

República Argelina Democrática y Popular
Ministerio de la Enseñanza Superior y de la Investigación Científica
Universidad Abou Bakr Belkaid -Tlemcen



Facultad de Letras y Lenguas
Departamento de Francés
Sección de Español



Trabajo de Fin de Máster
en
“La didáctica”

**La ansiedad en la atención como
factor de aprendizaje**

Presentado por:

Boualia fouzi

Ferrah amel

Bajo la dirección de:

S^R BENSAPHLA

Los miembros del tribunal:

- | | | | |
|------------------------------------|-------|------------|------------------------|
| 1. S ^R BENMEAMMAR Fouad | M.A.B | Presidente | Universidad de Tlemcen |
| 2. S ^R BENSAPHLA | M.A.A | Director | Universidad de Tlemcen |
| 3. S ^R MOHAMMEDI Ismail | M.A.A | Vocal | Universidad de Tlemcen |

Curso académico: 2015-2016

AGRADECIMIENTO

Agradecemos primero a dios que nos hayan ayudado y han dado la energía Y la fuerza para presentar y realizar nuestro propio trabajo, también a nuestros padres.

Vamos a dirigir nuestro agradecimiento en primer lugar a nuestro Director BENAMMAR jefe del departamento.

Por otro lado a nuestros profesores especialmente señor BENSAPHLA por su Excelente colaboración y sus buenos consejos para finalizar nuestro proyecto de fin de carrera.

DEDICATORIA

*Dedico este modesto de trabajo de fin de carrera el primer mi querido padre y
mi Querida mi madre.*

*A todos mis hermanos y mis hermanos HAYAT , SAMIA, ISMAEL, HICHAM,
YOUCEF*

Y mis amigos y amigas.

A todos mis queridos que conozco.

BOUALLAFOUZIA

DEDICATORIA

Dedico este modesto trabajo de fin de carrera a mi querido padre, querida mi madre.

A todas mis hermanas FATIMA AL ZAHRA, SIHAM y mis hermanos ABD EL MONAIM, FOUAD, Y SAMIR.

Sin olvidar mis queridos, y amigos y todas las personas que conozco y aprecio.

FERRAH AMEL

SUMARIO

Capítulo 1

1-definición de la ansiedad.....	02
2-tipos de la ansiedad.....	03
3-el aprendizaje.....	03
4-estilos de aprendizaje.....	05
5-la aprensión a la comunicación.....	07
6-la ansiedad a las evaluaciones.....	07
7- la influencia del temor en la atención.....	08

Capítulo 2

1-Definición de la atención.....	10
2- características de la atención.....	10
3-Clasificación de la atención.....	12
4-mecanismos implicados.....	13
5-grado de control.....	14
6-la atención y su relación con otros procesos.....	15
7-enfoque neuropsicológico de la atención.....	16
8-tipos de déficit de atención.....	19

Capítulo 3

Preguntas y gráficos.....	22
Análisis de las respuestas.....	27
Ejercicios para estimular la atención.....	28

Conclusión

Bibliografía

INTRODUCCIÓN

La atención es facultado de la mente humana tiene su propio funcionamiento, sus propios factores, fases e importancia .pero ansiedad afecta en la atención como factor de aprendizaje.

Es un problema que limita la imaginación y la emoción y el pensamiento de los estudiantes.

A partir de todo eso nuestra problemática que queremos presentarla es el afecto de la ansiedad en la atención como factor de aprendizaje.

Nuestra investigación compuesto por 3 capítulos, en el primer capítulo nos presenta la ansiedad con sus tipos que son 4, también tratamos los estilos de aprendizaje y de enseñanza que son 6 estilos, además hemos hablado sobre la atención

Pasamos a capítulo 2 donde hemos hablado sobre la atención y sus características que son 4, clasificación de la atención, mecanismos implicados, grado de control también la atención y su relación con otros procesos.

Pasamos el capítulo 3 donde hemos preguntado algunos estudiantes sobre el porcentaje de los estudiantes que afecta la ansiedad en su atención y concentración.

En fin nuestro objetivo a partir de esta investigación es presentar la ansiedad y la atención y dar algunos ejercicios que pueden ayudar a estimular la atención y saber cuántos estudiantes sufre el problema de la ansiedad

Capítulo 1: La Ansiedad

1-DEFINICION DE LA ANSIEDAD:

Ansiedad: " Se caracteriza por una abrumadora sensación de aprensión , la expectativa de que algo malo está sucediendo o va a suceder , la clase de trastorno mental caracterizado por la ansiedad crónica y debilitante (por ejemplo, trastorno de ansiedad generalizada, trastorno de pánico , fobias y trastorno postraumático del estrés) " (. Pg. 13)¹. Kaplan , H. y Sadock , B. en el libro de texto conciso de Psiquiatría Clínica (1996) afirman que la ansiedad " se caracteriza por una difusa , desagradable , vaga sensación de aprensión, a menudo acompañada de síntomas autonómicos , tales como dolor de cabeza , sudoración , palpitaciones, opresión en el pecho, y leves molestias en el estómago " (pág. 189) . Comentan que una persona que se preocupa a menudo se siente inquieta y no puede estar quieto por mucho tiempo.

A partir de estas definiciones, podemos concluir que la ansiedad es una sensación desagradable de aprensión. A menudo incluye síntomas físicos. Si la ansiedad se convierte en crónica y debilitante, que puede ser diagnosticable como un trastorno de ansiedad. Por lo tanto, si la definición de la ansiedad se puede resumir como una desagradable sensación de aprensión, ¿qué significa esto? ¿Alguna vez has experimentado esa sensación? Por supuesto que sí. Todo el mundo ha experimentado ansiedad. Todas las personas tienen ansiedad en un momento u otro. La ansiedad es una experiencia humana normal. Kaplan y Sadock² dicen que " la sensación de ansiedad es comúnmente experimentado por casi todos los seres humanos.... La constelación de síntomas presentes durante la ansiedad tiende a variar entre las personas. " (pág. 189) En otras palabras, todos experimentamos la ansiedad, pero no todo el mundo experimenta los mismos síntomas de ansiedad.

La ansiedad es un constructo psicológico descrito como "un estado de aprensión o temor vago asociado directamente a un objeto .La ansiedad en general es definida como un sentimiento subjetivo de tensión, aprensión, nerviosidad y preocupación asociada con la exaltación automática del sistema nervioso. La ansiedad es un factor afectivo que interfiere en el proceso de aprendizaje de los individuos y se ha convertido en objeto de estudio en los campos de la psicología y la educación.

¹Kalpan,h y sadock libro de texto conciso de psiquiatría clínica (1996) pag .189 .

² Ídem

2. TIPOS DE ANSIEDAD

Una de las distinciones que ha surgido de la definición de ansiedad, y que puede tener una incidencia tanto positiva como negativa en el desempeño de los individuos, es la creada por Alpert³ y Haber (citado en Scovel, 1978).

a-La ansiedad facilitadora:

La primera motiva al aprendiz a "luchar" con la nueva tarea de aprendizaje, estimula al alumno a adoptar un comportamiento de abordaje ayuda a los alumnos a superar ciertas situaciones, ya que refuerza su deseo de tener éxito.

b- La ansiedad debilitadora:

En contraste, la segunda motiva al estudiante a "huir" de la nueva tarea, estimulándole a adoptar un comportamiento de escape. Entorpece o limita el aprendizaje, puesto que los alumnos se sienten fuera de control.

c-ansiedad de estado:

Es una sensación emocional no placentera que se experimenta en un momento dado, causado por la presencia de exigencias o peligros amenazadores externos. Es una experiencia emocional transitoria que varía en duración y tiempo.

d-Ansiedad de rasgo:

Es concebida como un tipo de ansiedad asociada a un aspecto de la personalidad del individuo, quien mantiene una permanente disposición a estar ansioso.

3-El aprendizaje

Aprendizaje es un cambio en la disposición o capacidad de las personas que puede retenerse y no es atribuible simplemente al proceso de crecimiento

³Alpert y Haber (citado en scovel ,1978) .filósofos y psicológicos hablan sobre la ansiedad.

Hilgard⁴(1979) define aprendizaje por “el proceso en virtud del cual una actividad se origina o cambia a través de la reacción a una situación encontrada, con tal que las características del cambio registrado en la actividad no puedan explicarse con fundamento en las tendencias innatas de respuesta, la maduración o estados transitorios del organismo (por ejemplo: la fatiga, las drogas, entre otras)”.

Pérez Gómez ⁵(1988) lo define como “los procesos subjetivos de captación, incorporación, retención y utilización de la información que el individuo recibe en su intercambio continuo con el medio”.

Se ocupa básicamente de tres dimensiones: como constructo teórico, como tarea del alumno y como tarea de los profesores, esto es, el conjunto de factores que pueden intervenir sobre el aprendizaje”.

El aprendizaje es en esencia un cambio producido por la experiencia, pero distinguen entre: El aprendizaje como producto, que pone en relieve el resultado final o el desenlace de la experiencia del aprendizaje. El aprendizaje como proceso, que destaca lo que sucede en el curso de la experiencia de aprendizaje para posteriormente obtener un producto de lo aprendido. El aprendizaje como función, que realza ciertos aspectos críticos del aprendizaje, como la motivación, la retención, la transferencia que presumiblemente hacen posibles cambios de conducta en el aprendizaje humano.

El aprendizaje no es un concepto reservado a maestros, pedagogos o cualquier profesional de la educación ya que todos en algún momento de la vida organizativa, debemos enseñar a otros y aprender de otros:

- Al incorporarnos a un nuevo puesto de trabajo.
- Cando debemos realizar una presentación a otras personas: dar a conocer informes, nuevos productos, resultados anuales de la organización
- Siempre que necesitemos persuadir de que los que nos escuchan tomen una decisión que consideremos la mejor para ellos (y para nosotros).

