



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 23 – OCTUBRE DE 2009

“TRASTORNOS DE LA MEMORIA Y SUS POSIBLES INTERVENCIONES”

AUTORÍA CLARA COLETO RUBIO
TEMÁTICA PROCESOS COGNITIVOS
ETAPA EDUCACIÓN

Resumen

La memoria es uno de los procesos psicológicos fundamentales para la intervención con nuestro alumnado. Haremos una revisión teórica por el concepto de memoria así como de todos los trastornos que podemos encontrarnos entre nuestro alumnado.

Palabras clave

Memoria, estructuras, procesos cognitivos y síndromes

1.- CONCEPTO DE MEMORIA

La memoria se puede estudiar desde el modelo del procesamiento de la información. Se aborda desde dos planos:

- 1.- Las estructuras
- 2.- Los procesos

1.1. Concepto de memoria desde las estructuras

Se habla de dispositivos o almacenes, se diferencian tres dispositivos o estructuras:

A) *Memoria sensorial*

Es el primer tipo de almacén por el que pasa la información, en el que se mantiene la información una fracción de segundo. En el que el estímulo aparece como una réplica exacta.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 23 – OCTUBRE DE 2009

Estas memorias son específicas para cada analizador o sentido. Son altamente vulnerables o sensibles a la interferencia producida por un nuevo estímulo.

Si esta información presente en la memoria sensorial no se codifica y se convierte a una forma más duradera, inmediatamente se perderá.

Las más estudiadas son:

- La icónica: visual
- Ecoica: información auditiva

B) Memoria a corto plazo: M.C.P o memoria primaria o de trabajo

A veces también se llama SPAN atencional o SPAN verbal. Dura más tiempo que la anterior, alrededor de un minuto más o menos. La información se almacena en un dispositivo para el habla. Si la información no se procesa y pasa a un soporte más estable se pierde la información. Este almacén es diferente de la M.L.P que es un soporte más estable

Desde hace años se sabe que nuestra especie dispone de una capacidad limitada para procesar información en la M.C.P. Se pueden recordar entre 7 ± 2 números.

Para hacer el proceso de codificación una de las variables que se llevan a cabo es la información de bloques (se unen las unidades y se agrupan en bloques).

Los bloques se hacen en base al conocimiento de la información dada. La estructuración de la información es clave a la hora de recordar. Se organiza la información en base a esquemas previos.

Un experimento muy ilustrativo es el de Erickson et al en 1980. Cogieron un grupo de sujetos y tras 230 horas de prácticas repartidas en 20 meses, lograron incrementar la M.C.P verbal para dígitos. Partían de 7 ± 2 . La estrategia era enseñarles a hacer agrupaciones. Al final llegaron hasta 79 dígitos. Después se les cambiaron los estímulos, ya no eran dígitos sino letras. Los resultados fueron entre 6 y 7 letras. Llegaron a la conclusión de que las estrategias de agrupamientos son específicos para cada estímulo.

Sobre la M.C.P hay varios modelos que intentan explicar cómo estaría organizada.

- *Modelo de Baddley*: dice que la M.C.P estaría organizada en base a tres subsistemas:
 - Administrador central o sistema ejecutivo central.
 - Sistemas subsidiarios:
 - Almacén fonológico
 - Registro visoespacial

El almacén fonológico está ligado a la fonología articulatoria y el registro visoespacial es de naturaleza visual. El administrador central es el ejecutor, que se vale de los dos subsistemas dependiendo de la labor que se quiera llevar a cabo. Además de a través de los sentidos, también se puede recuperar información de la M.L.P y se lleva al administrador central.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 23 – OCTUBRE DE 2009

Almacén fonológico: desde los 60 se sabe que cuando mandamos a un sujeto que memorice un conjunto de letras que se presentan visualmente escritas sucede que los errores se dan con más frecuencia entre las letras fonológicamente similares. Este hecho se interpreta cómo una prueba de que los sujetos usaban un soporte fonológico. Este es el “*efecto de similitud fonológica*”, que viene a decir que los estímulos que son más distantes fonológicamente se recuerdan mejor que los que son similares fonológicamente.

