

¿Para aprender hay que esforzarse? (1)

En el artículo titulado “El valor del esfuerzo en la formación de la persona” se analiza qué se entiende por esfuerzo, cuál es la importancia que el Sistema Educativo da al esfuerzo, la relación del esfuerzo como valor de la persona con otros valores como la disciplina, la obediencia, el trabajo bien hecho, etc.

En el presente artículo queremos reflexionar sobre las posibilidades que existen de fomentar el valor del esfuerzo en el niño, la importancia que tiene el esfuerzo de la persona para un mejor aprendizaje, veremos cómo sí es posible que su hijo aprenda a esforzarse y enumeraremos (además de las ya citadas en el artículo citado) unas pautas concretas que usted, padre/madre, puede poner en práctica para ayudar a su hij@ a esforzarse.

Por **ESFUERZO** entendemos la “acción enérgica del cuerpo o del espíritu para conseguir algo”. También “empleo de elementos costosos en la consecución de algún fin” (Diccionario Espasa Calpe, 2001).

Algunos autores afirman que existe aprendizaje sin esfuerzo. Parte de verdad tienen porque hay que recordar que buena parte de las competencias funcionales que el individuo adquiere (la comunicación, la capacidad de andar, etc) se aprenden con muy poco esfuerzo. Si consideramos la segunda acepción de la definición de esfuerzo que hemos citado, el esfuerzo supone poner en juego “elementos costosos” ante una tarea, planificar los pasos que deberán realizarse, anticipar sus consecuencias, pensar en indicadores de progreso, supervisar la actividad mientras se realiza, revisar los resultados intermedios, introducir las correcciones necesarias, buscar alternativas de solución a un incidente no previsto, evaluar la adecuación del proceso seguido y la pertinencia del producto obtenido, aprender de los errores cometidos para próximas tareas, y esto sustentado sobre mecanismos de automotivación que la persona debe crear como alimentar el propio interés, controlar la ansiedad, reducir los sentimientos de miedo a fracasar, persistir en el empeño, o pedir apoyo y ayuda cuando sea necesario.

Según lo anterior, **el esfuerzo es también una cuestión de grado** como sucede con la motivación. No hay una sola manera de esforzarse, sino muchas. El simple hecho de escuchar un momento a un adulto supone para muchos niños un esfuerzo enorme aunque no se impliquen en absoluto en la explicación. Debemos tener en cuenta que el **esfuerzo en sí mismo no garantiza el aprendizaje**. Sin esfuerzo es difícil que haya aprendizaje, pero a menudo el simple esfuerzo conduce únicamente al hastío o a aprendizajes de ínfima calidad.

EL ESFUERZO SE APRENDE. Hay quien dice que todo aprendizaje implica un esfuerzo. Un factor determinante del éxito escolar en todas sus etapas es el desarrollo, cultivo y afianzamiento de la voluntad de aprender. Esta voluntad de aprender posee un doble sentido: por un lado, se trata de un querer saber (actitud de atención hacia el mundo, nosotros mismos, etc.).

Por otro, es también un querer poner los medios para saber: quiere decir, estar dispuesto a movilizar la mayor cantidad de recursos posible para conseguir el aprendizaje mediante el esfuerzo. Es preciso presentar el esfuerzo como un progreso sostenido a lo largo de un proceso de aprendizaje.

Es en el periodo de 3 a 5 años cuando se deben establecer las bases para que el individuo pueda ir interiorizando la necesidad de esforzarse como parte esencial de su responsabilidad en el proceso educativo.

Para el aprendizaje del esfuerzo contamos con una serie de principios que orientan la enseñanza de estrategias de autorregulación del esfuerzo. Estos principios son tres:

- Las estrategias se deben centrar en la comprensión de la necesidad de esforzarse en determinadas circunstancias y de ajustar ese esfuerzo al objetivo y condiciones de la tarea en cuestión.
- Las estrategias han de permitir al niño tomar conciencia del conjunto de decisiones y operaciones mentales que pueden facilitar el mantenimiento y regulación de su esfuerzo.
- Las estrategias han de focalizar el trabajo en la gestión de los factores emocionales que acostumbran a acompañar a aquellas actividades que exigen un cierto nivel de esfuerzo como pueden ser la ansiedad, el desánimo, la impotencia, la incertidumbre, etc.

Teniendo en cuenta estos principios, desde el primer momento, el adulto debe poner en juego una serie de estrategias que se resumen en favorecer el interés y anclar en esa actitud las exigencias de un rendimiento cada vez mayor.

Los padres deben saber que en el Sistema Educativo se busca alcanzar la finalidad de la personalización del esfuerzo a través de los siguientes objetivos que también se han de buscar en el ámbito familiar:

1. Suscitar el interés de los chicos, diseñando una variedad de actividades motivadoras que promuevan o faciliten el esfuerzo y logren captar el interés del niño.
2. Ayudar a organizar la información y ofrecer las herramientas necesarias que posibiliten la adquisición de los conocimientos y refuercen la confianza en las propias capacidades.
3. Diseñar estrategias para superar las dificultades, disfrutar los logros y compartir unas y otras experiencias con los demás.
4. Mantener la continuidad en la exigencia.

