

# MOTIVACIÓN PARA EL APRENDIZAJE O CÓMO DESPERTAR EL INTERÉS POR LAS CUESTIONES MEDIOAMBIENTALES

## Opening questions for the reader before reading:

- ¿Por qué hay personas que aún no se interesan por esas cuestiones? ¿A qué crees que se debe?
- ¿Crees que es importante prestar atención a la motivación (para el aprendizaje) en tu trabajo? ¿Por qué?
- En tu opinión, ¿qué se necesita para generar o favorecer la motivación para el aprendizaje?
- ¿La motivación para el aprendizaje depende del alumno o del formador?

Este capítulo se basan en la teoría de la autodeterminación de E.L. Deci y R. M.<sup>1</sup>

La motivación es fundamental para el aprendizaje, o para cualquier cosa. Aunque durante un breve período de tiempo podamos manipular, obligar o inspirar a otras personas, la motivación es un proceso muy interno. No obstante, lo que sí podemos hacer es **crear condiciones** para que la motivación aparezca<sup>2</sup>. Así que la buena noticia es que podemos fomentar significativamente la motivación de otras personas si creamos activamente esas condiciones.

### ¿Cuáles podrían ser estas condiciones?

En primer lugar debemos distinguir dos tipos de motivación: **extrínseca** (controlada) e **intrínseca** (autónoma). Y también existe la desmotivación, un estado de ausencia total de motivación.

#### Características de la motivación extrínseca e intrínseca:

Características	Motivación extrínseca	Motivación intrínseca
<b>Tiempo</b>	Se genera y empieza a funcionar rápidamente, pero puede durar muy poco tiempo.	Normalmente tarda en generarse, pero dura más tiempo.
<b>Cómo se genera</b>	Miedo, presión, control, castigos y recompensas, competición, culpa y vergüenza, expresando decepción; soluciones prefabricadas.	Apoyo, curiosidad abierta, posibilidad de elegir y hablar, intentar encontrar sentido al tema; permite pensar, permite proponer ideas y soluciones.
<b>Fuerza</b>	No se sostiene en situaciones nuevas y desafiantes, ya que aflorarán otras motivaciones más profundas.	Se puede sostener incluso en situaciones desafiantes, cuando se necesita tomar decisiones difíciles.
<b>Ejemplos</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Premiar las medidas respetuosas con el medioambiente (el dinero prevalece frente a hacer lo correcto para el medioambiente).</li><li>• Oponerse a estrictas normas de comportamiento.</li><li>• Competir.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mantener debates reflexivos que ayuden a encontrar un sentido más personal en las conductas respetuosas con el medioambiente.</li><li>• Procesos participativos y explicaciones sobre por qué son necesarias ciertas normas.</li><li>• Ofrecer la posibilidad de debatir, definir el problema, encontrarla y probar soluciones, analizarlas.</li></ul>

<sup>1</sup> Este capítulo se basa en gran medida en el trabajo desarrollado por Ryan y Deci en la teoría de la autodeterminación (Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*.

<sup>2</sup> Un concepto creado por el Dr. Johnmarshall Reeve

Cuando se tratan cuestiones medioambientales, suele prevalecer un sentido de urgencia y necesidad de que las cosas cambien rápido. Sin embargo, debemos tener en cuenta que si obligamos a las personas a introducir cambios rápidamente/en un corto período de tiempo, estaremos generando motivación extrínseca, lo cual ocasionará nuevos problemas más adelante. Las restricciones asociadas a la COVID-19 pueden ser un buen ejemplo ilustrativo: si la ciudadanía no desarrolla un conocimiento más profundo de las normas, únicamente la cumplirá durante un breve período de tiempo. Por ello, a la hora de adoptar prácticas y conductas respetuosas con el medioambiente, necesitamos fomentar una motivación intrínseca, ya que de este modo se producirá el cambio a largo plazo que buscamos.