“*Efecto del habla no atendida*”: el recuerdo de palabras presentadas visualmente, se deteriora si simultáneamente se presenta a los sujetos un material hablado y relevante. Este material irrelevante accede al bucle fonológico involuntariamente y consecuentemente está interviniendo en el recuerdo.

“*Efecto de la longitud de las palabras*” se demostró que era más fácil recordar a corto plazo las palabras cortas que las largas.

El almacén fonológico es sensible a la longitud de los estímulos a recordar.

“*Efecto de la supresión articulatoria*” consiste en efectuar una tarea de memoria verbal, pidiendo a la mitad de los sujetos que mientras efectúan la tarea estén repitiendo una palabra o sílaba. Esto interfiere con el recuerdo de información fonológica.

Registro visoespacial: Hay menos datos e informaciones sobre su existencia. Uno de los más claros tiene que ver con el “test de Cubos de Corsi” que es una versión no verbal de la prueba de dígitos; en esta se sitúa el examinador delante del sujeto y se le dicen dígitos a razón de uno por segundo, se manda que los repita, si lo hace bien se van aumentando los dígitos.

En la de cubos, se sientan los dos en una mesa con unos cubos en los que hay números que sólo ve el examinador. Y va señalando unos cubos que el examinado debe volver a tocar en el mismo orden. En relación al bucle fonológico, las áreas asociativas del lóbulo temporal izquierdo juegan un papel muy importante en el almacén fonológico. Se conoce esto por las lesiones cerebrales y las pruebas con PET. En la PET también se ve que en Broca hay una activación especial en estas tareas cuando al sujeto se le permite repasar. En caso de los cubos del almacén visoespacial, esta prueba se altera cómo consecuencia de lesiones posteriores en ambos hemisferios, pero sobre todo en el hemisferio derecho.

Administrador central: también se llama sistema ejecutivo central, es el centro responsable del procesamiento de la información y del almacenamiento temporal de los diferentes productos. Este sistema es poco conocido y está a caballo entre la memoria, la conciencia y las funciones de planificación y programación que Luria adjudicaba a los lóbulos frontales. Existen sujetos que tienen una memoria verbal muy limitada pero tienen una buena comprensión de frases largas.

C) *Memoria a largo plazo: M.L.P o memoria secundaria*



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 23 – OCTUBRE DE 2009

Dentro de la memoria secundaria se hace una diferenciación entre la memoria a largo plazo reciente y remota, tiene que ver con el tiempo, la primera va desde unos minutos hasta unos meses, muy relacionada con el hipocampo (se sabe por las lesiones cerebrales)

La remota perdura durante años, de un modo permanente aunque no inmutable, el soporte parece ser que tiene que ver con las cortezas asociativas.

La M.L.P hace referencia a algún tipo de almacén o soporte en el que los recuerdos permanecen desde unos minutos hasta toda la vida. La mayor parte de los autores consideran que la capacidad de almacenamiento es virtualmente ilimitada.

El estudio de esta memoria está muy ligado al “síndrome amnésico”. Durante años se ha intentado comprender cuál es la dimensión relevante que mejor describe las capacidades de memoria preservadas y alteradas en estos pacientes porque el perfil es muy particular.

Una de las primeras dimensiones que se estudió en la memoria es la dimensión dicotómica:

Memoria declarativa/memoria procedimental: se pensó que los amnésicos tenían bien la memoria procedimental y mal la declarativa.

La memoria declarativa hace referencia a contenidos que son fácilmente declarables. Sería el saber que...

La memoria procedimental alude a informaciones más cercana a lo que conocemos cómo habilidades que en general es más difícil verbalizar. Sería el saber cómo...

Implican sesiones de entrenamiento con ensayo-error para el aprendizaje.

Algún autor incluye aquí nuestro conocimiento de la gramática.

Estas habilidades no se pierden en la amnesia, si ya se poseen, y si no las tenía, puede aprenderlas, a pesar del problema de memoria.

