

Encuentro de Servicios de Orientación de Escuelas Secundarias

“COMPARTIENDO LAS BUENAS PRÁCTICAS”

Facultad de Filosofía y Letras

Universidad Nacional de Cuyo

El misterio del cerebro adolescente

Autora: Irrera, Roxana.

INSTITUTO MAIPÚ DE EDUCACIÓN INTEGRAL -47- PS.

Email: roxanairrera@yahoo.com.ar

Eje. 2. Trabajo con docentes

Palabras claves: psiconeuroeducación, adolescentes, motivación, atención, memoria.

Objetivos de la propuesta: * Capacitar a los docentes sobre el funcionamiento del cerebro adolescente.

*Consensuar con el equipo docente estrategias de abordaje de las problemáticas adolescenciales.

Destinatarios: profesores, psicopedagogos, psicólogos, educadores.

Problemática y fundamentación:

Si bien las problemáticas que llegan al equipo de orientación son diversas, se ha observado que un alto porcentaje de ellas tienen como base: “los excesos”. Así nos encontramos con abuso en el uso de tecnología, **uso de pirotécnica, disturbios sociales, trastornos de conducta alimentaria, etc.** Estas problemáticas se trabajan con mayor carga horaria con los dos últimos años de nivel medio, ya que en los festejos juveniles se hacen más visibles: como por ejemplo presentación de camperas (incluyendo la previa), el día del estudiante, el UPD en los quintos años, fiesta de graduación, etc.

Dentro del calendario escolar ideamos la capacitación a docentes un mes antes de la presentación de camperas de los cuartos años. **Los temas elegidos fueron los siguientes:** “El cerebro adolescente”, “Motivación y atención”, “Fortalezas personales, ambientales y sociales”, “Resiliencia”.

El cerebro adolescente.

La adolescencia resulta, una de las etapas de la vida en la que se transita por superficies inestables. Esto permitió dar cuenta, por ejemplo, de las cruciales modificaciones por las que atraviesa el cerebro humano en su pasaje de la adolescencia.

¿Existen diferencias entre un cerebro adolescente y un cerebro adulto? Los resultados de laboratorio apoyan una idea central: **el proceso de maduración de varios circuitos neurales durante la adolescencia está aún incompleto.**

El adolescente, en preparación hacia la adultez, se le presentan nuevos desafíos cognitivos: se complejiza el material que enfrenta a nivel escolar, debe empezar a tomar sus propias decisiones y tiene nuevas demandas, especialmente las atencionales. Para ello, ya en sus fases más tempranas, madura una porción del cerebro importante en la atención motivacional: el llamado “giro cingulado anterior”. Esta región también monitorea los procesos conflictivos, al orientar la toma de decisiones. También maduran el hipocampo, que se desarrolla hasta los 18 años, y la amígdala.

Características de los adolescentes de hoy o centennials

El campo de la comunicación siempre tiene que estar dispuesto a mutar con las nuevas perspectivas de las generaciones, por eso, entender y crear mensajes efectivos para los centennials es el reto más frecuente de hoy. Ésta generación no conoció el mundo sin internet. Son nativos digitales, la mayoría de la publicidad que consumen está en las redes sociales, lo impreso parece ser que no es lo de ellos. La mayoría de las veces no se informan por los medios tradicionales.

Mediante ciertos estudios neurológicos, se llegó a la conclusión de que hay 5 segundos para retener la atención de chicos y chicas que nacieron entre 1994 y 2010. “Es una generación cuya cultura está definida por el instante, la fugacidad, la velocidad y la fragmentación. Todo eso puede generar mucha ansiedad, problemas de atención, concentración y memoria” y enfatiza: “No es cierto de que se puedan hacer varias tareas a la vez. Para hacer una nueva el cerebro tiene que desenfocarse de la que está haciendo, y eso opera en detrimento de la primera”.

Es una generación que se caracteriza por los excesos. “los adolescentes están afectados por varios estímulos, sobre todo por la tecnología”. Ese bombardeo continuo los hace más impulsivos y les genera más impaciencia porque la realidad no tiene esos ritmos ni es tan atractiva. En ese contexto, para optimizar la comunicación, se sugiere dar mensajes **cortos y directos.**

¿Por qué tienen tanta dificultad para controlar sus impulsos? Durante la adolescencia se produce un desajuste en la maduración de ciertas áreas cerebrales. Mientras el sistema límbico que impulsa las emociones, se intensifica en la pubertad, la región que controla los impulsos, la corteza prefrontal no termina de madurar hasta los 20-25 años.