## ¿CÓMO FOMENTAMOS LA MOTIVACIÓN INTRÍNSECA?

Según la [teoría de la autodeterminación](#), la principal teoría de la ciencia motivacional, los pilares de la motivación intrínseca son las **tres necesidades psicológicas básicas** universales para todas las personas. Alimentar estas necesidades contribuye a crear un entorno en el que puede surgir la motivación y, por tanto, darse el aprendizaje (y el cambio conductual). Una necesidad psicológica básica se define como un nutriente psicológico fundamental para la adaptación, la integridad y el crecimiento de los individuos.<sup>3</sup>

**Ejercicio:** Echa un vistazo a estas situaciones en las que el formador/activista de ZW está cohibiendo las tres necesidades psicológicas básicas de sus alumnos/interlocutores. ¿Adivinas qué necesidad no se está satisfaciendo?

### Primer ejercicio:

- Durante la clases, alguien boicotea al formador. El formador decide ignorarlo.
- Durante la clases, alguien boicotea al formador. El formador decide hacer una broma sarcástica sobre esa persona para «sancionarla».
- El formador empieza la sesión presentando de manera clara los objetivos y después continúa con el contenido.
- Para que el municipio tome más medidas residuo cero, un activista le dice al funcionario municipal al principio de la reunión: «La culpa de que generemos tantos residuos la tienen las malas decisiones del ayuntamiento. ¡Tenéis que hacer más!».

**¿Cuál de las tres necesidades básicas de los alumnos/interlocutores no se está atendiendo en estos ejemplos?**

<sup>3</sup> Ryan, R. M. (1995). Psychological Needs and the Facilitation of Integrative Processes. *Journal of Personality*, 63, 397-427

### Segundo ejercicio:

- El formador entrega una tarea a los alumnos durante la sesión. Uno de los alumnos sabe la respuesta y la dice en voz alta. «¡Eso es, gracias!», dice el formador y continúa con la sesión.
- Durante la sesión, un alumno pregunta «¿Por qué no se biodegrada esta bolsa de plástico?». A lo que el formador responde: «Porque es oxodegradable».
- El formador no explica por qué ha entregado la tarea.
- Un alumno formula una pregunta durante la sesión y el formador responde: «Gracias por tu pregunta, pero no es relevante en este contexto» y continúa.

**¿Cuál de las tres necesidades básicas de los alumnos no se está atendiendo en estos ejemplos?**

### Tercer ejercicio:

- El formador para la mayor parte hablando de su punto de vista sobre el tema.
- Puesto que la duración de la sesión es limitada, el formador pide a los alumnos que piensen rápido para que les dé tiempo a terminar todas las tareas y reflexionar sobre ellas.
- Para motivar a los alumnos, el formador expone claramente el objetivo de la sesión.
- Una ONG organiza una competición entre colegios para ver quién es capaz de reducir más sus residuos alimentarios. Se concederán premios a los grupos de estudiantes con mejor trazabilidad de sus residuos alimentarios y con menor cantidad de residuos.
- Un activista del residuo cero está debatiendo con una persona sobre la clasificación de residuos. Esa persona dice: «Yo no quiero clasificar, es asqueroso». El activista responde: «Anda ya, tampoco es para tanto».
- Y esta otra :)



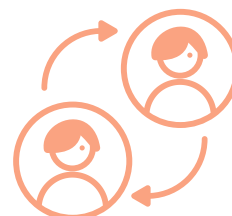
**¿Cuál de las tres necesidades básicas de los alumnos no se está atendiendo en estos ejemplos?**

Escribe tus respuestas e indica cómo actuarías tú en esa misma situación. Si quieres consultar nuestras propuestas para estas situaciones, ve a la página 7. Si no, continúa en la página siguiente.

## LAS TRES NECESIDADES PSICOLÓGICAS BÁSICAS<sup>4</sup>

### La primera necesidad es el sentimiento de relación (opuesto: indiferencia)

Esta suele ser la primera necesidad que tenemos que atender, aunque también es la más fácil de satisfacer. Para ello, basta con preguntarles su nombre, mirarlos a los ojos y sonreír de una manera genuina, mostrar calidez y curiosidad abierta por sus pensamientos e ideas (aunque te parezcan absurdos). Incluso cuando no sea tan sencillo satisfacer las otras dos necesidades, esta debería estar presente, ya que interpela a nuestras necesidades más primitivas.



