



¿Qué son los bloqueos de aprendizaje?

Vayamos desglosando esta pregunta. ¿Qué es un bloqueo? El diccionario nos indica que es el impedimento para lograr el éxito de alguna cosa. También que el impedimento de movimiento a través de algo.

Tomemos en cuenta estas definiciones y analicemos, un bloqueo de aprendizaje se produce cuando nuestro sistema mente / cuerpo no funciona o funciona deficientemente. Nuestro cuerpo interfiere con la información para aprender o viceversa. Todo aquello que esté "bloqueado" en nosotros, sea nuestro cuerpo o nuestra mente nos conduce a esforzarnos al aprender, pagando un alto costo por ello.

Afortunadamente contamos con herramientas para "desbloquearnos" y lograr un aprendizaje óptimo, disfrutando de aprender. Estas herramientas permiten un aprendizaje integral, utilizando todas las áreas del cerebro y el movimiento.

En algunas situaciones podremos observar que los docentes enseñan mucho, pero sus alumnos no aprenden tanto. ¿Por qué sucede esto? Porque las habilidades de los estudiantes no están aún en condiciones de recibir nuevos conocimientos o las condiciones no son óptimas. Te ayudaré a detectar algunos casos, con ejemplos:

¿A algunos niños les cuesta copiar del pizarrón o aprietan demasiado sus lapiceras?
¿Conocés niños que odian la lectura o expresan que odian la lectura?
¿Matemática se convierte siempre en un problema?
¿Y qué hay acerca del deletreo?
¿Algunas veces lees y no podés explicar lo que recién has leído o notás esto en tus alumnos?

Estos son simplemente unos pocos ejemplos de bloqueos de aprendizaje que ocurren constantemente en nuestra vida, sin importar si estamos en edad escolar o hemos terminado la Universidad.

Imaginen si pudiesen brindar herramientas a sus alumnos para evitar estos obstáculos a temprana edad. Como docentes nos encontramos frente a un gran desafío y responsabilidad de ayudar y colaborar con la mejor enseñanza posible, haciéndonos de técnicas favorables para nuestros alumnos. Esta nueva manera de ver las técnicas de enseñanza / aprendizaje nos conducirán a desarrollar la autoconfianza de nuestros hijos, alumnos y colegas.

Retomemos entonces la pregunta inicial ¿Qué causa un bloqueo de aprendizaje? Fundamentalmente la desconexión entre mente / cuerpo, el estrés y la falta de conocimiento sobre uno mismo. Podemos identificar los bloqueos en tres grandes grupos: mentales, emocionales y físicos. Algunos factores de estrés que inciden y aportan al bloqueo son visuales, auditivos; visuales y auditivos; de coordinación y otros.



Al encontrarnos bajo una situación de aprendizaje, incorporación de nuevos conocimientos o de mucha tensión, nuestro conjunto de mente / cuerpo se estresa y crea un "estado de conciencia disminuido". Esto significa que se liberan las hormonas del estrés; a nivel muscular el reflejo del tendón de la guardia se dispara, los músculos de la pantorrilla se acortan, se bloquea la parte posterior de las rodillas y el cuerpo se prepara para huir o luchar.

Cuando surge un conflicto percibido como amenaza por nuestro sistema, sea este real o imaginario, podemos reaccionar de dos maneras; enfrentando la situación, lo cual significa una lucha; o darle la espalda y huir.

Al experimentar estas situaciones nuestra habilidad para pensar claramente disminuye y nuestro cerebro posterior (donde se alojan los conocimientos previos y experiencias que ya vivimos) dirige nuestras acciones y pensamientos.

Muchas veces un bloqueo pudo haber sido creado a nivel subconsciente debido a una experiencia temprana que no se recuerda de manera consciente, afectando así a la persona más allá de su conciencia.

En cuanto a bloqueos mentales, es frecuente encontrarnos con estudiantes que crean una imagen de sí mismos falsa, o que la han incorporado por comentarios y actitudes de sus docentes, sosteniendo que no son buenos para esta o aquella materia; por lo tanto, su aprendizaje se torna difícil y complejo.

Las emociones por su parte, juegan un rol importantísimo al momento de aprender. Si sentimos miedo, dolor, temor a sufrir y otras sensaciones negativas, nuestro cuerpo envía señales a nuestro cerebro para que se "desconecte" y así, se produce un cortocircuito. Como consecuencia, aparecen las dificultades para ver, escuchar, coordinar movimientos y palabras, expresarnos, movernos.

En última instancia, me referiré a los bloqueos físicos que pueden comenzar a muy temprana edad. Por ejemplo, un bebé que no ha gateado lo suficiente puede provocar la falta de integración del movimiento de lateral cruzado, que activa el desarrollo del cuerpo calloso. El gateo aporta al correcto funcionamiento de ambos hemisferios del cerebro y del cuerpo; lo que significa que los brazos estarán coordinados con los ojos, las piernas, la visión binocular y la audición binocular. ¡Todos estos desarrollos fundamentales al momento de aprender!

Otros ejemplos de bloqueos de aprendizaje pueden ser invertir letras, números, no poder acordarse de algo en un examen (aquí interfiere además el estrés y miedos) y evitar alguna situación o persona, sin poder manejarlo, sintiendo que "se nos va de las manos".

Veamos para finalizar un ejemplo real: estamos en el aula y llamamos a Francisco para que pase al frente y lea en voz alta, delante de sus compañeros. Francisco comienza a leer y se equivoca, comete errores porque no sabe cómo pronunciar una palabra; o no conoce su significado. Cada vez que comete un error la clase se ríe, él se siente más avergonzado y comete errores cada vez con mayor frecuencia.



La segunda vez que llamamos a Francisco para que lea delante de la clase, recuerda la experiencia y tartamudea, se siente confundido, no quiere empezar a leer. Cuando comienza la lectura comete errores y siente vergüenza por leer en voz alta. Ahora está seguro, ya no quiere hacerlo más. Leer en voz alta no es una experiencia agradable.

Esta situación como tantas otras afectan la autoestima del niño que desarrolla una autoimagen muy pobre e interfiere con su aprendizaje. De esta manera, la próxima vez que le toque leer en la clase, le dirá a su madre que no quiere ir a la escuela, que no se siente bien y no está en condiciones de asistir. Este es un claro ejemplo de un bloqueo por evitación.

Contamos hoy con herramientas para poder cambiar nuestros sentimientos respecto a experiencias traumáticas vividas, por consecuencia, éstas ya no tendrán efecto negativo sobre nosotros y nos liberaremos de ese estrés acumulado en nuestro cuerpo para lograr lo que deseamos.

Como docentes somos responsables por la educación de nuestros alumnos, como padres de la educación de nuestros hijos y como adultos de nosotros mismos. Es importante detectar estos síntomas y bloqueos a tiempo y detenerlos o corregirlos para disfrutar mientras aprendemos.

Por consultas o más información: info@centrojoyful.com.ar