4Hilgard, E.R. (1979). Teorías del Aprendizaje. México: Trillas. Mencionado por Alonso y Gallego (2000)

5Pérez Gómez, A. (1988). Análisis didáctico de las Teorías del Aprendizaje. Málaga: Universidad de Málaga.

4-Estilos de aprendizaje y de enseñanza:

Otro factor importante que puede tener un efecto en las calificaciones de alumnos, sea positivo o negativo, es si hay diferencias entre los estilos del aprendizaje de alumnos y los estilos de la enseñanza

Estilos de aprendizaje basados en tres aspectos del aula:

1. las actitudes de los alumnos hacia el aprendizaje.
2. las opiniones de los alumnos hacia sus maestros u otros alumnos.
3. las reacciones de los alumnos hacia el curso.

Los seis estilos de aprendizaje son:

Competitivo, colaborativo, dependiente, independiente, participante, y evitable y lo más importante es que los maestros den encuestas a los alumnos para determinar cuáles estrategias prefieren, porque cuando los alumnos saben sus inclinaciones propias pueden entender que cada proyecto requiere esfuerzos diferentes.

a-Al aprendizaje competitivo:

Es aquel en el que el estudiante logra su objetivo solo sin los demás. No lo hacen es decir cada alumno trabaja encuentra son los demás para conseguir su meta. Existe un grado de egoísmo en este tipo de aprendizaje ya que , no hay apoyo mutuo o confianza se trabaja de forma a independiente

b- Al aprendizaje colaborativo:

Es un sistema de interacciones cuidadosamente diseñado que organiza e induce la influencia recíproca entre los integrantes de un equipo. se desarrolló a través de un proceso gradual en el que cada miembro y todos se sienten mutuamente comprometidos con el aprendizaje de los demás generando una interdependencia positiva que no implique competencia.

Es el trabajo grupal apunta a compartir la autoridad a aceptar la responsabilidad y el punto de vista del otro , a construir con consenso con los demás.

c-Al aprendizaje dependiente:

En muchos casos los organismos recuperan información mejor si están en el mismo estado físico (desde el punto de vista de fármacos , estado de ánimo, fatiga y cosas parecidas) que cuando se realizó la codificación proceso de almacenamiento en la memoria.

d-Aprendizaje independiente:

Al aprendizaje independiente es un proceso de desarrollo de las habilidades cognitivas, psicomotrices y valórales donde el individuo asume la responsabilidad y compromiso de su propio proceso.

Esto significa que toma la iniciativa de diagnosticar sus necesidades educativas , de elegir y poner en práctica estrategias de estudio adecuadas y evaluar los resultados de sus procesos y productos.

El aprendizaje independiente exige el desarrollo de capacidades personales en los campos de las actitudes , habilidades los saberes y los procedimientos, querer aprender, tener iniciativa para aprender , definir qué aprender , buscar cómo y de donde aprender, tener idea de qué se está aprendiendo y cuando , saber evaluar o comprobar lo que se aprende y tener la iniciativa para transferir para aplicar lo que se aprende a situaciones nuevas , son algunos de los indicadores de que se tiene control del proceso de aprender.

e-Aprendizaje participante:

Es aquel en el que la persona que aprende juega un papel activo al intervenir propositivamente en la planeación , realización y evaluación del proceso de aprendizaje .

Mientras que en un aprendizaje no participativo, el estudiante escucha pasivamente, toma notas sigue indicaciones, cumple con sus deberes hace las tareas porque así se lo indicaron, repite de memoria la información que ha almacenado y estudia lo que el maestro le asigna , en el aprendizaje participativo el alumno escucha activamente . Opina pregunta , sugiere propone decide actúa , busca expresa sus ideas y sus inquietudes, en el primero es más bien un receptor pasivo que sigue instrucciones y órdenes en el segundo se trata de un sujeto activo que inicia transforma y pone algo de su parte.

f- Aprendizaje evitable:

Calificamos una conducta como de evitación cuando su ejecución impide la confrontación del organismo con un acontecimiento que tiene características aversivas.

El acontecimiento aversivo ha recibido el nombre de reforzador negativo, queriendo indicar con este nombre que la conducta se adquiere no por la presencia de un acontecimiento sino por su no ocurrencia.

-Los estilos Convergentes son buenos para aplicar ideas y resolver problemas deductivos.

-Los estilos Divergentes son imaginativos y ven fácilmente desde diferentes perspectivas.

-Los Asimiladores crean fácilmente teorías a partir de razonamiento inductivo.

- Los Acomodadores se compró meten con acciones reales en vez de solo leer y entender la teoría

5-La Aprensión a la comunicación:

Está asociada al miedo que sienten los estudiantes donde pierden la atención al momento de comunicarse con las personas de forma oral. Generan los estudiantes un descontrol en la comunicación como consecuencia del monitoreo constante al que se sienten sometidos Horwitz⁶de esto, en contexto de aulas de clases se requiere que los estudiantes participen constantemente en actividades de desarrollo de la competencia comunicativa, tal es el caso de presentaciones orales, debates, hablar voluntariamente, contribuir con las lecciones haciendo y respondiendo preguntas, entre otras.

6-La Ansiedad a las evaluaciones,

Se refiere a un tipo de miedo que experimentan los estudiantes a fracasar a la hora de ser evaluados. Los estudiantes que padecen este tipo de ansiedad frecuentemente son exigentes con ellos mismos y consideran una calificación regular un fracaso. Los individuos que experimentan este tipo de ansiedad se les

⁶Horowitz nacido en 1905 en buenos aires químico médico en psiquiatría

dificultan el aprendizaje para adoptar la atención puesto que las evaluaciones son frecuentes en contextos de aulas de clase

7-la influencia del temor sobre la atención

hace referencia al temor que sienten los individuos al ser evaluados por otros o ser evaluados negativamente ,lo que trae consigo evadir la exposición a cualquier situación evaluativa .Este tipo de ansiedad puede ocurrir en contextos sociales y en situaciones de evaluación (Horwitz;1986)⁷ Con respecto a ambientes de aulas de clases ,los estudiantes que padecen este tipo de ansiedad son pasivos , lo que dificulta el desarrollo del atención como factor de aprendizaje , trayendo como consecuencia el abandono de los estudios para evitar situaciones que le generen ansiedad .

⁷Idemhorwitzop.cit

Capítulo 2: la atención

1-DEFINICIÓN DE LA ATENCIÓN

La atención desempeña un importante papel en diferentes aspectos de la vida del hombre, tal es así que han sido múltiples los esfuerzos realizados por muchos autores para definirla, estudiarla y delimitar su estatus entre los procesos psicológicos.

Las definiciones que a continuación se citan son todas válidas, pese a que no se ha llegado a un consenso, el estudio de la atención continúa.

Reátegui (1999)⁸ señala que la atención es un proceso discriminativo y complejo que acompaña todo el procesamiento cognitivo, además es el responsable de filtrar información e ir asignando los recursos para permitir la adaptación interna del organismo en relación a las demandas externas.

Para Rubinstein (1982)⁹ la atención modifica la estructura de los procesos psicológicos, haciendo que estos aparezcan como actividades orientadas a ciertos objetos, lo que se produce de acuerdo al contenido de las actividades planteadas que guían el desarrollo de los procesos psíquicos, siendo la atención una faceta de los procesos psicológicos.

2-CARACTERÍSTICAS DE LA ATENCIÓN.

A pesar que no se ha llegado hasta la actualidad, a definir satisfactoriamente la atención dada la diversidad de criterios, la mayoría de los autores en sus intentos por lograrlo nos ofrecen una descripción o nos hablan de sus características. Si bien fenomenológicamente la orientación seleccionadora es considerada como la característica principal de la atención

Rosselló, 1998), presenta además otras características entre las que destacan:

a-La Concentración.

Se denomina concentración a la inhibición de la información irrelevante y la focalización de la información relevante, con mantenimiento de ésta por periodos prolongados (Ardila, Rosselló, Pineda y Lopera, 1997). La Concentración de la atención se manifiesta por su intensidad y por la resistencia a desviar la atención a otros objetos o estímulos secundarios, la cual se

⁸ Reátegui (1999) trata la importancia de la atención

⁹ Rubinstein 1982

identifica con el esfuerzo que deba poner la persona más que por el estado de vigilia.

La concentración de la atención está vinculada con el volumen y la distribución de la misma, las cuales son inversamente proporcionales entre sí, de esta manera mientras menos objetos haya que atender, mayor será la posibilidad de concentrar la atención y distribuirla entre cada uno de los objetos (Celada y Cairo, 1990).

¿Cómo mejorar la concentración? -Existen diferentes métodos tales como:

- Concentrémonos en los sonidos: Algún murmullo, tal vez notemos el ruido del refrigerador, o el de cualquier artefacto. Añade los propios sonidos que generas tú mismo nuestra respiración, cuando arrastras un pie, etc.
- Pensemos en olores, sabores, en el frío o calor, el movimiento de las manos al ir leyendo un libro, la sensación de saciedad que hay en nuestro estómago.
- Al leer un libro has un esfuerzo por concentrarte y dejar de pensar en el próximo examen.

b-La Distribución de la atención

A pesar que la atención tiene una capacidad limitada que está en función del volumen de la información a procesar y del esfuerzo que ponga la persona, es posible que podamos atender al mismo tiempo a más de un evento.

La Distribución de la atención se manifiesta durante cualquier actividad y consiste en conservar al mismo tiempo en el centro de atención varios objetos o situaciones diferentes. De esta manera, cuanto más vinculados estén los objetos entre sí, y cuanto mayor sea la automatización o la práctica, se efectuará con mayor facilidad la distribución de la atención (Celada, 1990; Rubinstein, 1982).¹⁰

García (1997)¹¹ señala esta característica como la amplitud de la atención, que hace referencia al número de tareas que podemos realizar en simultáneo.

¹⁰ Celada 1990 ; Rubinstein 1992. escritor y filosofo .

¹¹ García 1997 trata las características de la atención.

c-La Estabilidad de la atención.