#### Satisfacer la necesidad de relación significa sentir:

- Conexión social
- Que las demás personas te aprecian
- Que eres importante para los demás
- Que formas parte de una organización de carácter social
- Que aportas tu granito de arena a la comunidad

No consiste en conseguir que tus alumnos sean como tú, sino en conseguir que ellos sientan que su formador les aprecia. Consiste en permitirles que se sientan bienvenidos creando un entorno acogedor en el que puedan aprender, preguntar y compartir puntos de vista. Y todo esto tiene que ser auténtico: los seres humanos tenemos una gran capacidad para detectar cuándo otras personas no están siendo genuinas.

### La segunda necesidad es el sentimiento de competencia (opuesto: caos)

La necesidad de competencia equivale a la necesidad de maestría, ser capaz de desenvolverte de una manera efectiva en todos los ámbitos importantes de tu vida. En el caso de los alumnos no tiene tanto que ver con las destrezas y los conocimientos que poseen, sino con el hecho de que sean capaces de entender lo que se les pide en una actividad de aprendizaje, qué necesitan hacer y sentir que son capaces de hacerlo (con cierto nivel de esfuerzo).



Sentirse competente también significa disponer de estructuras útiles. Por ejemplo, saber por qué es importante recoger los biorresiduos por separado, saber qué se puede incluir y qué no en el contenedor de biorresiduos, ser capaz de conseguir el contenedor más adecuado y tener acceso al servicio/infraestructura que se encarga de la recogida de los biorresiduos.

<sup>4</sup> Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*.

### Satisfacer la necesidad de competencia significa sentir y saber:

- Que sabes cómo hacer las cosas, cómo solucionar problemas
- Qué se espera de mí
- Dónde y cómo obtener ayuda cuando la necesito
- Que las tareas no me resultan ni demasiado fáciles ni demasiado difíciles
- Que las opciones disponibles no son demasiadas ni demasiado pocas (adecuadas para el nivel del alumno, p. ej., igual que un niño necesite menos opciones que un adulto, un principiante necesitará menos que un experto)

La competencia se puede manifestar de muchas maneras, desde curiosidad científica por el mundo hasta querer mejorar una destreza o las habilidades para jugar a un juego de mesa.

### La tercera necesidad es el sentimiento de autonomía (opuesto: control)

La autonomía significa actuar libremente en aspectos que son importantes para ti. No es exactamente lo mismo que la independencia o la confianza en uno mismo, que están más relacionadas con no tener que depender de otras personas. La autonomía se relaciona más con nuestra capacidad para ofrecer ayuda u orientar a otras personas. Se puede ser una persona independiente o dependiente y a la vez autónoma. De la misma manera que puedes ser individualista o colectivista y a la vez autónoma.



### Satisfacer la necesidad de autonomía significa sentir:

- Que eliges tus acciones
- Que tus acciones son coherentes con tus valores
- Que les das valor y sentido a tus acciones
- Que otras personas también valoran y respetan tu manera de pensar, tus acciones y tus valores

Dar autonomía a las personas no es sinónimo de anarquía y ausencia de normas. Por el contrario, la estructuración es una condición previa de la autonomía. Esto quiere decir que el formador y los alumnos pueden establecer normas de manera conjunta, o que los alumnos sienten que tienen derecho a participar en el establecimiento de los límites en la actividad de aprendizaje y que entienden su necesidad. La autonomía significa que la actividad de aprendizaje y su objetivo tengan valor y sentido para los alumnos; también les puede resultar interesante, pero no es necesario. En términos prácticos se puede manifestar en pequeños detalles como conceder a los alumnos tiempo suficiente para que piensen a su propio ritmo, dejarles que propongan sus propias soluciones en lugar de darles soluciones prefabricadas, preguntarles qué aspectos del tema les parecen importantes, respetar sus opiniones, etc.

