



Cómo motivar a tus estudiantes

VOCAL
EDITORIAL



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



GOBIERNO
DE ESPAÑA
MINISTERIO
DE CULTURA
Y DEPORTE

Proyecto financiado por la Dirección
General del Libro y Fomento de la
Lectura, Ministerio de Cultura y Deporte



Plan de Recuperación,
Transformación
y Resiliencia

Índice

1	Introducción	3
2	Causas de la desmotivación	4
3	Tipos de motivación	6
4	Estrategias y recursos para motivar	8
	4.1. Con las familias	8
	4.2. Con los estudiantes	9
	4.3. Con los profesores	11
	4.4. Metodologías para motivar	13
5	El enfoque de la motivación en VOCA Editorial	14



1/ Introducción

«Callaos»; «Escuchadme», «¡Silencio, por favor!», «¡Estad atentos!»... Si estas frases son habituales en tu día a día en el aula, lo más probable es que tus alumnos no estén demasiado motivados. Y es que, en muchas ocasiones, **los docentes dedican bastante tiempo de la clase a mantener el orden** en el aula. No pocos docentes se sienten estresados, cansados, enfadados y tensos por la falta de disciplina y el aburrimiento en las clases.

En efecto, es habitual que **muchos alumnos estén aburridos y desganados**: algunos porque no entienden bien lo que se les explica, otros porque ya se lo saben y necesitarían avanzar, y otros simplemente porque no tienen motivos para estudiar.

Quizá hayas deseado este escenario ideal alguna vez: **alumnos entregados al aprendizaje, con ganas de explorar**, inquietos por saber más, que escuchan y, sobre todo, que se hacen preguntas y quieren resolverlas. Esa es precisamente la clave de la motivación. Es decir, los colegios no deberían llenarse de profesores de motivación o coaches emocionales, sino que los propios alumnos deberían ser los encargados de encontrar sentido a lo que hacen y de motivarse a sí mismos (Alfaro y Chavarría, 2000). La pregunta es: ¿es posible?

2/ Causas de la desmotivación

¿Por qué los estudiantes están desmotivados? La **falta de motivación** de los estudiantes, según los expertos, tiene varias **causas** (Esparcia, 2018):

1. La propia actitud del alumno hacia la escuela.
2. Los contenidos establecidos por los currículos.
3. El apoyo familiar y su situación.
4. La rutina y la repetición de los mismos ejercicios y metodologías.
5. Otros factores como el contexto, la opinión generalizada sobre la escuela y el mismo papel de los docentes.

Ahora bien, ¿qué dirían los alumnos si se les preguntara a ellos sobre su motivación en los estudios? Algunas respuestas serían similares a estas:

No me interesa.

Me aburro.

No me sirve para nada.

Detesto los exámenes.

En clase van demasiado rápido.

No puedo elegir lo que me gustaría estudiar.

En realidad, parece que hay un desequilibrio entre el proceso natural de aprendizaje y la educación:

- Por un lado, **los niños aprenden por curiosidad y observación**. Cuando están creciendo, todo les asombra y hay elementos concretos que despiertan su interés. Así que enseguida comienzan a explorar y a investigar, hasta que consiguen entender o hacer algo. Por la repetición, llegan a automatizar algunos comportamientos que van integrando y que les permiten saber cada vez más. Es decir, mediante un aprendizaje espontáneo, los niños eligen qué les interesa, cuánto tiempo dedican y cómo, con qué puntos de interés lo relacionan, etc., y lo repiten hasta que ellos mismos deciden que ya es suficiente.

- Por otro lado, **muchos de los procedimientos en las aulas se realizan de forma estandarizada**, reglada, poco individualizada y con evaluaciones que llevan a la comparación con los compañeros. Es decir, no cabe la posibilidad de elegir lo que interesa, el modo ni el tiempo dedicado a cada actividad.

