio movimiento, sus propias experiencias y realidades. Por otro lado, al centrarnos en cómo hacernos conscientes de la necesidad y la utilidad de tener autonomía a la hora de afrontar nuestro proceso de aprendizaje comenzaremos también con un aprendizaje de nosotros mismos. Por lo tanto, vamos a desarrollar algunas lecturas y dinámicas encaminadas a conocernos mejor, lo cual es el punto de partida de nuestra conversión en seres autónomos.

En el caso específico de la educación, la motivación es el interés que tiene el estudiante por su propio aprendizaje o por las actividades que le conducen a él; este interés se puede adquirir, mantener o aumentar en función de elementos intrínsecos y extrínsecos. La autonomía implica, entonces, la posibilidad de que lo que nos mueve motivacionalmente se lleve a cabo desde nuestro convencimiento y autorregulación.

Deseamos que con este ejercicio pedagógico podamos contribuir en sus procesos de formación y en las dinámicas propias de la cotidianidad de su vida.

RECOMENDACIONES ACADÉMICAS

Respetados estudiantes, el equipo de tutores les damos la bienvenida al módulo de TAA. En el aula cada grupo contará con un tutor que estará disponible para responder a sus dudas e inquietudes.

Es importante que se conecten en los espacios de chat virtual, el cual es un ejercicio pedagógico útil para poder profundizar y ahondar en las dificultades, dudas o inquietudes que surgen en la marcha del proceso. El material se trabaja de forma coordinada; es decir, muchos temas vistos en las cartillas se profundizan y amplían en los contenidos didácticos o en las teleconferencias. De igual manera, se desarrollarán ejercicios y talleres pues algunas competencias solo se logran con la práctica.

Recuerden que la cartilla funciona como el centro del proceso, por lo cual usted debe leerla y tomar apuntes. Asimismo, hay una serie de lecturas y ejercicios para poner en práctica lo visto en las cartillas. De igual manera, existen una serie de objetos de aprendizaje que nos ayudarán a comprender los temas, la idea es que usted los navegue, interactúe y aprenda con ellos. Al final de cada unidad hay actividades de repaso para que profundice y apropie los temas.

Este módulo es un crecimiento y mejoramiento personal que nos va a permitir ser estudiantes autónomos más efectivos; por consiguiente, la principal recomendación para iniciar este proceso es su compromiso y, por eso, en esta unidad nos centraremos en la motivación, la autonomía y los hábitos de estudio, lo cual solo se logra adquiriendo un compromiso muy fuerte con nosotros mismos. Por lo tanto, eso es lo que necesitamos: su compromiso y entrega, pues sin ellos no lograremos un verdadero cambio.

DESARROLLO DE CADA UNA DE LAS UNIDADES TEMÁTICAS

2. LA MOTIVACIÓN

En el siguiente texto vamos a encontrar cómo funciona la motivación, sus dimensiones y sus categorías. La finalidad principal de este documento es que cada uno encuentre, desde muy adentro, cuál es ese motor que lo impulsa y qué lo lleva cada vez más lejos; el mismo motor que le impide detenerse y le susurra que cada día falta un peldaño por subir.

La motivación es la fuerza que nos mueve a realizar actividades. Estamos motivados cuando tenemos la voluntad de hacer algo y, además, somos capaces de perseverar en el esfuerzo que ese algo requiere durante el tiempo necesario para conseguir el objetivo que nos hayamos propuesto. Si nos trasladamos al contexto educativo y consideramos el carácter intencional de la conducta humana, parece bastante evidente que las actitudes, percepciones, expectativas y representaciones que tenemos de sí mismos, de la tarea a realizar y de las metas que pretendemos alcanzar, como estudiantes, constituyen factores de primer orden que guían y dirigen la conducta de estos.

Pero para realizar un estudio completo e integrador de la motivación, no solo debemos tener en cuenta estas variables personales e internas, sino también aquellas otras externas, procedentes del contexto en el que se desenvuelven los estudiantes, que los influyen y con las que interactúan.

De nada sirve un texto, o cualquier cosa, que nos hable de motivación si no encontramos la forma para motivarnos a nosotros mismos. Primero debemos encontrar nuestros impulsos, nuestros gustos. A partir de allí, vamos a emplear una metodología de aprendizajes significativos para luego desarrollar una serie de actividades destinadas a encontrar nuestros fines u objetivos y, por qué no, la forma como nos proyectamos en un futuro. Todo con el fin de vernos no como simples profesionales, sino como verdaderos artistas de lo que hacemos.

2.1 Definición de motivación

La motivación constituye una de las claves explicativas de la conducta humana. Se refiere al *porqué* del comportamiento (del latín, *motus*: movimiento; *motivación*: lo que mueve). Dicho de otra forma, la motivación es lo que originariamente determina que una persona inicie una acción (activación), se desplace hacia un objetivo (dirección) y persista en sus tentativas para alcanzarlo (persistencia). La motivación es un *constructo hipotético* (Ball, 1988), una inferencia que hacemos a partir de las manifestaciones de la conducta, en la que están comprometidos valores sociales que afectan a la persona y a su modelo de sociedad. De igual manera, depende directamente del tipo de individuo y de su formación. La motivación “es uno de los factores, junto con la inteligencia y el aprendizaje previo, que determinan si los estudiantes lograrán los resultados académicos apetecidos” (Beltrán, 1988, p.206). Ver figura 1.