En la siguiente página se recogen algunas recomendaciones para satisfacer las necesidades básicas. Es importante destacar que a veces podemos estar **pseudosatisfaciendo** la necesidad: creemos que la estamos atendiendo pero en realidad la estamos eliminando. En las respuestas a los ejercicios encontrarás algunos ejemplos.

**Tabla de ejemplos de cómo atender y eliminar las necesidades básicas en situaciones de aprendizaje<sup>5</sup>**

Relación	Competencia	Autonomía	
<p><b>Atender la necesidad en una situación de aprendizaje</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Curiosidad cálida y abierta, incluso aunque alguien te boicotee (no tiene nada que ver contigo, sino probablemente con algún conflicto sin resolver de esa persona)</li> <li>• Aborda todas las situaciones desde su perspectiva</li> <li>• Nadie tiene que sentir en ningún momento que se queda atrás</li> <li>• Intenta que todo el mundo se sienta importante y valorado</li> <li>• Transmite de una manera genuina que quieres escuchar a esa persona y sus aportaciones</li> <li>• Transmíteles que les respetas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Transmíteles de una manera explícita que estás ahí para ayudar, que tú y ellos estáis en el mismo barco</li> <li>• Comunica explícitamente qué esperas de ellos y cómo conseguirlo, y dónde pueden conseguir ayuda y apoyo si lo necesitan</li> <li>• Asígnales tareas que les ayuden a mejorar poco a poco</li> <li>• Respeta las normas que habéis establecido de manera conjunta; de vez en cuando comprueba que esas normas siguen siendo relevantes</li> <li>• Revisad después de actuar: reflexionad (en conjunto) después de cada tarea que hagáis (cuál ha sido nuestro razonamiento, cómo hemos actuado, por qué ha funcionado o por qué no)</li> <li>• Comparte comentarios informativos que les ayuden a saber cuál es el próximo paso</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ayúdales a entender por qué esas actividades son valiosas para ellos</li> <li>• Dales un sentido a todas las actividades desde su perspectiva</li> <li>• Déjales pensar para que propongan sus propias ideas y soluciones</li> <li>• Respeta pacientemente su ritmo de aprendizaje</li> <li>• Acepta y acoge las emociones negativas</li> <li>• Si es posible, ofrece opciones con sentido (desde su perspectiva)</li> <li>• Ten en cuenta su «yo», su personalidad, siempre que sea posible (p. ej., si alguien tiene una destreza que puede resultar de utilidad, implica a esa persona)</li> </ul>
<p><b>Eliminar la necesidad en una situación de aprendizaje</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les haces sentir como números, no como personas</li> <li>• Les haces sentir incompetentes y avergonzados (especialmente en público)</li> <li>• Acosas o dejas que otras personas lo hagan</li> <li>• Si alguien se equivoca, le haces sentir que ya no pertenece al grupo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No dices lo que esperas de ellos ni lo haces de una manera que ellos comprendan</li> <li>• Les amenazas con fracasar, les generas ansiedad</li> <li>• No les ofreces ayuda ni apoyo, o muy poco</li> <li>• No eres coherente con las normas</li> <li>• No estás presente cuando necesitan ayuda</li> <li>• Haces comentarios comparativos o emites juicios y te ciñes a los resultados, no al proceso</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estableces comparaciones entre las personas y creas rivalidad entre ellas</li> <li>• No les dejas pensar ni proponer soluciones</li> <li>• Tú les marcas el ritmo</li> <li>• No explicas por qué una actividad es necesaria</li> <li>• Ignoras o invalidas sus sentimientos negativos</li> </ul>

<sup>5</sup> Extraídas de una conferencia del prof. Maarten Vansteenkiste

## Segunda parte del ejercicio:

### La primera necesidad es el sentimiento de relación.

#### Recomendaciones para atenderla:

- Durante la clases, alguien boicotea al formador. El formador muestra curiosidad ante la acción del alumno para entender cuál de sus necesidades no se está atendiendo.
- El formador empieza la sesión estableciendo una relación cercana con su público (mira a los ojos, les pregunta su nombre y por su interés en el tema). Intenta comprender cuáles son sus objetivos desde el punto de vista del alumno y los relaciona con sus ideas.
- Para que el municipio tome más medidas residuo cero y, por tanto, empiece a reflexionar sobre ello, el activista del residuo cero empieza la reunión con el funcionario municipal preguntándole: «¿Qué tal funciona el municipio? ¿De qué os sentís orgullosos y qué os gustaría cambiar?». Después de escuchar la respuesta, pregunta: «Y en tu opinión, ¿qué tal funciona la gestión de residuos?», lo que los llevará a debatir sobre asuntos en los que él se pueda ofrecer como ayuda.