A esto hay que sumar que el aprendizaje se da dentro de un grupo y, por tanto, el profesor sigue un ritmo medio, con lo que los más adelantados se aburren muchas veces, y los que van más lentos no entienden. No obstante, dentro de esta situación, **¿se puede crear un entorno y unos procesos para que se produzca ese aprendizaje?**

Mediante un aprendizaje espontáneo, los niños eligen qué les interesa, cuánto tiempo dedican y cómo



Martin Seligman

«¿Qué determina la cantidad de tiempo y esfuerzo que un niño está dispuesto a dedicar para alcanzar sus logros? Nada menos que su personalidad»



Daniel H. Pink

«El mejor vaticinador del éxito es la perseverancia y la pasión por los objetivos a largo plazo»

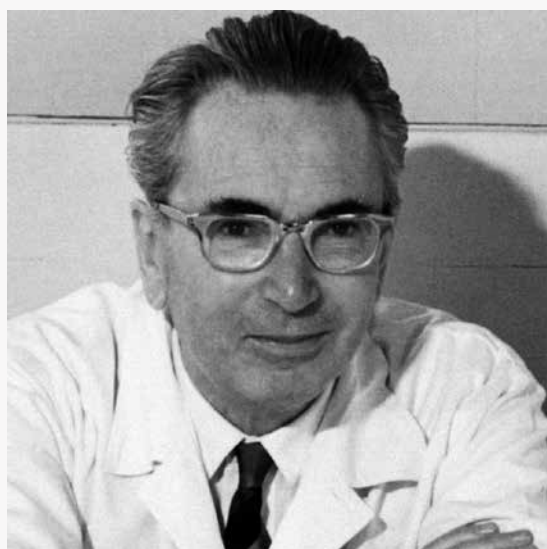


José Antonio Marina

«La motivación es la suma del deseo de hacer algo, el valor de ese objetivo y unas circunstancias que lo faciliten»

Viktor Frankl

«He encontrado el significado de mi vida ayudando a los demás a encontrar en sus vidas un significado»



3/ Tipos de motivación

¿Cómo motivar a los estudiantes? La famosa psicóloga Woolfolk (1990) explica que «la motivación se define usualmente como algo que energiza y dirige la conducta». En otras palabras: **lo que motiva es el motivo**. La meta o el fin son el inicio de actuar, decía también Aristóteles. Cuando existe una razón para actuar, se le da sentido y hay motivación. Y, cuanto más intenso y profundo es ese motivo, mayor es la motivación y su duración en el tiempo. Comúnmente, se distinguen tres tipos de motivación:

1

Motivación extrínseca

Es aquella cuya causa es **el resultado externo, el premio**. Así, el objetivo y el fin de actuar o comportarse de una determinada manera es la recompensa que se recibe.

★ En el caso de los estudiantes, obtener buenas calificaciones, por ejemplo.

2

Motivación intrínseca

Es aquella cuya recompensa es **el propio disfrute de realizar la tarea**. En este sentido, produce un aprendizaje más profundo y mantiene el rendimiento durante más tiempo (Ospina, 2006). Porque el objetivo es la mejora.

