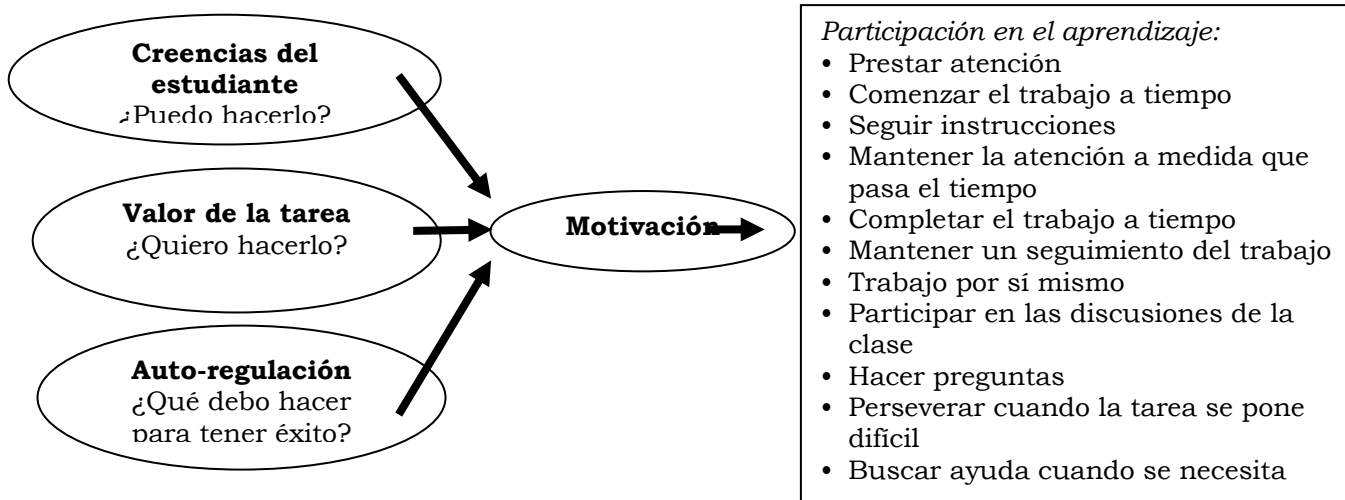


Cómo aumentar la Motivación de su hijo(a) para aprender

Para tener éxito en la escuela y aprender, los estudiantes deben estar involucrados en el proceso de aprendizaje. Esto requiere que estos realicen varias actividades diferentes (ver la figura de abajo). ¿Por qué algunos estudiantes están motivados para ejecutar estas actividades mientras que otros parecen menos motivados? En este folleto se tratarán algunos temas importantes para entender qué motiva a los estudiantes a aprender y qué pueden hacer los padres para aumentar la motivación de su hijo(a) por el estudio.

Entender la motivación

Motivación es lo que “lleva” a la gente a actuar de la forma en que lo hace. Como usted podría pensar, existen varias razones por las que la gente cree y actúa de la forma en que lo hacen. Se puede pensar que las ideas de cuán importantes son las creencias y los comportamientos para la motivación del aprendizaje, son las respuestas a tres preguntas.¹



¿Puedo realizar esta tarea con éxito?

Esta pregunta se relaciona con las creencias del estudiante acerca de sus destrezas y capacidades y si el resultado será positivo o no, si lo intentan. Las creencias juegan un papel importante en cómo reaccionará un estudiante cuando se le asigne una tarea. Es muy probable que un estudiante que cree tener las destrezas y capacidades para cumplir con una tarea de forma exitosa, trate de hacerla y persevere, incluso si se vuelve difícil. También es probable que un estudiante que crea que el resultado será positivo si lo intenta, intente cumplir hacer dicha tarea. Las experiencias anteriores de éxito o fracaso del estudiante influyen en estas creencias, así como también el tipo y el grado de dificultad de la tarea asignada.

Los estudiantes que creen que no podrán hacer una tarea con éxito dirán: “Soy un tonto.” “No puedo hacerlo.” “¿Por qué debo intentarlo, de todas maneras voy a obtener una mala calificación?”

