



INFORME DE INVESTIGACIÓN

Partner: Skill Up

**Herramientas de autoevaluación basadas en la metodología
metacognitiva**



Including Chess As a Re-education Up-Skilling tool

Summary

2. HERRAMIENTAS DE AUTOEVALUACIÓN METACOGNITIVA.....	4
2.1 Inventario de Conciencia Metacognitiva (MAI)	4
2.2 Entrevista sobre el aprendizaje autorregulado (SRLIS)	4
2.3 Diarios de reflexión y registros de aprendizaje	5
2.4 Inventario de estrategias de aprendizaje y estudio (LASSI)	5
2.5 Evaluación de las habilidades metacognitivas (MSA).....	6
2.6 Cuestionario de York-Barr.....	6
3. BENEFICIOS DE LAS HERRAMIENTAS DE AUTOEVALUACIÓN METACOGNITIVA	7
4. RETOS Y LIMITACIONES	8
5. VENTAJAS DEL CUESTIONARIO DE YORK-BARR	9
6. UTILIZACIÓN DEL CUESTIONARIO DE YORK-BARR CON RECLUSOS.....	10
6.1 Adaptación del cuestionario de York-Barr a los reclusos	10
6.2 Áreas potenciales de reflexión	11
6.3 Ventajas del cuestionario de York-Barr para los reclusos	13
6.4 Estrategias de aplicación	15
6.5 Desafíos y consideraciones	16
7. CONCLUSION	16
8. DESCARGO DE RESPONSABILIDAD.....	17



INTRODUCCIÓN

La metacognición se refiere a la conciencia y comprensión de los propios procesos de pensamiento. En el contexto del aprendizaje, la metacognición consiste en saber cómo se aprende, supervisar las propias estrategias de aprendizaje y adaptarlas para obtener mejores resultados. Las herramientas de autoevaluación basadas en metodologías metacognitivas están diseñadas para ayudar a las personas a evaluar sus estrategias de aprendizaje, reconocer sus puntos fuertes y débiles y mejorar su rendimiento mediante la reflexión y la autorregulación.

El principio básico de estas herramientas es permitir a los alumnos reflexionar sobre sus procesos de pensamiento, introducir cambios en sus planteamientos y supervisar sus progresos a lo largo del tiempo. Estas herramientas son especialmente pertinentes en contextos educativos, pero también se aplican a contextos de desarrollo profesional y personal.

Se han desarrollado varias **herramientas de autoevaluación** basadas en teorías metacognitivas, cada una de ellas diseñada para mejorar la capacidad de los estudiantes de evaluar sus hábitos de aprendizaje, identificar retos y mejorar las habilidades de autorregulación. A continuación se presentan algunas herramientas y metodologías dignas de mención.

2. HERRAMIENTAS DE AUTOEVALUACIÓN METACOGNITIVA

2.1 Inventario de Conciencia Metacognitiva (MAI)

El Inventario de Conciencia Metacognitiva es uno de los instrumentos más utilizados para evaluar la conciencia de un individuo sobre los procesos de aprendizaje. Consiste en una serie de preguntas diseñadas para evaluar dos aspectos principales de la metacognición:

- **Conciencia de la cognición:** Incluye el conocimiento de las estrategias, el conocimiento de la tarea y el autoconocimiento (conocer los puntos fuertes y débiles de uno mismo).
- **Ajuste de la cognición:** Incluye la planificación, el seguimiento, la evaluación y el ajuste de las propias estrategias de aprendizaje.

Ejemplo. A un allievo che fa il test MAI potrebbero essere poste domande come “Penso a ciò che devo imparare prima di iniziare un compito” o “Mi fermo regolarmente per verificare la mia comprensione”

2.2 Entrevista sobre el aprendizaje autorregulado (SRLIS)

Este instrumento se centra en la medición de la autorregulación del aprendizaje, en particular en la forma en que los estudiantes establecen objetivos, supervisan sus progresos y modifican sus planteamientos cuando es necesario. El SRLIS utiliza entrevistas estructuradas para preguntar a los participantes sobre sus procesos de pensamiento y estrategias de toma de decisiones durante tareas específicas. Esta herramienta proporciona información cualitativa sobre el modo en que los individuos gestionan su aprendizaje.

Ejemplo. Un entrevistador podría preguntar: «¿Cómo decidió en qué centrarse durante esta sesión de estudio?» o «¿Qué estrategias utilizó para resolver este problema?».

2.3 Diarios de reflexión y registros de aprendizaje

Se trata de herramientas de autoevaluación más abiertas en las que los estudiantes registran regularmente sus pensamientos, experiencias de aprendizaje y progresos. El acto de reflexionar sobre las propias experiencias de forma estructurada ayuda a desarrollar la conciencia metacognitiva. La reflexión puede llevar a los estudiantes a plantearse preguntas críticas sobre lo que ha funcionado, lo que no ha funcionado y cómo pueden mejorar.

