

Diseño de proyectos efectivos: valores y actitudes

Pensamiento consciente

Pensamiento consciente

Ellen Langer, una psicóloga de la Universidad de Harvard, desarrolló la teoría del *pensamiento consciente*, con base en investigaciones del comportamiento humano. Un comportamiento consciente es un comportamiento alerta, pero también es mucho más que eso. A diferencia de Costa y Tishman y Perkins, quienes intentan identificar un juego de actitudes específicas que favorecen el aprendizaje efectivo, Langer emplea el concepto de *pensamiento consciente* para describir varios comportamientos que inducen a las personas a tomar decisiones inteligentes.

El pensamiento consciente consiste en cinco diferentes maneras de interacción con el mundo:

- Crear nuevas categorías y reelaborar las viejas
- Ajustar el comportamiento automático
- Admitir nuevas perspectivas
- Enfatizar los procesos sobre los resultados
- Tolerar la incertidumbre

Repensar las categorías

Los pensadores conscientes se apoyan en categorías familiares y no comprobadas. Crear nuevas categorías y reetiquetar las viejas son indicadores de un comportamiento consciente. Repensar las categorías en las cuales colocamos a personas y herramientas, nos concede más opciones para producir un buen trabajo.

Analizar el comportamiento automático

A menudo, es muy difícil recordar al detalle los comportamientos que se han transformado en automáticos. En algunos casos, la ejecución consciente de tareas puede inhibir el crecimiento y el perfeccionamiento. Dar un nuevo vistazo a los patrones automáticos del comportamiento con el fin de modificarlos y refinarlos, puede orientar hacia resultados más esperados. Los docentes que llevan a los estudiantes a percatarse de los patrones automáticos que los mantienen retenidos y les impiden ajustarse a nuevas situaciones, pueden ayudarlos a aprender a ser más conscientes.

Acoger nueva información

Las personas frecuentemente se forman opiniones a partir de las primeras impresiones, y se aferran a ellas aun cuando existe evidencia contradictoria. Langer las llama *compromisos cognitivos prematuros* (p.22). La gente consciente emplea todas las herramientas disponibles a su alcance, para mejorar su comprensión. La información nueva puede provenir de una variedad de fuentes, y los pensadores conscientes no se limitan a una perspectiva o a un modo para resolver problemas.

En la escuela, los pensadores inconscientes aíslan las áreas temáticas. No consideran que Matemática les puede servir para entender Historia, o que Arte puede jugar un papel en Ciencias. No obstante, los estudiantes conscientes perciben las similitudes en objetos e ideas aparentemente muy diferentes, y crean nuevas categorías con esta información.

Enfatizar los procesos sobre los resultados

Usualmente, la sociedad y la escuela obligan a las personas a pensar en sus vidas en términos de sus logros. En un proceso de orientación, *¿cómo lo hago?, en lugar de ¿lo puedo hacer?, dirige la atención hacia la definición de los pasos necesarios sobre la marcha* (p. 34). Tomar cada etapa como viene, también permite efectuar cambios y modificaciones que produzcan mejores resultados.

Este tipo de enfoque conduce a los estudiantes a entender los proyectos grandes en pequeños pedazos, al pensar qué hacer en el siguiente paso, en lugar de pensar en todo a la vez. Los docentes pueden ayudar a los estudiantes a concentrarse en procesos, al indicarles que todos los

resultados están precedidos por procesos y que algunos procesos son más efectivos que otros. Proveer a los estudiantes de herramientas para planificar e implementar procesos, puede contribuir a convencerlos del valor de poner atención en cómo se logran las cosas y de invertir menos tiempo en pensar cómo debería verse el proyecto al final.

Aceptar la incertidumbre

Muchas personas confían en lo predecible. Les gusta saber que B sigue después de A, y que así será siempre. Quieren poder planificar cosas que sucederán exactamente del modo que siempre lo hacen. No obstante, las personas conscientes saben que el mundo es un lugar confuso, impredecible y muchas veces caótico.

Los estudiantes que se sienten cómodos con la incertidumbre y la ambigüedad, tienen una gran ventaja cuando se trata de pensamiento racional. Es menos probable que saquen conclusiones precipitadas justo del modo como deberán darse por sentadas las cosas, y no son seducidos por respuestas simples a problemas complejos.

La predisposición a aceptar la incertidumbre puede provenir parcialmente de la personalidad, pero también puede fomentarse en todos. Muchos niños se muestran indispuestos cuando no reciben instrucciones específicas, y con frecuencia es difícil para los docentes abstenerse de decirles a los estudiantes exactamente qué hacer, en lugar de dejarlos esforzarse mientras toman sus propias decisiones. El propósito de permitir a los estudiantes debatirse en problemas ambiguos, es ayudarlos a convertirse en expertos en la resolución de problemas. La mejor manera de apoyarlos en su aprendizaje es proveerles estrategias generales, tales como estrategias de pensamiento, que luego pueden aplicar al problema específico en el que están trabajando y a otros problemas futuros similares.

No obstante, los docentes deben tener en cuenta que existe una diferencia entre permitir a los estudiantes luchar por descubrir sus propias respuestas a los problemas, y solicitarles conjeturar una respuesta sin proporcionarles la información necesaria. Si usted sabe con exactitud qué quiere que aprendan o experimenten sus estudiantes, entonces el pedirles que luchen por averiguarlo en ausencia de instrucciones, tiene el efecto opuesto de una incertidumbre genuina y auténtica. Ese método les hace sospechar que el motivo por el cual el docente no quiere brindarles indicaciones específicas, es inducirlos a caer en el error.

El concepto del pensamiento consciente puede ser útil en las aulas. Mientras otros marcos conceptuales, tales como los *hábitos de la mente*, de Costa, y las *disposiciones del pensamiento*, de Tishman y Perkins, desglosan las actitudes acerca del pensamiento en temas específicos que pueden enseñarse y evaluarse más fácilmente, un término general como *pensamiento consciente* puede ser un modo efectivo para concentrar la atención del estudiante en cómo está respondiendo a las tareas. *Recuerde ser consciente mientras esté planificando su experimento, o No olvide ser consciente mientras esté discutiendo el proyecto*, pueden ser simples recordatorios para utilizar aquellos hábitos de la mente que favorecen un pensamiento efectivo.

Referencia

Langer, E.J. (1989). *Mindfulness*. New York: Merloyd Lawrence.