La ansiedad es una fuente de problemas de motivación en algunos estudiantes. La ansiedad puede resultar de pensamientos negativos acerca de su capacidad para hacer tareas y de la probabilidad de hacerlo deficientemente, especialmente en situaciones donde son evaluados. La preocupación es un aspecto importante de la ansiedad porque puede interferir con las destrezas del pensamiento y de la atención.

¿Deseo hacer esta tarea? ¿Por qué?

Otro aspecto importante de la motivación está relacionado con el hecho de si el estudiante quiere hacer la tarea y por qué. Los estudiantes pueden creer que tienen las destrezas y capacidades para realizar una tarea. También pueden creer que si se esfuerzan, los resultados serán positivos; sin embargo, es posible que no *deseen* hacer la tarea. Los estudiantes toman decisiones sobre si hacen o no una tarea con base en el valor que esto tiene para ellos. Hay tres aspectos de motivación para valorar las tareas.

Algunas tareas tienen un *valor interno* para el estudiante. Por ejemplo, el tema o la tarea debe ser estimulante y agradable para el estudiante; o que el estudiante pueda sentir placer personal si hace bien la tarea.

Motivadores internos

- Sentir que “Puedo lograrlo”
- Disfrutar las actividades específicas
- Estar absorto en la actividad
- Sentirse exitoso

Motivadores externos

- Fomento de metas importantes
- Complacer a los demás
- Estar con otras personas
- Recompensas

Las tareas también pueden tener un *valor externo* para el estudiante, incluso si no está interesado internamente. Por ejemplo, hacer bien la tarea puede estar relacionado con metas actuales y futuras que son importantes para el estudiante, tales como obtener buenas calificaciones, ingresar a

una escuela o metas profesionales.

Un tercer aspecto relacionado con el valor de una tarea es *el costo* para el estudiante. Algunas tareas tienen aspectos negativos para ellos, por ejemplo, las que causan ansiedad por el miedo a fracasar. En otros casos, los estudiantes perciben que tienen que esforzarse mucho para poder hacerlas bien. Otros estudiantes pueden sentir que para ellos es más valioso hacer otra cosa, como por ejemplo, ir a la casa de un amigo en vez de estudiar para un examen.

¿Qué tengo que hacer para realizar esta tarea con éxito?

Las dos primeras preguntas están relacionadas con las creencias de los estudiantes que pueden motivarlos en su decisión de comenzar una tarea. Sin embargo, esta pregunta se relaciona con lo que necesitan los estudiantes para terminar una tarea con éxito una vez que se hayan decidido a hacerla. Para tener éxito en la escuela, los estudiantes tienen que hacer varias cosas como las siguientes:

- Fijarse metas adecuadas
- Mantener la atención a medida que pasa el tiempo
- Mantenerse organizados
- Usar métodos de estudios efectivos
- Controlar las emociones de ansiedad y de frustración mientras hacen las tareas
- Saber cuándo es el momento de buscar ayuda si la tarea se pone difícil
- Evaluar cómo lo están haciendo
- Reaccionar sobre cómo lo están haciendo, ajustando su comportamiento y sus estrategias

Los estudiantes tendrán que usar destrezas y métodos específicos para hacer estas cosas.

Ideas para aumentar la motivación de aprendizaje

Existen una variedad de cosas que usted puede hacer para aumentar la motivación de su hijo(a) para aprender. Usted puede escoger las estrategias con base en el área de motivación en la que su hijo(a) tenga problemas.

¡Puedes hacerlo! Construir confianza para aprender

Proveer varias experiencias y actividades en la casa. intentar con una variedad de cosas diferentes le permitirá al estudiante desarrollar sus intereses y formar sus destrezas. Estas experiencias positivas pueden construir confianza, reducir la ansiedad y motivarlos a realizar actividades similares. En el cuadro de la derecha se encuentran algunos ejemplos de actividades a las cuales usted exponer a su hijo(a).

- Deportes individuales y colectivos
- Cantar
- Bailar
- Tocar un instrumento musical
- Hacer una colección
- Tener un hobby
- Arreglar cosas
- Construir cosas
- Unirse a un club
- Juegos y rompecabezas
- Leer variedad de temas

Haga una conexión entre destreza, esfuerzo y rendimiento. Usted quiere que su hijo(a) crea que tiene el control de su aprendizaje. Si él desarrolla sus destrezas y se esfuerza, puede tener más éxito en su aprendizaje. Comentarios frecuentes como los siguientes pueden contribuir a realizar esta conexión:

“Puedes lograrlo. Si usas tus destrezas de estudio sin rendirte, lo lograrás”

“Si revisas tu tarea de matemáticas, resolverás más problemas.”