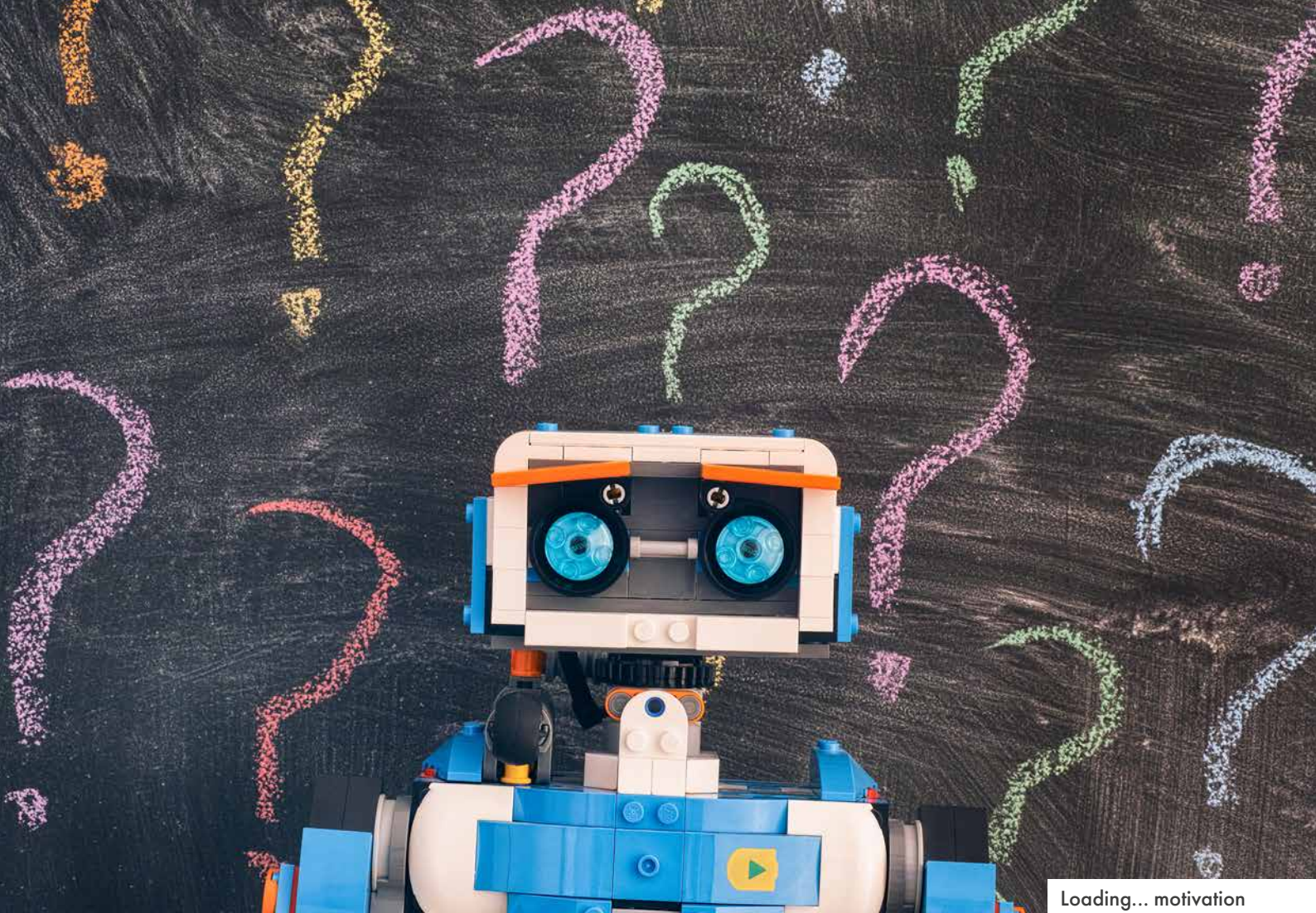
★ Para los estudiantes, aprender y saber más sería una motivación intrínseca.

3

Motivación trascendental

Es aquella cuyo goce consiste en **mejorar el mundo y a las personas que nos rodean**. Muy probablemente, esta sea la motivación más fuerte. Si nos preguntáramos qué es lo que realmente nos motiva, no responderíamos que el reconocimiento, un buen salario, ni siquiera el aprendizaje, sino aquello que más amamos.

★ En el ámbito escolar, esto se traduce en pensar qué puedo hacer por la comunidad, por los demás, por el entorno, con lo que he aprendido en la escuela.



Vistas en su conjunto, **las tres motivaciones son necesarias y complementarias**. Ahora bien, la intrínseca y la trascendental son las más intensas. Pero hay que utilizar con cuidado la motivación extrínseca, ya que si se abusa del recurso de «sacar buenas notas», puede surgir una respuesta continua como «Recompénsame y me esforzaré más». En este caso, el premio externo ciega las demás motivaciones y se convierte en el único fin.