Esta dada por la capacidad de mantener la presencia de la misma durante un largo periodo de tiempo sobre un objeto o actividades dadas (Celada y Cairo, 1990).

Es necesario recalcar que para obtener estabilidad en la atención se debe descubrir en el objeto sobre el cual se está orientado nuevas facetas, aspectos y relaciones, la estabilidad dependerá también de condiciones como el grado de dificultad de la materia, la peculiaridad y familiaridad con ella, el grado de comprensión, la actitud y la fuerza de interés de la persona con respecto a la materia (Rubinstein, 1982).

d-Oscilamiento de la atención.

Son periodos involuntarios de segundos a los que está supeditada la atención y que pueden ser causadas por el cansancio.

Para Celada (1990)¹². El cambio de la atención es intencional, lo cual se diferencia de la simple desconexión o distracción, dicho cambio proviene del carácter de los objetos que intervienen, de esta forma siempre es más difícil cambiar la atención de un objeto a otro cuando la actividad precedente es más interesante que la actividad posterior.

Esta capacidad para oscilar o desplazar la atención puede ser considerado como un tipo de flexibilidad que se manifiesta en situaciones diversas, especialmente en las que tenemos que reorientar nuestra atención de forma apropiada porque nos hemos distraído o porque tenemos que atender a varios estímulos a la vez

De otro lado, otros autores resaltan como característica del mecanismo atencional al control que se ejerce sobre los procesos de selección, distribución y sostenimiento de la atención (García, 1997)¹³, y como un mecanismo de control responsable de la organización jerárquica de los procesos que elaboran la información

3-CLASIFICACIÓN DE LA ATENCIÓN.

Existen diversos criterios que se pueden utilizar para clasificar la atención. No obstante podemos rescatar los siguientes

¹² Celada 1990. autor trata el carácter de los objetos

¹³ Idem

CRITERIOS DE CLASIFICACIÓN

Mecanismos implicados

Grade de control voluntario

Objeto al que va dirigido la atención

Modalidad sensorial implicada

Amplitud e intensidad.

Amplitud y control que se ejerce

CLASIFICACIÓN

Selectiva, Dividida, Sostenida

Involuntaria, Voluntaria Externa, Interna

Visual, Auditiva

Global, Selectiva

Concentrada, Dispersa

Se desarrollarán las dos primeras clasificaciones que han sido las más estudiadas y corresponden a las tendencias actuales en lo que al estudio de la atención se refiere.

4-MECANISMOS IMPLICADOS

a-Atención Selectiva

Es la habilidad de una persona para responder a los aspectos esenciales de una tarea o situación y pasar por alto o abstenerse de hacer caso a aquellas que son irrelevantes (Kirby y Grimley, 1992)¹⁴

¹⁴Kirby y Grimley, 1992 trata los mecanismos implicados

b- Atención Dividida

Este tipo de atención se da cuando ante una sobrecarga estimular, se distribuye los recursos atencionales con los que cuenta el sujeto hacia una actividad compleja (García, 1997).

Por su parte, Kirby y Grimley (1992)¹⁵ utilizan el término Capacidad de Atención para referirse a la capacidad de atender a más de un estímulo a la vez, resaltando su importancia para el aprendizaje escolar.

c-Atención Sostenida

Viene a ser la atención que tiene lugar cuando un individuo debe mantenerse consciente de los requerimientos de una tarea y poder ocuparse de ella por un periodo de tiempo prolongado.

De acuerdo al grado de control voluntario tenemos dos tipos de atención: Atención Involuntaria y Atención Voluntaria.

5-GRADO DE CONTROL

a-Atención involuntaria.

La atención involuntaria está relacionada con la aparición de un estímulo nuevo, fuerte y significativo, y desaparece casi inmediatamente con el surgimiento de la repetición o monotonía.

La atención involuntaria tiende a ser pasiva y emocional, pues la persona no se esfuerza ni orienta su actividad hacia el objeto o situación, ni tampoco está relacionada con sus necesidades, intereses y motivos inmediatos. Una de sus características más importantes es la respuesta de orientación, que son manifestaciones electrofisiológicas, motoras y vasculares que se dan ante estímulos fuertes y novedosos, tal respuesta es innata (Luria, 1988)¹⁶

b-Atención Voluntaria.

La atención voluntaria se desarrolla en la niñez con la adquisición del lenguaje y las exigencias escolares.

¹⁵ Idem

¹⁶ Luria, 1988 escritora y filósofa

En una primera instancia será el lenguaje de los padres que controlen la atención del niño aún involuntaria. Una vez que el niño adquiriera la capacidad de señalar objetos, nombrarlos y pueda interiorizar su lenguaje, será capaz de trasladar su atención de manera voluntaria e independiente de los adultos, lo cual confirma que la atención voluntaria se desarrolla a partir de la atención involuntaria, y con la actividad propia del hombre se pasa de una a otra constantemente.

Luria (1988)¹⁷ basado en las teorías de Vygotsky, apoya el origen social de la atención voluntaria, que se desarrolla a través de las interrelaciones del niño con los adultos, quienes en un inicio guían su atención, ésta se activa ante una instrucción verbal y se caracteriza por ser activa y consciente. La atención voluntaria es suprimida fácilmente cuando se da una respuesta de orientación, por ejemplo cuando el niño se distrae ante nuevos estímulos.

6-LA ATENCIÓN Y SU RELACIÓN CON OTROS PROCESOS.

La actividad psicológica del hombre se caracteriza por el funcionamiento conjunto e interactivo de procesos y mecanismos, las cuales tienen funciones concretas, de esta manera la atención no es una actividad aislada, sino que se relaciona directamente con los procesos psicológicos a través de los cuales se hace notar.

Para Rosselló (1998) y Tudela (1992; véase en García, 1997)¹⁸ la relación entre la atención y los procesos psicológicos radica en que la atención actúa como mecanismo vertical, que controla y facilita la activación y el funcionamiento de dichos procesos. Las relaciones que se pueden establecer son las siguientes.

a-ATENCIÓN, MOTIVACIÓN Y EMOCIÓN.

Por motivación se entiende al proceso que de algún modo inicia, dirige y finalmente detiene una secuencia de conductas dirigidas a una meta, es uno de los factores determinantes del comportamiento, y que tiene que ver con variables hipotéticas que son los motivos (Puente, 1998)¹⁹.

Ahora bien, motivación y emoción han sido considerados como factores determinantes de la atención, de este modo un estado de alta motivación e

¹⁷ Luria 1988 trabaja sobre las teorías de la atención voluntaria.

¹⁸ Rosselló (1998) y Tudela (1992; véase en García, 1997) los procesos psicológicos del atención

¹⁹ Puente 1998 autor filósofo trata la relación entre la tres procesos

interés estrecha nuestro foco atencional, disminuyendo la capacidad de atención dividida, así como el tono afectivo de los estímulos que nos llegan y nuestros sentimientos hacia ellos contribuyen a determinar cuál va a ser nuestro foco de atención prioritario (García, 1997)²⁰.

La atención, motivación y emoción se encuentran relacionadas desde el punto de vista neurobiológico. El Sistema Activador Reticular Ascendente que activa el mecanismo atencional, establece estrechas relaciones neuroanatómicas con el Hipotálamo, que es el centro motivacional por excelencia y forma parte del cerebro de las emociones al estar integrada en el sistema límbico. Además él es también responsable de procesos motivacionales y emocionales por la implicación de vías catecolaminérgicas en los tres procesos.

b-ATENCIÓN Y PERCEPCIÓN.

La atención ha sido concebida en muchas ocasiones como una propiedad o atributo de la percepción, gracias a la cual seleccionamos más eficazmente la información que nos es relevante.

La atención considerada como propiedad de la percepción produce dos efectos principales:

- Que se perciban los objetos con mayor claridad.
- Que la experiencia perceptiva no se presente de forma desorganizada, sino que al excluir y seleccionar datos, estos se organicen en términos de figura y fondo.

La existencia de la atención en el proceso de percepción significa que el hombre no solamente oye, sino que también escucha, incluso a niveles intensos, y que el hombre no solo ve, sino que observa y contempla.

La atención interviene en una de las fases del proceso de percepción, cuando en una fase inicial de la percepción se dividen en unidades, segmentos o grupos el campo que forma la estimulación, la atención entra en juego en el momento

²⁰García, 1997 sobre la relación entre la atención motivación y emoción

en que algunas de esas unidades subdivididas reciben mayor realce de figuras que otros.

c- ATENCIÓN E INTELIGENCIA.

La inteligencia ha sido entendida de manera general como la capacidad de dar soluciones rápidas y eficaces a determinados problemas. Sin embargo para realizar un trabajo de manera eficiente se requiere de habilidad, en este sentido la atención sería una de las herramientas que posibilita y optimiza dicha habilidad.

García (1997) consideró que la capacidad de un individuo de reorientar su atención con cierta rapidez (oscilación de la atención) y de atender a más de un estímulo a la vez (distribución de la atención) puede ser considerada como componentes importantes de la inteligencia. De esta forma atención e inteligencia se definen en términos de habilidad para manejar gran cantidad de información.

d-ATENCIÓN Y MEMORIA.

La memoria es el proceso mental mediante el cual la persona fija y conserva las experiencias vividas y las re-actualiza de acuerdo a las necesidades del presente (Celada y Cairo, 1990)²¹. La memoria asegura el almacenamiento de la información, siendo la atención uno de los factores asociados a su buen funcionamiento, entendida esta como el esfuerzo realizado por la persona tanto en la fase de almacenamiento como en la fase de recuperación de la información (Reátegui, 1999)²².