#### ! **Cómo estaríamos pseudosatisfaciendo la necesidad:**

- El formador les pregunta sus nombres a los alumnos y por qué se interesan por el tema, pero mientras estos responden mira sus apuntes, el móvil o el ordenador.
- Para que el municipio tome más medidas residuo cero, el activista le dice al funcionario municipal al principio de la reunión: «Vemos que el municipio tiene dificultades en la gestión de residuos, así que estamos aquí para ayudaros».

### La segunda necesidad es la competencia.

#### Recomendaciones para atenderla:

- El formador entrega una tarea a los alumnos durante la sesión. Uno de los alumnos sabe la respuesta y la dice en voz alta. El educador se lo agradece educadamente y pregunta al resto de alumnos por sus propuestas. Si no aparecen nuevas propuestas, el formador empieza un debate preguntando por qué la primera respuesta es correcta, qué más se podría hacer y por qué otro abordaje sería erróneo.
- Durante la sesión, el alumno pregunta: «¿Por qué no se biodegrada esta bolsa de plástico?». Al formador le parece una pregunta muy buena, así que se la plantea al resto de la clase y les pregunta si alguien sabría responder al compañero; se acaba generando un debate que les ayuda a comprender el tema (en este caso, la composición de los materiales oxodegradables y por qué estos materiales no son biodegradables).



- El formador ayuda a los alumnos a entender por qué los deberes para casa les ayudan a desarrollar las destrezas que ellos mismos han dicho que consideran importantes. Para conseguirlo necesitarán invertir tiempo.
- Un alumno formula una pregunta durante la sesión y el formador responde: «Gracias por tu pregunta, pero no es relevante en este contexto», explica por qué y le indica al alumno dónde puede consultar información complementaria antes de continuar con la sesión.

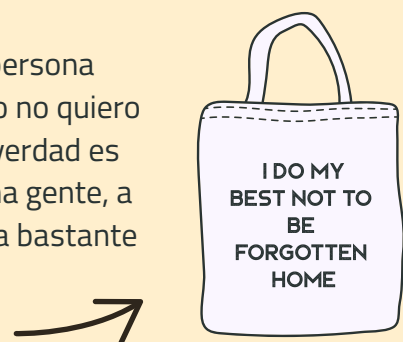
### ! **Cómo estaríamos pseudosatisfaciendo la necesidad:**

- Después de la presentación, el formador pregunta si alguien tiene dudas o preguntas.

### La tercera necesidad es la autonomía.

#### **Recomendaciones para atenderla:**

- En primer lugar, el formador pregunta al alumno por sus puntos de vista sobre el tema, los escucha e los integra en el debate, además de pedir otras contribuciones y comentarios.
- Aunque la duración de la sesión es limitada, el formador nunca les pide a los alumnos que piensen rápido. Quizá traten menos temas, pero todos ellos se trabajarán en profundidad.
- Para motivar a los alumnos, el formador intenta descubrir cuál es la perspectiva de los alumnos y relaciona el objetivo de la sesión con sus significativos y valiosos objetivos.
- Una ONG crea un proyecto colaborativo entre colegios en el que los estudiantes han de averiguar cuántos alimentos se producen para que investiguen, debatan y construyan su propio parecer sobre el valor de los alimentos y la importancia de no desperdiciarlos.
- Un activista del residuo cero está debatiendo con una persona sobre la clasificación de residuos. Esa persona dice: «Yo no quiero clasificar, es asqueroso». El activista responde: «Sí, la verdad es que a veces puede dar un poco de asco, le pasa a mucha gente, a mí el primero. Sin embargo, he descubierto una manera bastante higiénica de hacerlo».
- Y un nuevo diseño para la bolsa:



### ! **Cómo estaríamos pseudosatisfaciendo la necesidad:**

- El formador pregunta a los alumnos cuáles son sus expectativas ante la sesión, pero continúa con el contenido que había planificado sin tener en cuenta lo expresado por los alumnos.