Por ello, **encontrar el sentido de lo que hacemos es lo que verdaderamente nos motiva más**. En la forma de actuar de los estudiantes habrá motivaciones de los tres tipos, pero las más fuertes serán estas últimas. **Viktor Frankl** (1990), después de años en un campo de concentración, aseguraba que **«quien tiene un porqué para vivir es capaz de soportar casi cualquier cómo»**. Es decir, la clave como docente será que los alumnos encuentren esas motivaciones profundas para que las activen.

«Quien tiene
un porqué para
vivir es capaz
de soportar casi
cualquier cómo»,
VIKTOR FRANKL



4/ Estrategias y recursos para motivar

Todos los implicados en la educación de los jóvenes tienen un papel clave en su motivación:

comenzando por las familias y la visión del aprendizaje que se inculque; los propios alumnos y sus intereses; los docentes y su forma de impartir las clases; y la variedad de recursos y metodologías que fomentan la motivación. Veámoslos uno por uno.

4.1. Con las familias

Sin duda, la familia tiene un **papel fundamental** en la motivación de los alumnos hacia los estudios. Aunque el docente no siempre tiene contacto con los padres, sí que existen algunas pautas que se pueden transmitir desde el colegio y que contribuirán a trabajar en la misma dirección.

1. En la medida en que **la familia valora lo que dice el profesor**, su experiencia, sus consejos y sus decisiones respecto a los alumnos, ellos mismos se harán partícipes también de esa valoración positiva.
2. Que en casa **se amplíen los intereses de aprendizaje**. Es decir, estar atentos y aprovechar los aspectos o ámbitos que despierten la curiosidad de los hijos, para favorecer esa activación, trabajarla, aportar recursos, etc. Puede que los hijos muestren interés en algún deporte, en cierta habilidad artística o en alguna materia concreta (H. Pink, 2010).
3. Que se ofrezcan **ejemplos replicables**. Por ejemplo, si los hijos ven a sus padres leer, es probable que ellos también adquieran ese hábito y lo disfruten.

4. Que el docente haga ver a las familias **la importancia de que su hijo estudie**, aproveche las clases y se esfuerce para su vida y para su futuro.
5. Que los profesores **tengan expectativas altas** respecto a lo que los estudiantes pueden hacer, llevará a los padres a una mayor atención en el descubrimiento de los talentos de sus hijos y a darle importancia al estudio.

En resumen, si los padres son conscientes de la importancia y relevancia del aprendizaje en sus hijos, serán ellos los primeros motivados, y esto supondrá un factor importante para la motivación de sus hijos.

La clave es
estar atentos
y aprovechar
los ámbitos
que despierten
la curiosidad
de los hijos

4.2. Con los estudiantes

Como decíamos al comienzo, el docente debe buscar sobre todo **que sean los propios alumnos los que se motiven a sí mismos**. Y que ellos mismos apuesten por su aprendizaje. Si tus estudiantes aún no son capaces de esto, hemos preparado un decálogo de ideas y consejos:

La principal fuente de motivación tienen que ser ellos mismos. Puede que caigan a veces en el victimismo y en echar la culpa de su desmotivación a su familia, al sistema educativo, a los profesores... Pero, en realidad, ellos pueden cambiar la perspectiva y aprovechar lo que tienen. Ellos son los protagonistas de su motivación.

Ayúdales a establecer sus metas. Cuando descubran sus puntos fuertes y sus talentos, podrán encontrar aquello que les guste, les motive y se les dé bien. Y, así, podrán establecer unas metas y unos objetivos que den sentido a sus estudios.

Que los objetivos sean adecuados: ni fáciles ni difíciles. Por el contrario, si van consiguiendo metas intermedias, sentirán poco a poco el progreso y la mejora, y, así, aumentarán sus expectativas de llegar al resultado final.

Siempre que puedan, es preferible que elijan aprendizajes o ámbitos en los que ellos **puedan decidir el proceso, la dirección, el ritmo** y el modo de aprender.

Muéstrales que aprender es divertido. Saber algo, conocer, descubrir y acercarse a la verdad es placentero (motivación intrínseca). Por eso, cada vez que se aprende algo es un momento de disfrutar y estar satisfecho (Seligman, 2003).