La formación de esquemas, el uso de estrategias de codificación para la información, y el tipo de tarea recuerdo a realizar constituyen otros de los factores que aseguran el trabajo de una memoria eficaz. Sin embargo, hay autores que consideran que la atención no resulta tan necesaria para la codificación en la memoria, dado que la memoria también se expresa en tareas que no requieren una manifestación consciente de la experiencia pasada, como suele suceder con el aprendizaje implícito o inconsciente (Ruiz-Vargas, 1994)²³

²¹ídem

²²Reátegui 1999 habla sobre la atención como factor asociado

²³ Ruiz-vergas (1994) autor y psicólogo y profesor de la psicología.

7-ENFOQUE NEUROPSICOLÓGICO DE LA ATENCIÓN.

Tradicionalmente se entendía a los procesos psicológicos como la función de un tejido particular del cerebro, sin embargo con el transcurrir del tiempo, la ciencia ha demostrado la imposibilidad de atribuir alteraciones en dichos procesos a causas de localización específica, por lo que los procesos psicológicos no debían ser considerados como la función directa de limitados grupos de células en el cerebro, tal como lo señala Luria:

“Las funciones mentales como sistemas funcionales complejos no pueden localizarse como zonas restringidas del córtex o en grupos de células aisladas, sino que deben estar organizadas en sistemas de zonas que trabajan concertadamente, cada una de las cuales ejerce su papel dentro del sistema funcional” (Luria, 1988, p.30)²⁴.

Desde el punto de vista neuropsicológico la atención viene a ser la expresión del trabajo del Sistema Activador Reticular de los hemisferios cerebrales, sincronizados por la actividad de los lóbulos pre-frontales. El Sistema Activador Reticular, con sus fibras ascendentes y descendentes constituye un aparato neurofisiológico que pone de manifiesto una de las formas de reflejo señaladas inicialmente por Pavlov y luego por Luria, conocida como el reflejo de orientación o la respuesta de orientación.

Dicho reflejo se caracteriza por una serie de reacciones electrofisiológicas, vasculares y motoras evidentes, como La vuelta de ojos y cabeza hacia el lado donde se halla el nuevo objeto, reacciones de alerta y escucha, alteraciones de respiración y del ritmo cardiaco, disminución o cese de toda actividad irrelevante. Estos fenómenos pueden ser observados siempre que surge una reacción de alerta o reflejo de orientación, suscitada por la aparición de un estímulo nuevo, esencial o significativo para un individuo (Celada y Cairo, 1990; García, 1997; Luria, 1986)²⁵.

Por otro lado, el tallo cerebral y el sistema activador reticular ascendente son los responsables del estado general de vigilia, indispensable para la activación atencional. Otras estructuras cerebrales que contribuyen con el reconocimiento selectivo de un estímulo particular y la inhibición de respuestas a estímulos secundarios son el córtex límbico y la región frontal,

²⁴ Ídem Luria 1988 p30 .

²⁵ Op.cit

Esta última encargada de preservar la conducta programada. Disfunciones o lesiones en estos circuitos afectan significativamente la capacidad atencional.

8-TIPOS DE DÉFICIT DE ATENCIÓN:

Con hiperactividad: desatención, desorganización, necesidad de mucha supervisión, dificultad para mantenerse sentado (quieto), golpeteo de los dedos, balancearse en la silla, hacer ruidos con la boca.

Sin Hiperactividad: desatención, distracción, desorganización, necesidad de supervisión, parecen no escuchar, están aislados, en estado de ensoñación (en las nubes), letárgia.

Es muy importante entender que el problema de estos chicos/as no es el desconocer el cómo actuar, sino de poder hacerlo operativamente, correctamente; poder controlar el impulso y poder comportarse de acuerdo con las normas.

Las personas con hiperactividad, viven dificultosamente tratando de regular su conducta para poder cumplir las expectativas que le demandan las distintas situaciones y que no pueden cumplir debido a su impulsividad e hiperactividad. Este conflicto les lleva generalmente a problemas de disciplina.

Las personas sin hiperactividad tiene muchas dificultades en focalizar su atención (centrarla), todos los estímulos externos que reciben tanto internos como externos les distraen con facilidad.

En ocasiones se dificulta el diagnóstico de estos chicos/cas ya que no reportan problemas de disciplina ni perturban el grupo.

El Déficit de Atención, con cualquiera de los dos tipos, trae como consecuencia fracasos en el mundo académico y cotidiano. Tienen una autoestima muy baja y sufren porque se dan cuenta de lo que les pasa.

Si no se rompe este círculo cerrado de fracasos, comprendiendo lo que les pasa y cómo el niño/a actúa en el medio que le toca vivir, el problema seguirá girando alrededor de sus dificultades, su estima seguirá cayendo y podrá convertirse en un cuadro depresivo o en conductas violenta o caer en la marginación.

Quienes están cerca de estos chicos/cas -padres, educadores profesionales tendrán que cambiar las expectativas, trabajando en conjunto y adaptar las mismas a las posibilidades de éstos niños.

La ansiedad que genera el estrés continuado afecta sobre todo a la atención y por tanto, a la forma en que el cerebro procesa la información y la almacena

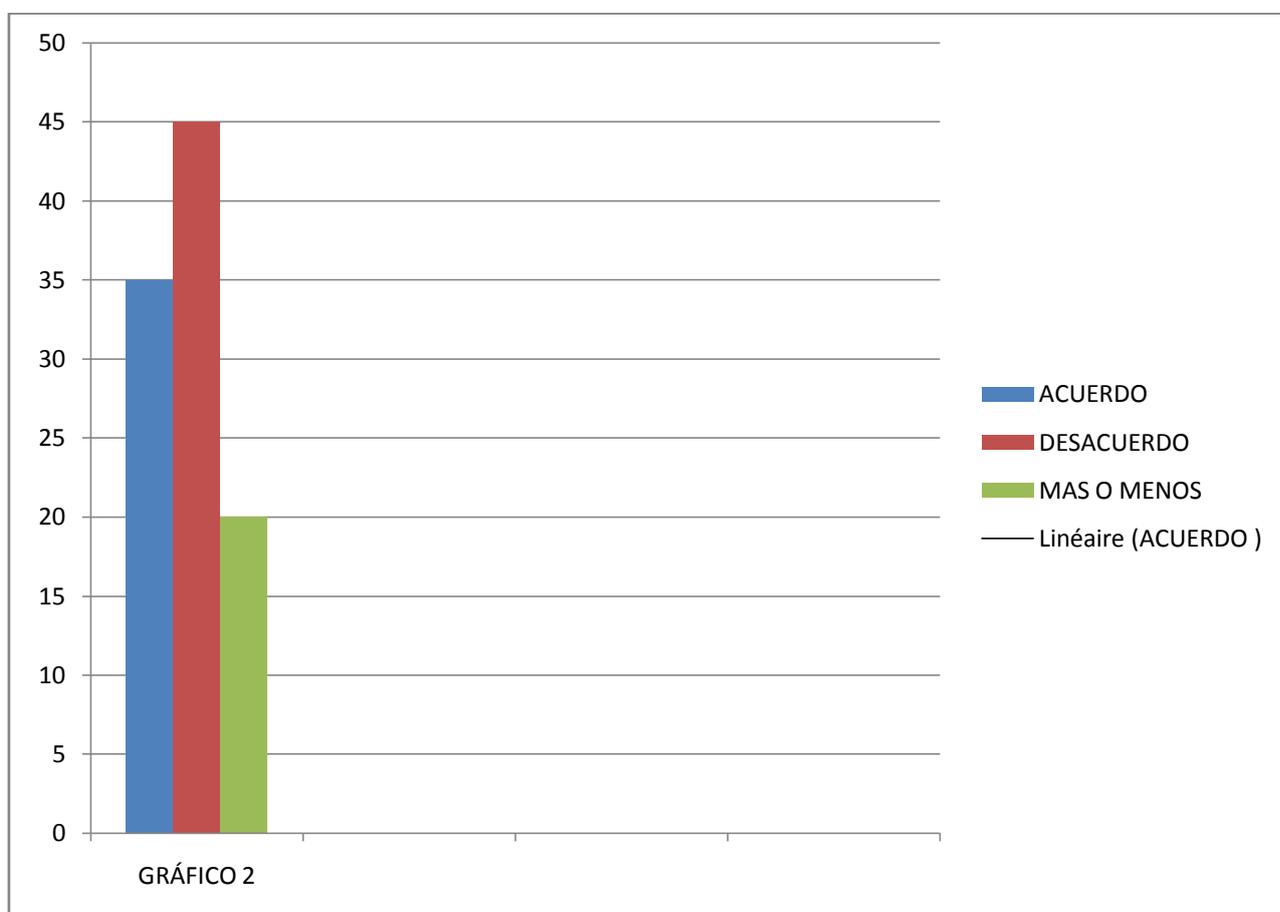
El profesor Ruiz Caballero²⁶ indica que la ansiedad afecta a la atención “porque le preocupa detectar lo más rápido posible el estímulo que genera amenaza, el miedo.

²⁶ Ruiz; doctor en psicología y profesor titulado en el departamento de psicología.

