

17 de septiembre, 2013

Estimada Comunidad de la Escuela Media Basalt,

¿Qué significa la Mentalidad de Crecimiento? Y, ¿por qué debe aparecer en las calificaciones de mi hijo/a? Ni siquiera sé lo que quiere decir. El año pasado un padre me hizo esa pregunta por lo menos una vez cada bimestre, quedándome en claro que estamos omitiendo un componente clave al crear el mejor ambiente de aprendizaje posible para nuestros estudiantes y padres de familia. Este año, una de mis metas es asociarme con nuestros padres y comunidad para crear una escuela que equipe a sus estudiantes con estrategias de aprendizaje estelares y una ética del trabajo persistente y resuelta. ¿Cómo realizaremos esto? Desarrollando una cultura escolar con mentalidad de crecimiento.

Así que, ¿cuál es una mentalidad de crecimiento? Simplemente, es cuando la gente cree que sus habilidades pueden desarrollarse a través de la dedicación y el trabajo duro, la inteligencia y el talento son un punto de partida nada más. Lo opuesto es una mentalidad fija, cuando la gente cree que sus cualidades básicas, como su inteligencia o su talento, son simplemente rasgos fijos. Pasan las horas documentando su inteligencia o su talento en vez de desarrollarlos.

Un buen ejemplo de la manera de pensar de una Mentalidad de Crecimiento ocurrió esta mañana cuando un chico se dirigió al Sr. Hayden, nuestro subdirector, pidiéndole instrucción en cómo ponerse una corbata para que se pudiera vestir para el día del juego de fútbol americano. El Sr. Hayden lo modeló para el chico, luego le pidió que él probara hacerlo. El chico lo intentó y fracasó. Luego intentó hacerlo otra vez y otra vez fracasó. Si el tuviera una mentalidad fija, se hubiese dado por vencido o le hubiera pedido al Sr. Hayden que lo hiciera por él. En vez, intentó y fracasó por quince minutos, pidiendo consejo pero negándose a que el Sr. Hayden lo hiciera. Después de los quince minutos de practicar con mucha concentración, errores, y retroalimentación, se alejó triunfalmente vestido para el día de juego luciendo ambos elegante y satisfecho con su logro. Esta es la esencia de una mentalidad de crecimiento.

Los estudiantes abordan su tarea de la misma manera. Algunos se dan por vencidos desde un principio cuando tienen un problema difícil diciendo cosas como, No sirvo para esto, Esto es tonto, o No puedo hacerlo. Otros, sin embargo, persisten por las dificultades, prueban varias estrategias, y aprenden de sus fracasos para lograr éxito. La frase *No puedo*, da lugar a la frase *No puedo, pero sigo aún*.

Las investigaciones muestran que la mentalidad es maleable basado en el ambiente. La gente rodeada por el lenguaje y los mensajes de la mentalidad de crecimiento tiene mucha más persistencia que aquella rodeada por ambientes que enfatizan declaraciones de mentalidades fijas. Como tal, compartiré más datos sobre el lenguaje y las estrategias de una Mentalidad de Crecimiento con los padres este año escolar. Usted puede encontrar más datos y un explicación sobre la mentalidad de crecimiento en las páginas siguientes, y también incluiré más datos en mis noticieros y en mis comentarios de Facebook.

Me emociona poder trabajar con ustedes este año escolar para asegurarnos de que los estudiantes de la Escuela Media Basalt beneficien de aprender en una cultura de mentalidad de crecimiento. En la escuela, aquellos que trabajan más duro aprenden más que el resto, y yo tengo la intención de encabezar una escuela que garantiza que todo estudiante tenga las estrategias, la mentalidad y el estímulo apropiado que necesitan para ser productivos.

Jeremy Voss, Director de la Escuela Media Basalt

Unos cuantos consejos para pensar en cultivar una Mentalidad de Crecimiento en casa:

- Ayude a los niños a recordar cuando aprendían algo nuevo con dificultad o cuando prender era un desafío. Muéstre la naturaleza evolutiva de lo que significa "mejorar", todos pasamos por el proceso de cometer muchos errores, luego practicar, y finalmente mejorar.
- Ayude a los niños a tener curiosidad cuando cometen errores. Ayúdelos a redefinir un error como información nueva, o como un paso nuevo en el proceso del aprendizaje. Adicionalmente, ayúdeles a incorporar autocorrección en su propio proceso académico.
- Ayude a los niños a oír su propia "voz" de mentalidad fija. Capturey, de manera apropiada y sutil, comparta sus propias declaraciones con ellos.
- La mayoría de los niños desconocen estos pensamientos afirmativos pues los han tenido por tanto tiempo y son subliminales.
 - Ese muchacho es genial; ni se esfuerza y lo hace bien.
 - Lo saqué mal otra vez, nunca voy a hacerlo bien.
- Ayude a los niños a responder a los pensamientos negativos con su voz de
- mentalidad de crecimiento (por ej. Provéales el lenguaje).
 - Estoy disponible a aprender nuevas capacidades para mejorar, y sé que a veces será difícil.
 - Mejoro cada vez más que practico, es difícil, pero se me hará más y más fácil.
- La práctica hace al maestro y lo hace permanente.
- Inspire mentalidad de crecimiento en la mesa
- Durante la cena: Cuénteles a su hijo/a sobre una ocasión en que usted no tenía la respuesta a una pregunta. ¿A quién acudió? ¿Cómo supo la respuesta?
- Durante el desayuno: Indague sobre las oportunidades de aprendizaje y crecimiento que tienen para el día o semana que viene. ¿Qué preguntas necesitan responder ellos? ¿Qué quieren aprender, practicar, y/o en qué quieren mejorar hoy/esta semana?
- Evite usar calificativos y en vez alabe la mentalidad de crecimiento
No se califique a usted mismo con una "mentalidad fija"
- (Por ej. Soy un/a cocinero/a terrible... Nunca serví para las matemáticas)
- Cambie el foco de la atención de su hijo/a al proceso que condujo al resultado.(Por ej. Causa y efecto)
- Alabe y valore esfuerzo
- Practique autocorrección y persistencia
- No proteja a su hijo/a de un fracaso. Pregúntele, - ¿Qué puedes aprender de esta experiencia? ¿Qué podrías hacer distinto la próxima vez?
- Muestre curiosidad en el trabajo de su hijo/a haciéndole preguntas
- ¿Cómo resolviste eso? ¿De qué otra manera pudiste haber resuelto eso?
- ¿Cuántas veces intentaste hacerlo antes de que te resultara así? ¿Qué parte te desafió y cómo lo resolviste? ¿Qué planeas hacer la próxima vez?