Que conviertan sus estudios en un juego. Si ven el colegio, las tareas y los exámenes como una obligación, será difícil que disfruten e incluso que aprendan. En cambio, plantearlo como un entretenimiento, como algo entretenido, como retos que hay que ir superando, aumentará su motivación.

Todo el aprendizaje, también los errores, pueden ser una oportunidad si lo enfocan de la manera que más les interese. Seguro que lo que estudian en el colegio tiene una conexión con su vida o con temas que les llaman la atención. Pueden aprovecharlo para ir explorando lo que más les guste.

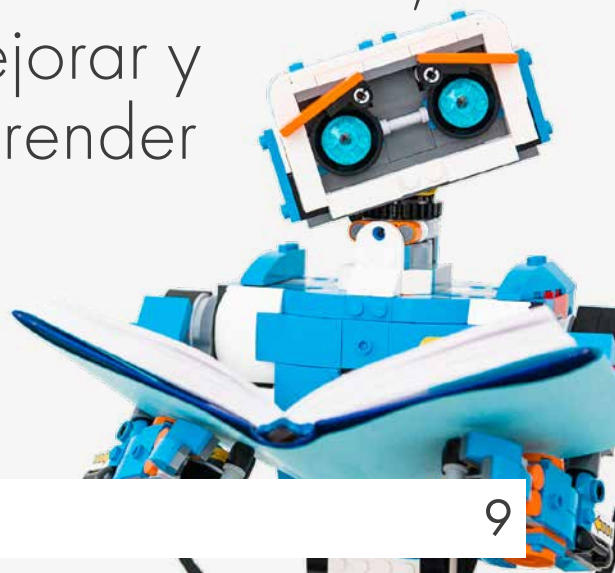
La inteligencia es dinámica. Es decir, siempre puede crecer, mejorar y acoger nuevos conocimientos. Es ilimitada: cada uno de tus alumnos tiene una capacidad infinita de crecer, mejorar y aprender. Esta creencia mejora los resultados a largo plazo.

Enséñales que el conocimiento les permitirá resolver problemas de su vida. Es una manera de abrir las puertas para conocer, analizar y proponer soluciones a muchas realidades cotidianas. Esto les da confianza en su capacidad.

Animales a tener expectativas altas. Cuanto más esperen alcanzar, más conseguirán. Y, a veces, necesitarán aplazar algunas recompensas inmediatas para poder aspirar a objetivos más valiosos.

Cuando consigas transmitirles que ellos son los que eligen su motivación, que siempre pueden aprender más y que eso les hará capaces de solucionar problemas, su disposición será completamente diferente.

Cada uno de
tus alumnos tiene
una capacidad
infinita de crecer,
mejorar y
aprender



A portrait of Howard Gardner, an older man with grey hair and glasses, wearing a blue shirt, a patterned tie, and a brown jacket. He is looking slightly to the left. In the top right corner, there are three large, stylized, light blue teardrop shapes.

Howard Gardner

«Las actitudes hacia la lengua
son causantes de la motivación;
la motivación causa la autoconfianza
y el aprendizaje de estrategias; y
la motivación, la aptitud y el uso de
estrategias causan el aprendizaje»

4.3. Con los profesores

¿Cómo llevo a mis estudiantes a ese **proceso de automotivación**? El docente dispone de varios recursos que puede emplear para aumentar la motivación y hacer el aprendizaje más interesante. Proponemos algunas pistas para impartir la clase.