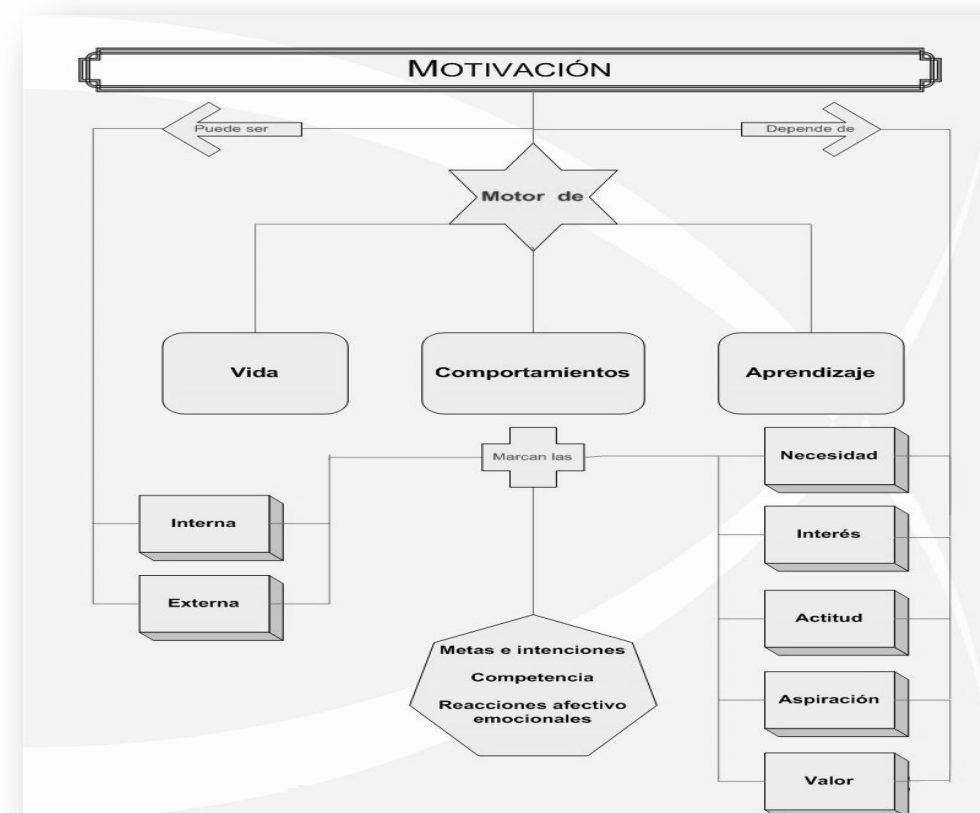


Figura 1. Componentes de la motivación

Descripción: factores y componentes de la motivación.

Fuente: (elaboración propia).

2.2 La motivación en la academia

(Basado en: Rinaudo, M., De la Barrera, M. y Donolo, D. (2006). Motivación para el aprendizaje en estudiantes universitarios. Revista Electrónica de Motivación y Emoción R.E.M.E. 9(22)).

Nos encontramos en una época en la que se requiere de una actualización profesional permanente como consecuencia de la velocidad que ha adquirido la producción de conocimientos y de la posibilidad de acceder a un enorme volumen de información. El estudiante debe saber cómo indagar, utilizar y manipular esa información para comenzar a construir con ella. El nuevo aprendizaje depende de los intereses, gustos, cuestionamientos y dudas del estudiante, pues solo él es quien aprehende lo que está en su medio. Es necesario que los estudiantes sean los hacedores del futuro y los protagonistas de los cambios, por lo cual es esencial una preparación en lo que se ha llamado *aprender a aprender*.

Para aprender a aprender debemos cambiar nuestra forma de pensar, ya que no es el docente quien le imparte el conocimiento al estudiante, sino son los dos -de manera mancomunada- quienes hacen el proceso de aprendizaje. El primero orienta, mientras que el segundo busca y encuentra su camino. Es decir, el estudiante depende casi totalmente de su motivación para avanzar en su aprendizaje. ¿Quién otro sino el educando para disfrutar del conocimiento? Él debe sentir que aprender es lo mejor que le ha podido suceder en la vida; porque una persona que no disfruta lo que hace se convierte en esclavo de sus obligaciones.

La motivación no es observable, es un *constructo hipotético* (Ball, 1988) que hacemos a partir de las manifestaciones de la conducta, sin que exista una explicación unánime para tal fenómeno, ya que en ello están comprometidos valores sociales que afectan a la persona y a su modelo de sociedad. De igual manera, esas manifestaciones dependen directamente del tipo de individuo y de su formación.

Hoy se le concede al estudiante un papel activo en la elaboración de sus conocimientos y si en la vida cotidiana un individuo aprende reinterpretando los significados de la cultura, mediante continuos y complejos procesos de negociación, también en la vida académica, el estudiante deberá aprender reinterpretando y reconstruyendo, y no solo asimilando la cultura “empaquetada” en las disciplinas académicas, mediante procesos de intercambio y negociación (Valverde Berrocoso, 1995).

La motivación tiene tres dimensiones esenciales: activadora, directiva y persistente. Una persona motivada hacia algo debe encontrar un interés que active tal motivación; así mismo debe proponerse una meta precisa o un objetivo (ver figura 2), pues si no se tiene claro qué se quiere alcanzar, es posible que se desfallezca rápidamente. Y por último, quien no lucha por algo es porque realmente no le motiva.

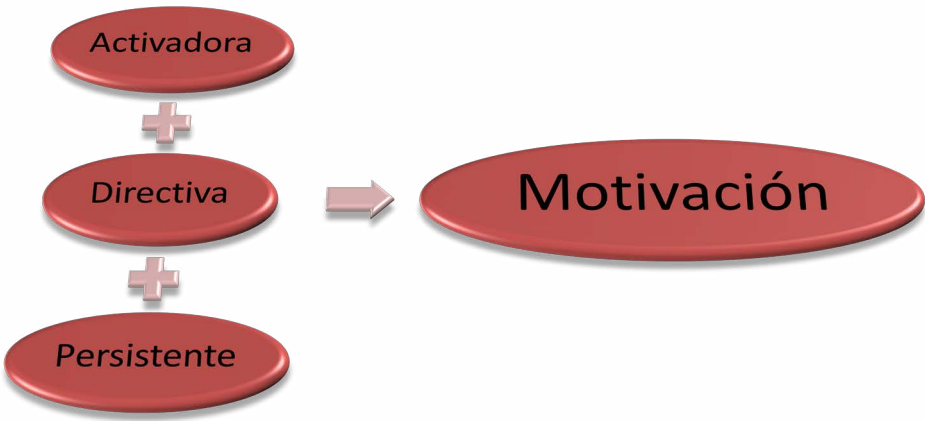


Figura 2. Dimensiones de la motivación
Fuente: (elaboración propia).