CAPICULO 3: PREGUNTAS

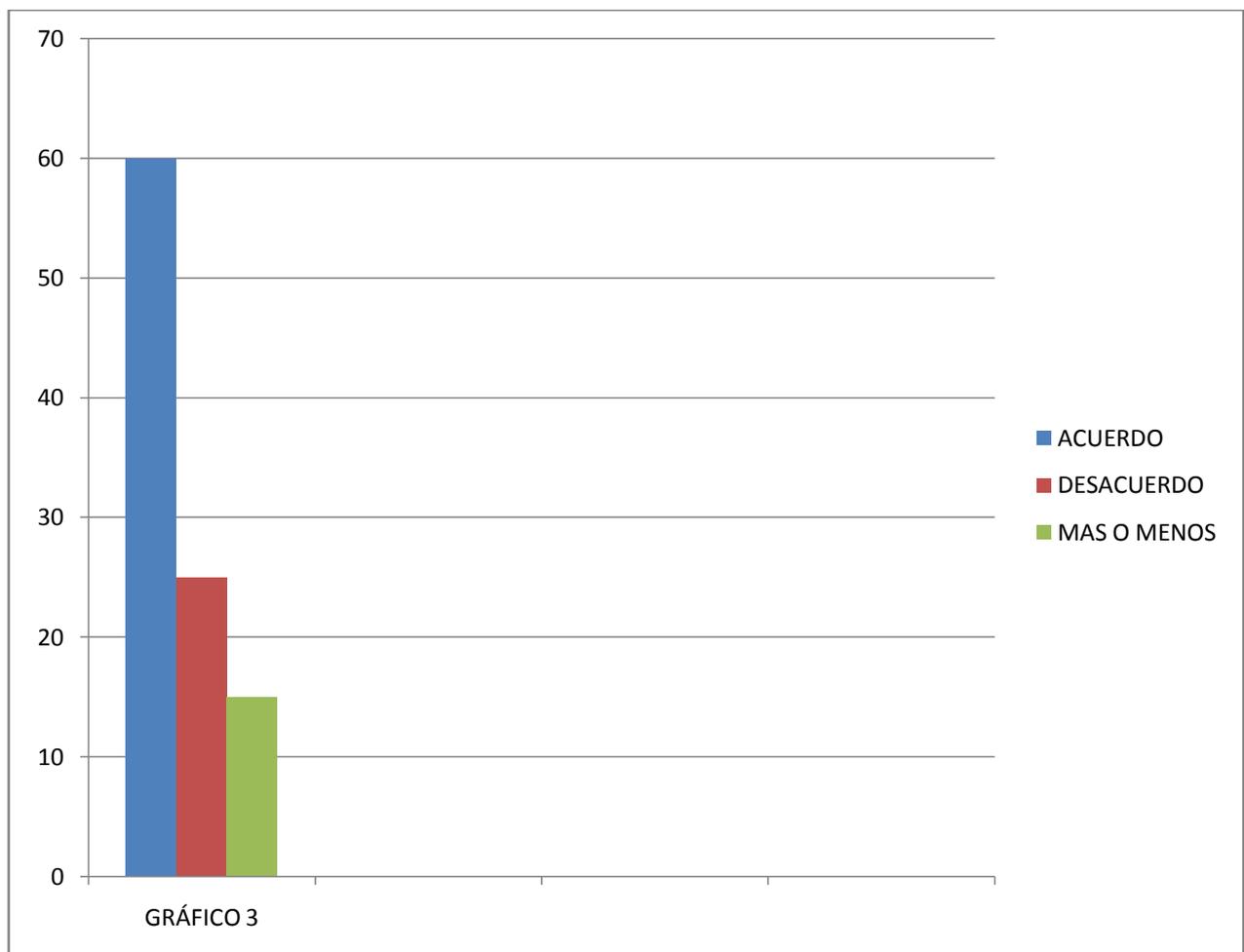
1-¿Pueden memorizar las informaciones cuando habla el profesor. ?

Acuerdo	7	35%
Desacuerdo	9	45%
Más o menos	4	20%



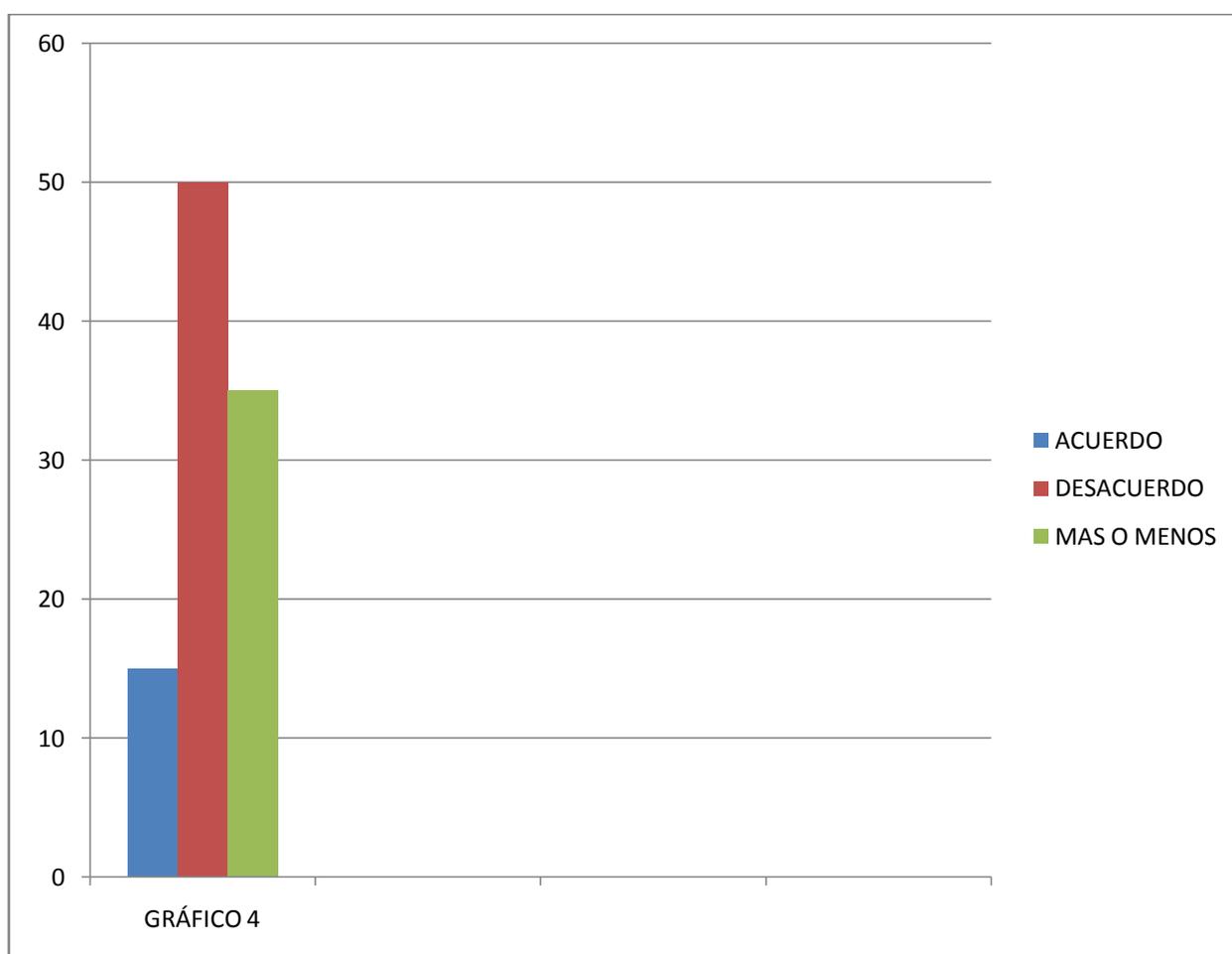
2-¿tienen miedo de perder la concentración?

ACUERDO	12	60%
DESACUERDO	5	25%
MAS O MENOS	3	15%



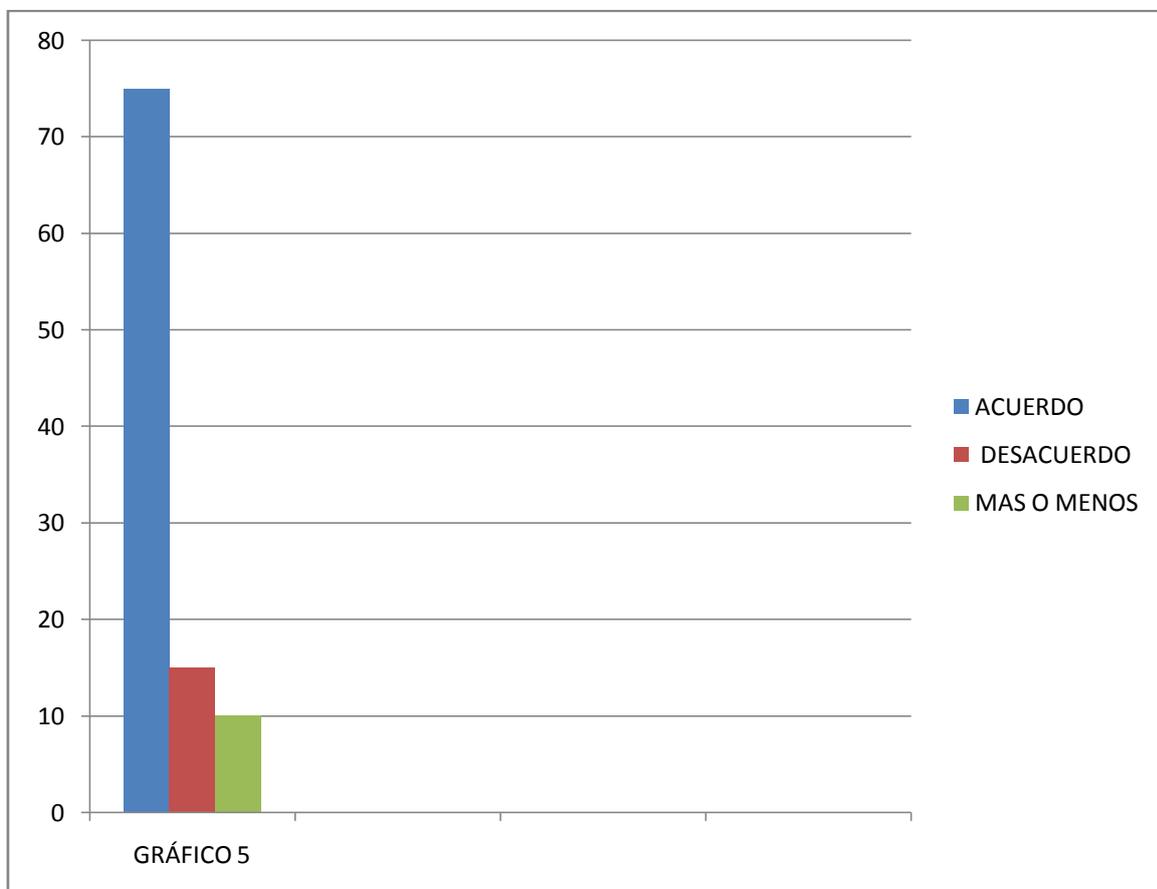
3-¿sienten que la atención es importante?