Antes de clase

- 1 Busca la motivación extrínseca, la intrínseca y la transcendental** en los alumnos. Así, podrás motivar a cada uno según sus intereses. Recuerda que las más eficaces son las dos últimas.
- 2 Domina tu materia de forma exhaustiva:** cuanto más sepas, más fácil resultará enganchar a tus estudiantes, ofrecerles datos curiosos, realizar conexiones, etc.
- 3 Conoce bien la historia detrás de la materia:** ejemplifica las ideas, presenta historias personales, plantea las posibles controversias, los problemas que enfrentaron...
- 4 Prepara bien las clases** y vértelas desde el final, desde el aprendizaje que esperas lograr.
- 5 Diseña las clases a partir del interés de los alumnos**, de lo que se preguntan, de lo que quieren saber y sienten que es útil para su vida.
- 6 Plantea los problemas, descríbelos** y discútelos, para que se pueda comprender mejor la solución.
- 7 Crea un entorno que facilite el aprendizaje**, de confianza, de libertad, donde el error y equivocarse se acepten como parte del proceso.
- 8 Activa la metacognición** a través de trabajos, conversaciones o discusiones donde sea posible objetivar el modo de pensar e irlo mejorando.
- 9** Entiende la enseñanza no tanto como una transmisión de contenidos sino como una **búsqueda y construcción de sentido**.
- 10 Formula preguntas interesantes** que permitan seguir un hilo conductor e ir indagando hasta llegar al aprendizaje final.



Recordad, chicos: agitar y golpear. ¡Wingardium leviosa!

En clase

1

Empieza por el final y explica lo que pretendes que se aprenda ese día o en ese tema. Así, al estudiar, escuchar o realizar una tarea, tendrán claro el fin (H. Pink, 2010).

2

Activa conocimientos previos de los estudiantes. ¿Cómo se hace? Conecta con lo que ya saben, con lo visto anteriormente, con experiencias vividas, de manera que lo nuevo que vayas explicando quede integrado y tenga sentido dentro de sus conocimientos (L'Ecuyer, 2012).

3

Plantea retos, dilemas, controversias, casos y desafíos, para entender mejor los distintos puntos de vista.

4

Aprovecha los errores para aprender. Son una parte fundamental del proceso de aprendizaje, puesto que dan pistas de lo que no se sabe o lo que se creía pero no estaba bien. Así, podrás crear un entorno seguro, atractivo y amable para aprender.

5

Haz preguntas interesantes que conecten con el interés de los estudiantes.

6

Presenta el aprendizaje como un juego y que el disfrute sea el proceso en sí (motivación intrínseca), más que enfocarlo únicamente hacia un resultado o una calificación (Werbach y Hunter, 2014).

7

Deja hablar a los alumnos durante las clases. Que se sientan protagonistas del control de su aprendizaje.

8

Desarrolla una relación personal con los alumnos y demuéstales que los aceptas y te preocupas por ellos. Además, intenta mostrarte siempre disponible (Dörnyei, 2007).

9

Intenta promover la cohesión dentro del grupo, la integración y el respeto hacia las normas, de manera que el aula sea un ambiente de cooperación, tolerancia y hasta humor.

10

Fomenta el aprendizaje cooperativo y los proyectos de investigación, de manera que se puedan ir beneficiando de los puntos fuertes de cada compañero.

4.4. Metodologías para motivar

Estas son algunas de las metodologías más utilizadas para conseguir una mayor motivación e implicación de los estudiantes en el aprendizaje.

Mimesis

La imitación es una de las claves del aprendizaje: los estudiantes harán «el reflejo» de tu forma de hablar, de relacionarse, de tu motivación, de tu entusiasmo. Por eso, la mejor manera de motivarlos será disfrutar de tu materia y de las clases.

Cabeza, corazón y mano

Recuerda estas tres vías de aprendizaje de la persona: *cabeza*: comprensión profunda; *corazón*: elección, emoción e implicación de la persona en el proceso a través del corazón; y *mano*: aprendizaje a través de la acción.

Educación personalizada

Cada estudiante tiene talentos, habilidades o inteligencias diferentes. Una buena estrategia será conocer esos puntos fuertes y centrar el aprendizaje en esos intereses, para que puedan ir mejorando apoyados en sus aptitudes.

Método socrático

Sócrates enseñaba a sus pupilos a través de preguntas. Es una manera de marcar el ritmo e ir orientándolos hacia el aprendizaje esperado.

Historias

Dominar la historia de una disciplina o materia ofrece un panorama temporal que facilita la comprensión causa-efecto y de los conflictos. Lo que se conoce como *storytelling*.