Debido a ello, ante situaciones emocionales que implican una decisión, el sistema límbico prevalecerá frente al control cognitivo que todavía se halla en proceso de desarrollo. Por ello los educadores debemos estimular actividades que desarrollen el juicio crítico, el sentido común, es decir, estimular la actividad de los lóbulos frontales. El cerebro para cada función trabaja como un todo.

Comprender como aprende el cerebro será la luz que nos guiará en la planificación de nuestras clases para lograr una apropiación del aprendizaje más sólida en los estudiantes. Este camino nos lleva a trabajar los dispositivos básicos del aprendizaje. Éstos serían: la motivación, la memoria y la atención. Solemos atender a aquellos estímulos que nos impactan positiva o negativamente.

La **motivación** es la base del aprendizaje. Las estructuras que intervienen en la motivación son: tálamo, corteza prefrontal, amígdala, el área tegmental ventral (mesencéfalo), núcleo acumbes, el ventral pálido. Todo esto da lugar a una respuesta motora si todo anda bien. El cerebro lo único que sabe hacer es mover músculos y estimular glándulas. Los interrogantes, los desafíos o el “como se hace” ahí aparece el aprendizaje.

Los dispositivos del aprendizaje: Son fenómenos innatos, indispensables en todo aprendizaje común entre el hombre y los animales y sustentable en una fisiología y nivel estructural en el SNC. Entre ellos estarían la motivación, la atención y la memoria.

Motivación: es el impulso y el esfuerzo que se requiere para satisfacer un deseo o una meta. Por eso la atención, la memoria y la motivación son innatos, no se aprenden. Cuando nacemos, si no están estos desarrollados genéticamente en nuestro cerebro el aprendizaje va a ser dificultoso incluso nulo. Es la **base** de la **atención** como de la **memoria**. Tiene que ver con la **afectividad**. Además nos hace **superar** cansancios y dificultades.

Sin motivación no hay atención y sin atención no puede haber memoria. ¿Qué es la motivación para el aprendizaje? “ES EL PROCESO PERMANENTE MEDIANTE EL CUAL, EL DOCENTE CREA LAS CONDICIONES, DESPIERTA Y MANTIENE EL INTERÉS DEL ESTUDIANTE PARA SU APRENDIZAJE TENIENDO EN CUENTA EL DESARROLLO PSICONEUROCOGNITIVO DE SUS ALUMNOS”.

Por último, trabajamos las fortalezas universales de los adolescentes, que nos lleva al concepto de resiliencia. Este concepto nos centra en los factores protectores que pueden ser propios como la inteligencia, locus de control interno, sentido del humor y habilidades empáticas; o externos o circunstanciales como la cohesión familiar, al menos un padre amoroso, sentido de pertenencia escolar, etc. Es difícil saber si un adolescente relativamente no desafiado por el ambiente la está desarrollando, y porque estar libre de riesgos no significa necesariamente estar preparado para la adultez.

Acciones realizadas: en 2018 se realizaron capacitaciones docentes en IMEI con una asistencia de 30 profesores aproximadamente de nivel medio. Se destinó una semana para que cada docente trabaje con su grupo durante sus horas de clases. Los lineamientos fueron identificar las fortalezas del grupo de modo que sirvieran como base para desarrollar el siguiente tema: “Sí a los festejos juveniles, pero sin excesos”. Cada docente implementaría una dinámica grupal con la que se sintiera cómodo, como realización de afiches, debates, exposición de casos, etc. Luego se haría una puesta en común y cierra el encuentro el docente enfatizando las fortalezas del grupo y el concepto de resiliencia. Luego los docentes dan una devolución al servicio de orientación, que según las problemáticas surgidas sigue trabajando con talleres grupales. Las capacitaciones se intensifican durante las jornadas del calendario escolar, de modo que haya continuidad en el proyecto. En 2019 se invitó a un médico especialista en adicciones que dio una charla para alumnos y profesores. De acuerdo a las inquietudes surgidas en la charla, se nombró a tres docentes para que trabajaran con los cuartos y los quintos años la siguiente temática: “los mitos en las conductas adictivas”. Ese docente estuvo en contacto con el servicio de orientación donde la modalidad de trabajo fue la misma que la implementada el año anterior.

Resultados: Se observó un aumento en la motivación durante las actividades áulicas tanto de alumnos como de profesores enriqueciendo el trabajo y fortaleciendo el vínculo entre ambos. También surgieron nuevas temáticas a desarrollar según las inquietudes de cada grupo. Y en los festejos estudiantiles hasta el día de la fecha se realizaron ordenadamente.

Bibliografía:

Facundo, Manes. “Usar el cerebro”. Editorial. Planeta.

UNIVERSIDAD FAVALORO. INECO. Material del “Curso anual de Neurociencias Cognitivas, Neuropsicología y Neuropsiquiatría”. (A Distancia 2007).