ACUERDO	10	50%
DESACUERDO	03	15%
MAS O MENOS	7	35%



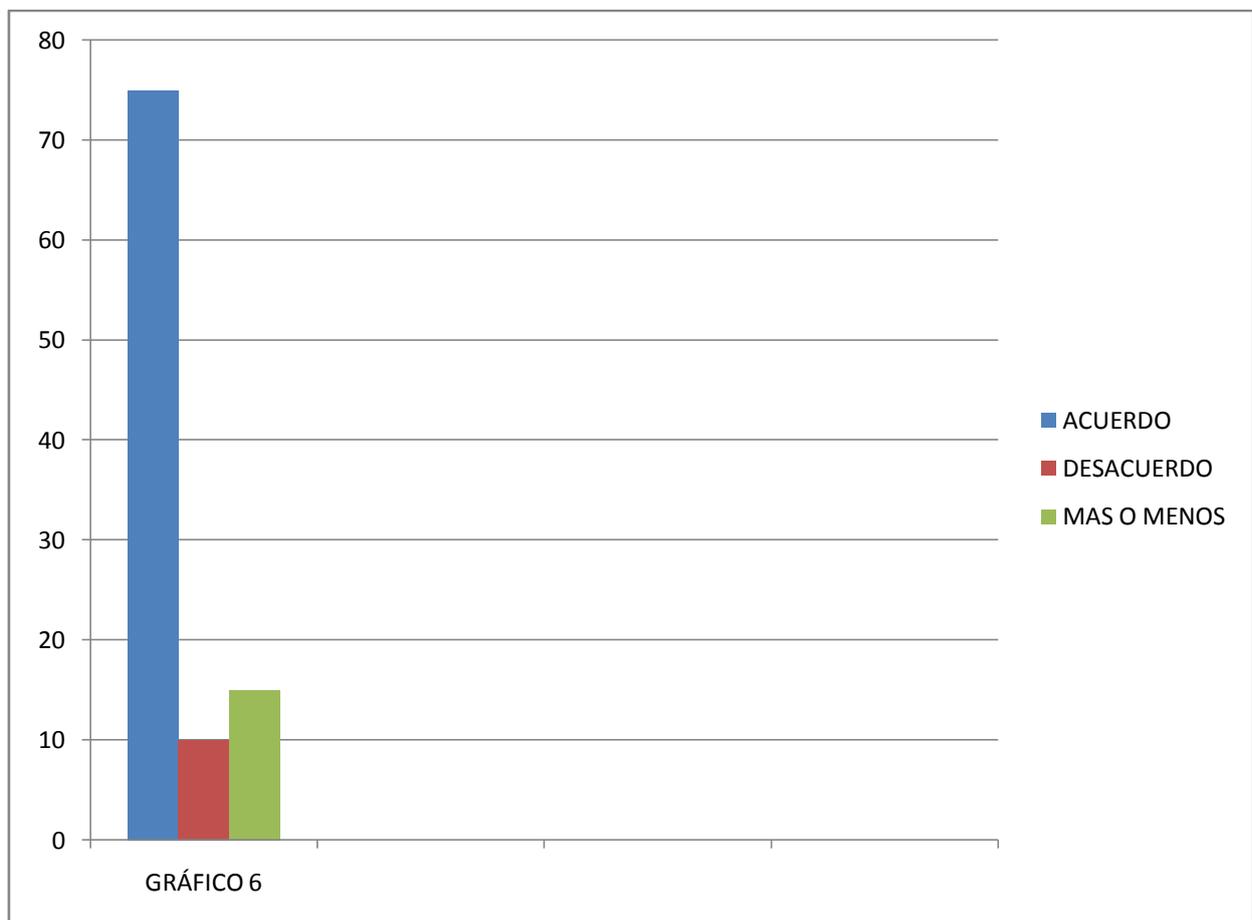
4-¿sufren la ansiedad de la atención?

ACUERDO	15	75%
DESACUERDO	3	15%
MAS O MENOS	2	10%



5-¿Tienen miedo en la evaluación?

ACUERDO	15	75%
DESACUERDO	2	10%
MAS O MENOS	3	15%



-Análisis de las respuestas:

Para saber el porcentaje de la ansiedad en la atención y la concentración de los estudiantes en el aprendizaje .hemos preguntado 20estudiantes algunas preguntas y los resultados son las siguientes.

La primera pregunta esta ¿puede memorizar las informaciones cuando habla el profesor? 45% estudiantes desacuerdo; 35% acuerdo y el resto 20% más o menos

La segunda pregunta esta ¿tiene miedo de perder la concentración? 60% acuerdo 5% desacuerdo y el resto 15% más o menos

Al llegar a la tercera pregunta y es sobre si sienten que la atención es importante? 50% acuerdo 15% desacuerdo 35% más o menos

La pregunta siguiente es sobre sienten que los demás son más mejor de usted en la participación en este pregunta 10 estudiantes han respondido desacuerdo (50%) y los demás 3 acuerdo (15%) y los 7 más o menos (35%).

¿Sufren la ansiedad en la concentración y la atención? 75% de acuerdo 15% desacuerdo no sufren 10% más o menos afecta la ansiedad en su concentración

La última pregunta es ¿Tienen miedo en la evaluación?

15 Estudiantes han respondido con acuerdo (75%) y 2 con desacuerdo (10%) y los demás 3 más o menos (15%).

Para finalizar, después de analizar las respuestas de los estudiantes hemos concluido que la mayoría de los que tienen miedo y ansiedad en la atención y la concentración.

La ansiedad puede dejar el estudiante aislado en el aula y no participar con los demás y puede perder la concentración y la atención con el profesor y eso es un problema grave, donde el porcentaje de los estudiantes que sufren la ansiedad es más alto.

Ejercicios que pueden ayudar a estimular la atención

El uso de rompecabezas, juegos de construcción.

Seguir puntos de numeración para descubrir la figura escondida.

Ejercicios de diferenciación entre láminas.

Buscar cosas concretas en dibujos con muchos elementos.

Procurar una buena alimentación, el deporte, la relajación y el descanso adecuado.

Contar historias y pedir que se hagan gestos cuando aparecen determinadas palabras.

Repetir series de números o de palabras.

CONCLUSIÓN

Al final podemos decir que la ansiedad afecta en la atención como factor de aprendizaje lo que no deja los estudiantes expresar de manera correcta donde pierden la atención y la concentración con el profesor en la clase.

Y a partir de nuestra investigación hemos tratado la ansiedad con sus tipos y como se afecta en el desarrollo del aprendizaje

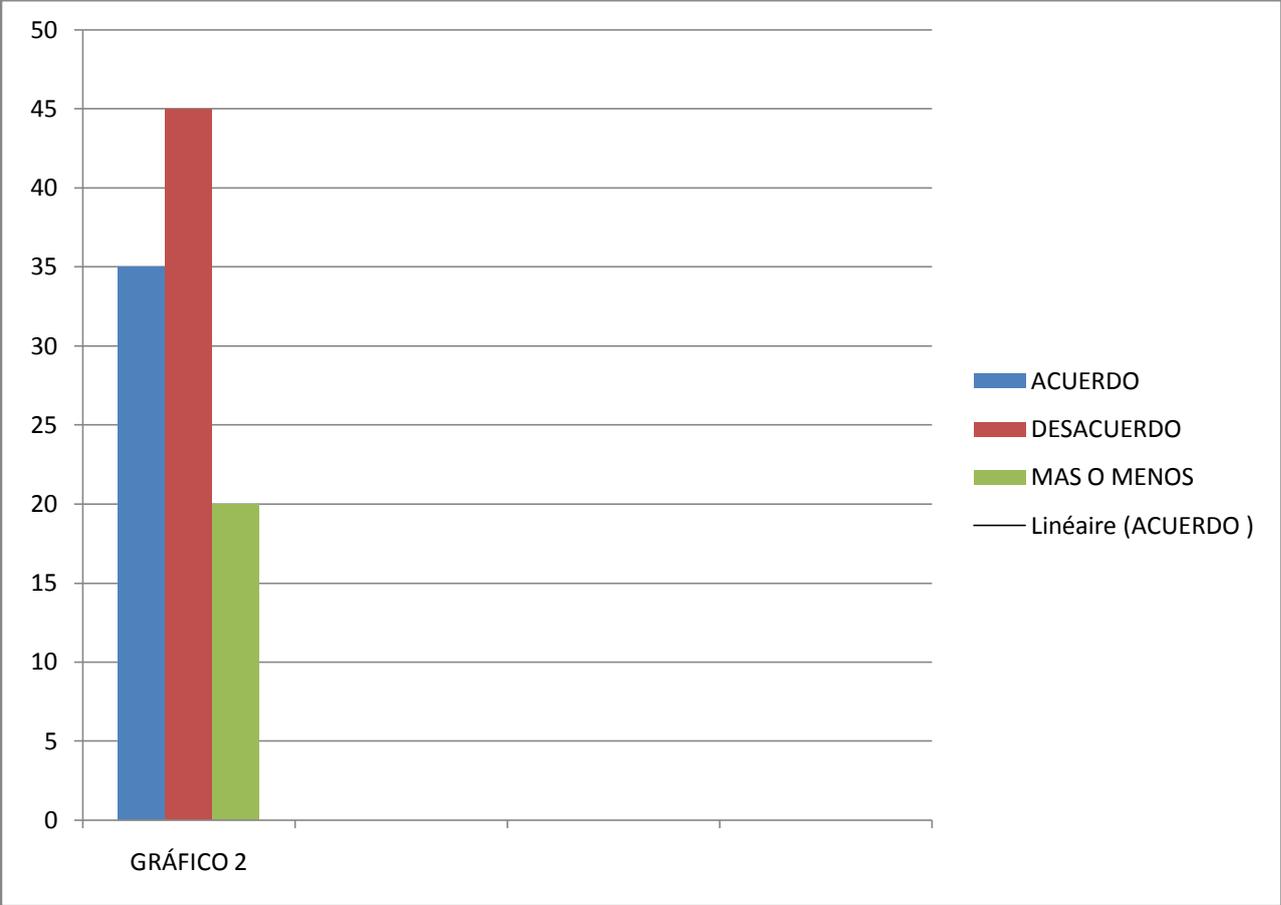
Concluimos que la gran responsabilidad es procurar que los alumnos sean capaces de dirigir su atención, sean más conscientes de sus pensamientos y emociones y pueden encaminarse a ser sujetos activos, independientes y críticos. Para ello, la mejor herramienta que poseemos es utilizar nuestra imaginación a la hora de plantear estrategias de enseñanza de busquen desarrollen los estudiantes, la creatividad, la perseverancia, la confianza en sí mismos, la adaptabilidad a los cambios, el pensamiento autónomo, la integridad y la meta cognición. Solo estas habilidades nos permitirán ser personas más felices y exitosas, tanto en nuestra vida personal como laboral y social.