La motivación mantiene amplias relaciones con otros conceptos igualmente comprometidos con la dirección y la intensidad de la conducta. Ellos son *el interés, la necesidad, el valor, la actitud y la aspiración*. Mientras que el *interés* hace referencia a la atención selectiva, la *necesidad* implica falta o carencia de algo que puede ser suministrado por una determinada actividad. Más complejo resulta el concepto de *valor*, que implica una orientación a la meta o metas centrales en la vida de un sujeto. ¿Cuánto aprecio?, ¿Cuánto estoy dispuesto a arriesgar para alcanzarlo?, ¿Hasta dónde puedo llegar o cuándo quiero detenerme? En la *actitud* se distinguen tres componentes: el *cognitivo* (ideas o creencias acerca de algo o alguien), el *emocional* (sentimientos de agrado o desagrado) y el *conductual* (conducta relacionada con el objeto de la actitud). Por último, la *aspiración* se refiere a la expectativa de alcanzar un nivel determinado de un logro.

¿Qué papel juega la motivación en estos terrenos?

Todos. Es el punto de partida y debe mantenerse activa en todo el proceso de aprendizaje. A veces se inicia con mucho ánimo; no obstante, se desfallece y el proceso resulta inútil, como si no se hubiese hecho nada. Un estudiante motivado logrará rendimientos satisfactorios, lo cual redundará en desempeños profesionales de calidad y en construcción de saberes de excelencia.

3. CATEGORÍAS DE LA MOTIVACIÓN

La motivación le permitirá al estudiante asumir progresivamente sus responsabilidades y le ayudará a relacionarse consigo mismo metacognitivamente para lograr aprendizajes cada vez más significativos. La metacognición es un término referido al aprendizaje que es controlado por el propio individuo y que tiene tres dimensiones: el conocimiento acerca de nosotros mismos como seres cognoscentes (sujeto), el conocimiento acerca de la tarea que enfrentamos (tarea) y el conocimiento acerca de las estrategias que utilizamos para el logro de dicha tarea (estrategias). Algunos expertos afirman que hay tres categorías importantes para el estudio de la motivación (ver figura3): las metas e intenciones con la que uno se implica en la realización de una tarea; la competencia percibida y las reacciones afectivo-emocionales que se producen.



Figura 3. Categorías de la Motivación

Fuente: (elaboración propia).

3.1 Las metas e intenciones guían la conducta académica de los estudiantes y marcan, en gran medida, el tipo de recursos cognitivos que ponen en marcha a la hora de enfrentarse a los diversos aprendizajes como, por ejemplo, el tipo de estrategias a utilizar que les permite lograr un aprendizaje significativo. Existen dos tipos de metas, las de aprendizaje y las de rendimiento; en las primeras lo importante es el conocimiento, mientras que en las segundas lo importante es el resultado.

Los estudiantes orientados hacia *metas de aprendizaje* tienen la intención de obtener conocimientos y de desarrollar su competencia; están convencidos de que el esfuerzo es la base del éxito o del fracaso y conciben la inteligencia como un aspecto variable, modificable o transformable. Para ellos los problemas difíciles no se constituyen en obstáculos, se convierten en un reto o desafío a enfrentar, pensando siempre en el error de manera constructiva e implicándose más “en estrategias de procesamiento profundo de la información” (Dweck y Leggett, 1988; Blumenfeld y Hoyle, 1988; Nolen, 1988, citado en Valle Arias *et al.*, 1997; Pintrich y De Groot, 1990).

Los estudiantes orientados hacia metas de rendimiento se preocupan fundamentalmente por demostrar su capacidad, creyendo que esta es la causa del éxito y del fracaso. Conciben a la inteligencia como un aspecto fijo y estable y solo pueden considerar los problemas difíciles como un posible fracaso, implicándose frecuentemente en “el uso de estrategias de bajo nivel de complejidad” (Dweck y Leggett, 1988; Meece, Blumenfeld y Hoyle, 1988; Nolen, 1988; Pintrich y García, 1991, citado en Valle Arias *et al.* 1997; Pintrich y De Groot, 1990). Estos se caracterizan por tomar pocos riesgos durante sus estudios, prefiriendo obtener valoraciones positivas sobre tareas fáciles, que recibir una valoración negativa ante una tarea más desafiante y significativa, puesto que para ellos lo importante es ir a lo seguro.

Cabe la posibilidad, como señalan algunos autores (Pintrich, Smith, García, y McKeachie, 1991) de la existencia de metas múltiples, orientadas al mismo tiempo hacia metas de aprendizaje y hacia metas de rendimiento. Además, podría darse una variación en la opción de uno u otro tipo de metas, en función de la tarea que se le solicite al estudiante, de su situación o contexto particular.

Si bien las actitudes, intereses, expectativas y las representaciones mentales del aprendiz son elementos importantes en el tipo de metas elegidas, otras cuestiones pueden influir en la predisposición a adoptar uno u otro tipo de metas. La percepción de los criterios de evaluación por parte de los estudiantes, el tipo de materia, el estilo de enseñanza y las características de la tarea influyen en la utilización de estrategias de aprendizaje.

3.2 En la competencia percibida, dos aspectos son importantes y motivadores para el estudiante: que los objetivos de aprendizaje sean claros y la utilidad que tendrá en vida tal aprendizaje. El estudiante debe saber qué se pretende, cuál es el objetivo o propósito de la realización de tareas académicas y sentir que ello cubre alguna necesidad (de saber, de realizar, de informarse, de profundizar, de relacionar, de integrar, etc.). Sucede que si un no conoce el

propósito de una tarea, y no puede relacionar dicho propósito con la comprensión de lo que la tarea implica para sus necesidades, muy difícilmente va a poder llevar a cabo lo que supone un estudio en profundidad. Al no poder relacionar la tarea con las finalidades, el estudiante tenderá a adoptar un enfoque más de tipo superficial.

Es relevante para el educando que el aprendizaje sea significativo; es decir, saber qué va aprender y para qué. Si no hay una utilidad o una necesidad concreta o aplicable en la vida real de sus conocimientos es difícil que le encuentre una motivación al aprendizaje, a menos que este sea algo de su total interés, que le guste sin necesidad de la academia. En los procesos de enseñanza-aprendizaje, desarrollar habilidades y estrategias conlleva esfuerzo y tiempo. Solo de esta manera se logra un aprendizaje significativo y funcional por parte de los estudiantes.

3.3 Las reacciones afectivo emocionales están sujetas a la valoración personal y subjetiva que el estudiante hace de sí mismo; son las que pueden determinar el éxito o fracaso en sus estudios. Las distintas interpretaciones y valoraciones que realiza una persona de sus resultados académicos influyen sobre su motivación, que también depende de la relación que tenga con su entorno, de las relaciones interpersonales y de los espacios adecuados de aprendizaje. Aunque las reacciones afectivas son internas, pueden presentarse circunstancias externas que varíen la percepción del estudiante hacia un aprendizaje.