Ayude a su hijo(a) a concentrarse en su propio desarrollo y no en cómo lo hace en comparación con otras personas. Los estudiantes que tienen antecedentes de bajo rendimiento escolar tienden a tener pocas esperanzas de éxito. Otros estudiantes solamente hacen lo necesario para aprobar. En el caso de estos estudiantes, usted deberá ayudarlos a cambiar su definición de éxito. En estos casos, las calificaciones o cómo le va a su hijo(a) en comparación con otros, no se debe usar para juzgar el éxito. En vez de ello, la atención debe centrarse en el esfuerzo individual, las destrezas y el progreso. Usted puede comunicarle que se pueden cometer errores y que no hay

problemas con eso. Lo importante es que su hijo(a) intente, persevere y que progrese individualmente. Comuníquese sus creencias de que si él trata y usa buenas destrezas de estudio, mejorará.

- **Controle las tareas de su hijo(a), tanto para la escuela como para la casa, y haga sugerencias inmediatas.** Déjele claro a su hijo(a) qué causó el resultado. Si tiene éxito en una tarea, hágale saber que esto fue así debido a sus capacidades. Así fortalecerá su confianza.

“Eres muy inteligente”

“Eres bueno en matemáticas”

“Escribes muy bien”

Si su hijo(a) tiene poca confianza en sus destrezas de aprendizaje, usted tiene que ser cuidadoso con la respuesta a sus fracasos. No le haga sentir que su valor como persona depende de su rendimiento. Es importante que ayude a su hijo(a) a entender que un bajo rendimiento está relacionado con los métodos que él usó o con el esfuerzo, más que con su capacidad para aprender.

“Obtuviste una calificación baja en tu examen de ciencias porque no estudiaste varios días antes del examen.”

- **Proporcione estrategias específicas para mejorar el rendimiento.** Además de darle ánimo y de hacer sugerencias, tendrá que ayudar a su hijo(a) a desarrollar sus destrezas de aprendizaje, enseñándole estrategias específicas para mejorar su rendimiento. Esto puede incluir capacitación sobre cómo planificar, fijar metas, mantenerse organizado y usar métodos de estudio efectivos.

Los niños que tienen niveles deficientes de destrezas pueden necesitar que se modifique el trabajo para que las tareas que se les asignen sean adecuadas para su nivel de destrezas. Esto les permitirá experimentar el éxito. Ellos también pueden necesitar atención individual, como las tutorías.

¡Aquí está el por qué! Cómo aumentar el valor de aprendizaje

- **Déle apoyo emocional.** El apoyo emocional de los padres y profesores proporciona el marco para que el niño se mantenga conectado con su aprendizaje. Todos los estudiantes necesitan que un adulto les muestre que se preocupa y se interesa por ellos, especialmente los estudiantes que parece que se han rendido. Esto incluye muchas de las estrategias planteadas en este folleto. Los padres deben tratar de mantener en el mínimo de conflictos, críticas y castigos relacionados con las actividades escolares. Una relación negativa irá en contra de lo que usted está tratando de lograr a largo plazo. Usted puede hacer que su hijo(a) enfrente los nuevos desafíos con confianza en sus capacidades, que sienta que tiene el control de su aprendizaje y que esté orgulloso de sus logros. Estas metas se logran dándole apoyo y expresándole ánimo a su hijo(a) todo el tiempo. Si se presentan problemas, su labor debe ser ayudar a entender mejor el problema y a encontrar soluciones.
- **Comuníquese a su hijo(a) altas expectativas y creencias.** Una manera simple pero importante de comunicarle que la escuela y el aprendizaje son importantes, es mostrar interés en cómo le va a su hijo(a) en la escuela. Pregúntele a su hijo(a) todos

los días cómo fue su día en la escuela, en las tareas escolares, los exámenes y su participación en clases.