Bibliografía

- 1-Kalpan, h y sadock libro de texto conciso de psiquiatría clínica (1996) pág.189.
- 2-Alpert y Haber (citado en scovel ,1978) .filósofos y psicológicos hablan sobre La ansiedad
- 3-Hilgard, E.R. (1979). Teorías del Aprendizaje. México: Trillas. Mencionado Por Alonso y Gallego (2000)
- 4-Pérez Gómez, A. (1988). Análisis didáctico de las Teorías del Aprendizaje. Málaga: Universidad de Málaga.
- 5-Horowitz nacido en 1905 en buenos aires químico médico en psiquiatría
- 6-Reátegui (1999) trata la importancia de la atención
- 7-Celada 1990; Rubinstein 1992.escritor y filósofo.
- 8-García 1997 trata las características de la atención
- 9-Celada 1990.autor trata el carácter de los objetos
- 10-Kirby y Grimley, 1992 trata los mecanismos implicados
- 11-Luria 1988 trabaja sobre las teorías de la atención voluntaria.
- 12-Rosselló (1998) y Tudela (1992; véase en García, 1997) los procesos Psicológicos del atención
- 13-Puente 1998 autor filosofo trata la relación entre los tres procesos
- 14-García ,1997 sobre la relación entre la relación entre la atención motivación y emoción
- 15-Reátegui 1999 habla sobre la atención como factor asociado
- 16Ruiz-vergas (1994) autor y psicológico y profesor de la psicología
- 17-Ruiz; doctor en psicología y profesor titulado en el departamento de psicología.

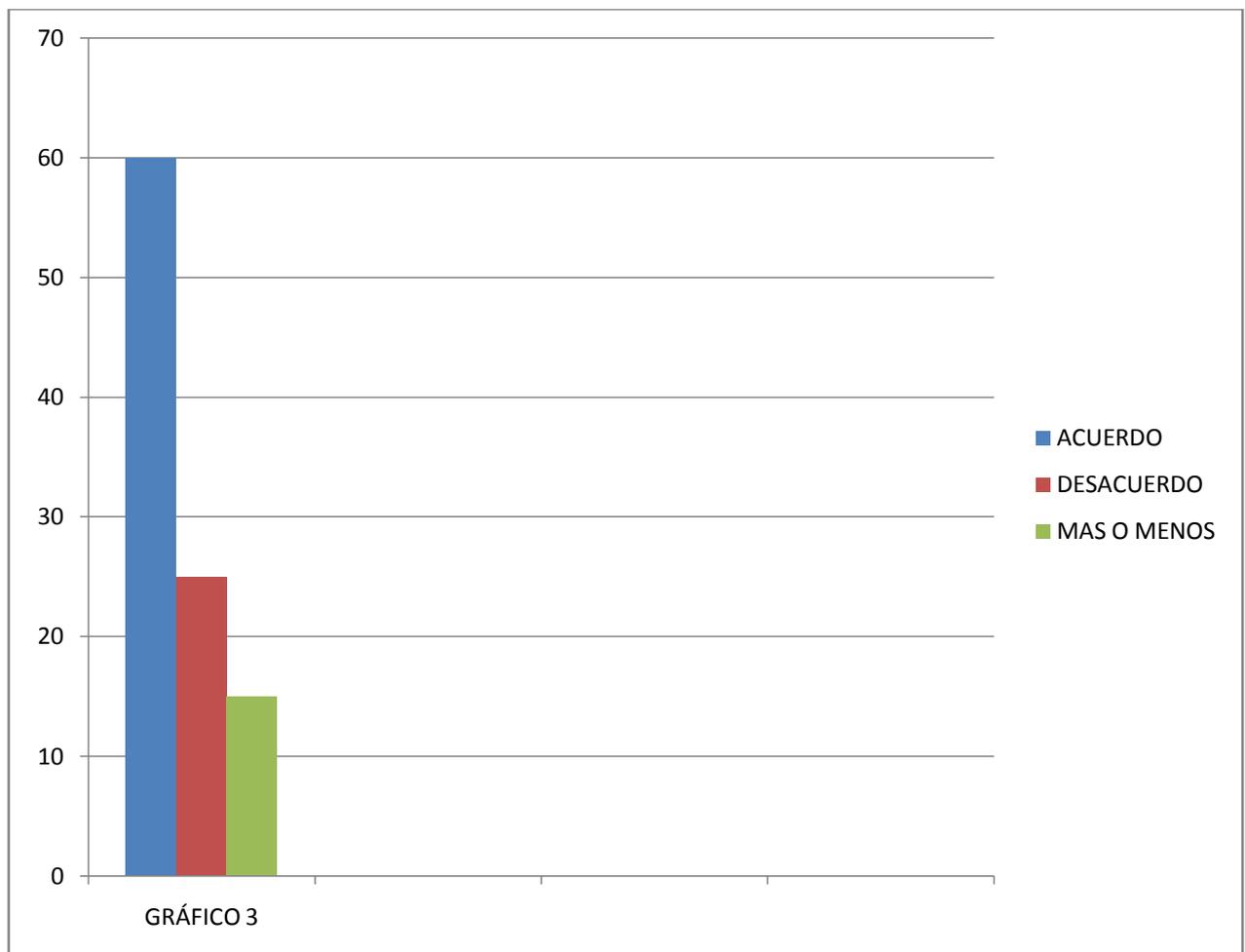
1-¿Pueden memorizar las informaciones cuando habla el profesor.?

Acuerdo	7	35%
Desacuerdo	9	45%
Mas o menos	4	20%



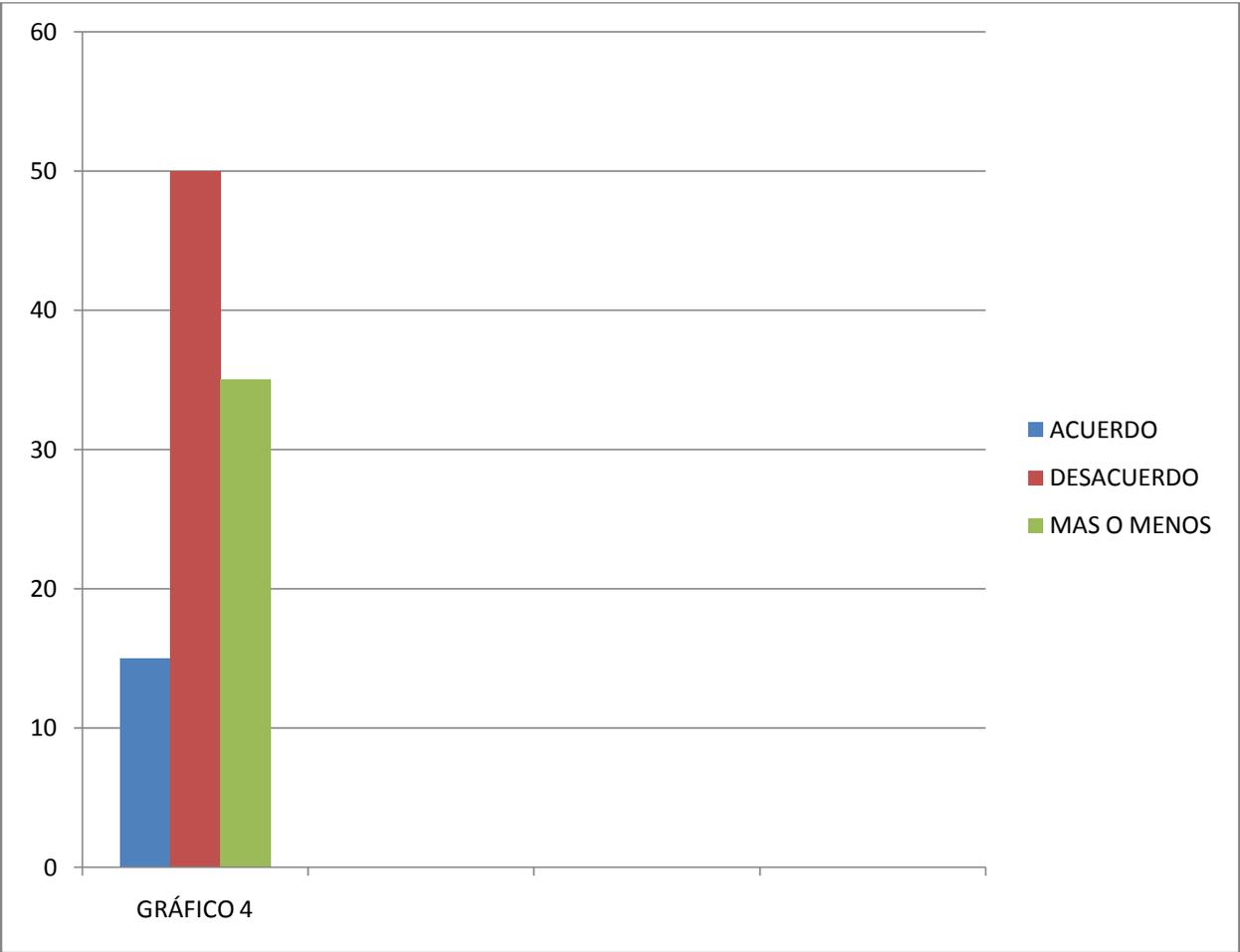
2-¿tienen miedo de perder la concentración .?