Solo sé que estoy motivado

Metodología del caso

Se analizan ejemplos concretos en los que hay controversias, posiciones enfrentadas o problemas que suponen un desafío intelectual hasta poder tomar una decisión.

Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP)

Se realizan proyectos interesantes y atractivos que integran distintos pasos y acciones que van guiando el aprendizaje (Vergara, 2018). También es definido como aprendizaje basado en retos, en problemas. Es lo que se conoce como *learning by doing*: se aprende haciendo; en las actividades de producción los alumnos podrán plasmar su aprendizaje y sus destrezas.

Premios y castigos adecuados

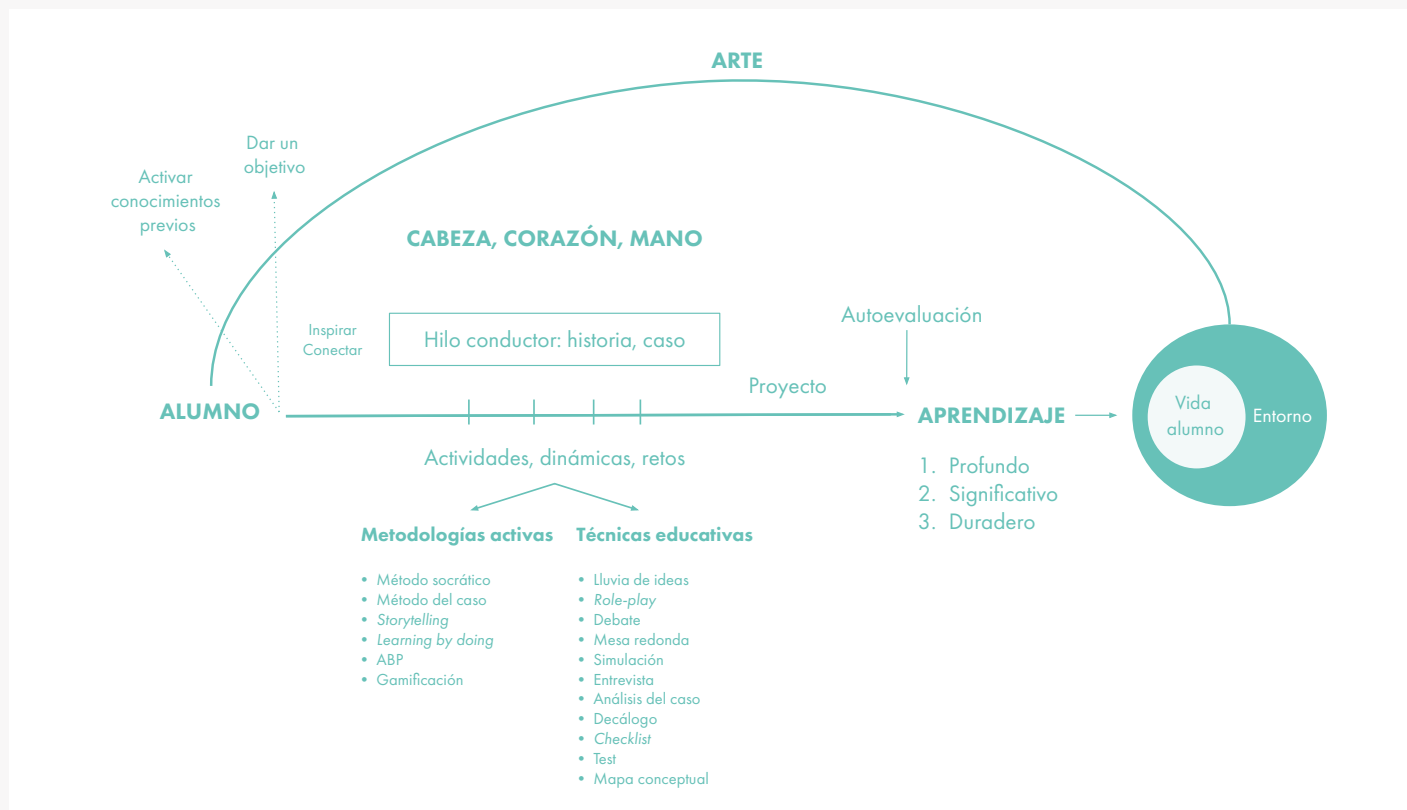
Hay que saber utilizar adecuadamente los elogios, los reconocimientos y las notas, por un lado; y, por otro, castigar como último remedio cuando sea necesario, pues afecta a la seguridad, al bien común o al crecimiento personal del alumno.