Lo que usted diga a su hijo(a) jugará un gran papel en lo que él pensará sobre la escuela, el aprendizaje y las tareas escolares. Comuníquese lo siguiente:

- Espero que hagas tus tareas escolares.
- Espero que salgas tan bien como puedes hacerlo.
- Sé que puedes lograrlo, si lo intentas y usas buenas destrezas de estudio.
- Espero que perseveres, incluso si las cosas se ponen difíciles.

Dar ánimo y elogiar son formas claras de expresar estas expectativas.

“Sé que esa asignación es difícil, sigue adelante. ¡Sé que puedes lograrlo!”

“¡Cuando sea el momento de estudiar, trabaja fuerte!”

“¡Gran trabajo, realmente trabajaste duro en ese escrito!”

Hay muchas maneras sutiles de comunicarle sus expectativas. Por ejemplo, usted puede preguntarle a su hijo(a) “¿Cuántos días antes del examen vas a estudiar?” Esta pregunta transmite el mensaje de que usted espera que él estudie varias noches antes de la fecha del examen.

- **Ayude a su hijo(a) ver el valor de lo que está aprendiendo.** Un comentario común que hacen los estudiantes es: “¿Por qué tengo que saber sobre este tema?” Hable con su hijo(a) sobre lo importante que es para él aprender conocimientos básicos como la lectura, la escritura y las matemáticas, al igual que otros conocimientos más específicos como ciencias o e historia. Usted puede establecer una relación entre lo que él está estudiando en la actualidad y cómo esos conocimientos pueden ser importantes en una situación práctica de la vida real. Usted también puede relacionar lo que él está aprendiendo con una meta importante para él, como obtener cierto tipo de trabajo o ejecutar bien una actividad específica.
- **Ayude a su hijo(a) a fijar metas.** Las metas pueden ser una forma convincente de cambiar el comportamiento. El progreso hacia las metas y su consecución, pueden ser una fuente de satisfacción que puede ser un factor motivador. Usted puede ayudar a su hijo(a) a fijar metas a corto y largo plazo. Usted también puede hacer una conexión entre el esfuerzo y el rendimiento su hijo(a) para lograr estas metas.

Las metas más motivan son las de corto plazo, específicas y que plantean algún desafío. Las metas que tienen estas cualidades pueden aumentar la creencia de los estudiantes en sus capacidades (“Puedo hacerlo.”) y mejorar su rendimiento.

Metas que motivan

- A corto plazo
- Específicas
- Que imponga cierto reto

Las metas de *corto plazo*, o las más cercanas, son más convincentes que las de largo plazo. La mayoría de las veces esto es cierto para estudiantes que tienden a no pensar mucho en las cosas a largo plazo. Por ejemplo, la meta de mejorar una calificación en matemáticas en la tarjeta de informe, puede ser algo lejano, debido a que las tarjetas de informe sólo se dan cada nueve semanas: puede ser que mejorar una calificación en estos informes no motive al estudiante a hacer sus tareas de matemáticas en clase o en un día específico. Una meta a corto plazo, como “terminar un trabajo de

matemáticas en la clase de hoy,” puede ser más efectiva. Es más fácil evaluar el progreso hacia las metas de corto plazo que las de largo plazo.

Las metas *específicas* son más convincentes que las metas generales, por ejemplo “da lo mejor de ti”. Las mejores metas incluyen estándares de rendimiento específicos. Por ejemplo, “Termina al menos el 80 por ciento de tus problemas de matemáticas.” Las metas específicas ayudan a los estudiantes a decidir cuánto esfuerzo necesitan para alcanzar la meta. Además, es fácil saber cuando se ha alcanzado la meta.

Las metas *que plantean un desafío* motivan más. Los estudiantes se esforzarán más para resolver las tareas más difíciles. La meta debe ser lo suficientemente difícil como para que el estudiante tenga que poner todo su esfuerzo para alcanzarla, pero no tan difícil como para que el estudiante piense que no puede alcanzarla.

Aunque las metas a corto plazo motivan más, tener algunas metas a largo plazo, y estar pendiente de ellas, puede ayudar a mantener motivados a los estudiantes en la escuela a largo plazo. Éstas ayudan a que los estudiantes no olviden lo que deben aprender y a obtener buenos resultados escolares. A continuación se encuentran algunas recomendaciones para que ayude a su hijo(a) a fijar algunas metas a largo plazo.