Pensando en una carrera universitaria, hay materias específicas para la formación profesional y otras para la formación personal. Cada cual decide el tipo de dedicación que le otorga a dichas materias y cómo se implica en pos de lograr los mejores resultados. Es cierto que un estudiante motivado no siempre obtiene las más altas calificaciones, pero estar motivado le favorece para adquirir un mayor compromiso con el trabajo diario y para alcanzar la constancia y el adecuado ritmo de estudio. Por otro lado, para obtener buenos rendimientos no basta con disponer de altas capacidades intelectuales, también es necesario el interés y el esfuerzo. Hay personas que quizás no tienen la capacidad suficiente para llevar a cabo ciertos estudios pero por su interés, dedicación y esfuerzo consiguen capacitarse de manera satisfactoria. Para resumir, no basta ser capaz, se hace necesario creer que se puede y, además, estar dispuesto a realizar ciertos sacrificios para tal fin.

4. EJEMPLIFICACIÓN DE LA TEMÁTICA

CARTA A GARCIA

Esta es una de las páginas modernas más populares y difundidas en el mundo. Fue escrita por un norteamericano el día 22 de Febrero de 1899, aniversario del natalicio de George Washington, primer presidente de los EE.UU.

Las estadísticas cuentan hasta hoy más de 44 millones de ejemplares impresos y difundidos de la carta a García.

Esta carta narra la actuación de un hombre llamado Rowan, cuyo aporte resultó decisivo en el logro de la independencia de Cuba. Rowan entregó una carta del Gobierno norteamericano al jefe de los patriotas cubanos General Calixto García con instrucciones para lograr la coordinación entre ambas fuerzas.

Lo resaltante de esta acción es que Rowan recibió la orden de entregar el mensaje a costa de cualquier sacrificio y este se dispuso a cumplirla sin preguntar ¿Dónde está García?, ¿Por dónde debo ir?, ¿Será fácil?, ¿No traerá peligro?, ¿Por qué yo y no otro...?

Este mensaje es una de las enseñanzas que busca despertar el interés, la iniciativa y la perseverancia en la ejecución de las tareas que cada uno debe cumplir.

El General García ya murió, pero existen en el mundo muchos Garcías que necesitan de nuestro esfuerzo y optimismo para actuar.

El éxito se logra cuando nos dedicamos con diligencia, entusiasmo y esmero a cumplir nuestros deberes, con corazones sinceros para agradar a Dios y no cuando hacemos el trabajo solo porque nos están viendo y por lo que puedan opinar el resto de las personas.

A continuación, una historia que nos puede ilustrar sobre este tema. Si reflexionamos un poco sobre ella, y aplicamos la enseñanza, podremos realmente mejorar nuestro desenvolvimiento en todo lo que nos ocupa debajo del cielo...

Mejor es ser diligentes

Un hombre trabajaba en una empresa desde hacía años. Siempre fue muy serio, dedicado y cumplidor de sus obligaciones. Llegaba puntual y estaba contento porque nunca había sido amonestado.

Cierta día fue a la oficina del gerente para hacerle una observación: -Señor, trabajo en la empresa con bastante esmero, usted nunca me ha encontrado perdiendo el tiempo, pero siento que he sido postergado. Mire, el joven que ingresó a un puesto igual al mío hace solo 6 meses y

ya ha sido promovido a supervisor. Yo puedo hacer lo mismo que él y mejor aún, pues llevo más tiempo aquí.

-¡Uhmm! -mostrando preocupación, le dice el gerente:

-Mientras resolvemos esto, quisiera pedirte que me ayudes a solucionar un problema. Quiero dar fruta al personal para la sobremesa del almuerzo de hoy. En la bodega de la esquina venden fruta. Por favor, averigua si tienen naranjas.

El hombre se esmeró en cumplir con el encargo y en 5 minutos estaba de vuelta.

-Bueno, dime, ¿qué averiguaste?

-Señor, tienen naranjas para la venta.

-¿Y cuánto cuestan?

-¡Ah!.... No pregunté por eso.

-OK, ¿pero viste si tenían suficientes naranjas para todo el personal?

-Tampoco pregunté por eso señor.

-¿Hay alguna fruta que pueda sustituir las naranjas?

-No sé señor, pero creo...

-Bueno, siéntate un momento.

El gerente tomó el teléfono y mandó llamar al joven supervisor. Cuando se presentó, le dio las mismas instrucciones y en 10 minutos estaba de vuelta.

Cuando regresó le preguntó:

-Bien, ¿qué noticias me tienes?

-Señor, tienen naranjas, las suficientes para atender a todo el personal, y si prefiere también tienen manzanas, kiwis, melón y uvas. La naranja está a 1,5 pesos el kilo, el kiwi a 2,2, las uvas a 0,9 el kilo, la manzana y el melón a 2,8 pesos el kilo. Me dicen que si la compra es por cantidad, nos darán un descuento del 8%. He dejado separadas las naranjas pero si usted escoge otra fruta debo regresar para confirmar el pedido.

-Muchas gracias hijo, pero espera un momento... Se dirigió entonces al hombre, que aún seguía esperando estupefacto y le dijo:

¿Qué me decía usted?

-Nada señor, eso es todo, muchísimas gracias, con su permiso...

En realidad, así es la vida. Siempre llena de posibilidades, de retos, de oportunidades para poder mostrar nuestros verdaderos potenciales y de qué somos capaces. Nunca estará demás cuidar los detalles, hacerlo todo con amor, como si fuera para nosotros mismos.

Al final, es nuestra vida y, a cada momento, en cada tarea que nos proponen tenemos la oportunidad de ser los mejores. No para avergonzar a los demás, sino para dar un buen ejemplo, para enseñar. ¡El mundo necesita hombres y mujeres diligentes!

5. AUTONOMÍA Y AUTODISCIPLINA

6. DEFINICIÓN DE AUTONOMÍA.

La autonomía es una potestad del individuo para regirse mediante normas y órganos de gobierno propios. No obstante, el individuo debe mantener una relación adecuada con el mundo y regirse por normas externas que condicionan sus relaciones con el medio; esto se conoce como heteronomía. Entonces, para que un individuo sea autónomo debe ser a la vez heterónimo.