La segunda dicotomía es:

Memoria episódica/ memoria semántica

La memoria episódica hace referencia a nuestra capacidad para recordar información dentro del contexto en el que aparece. Suelen ser hechos o acontecimientos autobiográficos. Ej. Acontecimientos vividos.

La memoria semántica: es un sistema o almacén en el cual se recoge información, se guarda sin referencia al contexto o al espacio-tiempo. Ej. Conocimiento sobre el mundo: capital de Francia... No se recuerda el momento en que lo aprendemos.

En los amnésicos está más afectada la memoria episódica.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 23 – OCTUBRE DE 2009

La tercera dicotomía:

Memoria explícita/ memoria implícita

La memoria implícita se define como la memoria de un acontecimiento pasado sin tener un recuerdo consciente de dicho suceso. Ej. Prinning. Activación previa de una palabra sobre una tarea posterior.

Ej. Se cogen dos grupos, uno con sujetos amnésicos y otro control. Primero se presenta una lista de palabras, después se presenta una información parcial con los estímulos degradados y se les manda evocar lo que se le ocurra ante el estímulo degradado o se les pide una tarea de recuerdo ante el estímulo degradado.

La memoria explícita es la memoria consciente de un acontecimiento o suceso.

1.2.- Concepto de memoria desde los procesos

Registro: En este están implicados diferentes mecanismos. Durante un tiempo se pensó que la información que se almacenaba a largo plazo tenía que pasar necesariamente por la M.C.P.

Esto fue así hasta 1970, cuando dos autores describen a un paciente que tenía una lesión en la porción inferior del lóbulo parietal izquierdo y a pesar de que podía repetir palabras aisladas no podía repetir series de palabras, es decir, sólo repetía dos palabras (se parece a un problema de M.C.P), tenía memoria a largo plazo correcta.

Memoria sensorial --- M.C.P --- M.L.P

Dentro de este proceso de adquisición, algún autor subraya el nivel de codificación o procesamiento, dice que la información la podemos procesar de un modo más superficial o más profundo.

Tendrá más ventaja la información que se procese en un modo más profundo.

La ventaja depende de cómo se evalúe el aprendizaje.

Otro aspecto implicado en la adquisición es la formación de bloques, paquetes (chunks), se hace en la medida en que se esté relacionado con la información a recordar.

Tenemos capacidad para contextualizar la información autobiográfica que pertenece a la memoria episódica, (al tiempo que retenemos la información, la podemos situar en un contexto)



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 23 – OCTUBRE DE 2009

Retención: Mantener los recuerdos. Se diferencian dos procesos o mecanismos.

- Consolidación: se hipotetiza la existencia de un mecanismo mediante el cual las huellas de la memoria se estabilizan.

En pacientes con problemas en la M.L.P, cuando la causa es un traumatismo craneoencefálico o la terapia electroconvulsiva, existe un periodo de tiempo inmediatamente anterior a la lesión del que nunca se va a poder recuperar la información.

- La reconstrucción de los recuerdos: cuando almacenamos algo, las huellas o recuerdos no permanecen indefinidamente inalterables, sino que se van reorganizando con otras informaciones y recuerdos del mismo tipo de información.

Los recuerdos no permanecen inalterables, sino que se van reorganizando.

Recuperación: una prueba evidente de la existencia de este recuerdo son los fenómenos de amnesia transitoria que sucede tras una lesión cerebral o traumatismo y que meses después desaparece totalmente. Ninguno de estos procesos por sí solos pueden ilustrar las causas de los síndromes amnésicos. Están todos relacionados.

2.- MEMORIA Y ENVEJECIMIENTO

Parece que la memoria sensorial no declina con la edad. En cuanto a la M.C.P, los resultados son contradictorios, si declina es mínimamente, lo hace más cuando las tareas son complejas y requiere manipular la información. Se empeora cuando se trata de la prueba de dígitos inversos.

En la M.L.P existe un declinar fisiológico de la capacidad para retener información. Existe un gradiente temporal o ley de Ribot, que hace que la información más lejana se recuerde mejor que la más reciente. Este fenómeno es compartido con el síndrome amnésico y con el alzheimer.