- *Ayude a su hijo(a) a pensar en una carrera.* Hable con su hijo(a) sobre qué tipo de profesión podría gustarle para dedicarse a eso. Pueden hablar sobre los intereses de él y las profesiones que se relacionen con esos intereses. También pueden conversar sobre el tipo de educación que se necesita para tener diferentes tipos de profesiones. Usted le puede ayudar a entender cómo se relaciona su esfuerzo actual en el colegio con las opciones de carrera que tendrá más adelante.
- *Ayude a su hijo(a) a programarse para la universidad.* Converse con su hijo(a) sobre asistir a la universidad. Ayúdelo a aprender sobre diferentes universidades y las calificaciones que necesita para poder ingresar a dichas universidades. Recuérdele frecuentemente a su hijo(a) como las calificaciones y su aprendizaje actualmente en el colegio afectarán su capacidad de ir a la universidad de su elección.

También puede ser útil ayudar a su hijo(a) a fijar ciertas metas que se encuentren entre las de corto plazo y las de largo plazo. Un buen momento para hacer esto es al comienzo del año escolar. Su hijo(a) puede fijarse metas relacionadas con las calificaciones y el rendimiento, como obtener cierto promedio de calificaciones, participar más en clases o ser más organizado. Hágale escribir estas metas para que pueda revisar su progreso a lo largo de todo el año.

- **Estimular que tenga relaciones sanas con los niños semejantes.** Los niños tienden a pasar el tiempo con otros niños a quienes les gustan las mismas cosas y que tienen la misma motivación por la escuela y por aprender. Por ello, usted debe observar con cuáles niños sale su hijo. Ayude a su hijo(a) a relacionarse con grupos que compartan sus valores. Usted también puede animar a su hijo(a) para que haga sus tareas de aprendizaje con otros niños. Trabajar con otros niños, puede ser más divertido e interesante que trabajar solo. Esto puede incluir la formación de grupos de estudio o la participación en clubes educativos de la escuela (por ejemplo, clubes de matemáticas o geografía).

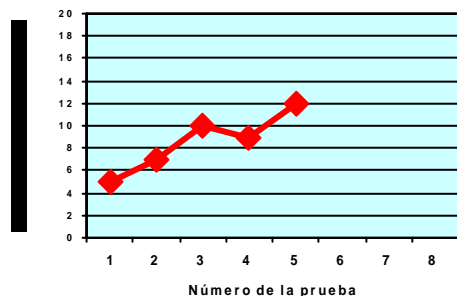
- **Recompense a su hijo(a) si la motivación interna es baja.** Darle recompensas a su hijo(a) puede ser importante si la motivación interna, natural, es baja. Se pueden usar para alcanzar las metas a corto plazo. Las recompensas las pueden usar los profesores en el salón de clases o los padres en casa. Un cuadro del comportamiento del niño es una manera sencilla de observar el progreso diario del niño para recompensarlo. Usted no debe usar recompensas si su hijo(a) ya está motivado para hacer una actividad de aprendizaje. En este caso, agregar recompensas únicamente aumentará la presión para hacer algo en lo que el niño ya está interesado, lo cual puede reducir su motivación interna.

¡Esto es lo que usted debe hacer! Ayudar a los estudiantes a alcanzar sus metas de aprendizaje

A continuación se encuentran algunas ideas que usted puede usar para ayudar a que su hijo(a) haga una tarea exitosamente, una vez que se haya decidido a hacerla. Terminar bien una tarea requerirá que los estudiantes controlen su comportamiento y que usen estrategias de aprendizaje específicas.