Libertad

El final de la enseñanza es el comienzo del aprendizaje. Para ello, es necesario educar a personas libres y autónomas que puedan buscar el sentido por sí mismos (L'Ecuyer, 2012).

Conoce
los puntos
fuertes de
tus alumnos
y centra el
aprendizaje
en esos
intereses

5/ El enfoque de la motivación en VOCA Editorial



Los programas de VOCA Editorial intentan aplicar estos principios de motivación con el fin de lograr el mayor aprendizaje de la forma más entretenida, atractiva y útil posible. En este mapa se describe la relación entre los distintos contenidos, elementos y metodologías.

La enseñanza comienza en los alumnos, en su vida y en sus intereses, y el fin es el aprendizaje de calidad y útil para mejorar y crecer personalmente y poder inspirar y ayudar a las personas de su entorno. Es importante, por ello, partir de los conocimientos de los estudiantes y darles el objetivo de cada unidad, sesión, materia, etc.

La historia es siempre el hilo conductor, que inspira y conecta con la vida. Se trabaja en las tres dimensiones de la persona: cabeza, corazón y mano, a través de distintas actividades o retos. En función del caso se emplean las metodologías activas y las técnicas educativas con las que se consiga un mayor aprendizaje. Y todo se encamina a la **producción de un proyecto personal, que, finalmente, se autoevalúa**, para poder aprender de los errores.

Esta integración es un arte; pero, aun así, lo fundamental es **utilizar los elementos en función de la necesidad** de cada momento y del aprendizaje deseado. No se trata de un esquema rígido, sino que debe irse adaptando a cada historia, a cada etapa educativa y al entorno en el que se desarrollará, porque todo está relacionado.

La enseñanza comienza en los alumnos, en su vida y en sus intereses



Nunca sabes hasta dónde puede llegar una persona motivada

Bibliografía

- ALFARO, A., CHAVARRÍA, G. (2002). La motivación: Una actividad inicial o un proceso permanente. *Revista Pensamiento Actual*, Universidad de Costa Rica.
- DÖRNYEI, Z. (2007). *Estrategias de motivación en el aula de lenguas*, Barcelona: Editorial UOC.
- ESPARCIA, A. J. (2018). La desmotivación escolar. Un tipo de fracaso. *Campus Educación Revista Digital Docente*, 9, 42-45.
- FRANKL, V. (1990). *El hombre en busca de sentido*.
- H. PINK, D. (2010). *La sorprendente verdad sobre qué nos motiva*, España: Grupo Planeta, 149-167 y 193-203.
- L'ECUYER, C. (2012). *Educación en el asombro*, España: Plataforma Editorial, 33-46
- OSPINA, J. (2006). La motivación, motor del aprendizaje. *Revista Ciencia de la Salud*, 4(2), Bogotá July/Dec.
- SELIGMAN, M. (2003). *La auténtica felicidad*, España: Penguin Random House, 57-79.
- VERGARA, J. J. (2018). *Narrar el aprendizaje. La fuerza del relato en el Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP)*, España: SM.
- WERBACH, K., HUNTER, D. (2014). *Gamificación*, España: Pearson Educación S. A., 53-73
- WOOLFOLK, A. (1990). *Psicología Educativa*, México: Prentice - Hall.



EDITORIAL



www.vocaeditorial.com



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE CULTURA
Y DEPORTE

Proyecto financiado por la Dirección
General del Libro y Fomento de la
Lectura, Ministerio de Cultura y Deporte



Plan de Recuperación,
Transformación
y Resiliencia