## PREGUNTAS FRECUENTES

1. Por qué son tan importantes para el aprendizaje estas necesidades? ¿Qué ocurre si no se atienden?
2. Es posible atender estas necesidades en todo momento?
3. Qué ocurre con los boicoteadores y las personas que interrumpen, con quienes es difícil empatizar?
4. Qué ocurre si intento atender las necesidades de un alumno y de esa manera estoy eliminando las necesidades de varios alumnos?
5. Cómo puede evitar el caos en la actividad de aprendizaje sin eliminar las necesidades básicas?
6. Cómo atiendo las necesidades básicas de personas de distintas edades o en diferentes contextos (formal, informal, niños, personas mayores...)?
7. Qué ocurre con las necesidades psicológicas básicas del formador?
8. Qué ocurre con estas necesidades básicas al abordar temas como la legislación medioambiental? En términos generales ha habido muchos avances en cuestiones medioambientales y me parece imposible debatir con todo el mundo sobre la necesidad de esa normativa.
9. Según la teoría de la motivación para el aprendizaje, las competencias se engloban en la motivación extrínseca. Sin embargo, las competencias se utilizan con frecuencia en actividades de educación ambiental desarrolladas en colegios, ya que fomentan la participación de los estudiantes. ¿Significa que no deberías organizar competencias? No es fácil eliminarlas...

### 1. **¿Por qué son tan importantes para el aprendizaje estas necesidades? ¿Qué ocurre si no se atienden?**

Para aprender, las personas necesitamos sentirnos seguras psicológicamente. Si hay miedo a no sentirse aceptado, el cerebro puede entrar en modo de supervivencia, de modo que no se puede producir el aprendizaje, ya que este se da en las «partes altas» del cerebro. Además, los seres humanos no podemos prosperar ni participar en nuestra comunidad si nuestras necesidades psicológicas no son satisfechas.

## **2. ¿Es posible atender estas necesidades en todo momento?**

No siempre es fácil y se necesita tiempo para aprender a identificar cuándo estamos eliminando estas necesidades en los alumnos. En determinadas situaciones no se pueden satisfacer todas ellas, por ejemplo, si un niño quiere correr por una calle llena de tráfico, tenemos que eliminar su necesidad de autonomía para protegerle. No obstante, podemos atender la necesidad de relación abrazándolo y explicándole con cariño por qué no puede correr por la carretera. Por tanto, aunque no siempre sea posible satisfacer las tres necesidades, tenemos que asegurarnos de que al menos satisfacemos la relación. Puede no ser fácil si nos sentimos atacados por los alumnos, si nos enfadan o si solo hemos compartido con ellos un breve espacio de tiempo. Aunque es imposible alcanzar el aprendizaje profundo en un período de tiempo breve, algo tan sencillo como una reunión de una hora también puede favorecer la motivación, ya que demuestra curiosidad por los pensamientos e ideas de nuestros alumnos y, por tanto, satisface sus necesidades de competencia y autonomía.

## **3. ¿Qué ocurre con los boicoteadores y las personas que interrumpen, con quienes es difícil empatizar?**

Al igual que ocurre con otros muchos asuntos complejos, el residuo cero y la economía circular tienen sus críticos, personas que rebaten sus argumentos. A veces, los argumentos que utilizan para rebatir tienen sentido, pero otras veces son totalmente infundados. Un boicoteador es una persona con asuntos personales sin resolver que, de alguna manera, siente que nuestra forma de enseñar «ataca» a su identidad, o quizá simplemente son personas que se sienten solas y rechazadas.