(Fuente: [http://www.chabotelementary.org/docs/growth_mindsets_mind-shifting-guidelines.pdf]
Chabot Elementary, Oakland, CA

¿Qué es la Función Ejecutiva/*Executive Function*?

"*Executive Function*" es un término que describe los procesos mentales que nos ayudan a conectar experiencias del pasado con acciones del presente. Usamos la función ejecutiva cuando realizamos tales actividades como planificar, organizar, crear estrategias y poner atención a, y recordar detalles.

¿Cómo afecta al aprendizaje esta función ejecutiva? En la escuela, en casa o en el trabajo, durante el día, todos los días, se espera que nosotros mismos moderemos nuestro comportamiento. Normalmente, rasgos de la función ejecutiva se muestran en nuestra capacidad de:

- *hacer planes
- *fijarse en el tiempo, no perderlo
- *llevar el control de varias cosas a la vez
- incluir en discusiones conocimientos del pasado con significado
- *entablar en la dinámica de un grupo
- *evaluar ideas
- *reflexionar sobre nuestro trabajo
- *cambiar de parecer y poder hacer correcciones en medio curso mientras pensamos, leemos y escribimos
- *terminar trabajos a tiempo
- *pedir ayuda
- *esperar a que nos dirijan la palabra antes de hablar
- *buscar más información cuando la necesitamos.

Estas aptitudes nos permiten acabar nuestra tarea a tiempo, pedir ayuda cuando la necesitamos, esperar a que nos dirijan la palabra antes de hablar en clase y buscar más datos.

¿Cuáles son algunas estrategias que ayudan a los estudiantes con la función ejecutiva?

Hay muchas estrategias efectivas que pueden usarse:

Estrategias generales

- Adaptar estrategias para el trabajo tipo *paso a paso*; confiar en soportes organizativos visuales.
- Usar instrumentos como agendas, computadoras o relojes con alarmas.
- Preparar horarios visuales y revisarlos varias veces al día.
- Pedir instrucciones escritas con dirección oral cuando sea posible.
- Planear y estructurar tiempos de transición y cambios en actividades.
- Manejar el tiempo
- Crear listas de control y listados de "quehaceres", estimando cuánto tiempo tomará hacer cada tarea.
- Dividir tareas grandes en porciones y repartir deberes largos en segmentos y asignarles marcos de tiempo para completar cada segmento.
- Usar calendarios visuales para hacer seguimiento a tareas que van a llevar mucho tiempo, fechas de entrega, quehaceres y actividades.

- Usar software administrativo, tal como *Franklin Day Planner*, *Palm Pilot*, o *Lotus Organizer*.
- Asegurarse de escribir la fecha de entrega en la parte de arriba de cada tarea.
- Organizar tu espacio y útiles escolares
- Organizar un espacio de trabajo.
- Minimizar el desorden.
- Considerar tener áreas de trabajo completamente separadas con materiales para cada actividad.
- Fijar una hora semanal para limpiar y organizar el área de trabajo.

Organizar tu trabajo

- Hacer una lista de control para realizar tareas. Por ejemplo, la lista de control de un estudiante podría incluir cosas como: sacar lápiz y papel; ponerle mi nombre al papel; ponerle la fecha de entrega al papel; leer las instrucciones; etc.
- Reunirse con un maestro o supervisor con regularidad para revisar trabajos;
- buscar soluciones a problemas.

En pocas palabras

- El cerebro sigue madurando y desarrollando conexiones bien entrada la edad adulta, y las capacidades de la función ejecutiva de una persona se forman por ambos cambios físicos en el cerebro y por experiencias de la vida, en el aula y en el mundo en general.

Atención a primera hora en el desarrollo eficiente de capacidades en esta área puede ser muy provechoso, y por lo general, instrucción directa, alentar con frecuencia y retroalimentación explícita se recomiendan enfáticamente.

(Seleccionado de: *National Center for Learning Disabilities (NCLD)* (2005)

[<http://www.nclld.org>] www.nclld.org)

Lecturas Adicionales

- *Late, Lost, and Unprepared: A Parents' Guide to Helping Children with Executive Functioning* por Joyce Cooper-Kahn
- *Smart but Scattered: The Revolutionary "Executive Skills" Approach to Helping Kids Reach Their Potential* por Peg Dawson
- *Executive Function Fact Sheet*: [<http://www.ldonline.org/article/24880>] <http://www.ldonline.org/article/24880>
- *Executive Function: Skills for Life and Learning*. Un video de 5 minutos por el *Harvard's Center on the Developing Child*: http://developingchild.harvard.edu/resources/multimedia/videos/inbrief_series/inbrief_executive_function/