Un reto difícil en el humano es cambiar su forma de pensar. Para ser autónomos debemos abrir nuestro pensamiento a nuevas dimensiones, saber que ya no requerimos de un vigilante de nuestro aprendizaje porque dicho vigilante soy yo mismo. La libertad no es hacer lo que a mí me plazca, es saber que puedo hacer lo que me interesa; que necesito de una disciplina de trabajo no impuesta por los demás, sino que nace de mis necesidades y del manejo que haga de mi tiempo. Por último, saber que, para que cada uno de los parámetros anteriores se vuelva cierto, debo ser consecuente entre mi pensamiento y mi acción. De nada sirve establecer compromisos que no voy a cumplir, o proponerme algo que no soy capaz de hacer, o imponerme una disciplina de trabajo que no voy a poner en práctica.

Por eso el primer llamado es a ¡cambiar mi forma de pensar!

7. AUTONOMÍA Y AUTODISCIPLINA NECESARIAS PARA EL PROCESO DE APRENDIZAJE.

Para hablar de la autonomía tenemos que hablar del individuo, del sujeto. E. Morin, plantea que el sujeto es un ser biológico, que corresponde a la lógica misma del ser vivo. Así mismo, se refiere al concepto de autonomía afirmando que un individuo, para ser autónomo, depende del mundo externo. No solo es necesaria una dependencia de interrelaciones, sino una dependencia informativa y organizativa con respecto al mundo exterior; es por esto que habla de auto-eco-organización. Es decir, todo ser vivo, depende de su medio ambiente, ya sea biológico, social o cultural. Toda vida humana autónoma es un tejido de dependencias increíbles (rindo cuenta de mis actos a los demás mientras los demás me rinden cuenta de sus actos a mí, lo que significa que mi ejercicio de libertad es válido mientras no vulnere al otro). Por tal razón, el reto de la autonomía no está en hacer seres individualistas y solitarios; por el contrario, una verdadera autonomía deberá tener un carácter dialógico, haciendo hincapié en la integración solidaria de la persona con su comunidad. La persona autónoma tiene en cuenta al otro y por ende desarrolla una autonomía moral. Podemos decir que todos somos autónomos, en la medida que todos y cada uno de nosotros necesitamos del otro para “ser”.

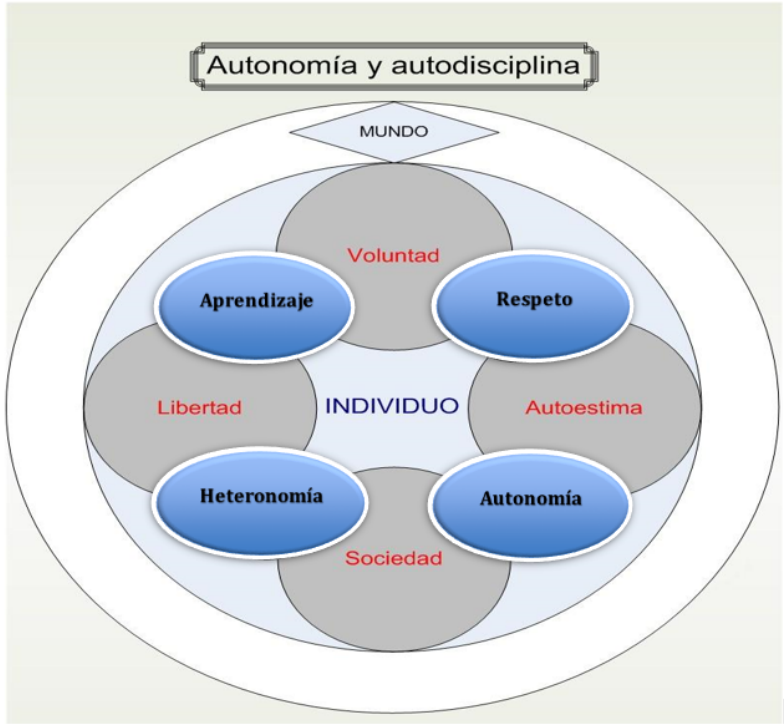


Figura 4. Elementos de la Autonomía y la relación con la autodisciplina

Fuente: (elaboración propia).

La autonomía se compone de tres elementos: la voluntad, la libertad y la autoestima.

7.1 Autonomía de la voluntad

La autonomía de la voluntad se convierte en una tarea de la persona que quiere serlo en el sentido auténtico. Implica asumir la propia responsabilidad en el pensamiento y la acción; por consiguiente, exige una coherencia entre lo que se piensa y lo que se hace. Es el principio de un proceso de autonomía que se amplía constantemente (Brugger, 1995). El principio de esta es “elegir siempre de tal modo que la misma volición abarque las máximas de nuestra elección como ley universal” (Ferrater Mora, 2001). Cuando la voluntad no es autónoma, no se da a sí misma ninguna ley.

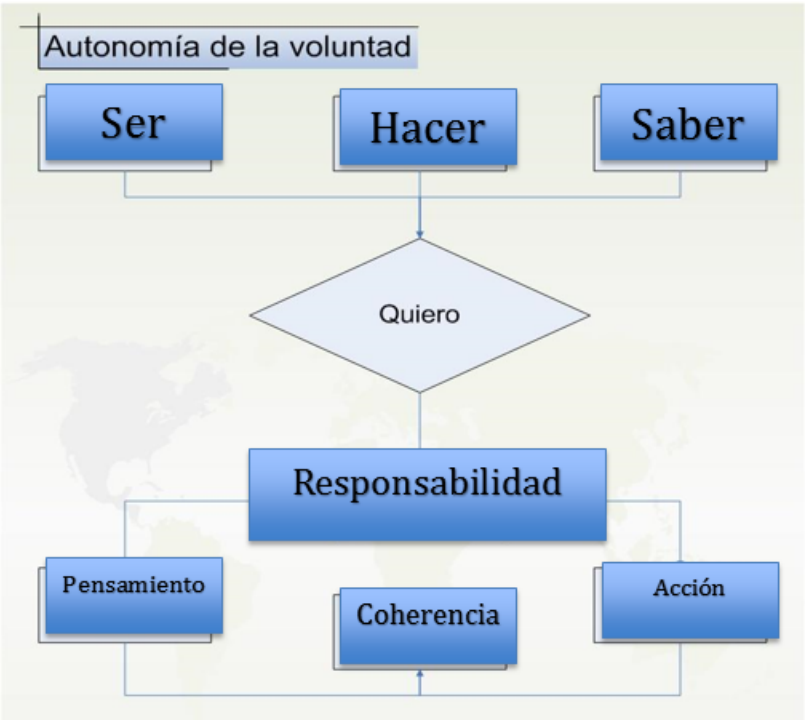


Figura 5. Elementos de la Autonomía de la voluntad

Fuente: (elaboración propia).