No existe una prueba que determine la diferencia entre pérdida normal de memoria y la enfermedad del alzheimer. Algunos puntos que ayudan a diferenciarlos son:

- Los olvidos propios de la vejez suelen implicar a hechos, acontecimientos, recuerdos poco relevante para la persona, en cambio en el alzheimer se afectan tanto los relevantes como los irrelevantes.

- Los de alzheimer suelen presentar cierto grado de anosognosia (no se quejan del problema)



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 23 – OCTUBRE DE 2009

de memoria) los ancianos sí lo manifiestan.

- En el alzheimer con frecuencia la pérdida de memoria se acompaña con algún grado de desorientación espacial y temporal.

3. SÍNDROME AMNÉSICO

Pérdida selectiva de la M.L.P en sus dimensiones retrógrada o anterógrada, en ausencia de una disfunción cognitiva generalizada.

Aspectos claves:

- El fallo de memoria es global. No afecta sólo a una modalidad sensorial.
- Normalmente se preservan los aprendizajes motores adquiridos con anterioridad a la lesión y son capaces de adquirir otros nuevos.
- Una característica variable es la desorientación, sobre todo en tiempo y lugar, casi nunca en personas.
- Fabulación, también es variable, no siempre está presente, es una tendencia a inventar, rellenar los huecos con información inventada.
- Gradiente temporal: lo comparte con el alzheimer.
- La M.C.P se encuentra preservada.
- Preservación de las funciones superiores cognitivas que no dependen directamente de la memoria.
- Está preservada la capacidad para aprender por condicionamiento clásico (Paulov)
- En el alzheimer el priming no se preserva.
- El Síndrome amnésico existe también con carácter evolutivo, también se llama disnesia evolutiva.

4. TAXONOMÍA DE LOS TRASTORNOS DE MEMORIA

4.1. Amnesias permanentes

Alcoholismo crónico: o síndrome de Korsakoff o encefalopatía de Wernicke Korsakoff: inicialmente se identificaron dos procesos patológicos independientes que son la encefalopatía de Wernicke y el síndrome de Korsakoff, luego se vio que era lo mismo, La encefalopatía era la fase aguda del síndrome.

Este síndrome aparece en alcohólicos crónicos, el trastorno aparece como consecuencia de un problema en la vitamina B-1 o Tiamina, se piensa que el mecanismo por el cual tiene este problema es por un problema en el hígado para almacenarla.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 23 – OCTUBRE DE 2009

El déficit de la tiamina genera lesiones diencefálicas, concretamente en los mamilares. El déficit de B-1 interfiere en la síntesis de neurotransmisores como el GABA.

Estirpación quirúrgica de áreas cerebrales temporales medias: son ablaciones temporales

mediales. Un caso típico es el de H.M, un paciente epiléptico, joven, que en los 50 se sometió a una intervención quirúrgica para tratar la epilepsia y consistía en estirpar la porción medial del lóbulo temporal de cada hemisferio: hipocampo, las amígdalas y corteza cerebral subyacente, descubrieron entonces, tras la operación que habían generado un síndrome amnésico, son consecuencias dramáticas e irrecuperables.

Si la lesión es unilateral las consecuencias no tienen nada que ver, no hay síndrome amnésico.

A principios de siglo, Papez, presentó un circuito que pensaba relacionarlo con la memoria.

- ⇒ Hipocampo => fornix
- ⇒ Mamilares => tálamo, T.A
- ⇒ Cíngulo

Las estructuras implicadas en este circuito participan en la memoria.

Accidentes vasculares: hemorragias, infartos: Algunos de los casos descritos pone de manifiesto que deben ser varios infartos.

- Rotura de la aneurisma en la comunicante anterior, esto provoca una lesión que produce síntomas relacionados con las funciones del frontal y problemas de memoria.

Anoxia o hipoxia cerebral: Puede suceder en el curso de intervenciones quirúrgicas, se produce una oxigenación insuficiente del cerebro. Algunas neuronas del hipocampo son ultrasensibles a la pérdida de oxígeno.