- **Aumentar el nivel de las destrezas.** Es importante que los estudiantes que tiene destrezas por debajo del promedio, trabajen para aumentar su nivel de destrezas. Esto se puede lograr con clases particulares o participando en clases de recuperación en la escuela. Cuando el estudiante comience a ver el progreso en sus destrezas, será más probable que asuma la responsabilidad de tener éxito y estará más motivado por la sensación de éxito que se genera cuando se aprende.
- **Enseñar estrategias de aprendizaje específicas.** Es posible que no sea suficiente que el estudiante simplemente piense que puede lograrlo; tiene que aprender métodos de estudio específicos para tener más éxito. Existen planes y métodos efectivos para leer libros de texto, estudiar para los exámenes, mantenerse organizado y administrar el tiempo. A los estudiantes se les debe enseñar cómo usar buenas destrezas de estudio. Primero, usted tendrá que trabajar muy de cerca con su hijo, enseñándole cómo usar las destrezas. Debido a que el uso de estas destrezas requiere esfuerzo y disciplina, usted tendrá que vigilar muy de cerca cuando sus horas de estudio y animarlo para que use las destrezas. Su hijo(a) tendrá que practicar las destrezas hasta que se conviertan en una parte habitual de su rutina. El proceso de dominar las destrezas de aprendizaje y de usarlas habitualmente puede tomar gran parte del año escolar. A medida que él usa las destrezas de estudio, debe comenzar a ver una mejoría en sus trabajos. Cuando se vea la mejoría, hable con él sobre cómo el uso de las destrezas de estudio se relaciona con su buen rendimiento.
- **Mantenga un registro del progreso.** Mantener un registro del progreso es una parte importante de la fijación de las metas. El progreso se puede registrar en una gráfica como la que está a la derecha.ⁱⁱ Las gráficas como está, se pueden usar para asignaturas individuales o para áreas dentro de una materia. Observar la mejoría con el paso del tiempo y relaciónela con las destrezas usadas,

Progreso en deletrear palabras



ayudará a que el estudiante crea en sus capacidades y asuma la responsabilidad del éxito.

- **Enséñele a su hijo(a) a buscar ayuda cuando las tareas se pongan difíciles.** En la mayoría de las tareas, los estudiantes tienen que tratar de hacer el trabajo por su propia cuenta. Sin embargo, hay veces en que los estudiantes necesitan ayuda. Saber cuándo se necesita ayuda es una parte importante del control de los estudiantes sobre su aprendizaje. Enséñele a su hijo(a) cómo buscar ayuda apropiadamente, usando los siguientes pasos:

- Primero, el estudiante tiene que tratar de resolver el problema sin ayuda alguna.
- Una vez que haya decidido que no entiende cómo resolver el problema, tendrá que determinar a quién preguntarle. Puede ser el papá/la mamá, a un compañero de estudios o a un profesor.
- Antes de buscar ayuda, el estudiante debe preparar una buena pregunta para preguntarle a la persona que le va a ayudar.

Los estudiantes tímidos necesitarán que les den mucho ánimo para buscar ayuda. Buscar ayuda es bueno para la motivación porque mantiene a los estudiantes concentrados en una tarea cuando ésta se pone difícil.



*AR State PIRC/Centro Para El Padre Efectivo
Centro en Little Rock: (501) 364-7580
Centro en el noroeste de Arkansas: (479) 751-6166*

Para encontrar recursos adicionales, visite nuestro sitio Web:

www.parenting-ed.org

El *Center for Effective Parenting* (Centro Para El Padre Efectivo) es un proyecto de colaboración entre el *Jones Center for Families*, la Universidad de Ciencias Médicas de Arkansas/Departamento de Pediatría y el Hospital Infantil de Arkansas. El *Center for Effective Parenting* presta servicios como Centro de recursos e información del estado de Arkansas (PIRC), con el apoyo del Departamento de Educación de los Estados Unidos (Concesión #84.310A)

Esta publicación ha sido producida y/o distribuida, total o parcialmente, con fondos del Departamento de Educación de los Estados Unidos, Oficina de innovación y mejoramiento, programa del Centro de recursos e información para padres, bajo la Concesión #84.310A. El contenido de este documento no refleja necesariamente los puntos de vista del Departamento de Educación ni de ninguna otra agencia del gobierno de los Estados Unidos o de alguna otra fuente.

ⁱ Eccles, J. S., Wigfield, A., & Schiefele, U. (1998). Motivation to succeed. In N. Eisenberg (Ed.), *Handbook of Child Psychology* (pp. 1017-1095). New York: Wiley & Sons.

ⁱⁱ Fulk, B. M. & Montgomery-Grymes, D. J. (1994). Strategies to improve student motivation. *Intervention in school and clinic*, 30 (1), 28-33.