7.2 Autonomía de la libertad

La autonomía de la libertad implica que el ser humano, a través del proceso educativo, va siendo capaz de desarrollar su capacidad reflexiva, de tal manera que se libera de sus impulsos y deseos despóticos para lograr actuar sobre la base de una ética personal que se proyecte hacia el bien común. Educar en libertad no es solo formar en la capacidad de hacer cosas por sí solos, sino, por el contrario, preocuparnos de formar personas capaces de aceptar una convivencia armónica con los demás. No se es independiente, se es autónomo, lo cual implica la aceptación del otro y no su negación. “Este aprendizaje supone una transformación en la convivencia” (Maturana y Vignolo, 2001)



Figura 6. Elementos de la autonomía de la libertad

Fuente: (elaboración propia).

La autonomía de la libertad va ligada con la interacción, por lo que es fundamental la legitimación que cada uno logre de sí mismo. Según Maturana y Vignolo (2001): “Debe cambiarse por el concepto de aceptación de sí mismo, de modo que uno no tiene que preguntarse por su propia legitimidad sino por la legitimidad de los otros”. Es la interacción la que define la autoestima.

7.3 Autonomía de la autoestima

La autoestima empieza por la autoimagen, la cual, en cierta medida, nos da patrones de cómo nos ven los demás y cómo nos vemos a nosotros mismos. Cuando se tiene una imagen positiva de uno mismo los procesos de autonomía son más fáciles. En la sociedad moderna es difícil construir una autoimagen positiva pues la carga de información hacia el amor propio es mancillada, se busca una masa que actúe igual, tenga las mismas necesidades y, por ende, consuma los mismos productos. Según Aviram y Yonah: “La formación de la identidad no es un proceso de ‘autocreación’, sino más bien es un proceso de ‘autocomprensión’... La pregunta no es ¿qué identidad aspiro a tener? o ¿qué fines debo elegir? Sino más bien ¿quién soy?”.



Figura 7. Elementos de la Autonomía de la autoestima

Fuente: (elaboración propia).

Toda sociedad procura inculcar en los más jóvenes, mediante la educación, aquellas cualidades que les permitirán formar una comunidad tan uniforme como resulte posible, capaz de funcionar sin mayores tropiezos. Por consiguiente, la sociedad le infunde al individuo, especialmente a través de los medios masivos de comunicación, un inconformismo por sí mismo y una obediencia a unos patrones que ni él mismo se cuestiona.

Para analizar mejor qué es la autoestima, partamos de la autoimagen como la define Mosche Feldenkrais (1985) en su libro *Autoconciencia por el movimiento*:

Actuamos de acuerdo con nuestra autoimagen. Esta a su vez gobierna cada uno de nuestros actos, es condicionada en grado variable por tres factores: herencia, educación y autoeducación (...) (p.1)

Existen tres factores activos que intervienen en la formación de la autoimagen. Una es recibida, que es la herencia física; otra es la educación, la cual se nos impone; y la tercera es la autoeducación que en los primeros años no es completamente voluntaria sino que depende, primero, de la relación de la personalidad heredada haciendo de cada uno un individuo único por su estructura física, su aspecto y sus acciones; segundo, de las características individuales, del funcionamiento eficiente del sistema nervioso y, tercero, de las influencias educacionales que hacen de cada uno de nosotros miembros de una sociedad particular y esta última hace que nuestra apariencia sea similar a la de otros y genera estereotipos como por ejemplo nuestra manera de vestirnos, pautas de conducta y valores, nos da un lenguaje, para poder expresarnos en la misma forma que otros y por ende nuestra autoeducación influye de manera que deseamos parecernos a los demás; generando con ello una relación cíclica de crecimiento continuo (Feldenkrais, 1985).

Para conseguir una autoestima verdadera es necesario tener dos sensaciones: 1) La sensación de libertad, la cual es, efectivamente, una capacidad de autodeterminación; es el estar por encima de las determinaciones externas. 2) La sensación de confianza permite abrírnos a fines más altos y convertir la mayor cantidad de fines en medios. No obstante, esto se logra en un régimen de confianza recíproca.

Así pues, el proceso de aprendizaje autónomo enfrenta un doble reto: 1) Lograr que los seres sean capaces de seguir aprendiendo fuera de los ámbitos educativos formales, llámense estos escuela, universidad, instituto, etc. propiciando que cada sujeto pueda ser “maestro de sí mismo”, eligiendo la “autodirección” como forma de vida; y 2) Lograr que la apertura que se fomenta en la autonomía no solo sea de índole estrictamente racional –el deber ser–, sino que se consideren los sentimientos y emociones que permitan a los individuos comunicarse. Este objetivo implica fortalecer, en nuestros estudiantes, su capacidad para “saber gobernar su vida emocional” y esto se conoce como autodisciplina.

El problema emerge cuando tratamos de igualar autoestima con autoexigencia como condiciones necesarias, pero no suficientes, para el desarrollo de la autonomía. La autoestima

es producto del éxito que logremos sobre las pretensiones positivas o negativas que busquemos. Cuando el éxito es menor que dichas pretensiones surge la humillación, pero cuando este es mayor surge la satisfacción o bienestar personal. El individuo debe superar la sensación de fracaso; de lo contrario, la sentirá como un sino desastroso más fuerte que él. Cuando el ser humano se vuelve esclavo de los deseos ajenos, toda aspiración o deseo espontáneo es objeto de una rigurosa crítica interna. Esas aspiraciones y deseos despiertan inquietudes y remordimiento y el impulso de realizarlos –o la frustración de no poder hacerlo– deprimen al individuo generándole la sensación de incapacidad. El único premio que torna soportable la vida, a pesar de los sacrificios, es la satisfacción derivada del reconocimiento por la sociedad, y si tal reconocimiento es mínimo tendremos un individuo insatisfecho y rencoroso.