Los boicots y las interrupciones suelen ser un síntoma de que alguna de las necesidades de esa persona se ha satisfecho. Nuestro objetivo es demostrarles a las personas que, hasta cierto punto, también necesitamos a los boicoteadores en nuestra causa. Si los problemas se agravan, por supuesto que no podemos ser sus terapeutas, pero podemos demostrarles que nos interesamos por ellos y que los tratamos como seres pensantes. La experiencia ha demostrado que la gente que al principio se muestra hostil e interrumpe puede contribuir al debate de una manera lógica si el formador atiende su necesidad de relación. Esto significa acoger sus pensamientos, desmontar educadamente esas ideas erróneas, explicar por qué son erróneas y destacar positivamente las ideas correctas.

## **4. ¿Qué ocurre si intento atender las necesidades de un alumno y de esa manera estoy eliminando las necesidades de varios alumnos?**

Precisamente por esto se necesitan normas y una estructura. Si una persona empieza a ocupar mucho espacio, el formador puede sugerir que quizá sea necesario establecer una norma para regular el tiempo de intervención de cada persona. Esto se puede hacer sin dejar de ser amable y educado con la persona que está hablando demasiado.

## **5. ¿Cómo puede evitar el caos en la actividad de aprendizaje sin eliminar las necesidades básicas?**

Atender las necesidades de relación, competencia y autonomía no quiere decir que desaparezcan las normas o la estructura. De hecho, estas tienen que estar presentes para poder atender las tres necesidades básicas. La estructura genera sensación de seguridad: el formador puede dar opciones y libertad dentro de la estructura, y las normas las puede consensuar con los alumnos. Si el debate se empieza a desviar del tema, el formador puede alertar de que no se está abordando el tema del día, explicar por qué y bien ofrecer una fuente de consulta u otra opción para abordar ese tema en otro momento.

## **6. ¿Cómo atiendo las necesidades básicas de personas de distintas edades o en diferentes contextos (formal, informal, niños, personas mayores...)?**

Las tres necesidades básicas son universales y son las mismas para todo el mundo. No importa si estás ante un estudiante de tercero de primaria o ante un político, ambos tienen las mismas necesidades de relación, competencia y autonomía. Lo que cambiará serán las palabras que utilicemos y las actividades de aprendizaje que hagamos con ellos. El nivel de competencia de un niño es distinto al de un adulto experto. No obstante, somos nosotros quienes tenemos que adaptarnos a su nivel de competencia. Por eso es tan importante conocer de antemano cuáles son los conocimientos previos y el nivel de destreza de nuestros alumnos. Puedes consultar más información sobre este asunto en el capítulo *Principios fundamentales de la enseñanza*. No obstante, atender la necesidad de relación siendo amable, mirando a los ojos, sonriendo y mostrando interés por sus opiniones funciona para todo el mundo, independientemente de la edad y el contexto.

## **7. ¿Qué ocurre con las necesidades psicológicas básicas del formador?**

Esta es una pregunta y una preocupación legítima. Puede suceder que, como formadores, eliminemos nuestras propias necesidades para satisfacer las necesidades de nuestros alumnos. Sin embargo, no podemos olvidar que, cuando somos conscientes de cuáles son las necesidades de nuestros alumnos, podemos decidir, de manera consciente, apartar nuestras necesidades durante un momento, porque quizá los alumnos estén eliminando nuestras necesidades de manera inconsciente y, en la mayoría de los casos, inintencionada. Por supuesto, no podemos ignorar nuestras necesidades a largo plazo y debemos intentar crear entornos de aprendizaje en los que nosotros también nos sintamos seguros, competentes y autónomos, pero los alumnos no conseguirán aprender si nosotros, formadores, no atendemos sus necesidades.