Un paciente R.B, sometido a una operación a corazón abierto en el 86, sufrió una anoxia

transitoria, al salir había contraído una severa amnesia aunque no tan grave como la de H.M. Más tarde, en su autopsia, tras 4000 cortes, lo único que se encontró fue una alteración en las neuronas del hipocampo.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 23 – OCTUBRE DE 2009

Encefalitis herpética: cuando llega al encéfalo, en lugar de afectar a todo el encéfalo sólo afecta a los lóbulos temporales y da lugar a un cuadro amnésico.

4.2. Síndromes amnésicos transitorios

Son similares a los anteriores. Tiene un componente de amnesia retrógrada y otra anterógrada.

El trastorno es transitorio, tras un periodo de tiempo, el sujeto recupera la capacidad para retener y evocar información, puede quedar una laguna mnésica permanente.

Entre las causas:

⇒ *Traumatismos craneoencefálicos*: Sobre todo en los cerrados suele haber un patrón prototipo en la amnesia post-traumática: APT, después de un traumatismo. Suele ser transitoria aunque también puede ser persistente.

⇒ *Amnesia global transitoria*: trastorno de memoria global y transitoria, no hay una causa conocida. No hay lesión que lo justifique. Características:

- Puede cursar con confusión mental pero no con una clara pérdida de conciencia o epilepsia.
- Duración de unas 6 horas, los extremos son entre 1 y 24 horas.
- Suelen tener una alteración retrógrada de duración variable, pero sobre todo una amnesia anterógrada. Los recuerdos remotos y los relativos a la identidad personal están intactos.
- Se suele afectar más la memoria episódica que la semántica.
- No tienen signos neurológicos acompañantes.
- No confundir con amnesia transitoria de la que sí se conoce la causa.

De entre los acontecimientos que son desencadenantes del problema de memoria:

- Exposición brusca a bajas temperaturas.
- Situaciones de fuerte tensión emocional
- La actividad sexual

Existen hipótesis sobre las causas que producen estas amnesias.

- Cuadro epiléptico o desorden bioeléctrico
- Alteraciones de tipo vascular

Aunque no se sabe con certeza.

En contra de la primera es que esta pérdida de memoria rara vez es recurrente. En contra de la segunda es que rara vez los pacientes con amnesia tiene signos neurológicos concomitantes.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 23 – OCTUBRE DE 2009

Algunos autores diferencian también la *Amnesia parcial* en contraposición a la global, aunque no es frecuente hablar de ella. Son aquellos trastornos de memoria que afectan a una sola modalidad sensorial o a algún aspecto o capacidad concreto dentro de una modalidad sensorial.

Ej. Disociación entre contenidos verbales y visuales suele considerarse amnesia parcial.

En la amnesia para contenido verbal hablamos de lesiones izquierdas.

En la amnesia para contenido visual hablamos de lesiones derechas.

También suelen considerarse cuadros de amnesia parcial:

- Afasias que afectan al lenguaje
- Agrafias
- Agnosias

4.3. Diagnóstico diferencial entre síndrome amnésico y Demencia o Estado confusional o delirio.

En relación al *estado confusional*: los criterios diagnósticos diferenciadores son:

- Que las funciones superiores están disminuidas
- La M.C.P es el estado confusional está alterada mientras que en la amnesia está bien.

Con la *demencia* es más complicado sobre todo en las primeras fases del alzheimer, los síntomas suelen ser muy variables, aunque uno de los más tempranos son los problemas de memoria. Es muy difícil hacer un diagnóstico muy preciso. Uno definitivo sólo se hace con la autopsia.

Se hacen por exclusión.

- Normalmente en el alzheimer, el inicio es insidioso, no hay inicio brusco, sí en el síndrome amnésico.
- A medida que avanza la enfermedad se deterioran las funciones superiores.
- En el componente de la M.L.P no hay diferencia.