De otro lado, Sepúlveda (2003) señala que:

En la educación se han enfatizado excesivamente posturas personales de tipo individualista en aras de una autenticidad mal entendida; como consecuencia no se ha desarrollado en el ser humano la capacidad de tolerancia a la frustración, en el sentido de renuncia, redefinición o postergación de los propios intereses y necesidades en la medida que no son posibles de generalizar, y chocan o entran en contradicción con las necesidades o intereses de otros.

Generalmente, cuando se habla de autonomía para aprender se piensa en las capacidades y recursos con los que puede contar un sujeto para realizar su autoaprendizaje. Es muy importante reflexionar más allá de los medios; es recomendable considerarlo desde el proceso, que implica superación, desarrollo de capacidades y realizar tareas precisas que sustenten lo que se ha aprendido. Cuando hablamos de generar autonomía en el proceso de aprendizaje, no se trata solamente de un desarrollo de estrategias y recursos para ser autónomos, sino de la capacidad afectiva necesaria para lograr dicha autonomía, que se hace más específica y adecuada para el estudiante cuando los fines educativos a desarrollar son claros. “El ser humano tiene que aprender a decir sí o no desde sí mismo, no desde el temor de perder una oportunidad y quedarse atrás” (Maturana, 2001).

Cabría, también, hacernos una pregunta: ¿Es posible formar individuos autónomos sin formarlos en el autocontrol de sus deseos e impulsos individualistas? “No interesa la autonomía que olvida la integración –la convivencia, la cooperación, la solidaridad– porque acaba en particularismos” (Rodríguez-Arana, citado en Rodríguez, 2004).

La globalización, el crecimiento de la información y las nuevas tecnologías están exigiendo la capacidad de adaptarse rápidamente e innovar. Sin embargo, esta globalización no existirá como colaboración cuando lo que se busque, fundamentalmente, sea una lucha competitiva. El estudiante autónomo debe saber qué información buscar en un mar de contenidos, aprovechar la información previa para tomar lo que le sirve y construir desde lo que tiene. Debe tener un pensamiento crítico, propositivo y creativo que solucione problemas desde diversas perspectivas; para ello el paso inicial es ser un excelente lector de sí mismo y del entorno.

A medida que cada uno trata de mejorarse, puede encontrar en sí mismo varias etapas de desarrollo. Y a medida que progresa, los recursos necesarios para corregirse más aún se tornan cada vez más sutiles. ¿De qué manera la lectura ha fomentado en mí la autonomía? Muy sencillo. De tanto leer y leer diferentes visiones del mundo y de la vida, casi siempre en obras significativas, he terminado por configurar una “visión personal” de la realidad ajena por completo a todo fanatismo, a toda adhesión incondicional a personas y sistemas de pensamiento, a todo partido político (o de fútbol), a toda religión. He aprendido a no “tragarse entero” ni a “comer cuento”, a reír de los “absolutos” y de las “verdades reveladas”, he aprendido que “lo único absoluto es que todo es relativo”, que nada ni nadie son tan “importantes” ni “definitivos” como para hacerme perder el buen humor ni la paciencia, que “nada es demasiado grave”, como decía mi maestro de vida, el profesor Ernesto Bein, y que, como afirma Woody Allen, “Tragedia + Tiempo = Comedia” (Angel Marcel - *Autonomía y lectura*).

Lo más importante para definir una disciplina de trabajo autónomo es manejar el autoconcepto, puesto que es la fuente principal de información autorreferencial del sujeto; se constituye en el motor motivacional de la conducta de aprendizaje y de rendimiento académico. Esta es la manera en que los estudiantes llegan a responsabilizarse de su conducta académica y tienden a atribuir sus logros a causas internas, como lo son su habilidad o esfuerzo. En otras palabras, cada persona tiene una forma distinta de comprender y analizar el mundo, es un proceso personal e intransferible; entonces, es necesario que cada persona imponga sus metas y compromisos con lo que hace, pues si sus objetivos son profundos es muy probable que sus aprendizajes sean mayores y mejores. La autorregulación o autodisciplina aparece como el componente clave de lo que es un aprendizaje eficaz.

8. EJEMPLIFICACIÓN DE LA TEMÁTICA

Cuento: Baula y Tufik

En una región de Nepal vivía una vaca, llamada Baula, cuyo dueño le permitía pasear sola, pues siempre regresaba. Baula disfrutaba la naturaleza, comía hierbas, bebía agua en un arroyo y volvía a su hora pues, además, acababa de tener un becerrillo al que amamantaba varias veces al día. Durante un paseo le salió al paso Tufik, un feroz tigre de Bengala listo para atacarla.

—Espera, espera. Déjame explicarte —rogó Baula.

—Te doy un minuto —respondió, hambriento, Tufik.

—No me devores hoy, pues hace tres días parí un becerrito, y tengo que darle de comer.

Además, mi amo siempre ha confiado en mí. Si no regreso pensará que los defraudé.

—¿Crees que voy a dejarte ir? La ley de los tigres es “devora primero, averigua después” —rugió Tufik.

—Como te digo, respeto mis promesas. Si me dejas ir para darle de comer a mi pequeño hasta que sea más fuerte y explicarle a mi amo que no podré volver, regresaré en una semana —ofreció Baula.

—Está bien —respondió el felino— pero si no cumples, sé dónde vives e iré por ti —la amenazó.

Cuando llegó a casa, Baula explicó lo que había ocurrido. Su dueño le propuso capturar a Tufik, pero ella se resistió:

—No puedo traicionar mi palabra.

Pasada la semana llegó el día pactado, y la vaca partió para encontrarse con el tigre. Al verla alejarse, su becerrillo corrió tras ella. Pronto vieron al poderoso felino, acompañado de otros tigres igual de grandes.

—He sido puntual —dijo Baula.

Los tigres que acompañaban a Tufik comenzaron a rugir y le dijeron: —No podemos creer la paciencia que has tenido con ella. Recuerda nuestra ley: “devora primero, averigua después”.

Pero Tufik no estaba convencido de atacar a Baula. Al verlo tan pensativo los tigres volvieron a hablar:

—Si no la devoras ahora, nunca más podrás andar con nosotros —exigieron. Tufik avanzó lentamente hacia Baula, abrió su poderoso hocico, sacó la lengua... y lamió cariñosamente al becerrillo.

