

ESTRÉS, ATENCIÓN, CONDUCTA Y APRENDIZAJE

Rebeca Jiménez Aguilar

Info@carintelctualtesla.es

C.A.R. Intelectual TESLA

“Lo único que interfiere en mi aprendizaje es mi educación” (Einstein).

“The only thing that interferes with my learning is my education”(Einstein).

Resumen

Existe otra manera de aprender, una educación diferente, en la que abordar el conocimiento desde otras perspectivas y desarrollar, de manera activa, las competencias básicas con la metodología científica de vanguardia como es la neuropedagogía.

El estrés provoca problemas de salud, un deficiente reconocimiento de modelos y un debilitamiento de la memoria. El exceso de estrés nos ayuda a comprender por qué tantos estudiantes tienen problemas para distinguir entre lo que es importante y lo que no lo es. El estrés excesivo y la amenaza en el entorno escolar pueden ser las principales causas de un rendimiento académico débil. Desde el marco teórico de las neurociencias, ya que descubrimientos recientes en Neurociencia se pueden aplicar en el aula, y de temas que tienen importantes implicaciones para el aprendizaje, las escuelas y el desarrollo del cuerpo docente y directivo de los centros escolares y, teniendo muy en cuenta la química del cerebro y sus efectos sobre el aprendizaje y la salud de las personas, surge nuestro Centro de Alto Rendimiento Intelectual TESLA, centro pionero en Sevilla, en la aplicación de las aportaciones de la neurociencia a la educación, desde el que queremos presentar nuestro trabajo de investigación e intervención con niños, jóvenes y adultos para ofrecerles una respuesta educativa de calidad, trabajando desde una perspectiva innovadora con programas específicos que ayudan a aprender de manera más eficaz, a desarrollar la inteligencia de una manera múltiple, a rentabilizar de manera óptima sus resultados académicos en su caso, y a conseguir alcanzar un desarrollo integral como personas tanto a los más como a los menos capaces, aportándoles herramientas que les permitan tener un nivel intelectual, de salud y personal más pleno, y por tanto, puedan disfrutar de la finalidad de toda vida humana, la felicidad. Presentaremos la labor educativa realizada por un equipo multidisciplinar, que realiza auténticos enriquecimientos curriculares, reavivando la pasión por aprender y la capacidad de disfrute y asombro al investigar.

Un entorno educativo estresante va vinculado con el fracaso escolar: debilita el rendimiento académico y la autoestima. Un niño estresado contendrá la respiración y cambiará el modo en que se centra para adaptarse al estrés. Este modelo afecta al aprendizaje a corto y a largo plazo.

Queremos presentar nuestras aportaciones para ayudar al alumnado, profesorado y familias a reducir el estrés aprendiendo, a manejar las situaciones que pueden producirlo y a emplear estrategias personales mediadoras que lo liberen (qué induce al estrés, técnicas de manejo del estrés como la organización del tiempo, la respiración

adecuada, la función de los momentos de descanso, formas de relacionarse, autocontrol).

La repercusión de la amenaza nos recuerda a los educadores que debemos tener cuidado. No podemos permitirnos pasar por alto las amenazas del entorno y ciertamente, debemos eliminar nuestras propias conductas y políticas amenazadoras. Por tanto, por un lado, debemos eliminar la amenaza y por otro enriquecer lo más posible ya que el aburrimiento, se constituye como otro factor que genera altos niveles de estrés en el entorno escolar.

Abstract

There is another way to learn, a different education, which address the knowledge from other perspectives and develop active, basic skills with cutting-edge scientific methodology as the neuropedagogy. Stress causes health problems poor pattern recognition and memory impairment. Excess stress helps us to understand why so many students have trouble distinguishing between what is important and what is not. Excessive stress and threat in the school setting may be the main causes of weak academic performance. From the theoretical framework of neuroscience, as recent discoveries in neuroscience can be applied in the classroom, and issues with important implications for learning, schools and faculty development and management of schools and, having very into account the chemistry of the brain and their effects on learning and health of people, comes our High Performance Centre Intellectual TESLA pioneer in Seville, in the application of the contributions of neuroscience to education, from which we present our research and intervention work with children, youth and adults to provide quality educational response, working from a new perspective with specific programs that help people learn more effectively, develop multiple intelligence in a way to monetize optimal academic outcomes in your case, and get achieve the integral development as individuals both more and the less able, giving them tools to be an intellectual level, personal health fuller, and therefore, can enjoy the purpose of all human life, happiness. Will present the educational work carried out by a multidisciplinary team, which performs authentic curriculum enrichments, rekindling the passion for learning and the ability to investigate enjoyment and amazement. A stressful educational environment is linked to school failure: weak academic performance and self-esteem. A stressed child will hold your breath and change the way that focuses to adapt to stress. This learning model affects the short and long term. We present our contributions to help the students, teachers and families to reduce stress by learning to handle situations that can produce and use personal strategies mediating release him (which leads to stress, stress management techniques such as time management, proper breathing, the function of the moments of rest, ways of interacting, self). The impact of the threat educators reminds us that we must be careful. We can not afford to ignore environmental threats and certainly, we must eliminate our own behavior and threatening policies. Therefore, on the one hand, we must eliminate the threat and other enriching as possible as boredom, is constituted as another factor creates high levels of stress in the school environment.