Pero no en todos los ámbitos familiares se fomenta de igual manera el esfuerzo. Así nos encontramos distintas formas de actuar [\(2\)](#) o **PATRONES DE CONDUCTA FAMILIAR** a la hora de inculcar en los niños este valor:

1. No querer traumatizar a los niños obligándoles a esforzarse. Creer que “bastante se han esforzado y se esfuerzan ya ellos”.
2. Incoherencia al obligar a sus hijos a esforzarse en determinados ámbitos, generalmente el académico, y no mostrar la misma firmeza ante otras cuestiones como pueden ser asumir responsabilidades en cuanto a hábitos de autocuidado, compartir tareas de la casa, prescindir de algo en beneficio de los demás..., convirtiéndose en “asistentes” de sus hijos y colaboran con la ingenua creencia de que si les liberan de estas tareas van a tener más energías y tiempo para estudiar.
3. Transmitirles un doble mensaje contradictorio: uno de modo explícito que consiste en insistir en el valor del esfuerzo para alcanzar y mantener metas de tipo material o de estatus social y otro implícito por la realidad percibida por el niño de unos padres insatisfechos por una vida extremadamente competitiva, falta de tiempo, estrés, etc. que hace preguntarse a los hijos si merece la pena esforzarse para alcanzar ese resultado.
4. Creer que es mejor no intervenir directamente en la educación de sus hijos “que la vida ya les enseñará lo que deben hacer y lo que cuesta ganarse las cosas” o bien “que la naturaleza ya se encargará de hacer su trabajo e irlos madurando”.
5. Pensar que la motivación implica entretenimiento y que básicamente ha de venir la escuela. “Mi hijo no aprende porque la escuela, los profesores o el método empleado no son atractivos para él”.
6. Obstinarse en que sus hijos se esfuercen por alcanzar metas adecuadas desde el punto de vista paterno, sin tener en cuenta las capacidades, motivaciones o intereses del niño.
7. Fijar la atención solamente en los comportamientos inadecuados y en las equivocaciones, potenciando, así, la inseguridad y la apatía.
8. Fomentar diferencias entre los roles de género, reforzando la elección de caminos distintos en función del sexo.

El problema con el que nos encontramos los adultos es que debemos enseñar a los niños a esforzarse, a comprender el valor y el sentido del esfuerzo, a esforzarse en la dirección adecuada. Para enseñar a esforzarse es imprescindible transmitir los **BENEFICIOS DEL ESFUERZO**. En primer lugar los **conocimientos** que producen una satisfacción íntima, ayudan a comprenderse a sí mismo y al mundo en el que nos ha tocado vivir. Nos ayudan a encontrar respuesta a las muchas preguntas que nos surgen; conocer las propias limitaciones y tener el valor suficiente para seguir arrancándole a la vida los innumerables secretos que encierra. En segundo lugar, los **productos del conocimiento** ya que gracias a ellos, el hombre ha evolucionado y ha conseguido mejorar su calidad de vida. Por último, el desarrollo de la propia personalidad. Con el esfuerzo, el hombre consigue el máximo de sí mismo.

BIBLIOGRAFÍA RELACIONADA CON EL TEMA:

ALONSO TAPIA, J.: "Motivar para el aprendizaje. Teorías y estrategias", Edebé. Barcelona, 1997.

BELTRÁN, J.A.; PÉREZ, L.: "Educar para el siglo XXI", Síntesis. Madrid, 2000

ESCAÑO, J.; GIL DE LA SERNA, M.: "¿Favorecemos que nuestros hijos estén motivados por el trabajo del colegio? Cuestionario para padres y madres" Aula de Innovación Educativa, nº 95. 2000

HUGUET, T.: "El papel de la familia en la motivación escolar del alumnado" Aula de Innovación Educativa, nº 101

MARINA, J.A.: "El misterio de la voluntad perdida" Anagrama. Barcelona, 1997

MONEREO, C.: "Ser estratégico y autónomo aprendiendo. Unidades de enseñanza estratégica para la ESO", Graó. Barcelona, 2001

PÉREZ, L.; DOMÍNGUEZ, P.; DÍAZ, O.: "La educación de los más capaces: guía para educadores", MEC. Madrid, 1998

[\(1\) Artículo relacionado con el titulado "El valor del esfuerzo en la formación de la persona"](#)

[\(2\) Teresa López López y Rosa M^a Sáez en "Comunicación y colaboración con las familias para promover el esfuerzo escolar de sus hijos" en Aula de Innovación Educativa, nº 1200](#)