—Aunque no pueda volver a estar con ustedes, prefiero olvidar esa tonta ley y respetar a esta vaca que me ha dado más muestras de nobleza que ustedes. ¡Fuera de aquí! Yo me quedo —explicó.

Los felinos se alejaron sorprendidos. Desde aquel día Baula, Tufik y el becerrillo formaron una curiosa familia y cuando los demás animales los criticaban ellos sólo se reían.

Adaptación de un relato nepalés.

REFERENCIAS

Ball, S. (1988). La motivación educativa. Actitudes. Interés, Rendimiento. Control. Madrid: Narcea.

Beltrán, J. (1988). Para comprender la psicología. Navarra, España: Verbo Divino.

Brugger, W. (1995). Diccionario de filosofía. Barcelona: Editorial Herder.

Dweck, C. S. y Leggett, E. (1988). A social-cognitive approach to motivation and personality. *Psychological Review*. 95(2), pp. 256-273.

Feldenkrais, M. (1985). Autoconciencia por el movimiento. Recuperado de http://static0.planetadelibros.com/libros_contenido_extra/29/28235_Autoconciencia_por_el_mov.pdf

Hilgard, E. (1975). Introducción a la psicología. Madrid, España: Ediciones Morata.

Maturana, H., y Vignolo, C. (2001.) Conversando sobre educación. *Perspectivas*, 4(2), 249-266.

Meece J.L., Blumenfeld, P.C. y Hoyle, R. 1988. Students' goal orientations and cognitive engagement in classroom activities. *Journal of Educational Psychology*, 80, 514–523.

Pintrich, P. R., y De Groot, E. V.(1990). Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance. *Journal of Educational Psychology*, 82 (1), 33-40.

Pintrich, P., R., Smith, D., García, T., y McKeachie, W. (1991). A manual for the use of the Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ). National Center for Research to Improve Postsecondary Teaching and Learning. University of Michigan.

Pintrich, P. R., y García, T. (1991) Student goal orientation and self-regulation in the college classroom. En M. Maehr y P. R. Pintrich, (Eds.), *Advances in motivation and achievement: Vol. 7. Goals and self-regulatory processes*.

Rinaudo, M., De la Barrera, M. y Donolo, D. (2006). Motivación para el aprendizaje en estudiantes universitarios. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción R.E.M.E.*, 9(22).

Sepúlveda, M. G. (2003). Autonomía moral: una posibilidad para el desarrollo humano desde la ética de la responsabilidad solidaria. *Revista de Psicología*, 12(001), 27-35. Universidad de Chile.

Valle, A., Cabanach, R.G., Núñez, J.C. y González-Pineda, J.A. (1998). Variables cognitivo-motivacionales, enfoques de aprendizaje y rendimiento académico. *Psicothema*, 10(2), 393-412.

Bibliografía

Birch, D. y Veroff, J. (1969). *La motivación: un estudio de la acción*. Alcoy, España: Marfil S.A.

Campillo, J. (1974). *Psicología de la educación*. Madrid, España: Magisterio Español.

Coll, C., Palacios, J. y Marchesi, A. (Comps.) (1990). *Desarrollo psicológico y educación. 2. Psicología de la educación*. Madrid, España: Alianza Editorial.

Child, D. (1975). *Psicología para docentes*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Kapelusz.

Herrera, F., Ramírez, M., Roa, J. y Herrera, I. Tratamiento de las creencias motivacionales en contextos educativos pluriculturales. *Revista Iberoamericana de Educación*. Recuperado de <http://www.campusoei.org/revista/investigacion/625Herrera.PDF>.

McTeer, W. (1979). *El ámbito de la motivación: ambiental, fisiológica, mental y social*. México D. F., México: Editorial El Manual Moderno S.A.

Nuttin, J. (1982). *Teoría de la motivación humana*. Barcelona, España: Editorial Paidós.

Pinillos, J. (1975). *Principios de psicología*. Madrid, España: Alianza Editorial.

Remisión a fuentes complementarias

| | | | | |
|---|---------|----------------------------|------------|-----|
| Ambitoenfermeria. | (2015). | Filosofía. | Recuperado | |
| de://ambitoenfermeria.galeon.com/filosofia.html | | | | |
| DeConceptos. | (2015). | Concepto de Intención. | Recuperado | de: |
| http://deconceptos.com/general/intencion | | | | |
| DefiniciónABC. | (2015). | Definición de autoestima. | Recuperado | de |
| http://www.definicionabc.com/social/autoestima.php | | | | |
| Definición ABC. | (2015). | Definición de competencia. | Recuperado | de |
| http://www.definicionabc.com/general/competencia.php | | | | |
| Definición ABC. | (2015). | Definición de emociones. | Recuperado | de |
| http://www.definicionabc.com/ciencia/emociones.php | | | | |
| Definición.De. | (2015). | Definición de aprendizaje. | Recuperado | de |
| http://definicion.de/aprendizaje/ | | | | |

Definición.De. (2015). *Definición de motivación*. Recuperado de <http://definicion.de/motivacion/>

Definición.De. (2015). *Definición de psicología*. Recuperado de <http://definicion.de/psicologia/>

Díaz, F. y Hernández, G. (2013). *Estrategias docentes para un aprendizaje significativo. Una interpretación constructivista*. México: Editorial Mc. Graw Hill.

Gómez, C. y Gargallo, B. (2008). *Construcción humana y procesos de estructuración*. Universidad de Valencia.

Hernández, S. y Gastón, R. (1991). *El éxito en tus estudios. Orientación del aprendizaje*. México: Editorial Trillas.

Modelo de Desarrollo Económico de Navarra (MODERNA). (2015). *Escuelas de familias modernas*. Navarra, España. Recuperado de: http://www.educacion.navarra.es/documents/27590/51352/AUTONOMIA_Y_RESPONSABILIDAD.pdf/34e7af0a-341e-47eb-b7a6-5b44a2c56a4e

Not, L. (2012). *Las pedagogías del conocimiento*. México: Fondo de Cultura Económica.

SENA. (2015). Recuperado de <http://mgiportal.sena.edu.co/Portal/Servicios/Certificaci%C3%B3n+evaluaci%C3%B3n+y+normalizaci%C3%B3n+de+competencias+laborales/>

Significados. (2015). *Significado de Meta*. Recuperado de: <http://www.significados.com/meta/>



INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA
**POLITÉCNICO
GRANCOLOMBIANO**