Además, cuando hablamos de respetar y aceptar todas las emociones y opiniones de nuestros alumnos para atender sus necesidades básicas, no nos referimos a que tengamos que permitir que «se nos suban a la chepa». Aun así, podemos (y debemos) establecer límites y una estructura. Si alguna persona se muestra demasiado sensible o incluso agresiva, podemos decirle amablemente que somos conscientes de que están pasando por un momento

doloroso y que lo mejor para esa persona es abandonar la actividad actual, y podemos tratar de abordarlo en privado más tarde. Al fin y al cabo, en las vidas de nuestros alumnos suceden cosas que están fuera de nuestro control y con las que no podemos ayudarles, y ese tampoco es nuestro cometido.

Como formadores, tenemos que atender las necesidades básicas de nuestros alumnos reconociéndoles como seres que sienten y piensan, pero no somos sus terapeutas. Si la situación también se vuelve incómoda para nosotros, estamos en nuestro derecho de decirlo.

**8. ¿Qué ocurre con estas necesidades básicas al abordar temas como la legislación medioambiental? En términos generales ha habido muchos avances en cuestiones medioambientales y me parece imposible debatir con todo el mundo sobre la necesidad de esa normativa.**

Claro que necesitamos normas y estructuras en nuestra sociedad. En muchas ocasiones ni siquiera somos conscientes de que hay determinadas leyes en vigor (por ejemplo, las que regulan la presencia de sustancias nocivas en los alimentos). Tampoco podemos perder de vista que debatir sobre todas las normas y leyes puede ir contra la necesidad de competencia, ya que las personas no suelen ser expertas en este ámbito. La idea es que interioricen el significado de las leyes y normas medioambientales en general. Por supuesto, allá donde la normativa o la legislación tenga un impacto directo, es necesario pararse, explicar y ofrecer la posibilidad de plantear preguntas adicionales, lo que a fin de cuentas atiende su necesidad de competencia.

**9. Según la teoría de la motivación para el aprendizaje, las competiciones se engloban en la motivación extrínseca. Sin embargo, las competiciones se utilizan con frecuencia en actividades de educación ambiental desarrolladas en colegios, ya que fomentan la participación de los estudiantes. ¿Significa que no deberías organizar competiciones? No es fácil eliminarlas...**

Las competiciones son delicadas porque, efectivamente, fomentan la participación, pero solo a cambio de premios o reconocimiento. Este será el motor de la motivación de quienes participen, no el tema sobre el que quieres hablar o concienciar. Habrá una capacidad de atención mucho menor (si es que hay alguna) en los aspectos y asuntos más complejos del tema, aquellos que puedan requerir un pensamiento profundo para interiorizar una conducta a largo plazo. La alegría del premio o del reconocimiento desaparece rápido. En la psicología humana, cuando se añade el elemento competidor, este prevalece sobre otras motivaciones. Un caso real es el de una competición infantil en la que los niños tenían que recoger portavelas de aluminio (porque recogerlos por separado es la manera más sencilla de reciclarlos) que acabó con los niños pidiéndoles a sus padres que comprasen más velas con portavelas de aluminio para que así pudiesen ganar la competición. En este caso, por tanto, la finalidad inicial de la competición se vio truncada.

La competición es adecuada cuando, quienes participan, son personas con ciertas destrezas que quieren mejorar y ponerse a prueba, porque así atienden a su necesidad de competencia. Sin embargo, en otros casos, la competición elimina la necesidad de autonomía, ya que es una forma de control. Por tanto, la pregunta que tenemos que hacernos es si buscamos un cambio a largo plazo o un entusiasmo a corto plazo. Si buscamos lo primero, sí, tenemos que dejar de organizar competiciones.

## Preguntas finales para la reflexión del lector:

---

- ¿Qué partes de este capítulo te ha costado más entender o te han generado dudas? ¿A qué crees que se debe?
- ¿Has sentido que tus necesidades básicas se han atendido o eliminado? ¿Dónde?
- ¿Has sentido que has atendido o eliminado las necesidades básicas de otras personas? ¿Dónde?
- En tu opinión, ¿cuáles son las mejores maneras de atender las necesidades básicas de otras personas?
- ¿Qué deseas interiorizar de este capítulo?
- Si procede, ¿cuáles son los próximos pasos que deseas dar en tu trabajo sobre este tema?
- ¿Sobre qué aspectos te gustaría tener más información?