ACUERDO	12	60%
DESACUERDO	5	25%
MAS O MENOS	3	15%



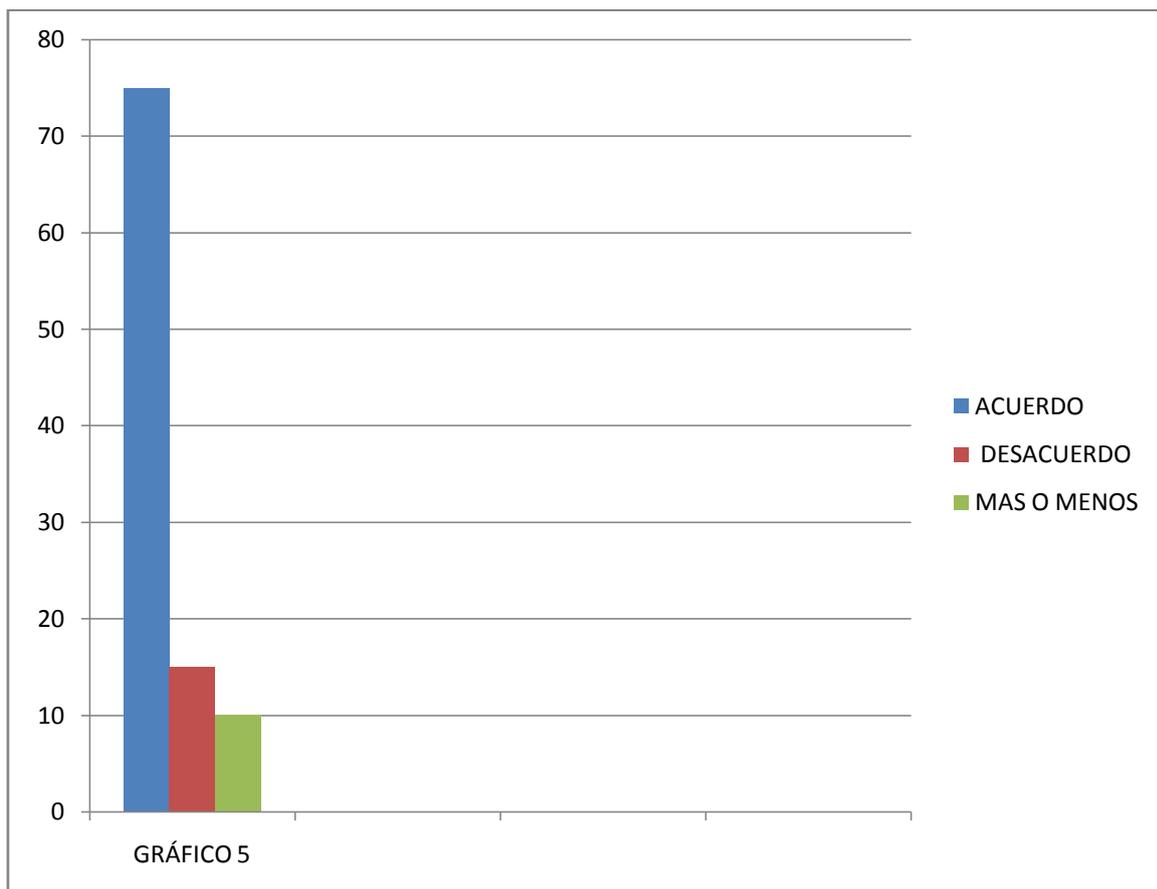
3-¿sienten que la atención es importante?

ACUERDO	10	50%
DESACUERDO	03	15%
MAS O MENOS	7	35%



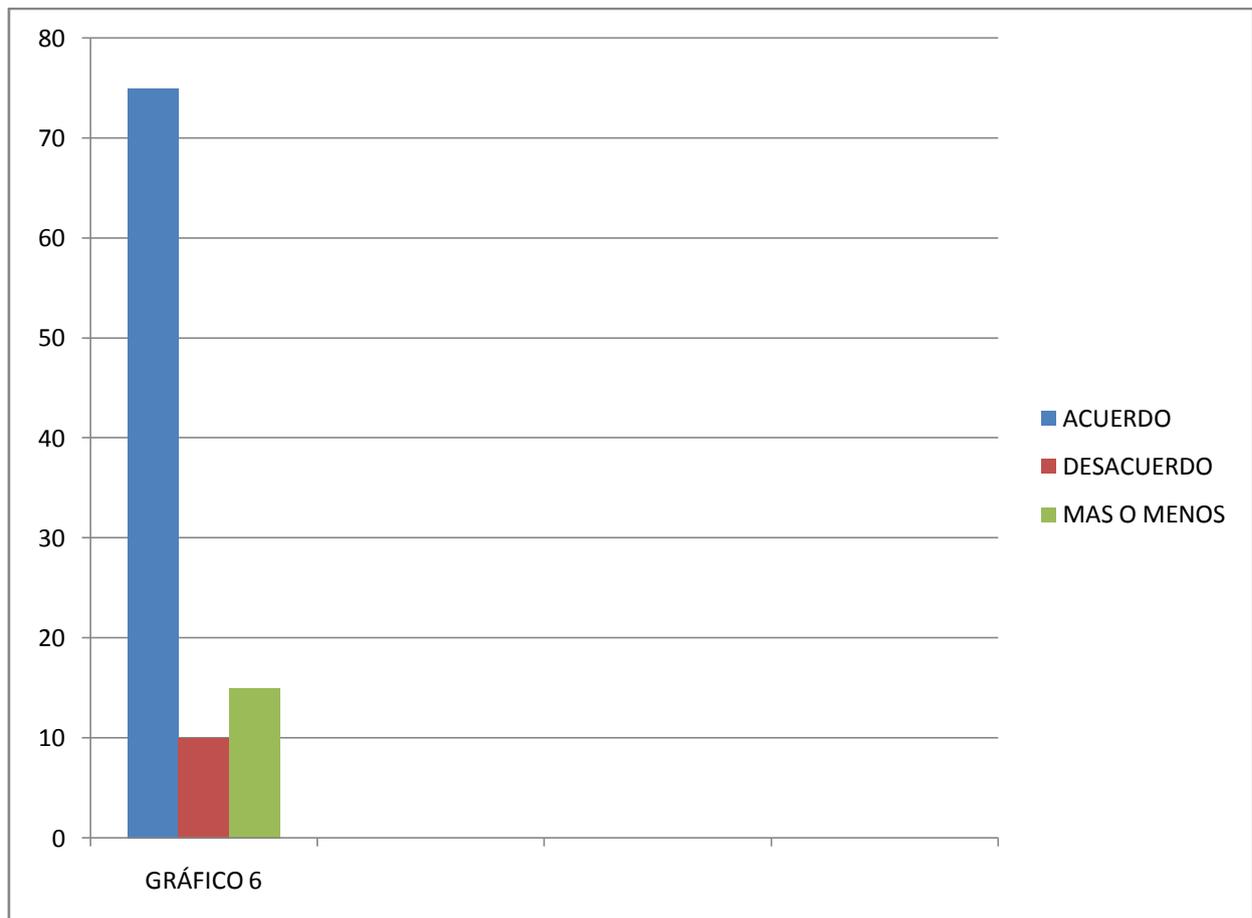
4-¿sufren la ansiedad de la atención?

ACUERDO	15	75%
DESACUERDO	3	15%
MAS O MENOS	2	10%



5-¿Tienen miedo en la evaluación?

ACUERDO	15	75%
DESACUERDO	2	10%
MAS O MENOS	3	15%



-Análisis de las respuestas:

Para saber el porcentaje de la ansiedad en la atención y la concentración de los estudiantes en el aprendizaje .hemos preguntado 20estudiantes algunas preguntas y los resultados son las siguientes.

La primera pregunta esta ¿puede memorizar las informaciones cuando habla el profesor? 45% estudiantes desacuerdo; 35% acuerdo y el resto 20% más o menos

La segunda pregunta esta ¿tiene miedo de perder la concentración? 60% acuerdo 5% desacuerdo y el resto 15% más o menos

Al llegar a la tercera pregunta y es sobre si sienten que la atención es importante? 50% acuerdo 15% desacuerdo 35% más o menos

La pregunta siguiente es sobre sienten que los demás son mas mejor de usted en la participación en este pregunta 10 estudiantes han respondido desacuerdo (50%) y los demás 3 acuerdo (15%) y los 7 más o menos (35%).

¿Sufren la ansiedad en la concentración y la atención? 75% de acuerdo 15% desacuerdo no sufren 10% más o menos afecta la ansiedad en su concentración

La última pregunta es ¿Tienen miedo en la evaluación?

15 Estudiantes han respondido con acuerdo (75%) y 2 con desacuerdo (10%) y los demás 3 más o menos (15%).

Para finalizar, después de analizar las respuestas de los estudiantes hemos concluido que la mayoría de los que tienen miedo y ansiedad en la atención y la concentración.

La ansiedad puede dejar el estudiante aislado en el aula y no participar con los demás y puede perder la concentración y la atención con el profesor y eso es un problema grave, donde el porcentaje de los estudiantes que sufren la ansiedad es más alto.