Ejemplo. Se puede pedir a un alumno que lleve un diario en el que reflexione sobre cuestiones como «¿Cuál ha sido la parte más difícil de la lección de hoy?» o «¿Cómo me prepararé de forma diferente para la próxima tarea? »

2.4 Inventario de estrategias de aprendizaje y estudio (LASSI)

Este instrumento evalúa el uso por parte del estudiante de estrategias relacionadas con los procesos metacognitivos, la motivación, la gestión del tiempo y la regulación de la ansiedad. El LASSI se utiliza para ayudar a los estudiantes a comprender sus estrategias de aprendizaje actuales y a realizar las mejoras necesarias. El inventario proporciona información sobre una serie de ámbitos, como el procesamiento de la información, el autoanálisis y la actitud hacia el aprendizaje.

Ejemplo. : El LASSI incluye preguntas como «Me hago preguntas para asegurarme de que entiendo el material que he estudiado» o «Cuando el trabajo es difícil, abandono o estudio sólo las partes fáciles.»

2.5 Evaluación de las habilidades metacognitivas (MSA)

Este instrumento se centra en la evaluación de habilidades específicas relacionadas con el aprendizaje eficaz y la resolución de problemas. La MSA desglosa las destrezas en componentes como la planificación, el seguimiento y la evaluación. Proporciona a los estudiantes escenarios o tareas y les pide que expliquen sus procesos de pensamiento en las distintas fases. Esto ayuda a evaluar su capacidad para ajustar sus estrategias de aprendizaje en tiempo real.

Ejemplo: En una tarea de resolución de problemas matemáticos, se puede preguntar a los alumnos: «¿Cómo empezará a resolver este problema?» y después: «¿Qué harás a continuación si este enfoque no funciona?»

2.6 Cuestionario de York-Barr

El cuestionario de York-Barr, también conocido como Teacher Self-Assessment of Reflective Practice, es un instrumento diseñado originalmente para que los educadores evalúen sus prácticas reflexivas y su conciencia metacognitiva en la enseñanza.

El cuestionario evalúa varias dimensiones de la práctica reflexiva, tales como:

- Autoconciencia.
- Reflexión colaborativa.
- Compromiso con el aprendizaje continuo.

El cuestionario de York-Barr ayuda a las personas a reflexionar críticamente sobre sus experiencias, evaluar sus procesos de toma de decisiones y establecer objetivos de mejora personal y profesional. Esta herramienta suele formar parte de programas más amplios de desarrollo profesional en instituciones educativas, proporcionando a los profesores un marco estructurado para la indagación reflexiva.

Ejemplo: Los educadores podrían reflexionar sobre cuestiones como «¿Cómo evalúo el impacto de mi enseñanza en el rendimiento de los alumnos?» o «¿Cómo

me relaciono con mis colegas para reflexionar sobre mis prácticas docentes y mejorarlas?»

3. BENEFICIOS DE LAS HERRAMIENTAS DE AUTOEVALUACIÓN METACOGNITIVA

Las herramientas de autoevaluación metacognitiva proporcionan un marco poderoso para ayudar a las personas a reflexionar sobre sus procesos de aprendizaje, reconocer sus puntos fuertes y débiles y tomar medidas proactivas para mejorar. Desde inventarios estructurados como el MAI y el LASSI hasta enfoques más abiertos como los diarios reflexivos, estas herramientas permiten comprender mejor las estrategias personales de aprendizaje y fomentan una mentalidad de crecimiento. A medida que los estudiantes son más conscientes de sus propios procesos cognitivos, adquieren la capacidad de regular y optimizar su rendimiento, lo que redundará en beneficio de su desarrollo académico y personal.

Su uso puede dar lugar a resultados beneficiosos, como

- **Mejores resultados de aprendizaje.** Los estudiantes que se autoevalúan con regularidad son más conscientes de sus hábitos de aprendizaje y pueden adaptar sus estrategias para ser más eficaces.
- **Mejora de la autorregulación.** Las herramientas metacognitivas ayudan a las personas a tomar el control de su aprendizaje estableciendo objetivos, supervisando los progresos y realizando los cambios necesarios.
- **Fomento de la independencia.** Los estudiantes desarrollan su independencia cuando son más hábiles para identificar lo que necesitan mejorar y dar los pasos necesarios para ello.
- **Retroalimentación personalizada.** Herramientas como LASSI y MAI proporcionan a los estudiantes un feedback personalizado que puede orientarles hacia la adopción de hábitos de aprendizaje más eficaces.

4. RETOS Y LIMITACIONES

La mayoría de las herramientas de autoevaluación pueden presentar limitaciones o suponer un reto, ya que requieren autorreflexión, una metahabilidad que no es fácil de desarrollar.