5.- ORIENTACIONES PARA EL DESARROLLO COGNITIVO Y DE LA MEMORIA

Desde el centro escolar realizamos diferentes actividades que desarrollan y estimulan la memoria. Algunas de las actividades que podemos destacar son:



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 23 – OCTUBRE DE 2009

- Estimular el conocimiento de conceptos básicos espaciales, temporales, de forma, colores...
- Estimular factores como la curiosidad, imaginación, atención...
- Indicar los colores de las cosas cotidianas (sol, naranja, hierba, cielo...).
- Jugar a clasificar por colores, formas, tamaños. Para ello puede usar material como: pinzas de la ropa, botones, juguetillos, canicas...
- Jugar a situar objetos en el espacio; aprenderá conceptos básicos que luego deberá aplicar en el colegio (delante-detrás, arriba-abajo, cerca-lejos, dentro-fuera, alto-bajo,...).
- Para introducir al niño en el reconocimiento de números use juegos como la oca o el parchís.
- Ayúdala a descubrir los números que encuentra cada día: puerta, piso, teléfono, monedas...
- Para enseñarle a contar, hágalo con cosas concretas (cucharas, botones, galletas, árboles...).

Desarrollan la inteligencia, la memoria y la imaginación juegos y actividades como:

- Disfrazarse.
- Adivina-advinanza, veo-veo...
- Absurdos y errores. Por ejemplo: ¿qué pasa si echamos el agua sin quitar el tapón de la botella?, ¿qué pasa si metemos un helado en el horno?, supongamos que..(hay árboles de caramelos, llueve leche...).
- Ponerles distintos finales a los cuentos.
- Enseñarle a contemplar objetos desde diferentes puntos de vista: el teléfono por debajo, el cuadro por detrás...
- Observar objetos con una lupa comentando lo que ven.
- Hacer preguntas abiertas que susciten interés, desconcierto, deseos de profundizar...
- Acudir a exposiciones, títeres, teatros, museos...y conversar sobre lo que han visto.

Puzzles y rompecabezas son una actividad lógica que desarrolla también la atención, la memoria, la orientación espacial y la percepción de formas. Se pueden hacer con revistas, tapas de cuentos viejos, tableros de ogame...



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 23 – OCTUBRE DE 2009

Juegos desmontables, de construcción, de dominó, hilvanar cuentas o botones, emparejar colores, hojear cuentos, recortar con tijeras romas, garabatear, imitar trazos...refuerzan destrezas que le facilitan el aprendizaje de la lectoescritura y cálculo.

6.- LA MOTIVACION Y LA MEMORIA: RELACIONES E INTERVENCIÓN

Numerosos autores y autoras desarrollan la conexión entre la memoria y la motivación, siendo la segunda la base fundamental de la primera. Por lo tanto uno de los objetivos que desde el centro y el aula debemos perseguir es crear un clima motivador para todos nuestros alumnos y alumnas.

La motivación la debemos entender como una capacidad más de la personalidad del individuo que es educable y que se puede desarrollar, pero que a su vez, exige una adaptación a muy distintos niveles. Para empezar a motivar a una persona hacia los estudios hay que considerar su historia e ir poco a poco sin pretender grandes avances de inmediato puesto que contamos con limitaciones ya citadas anteriormente. Los cambios precisan tiempo, son lentos. Para conseguirlos hace falta que las ayudas no desaparezcan, sean constantes.

6.1.- Orientaciones

1. Evitar las críticas negativas ante los intentos de colaboración de los alumnos.
2. Estructurar la docencia en el aula de forma no excesivamente autoritaria mezclando la directividad con la aceptación de las decisiones de los alumnos.
3. Programar trabajos en grupo o sesiones donde cada alumno pueda colaborar según su nivel.
4. Valorar positivamente los comportamientos de trabajo o de estudio o en su defecto las aproximaciones.
5. El reconocimiento del éxito de un alumno o de un grupo de alumnos motiva más que el reconocimiento del fracaso y si aquel es público mejor.
6. Conocer las causas del éxito o el fracaso en una tarea determinada aumenta la motivación intrínseca.
7. El aprendizaje significativo crea motivación, no ocurre lo mismo con el aprendizaje memorístico y repetitivo.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 23 – OCTUBRE DE 2009

8. Programar los contenidos y enseñarlos de forma que los alumnos puedan comprenderlos y aplicarlos con un nivel medio de dificultad.
9. Cuidar de que los alumnos con un bajo nivel de motivación consigan pequeños éxitos académicos para que aspiren en un futuro próximo hacia metas que exigen esfuerzos superiores.
10. Tener presente que los alumnos con baja motivación, en un principio suelen manifestar cierta resistencia a abandonar su deficiente situación motivacional puesto que temen que el posible cambio pueda aumentar su, ya de por sí, precaria situación.
11. Fomentar el trabajo cooperativo frente al competitivo.
12. Presentar tareas asequibles a las posibilidades de los alumnos.
13. Programar las actividades de la clase de forma que los alumnos puedan frecuentemente tomar decisiones. El profesor que da autonomía en el trabajo promueve la motivación de logro y la autoestima, aumentando así la motivación intrínseca.
14. Promover actividades en las que los riesgos de fracaso son moderados.
15. No exigir, dentro de lo posible, un programa que sólo se puede aprobar con un alto nivel de dedicación al estudio, puesto que los alumnos poco motivados no están dispuestos a dedicar dicho esfuerzo.
16. Llevar la clase con un nivel medio de ansiedad y evitar las situaciones extremas de máxima ansiedad o de aburrimiento.
17. Programar sesiones de diálogo por grupos de manera que los alumnos menos motivados puedan expresar sus opiniones sin miedo a ser rechazados por sus compañeros.
18. Realizar actividades o trabajos fáciles para los alumnos poco motivados, de manera que pueda valorar sus éxitos y su relativa dedicación.
19. Las tareas creativas son más motivantes que las repetitivas.

Es bueno tener presente los siguientes principios y técnicas de motivación:

- Elaboración significativa de las tareas, es decir, cuando tienen sentido para el alumno y no se centran en lo repetitivo ni memorístico.
- Aprendizaje operativo y participativo, es más motivante que el individualista y competitivo.
- Las tareas creativas son más motivadoras que las repetitivas.

C/ Recogidas Nº 45 - 6ºA 18005 Granada csifrevistad@gmail.com



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 23 – OCTUBRE DE 2009

- La actitud positiva del profesorado provoca actitudes positivas en el alumnado.
- Las expectativas del profesorado son profecías que se cumplen. El alumno tiende a rendir lo que se espera de él.
- Es muy útil la evaluación continua, para suscitar la necesidad del esfuerzo continuado.
- Hay que tener en cuenta las diferencias individuales para lograr la motivación.
- Conocer los resultados por parte del alumno es un estímulo para corregir, mejorar y obtener más rapidez.
- La organización flexible del grupo aumenta la motivación.
- Las actividades han de estar graduadas, partiendo de las más fáciles. Así el alumno va obteniendo éxitos sucesivos.
- La motivación aumenta cuando el material didáctico utilizado es el adecuado.
- El nivel de estimulación ha de ser adecuado. Si se reduce no produce cambios y si es elevado produce frustración.
- Hay que partir de la propia experiencia. El alumno ha de ver en la realidad las teorías estudiadas.

7. BIBLIOGRAFÍA

ROGER M, (2003) *Aprendizaje: teoría e investigación contemporáneas*. McGraw Hill

ALONSO TAPIA, J. (1995): *Orientación educativa: teoría, evaluación e intervención*. Madrid: Síntesis

ÁLVAREZ, M. y BIZQUERRA, R. (1996): *Manual de orientación y tutoría*. Barcelona: Praxis

MEC (1990): *La orientación Educativa y la intervención psicopedagógica*. Madrid: MEC

RODRIGUEZ MORENO, M.L. (1998): *La orientación profesional*. Barcelona: Ariel

Autoría

- Nombre y Apellidos: Clara Coletto Rubio
- Centro, localidad, provincia: I.E.S Virgen de Villadiego. Peñaflo. Sevilla.
- E-mail: Clara_Rubio00@hotmail.com