- **Sesgo en la autoevaluación:** Algunas herramientas se basan en que los estudiantes se evalúen a sí mismos, lo que puede dar lugar a reflexiones sesgadas o inexactas.
- **Consumo de tiempo:** algunos métodos, como los diarios de reflexión, pueden requerir mucho tiempo y esfuerzo por parte de los estudiantes.
- **Necesidad de orientación:** Aunque estas herramientas ayudan a promover la independencia, los estudiantes a menudo necesitan orientación de los profesores o tutores para sacar el máximo provecho de los conocimientos adquiridos.

5. VENTAJAS DEL CUESTIONARIO DE YORK-BARR

El cuestionario de York-Barr hace hincapié en el papel de la reflexión en el desarrollo profesional y se basa en la idea de que la reflexión continua puede mejorar la eficacia.

En particular, este método

- **Promueve el crecimiento profesional:** Ayuda a los educadores y a las personas a reflexionar sistemáticamente sobre sus prácticas, lo que conduce a una actitud más reflexiva e intencionada.
- **Fomenta la reflexión colaborativa:** Subraya la importancia de aprender de los colegas, promoviendo una cultura de aprendizaje compartido.
- **Mejora la eficacia:** Al centrarse en la autoevaluación, la herramienta ayuda a las personas a identificar las lagunas en sus estrategias y a tomar decisiones basadas en datos para mejorar los resultados.

En conclusión, el cuestionario de York-Barr es una herramienta valiosa para los educadores que desean mejorar su conciencia metacognitiva y dedicarse a la práctica reflexiva. Al evaluar sistemáticamente sus métodos de enseñanza, los profesores pueden promover un desarrollo profesional continuo y, en última instancia, contribuir a un entorno de aprendizaje más eficaz.

Esta herramienta se alinea bien con los objetivos más amplios de la autoevaluación metacognitiva en el sentido de que anima a las personas a reflexionar críticamente y asumir un papel activo en su propio aprendizaje y crecimiento.

6. UTILIZACIÓN DEL CUESTIONARIO DE YORK-BARR CON RECLUSOS

El cuestionario de York-Barr, diseñado originalmente para que los educadores reflexionen sobre sus prácticas profesionales, puede adaptarse para apoyar la autorreflexión y el desarrollo de la inteligencia emocional en otros contextos. Un uso particularmente beneficioso podría ser con reclusos, donde la promoción de la autoconciencia, la inteligencia emocional y el pensamiento reflexivo pueden tener un profundo impacto en la rehabilitación y el crecimiento personal.

6.1 Adaptación del cuestionario de York-Barr a los reclusos

La estructura y la naturaleza reflexiva del cuestionario de York-Barr proporcionan un marco eficaz para ayudar a los reclusos a reflexionar sobre su comportamiento, sus procesos de toma de decisiones y sus emociones. Al cambiar el enfoque original de las prácticas de enseñanza al desarrollo personal, el cuestionario puede guiar a los reclusos en la autoevaluación y la reflexión en áreas como:

- **Autoconciencia y regulación emocional:** Ayudar a los reclusos a ser más conscientes de sus pensamientos, sentimientos y comportamientos, especialmente en situaciones estresantes o difíciles.
- **Relaciones interpersonales:** Fomentar la reflexión sobre los conflictos pasados, las relaciones y el impacto de sus acciones en los demás, lo que podría conducir a la mejora de las habilidades sociales y la empatía.
- **Crecimiento personal y fijación de objetivos:** Ayudar a los reclusos a identificar áreas de mejora personal y a establecer objetivos realistas y alcanzables para su desarrollo personal y emocional.

6.2 Áreas potenciales de reflexión

El cuestionario de York-Barr puede adaptarse para animar a los presos a reflexionar sobre áreas cruciales para su rehabilitación:

1. Autoconocimiento:

Los reclusos podrían reflexionar sobre preguntas que promuevan la comprensión de sus desencadenantes emocionales, sus patrones de comportamiento y cómo éstos han influido en sus decisiones en el pasado.

Ejemplos de preguntas:

«¿Qué situaciones suelen provocarme emociones fuertes y cómo suelo reaccionar?».

«¿Cuáles son mis puntos fuertes y débiles a la hora de afrontar el estrés?».

2. Inteligencia emocional:

Reflexionar sobre cómo uno procesa las emociones e interactúa con los demás puede ayudar a los internos a mejorar su inteligencia emocional. Esto puede reducir la impulsividad, ayudarles a desarrollar la empatía y mejorar las habilidades de resolución de conflictos.

Ejemplos de preguntas:

«¿Cómo reacciono cuando me siento enfadado o frustrado? ¿Cómo puedo gestionar estas emociones de forma más eficaz?»

«¿De qué manera he mostrado empatía hacia los demás y cómo podría mejorar en este aspecto?»

3. Responsabilidad personal y rendición de cuentas:

El cuestionario puede animar a los presos a reflexionar sobre sus decisiones pasadas y sobre cómo asumen la responsabilidad de sus actos. Esto puede crear un sentido de la responsabilidad y ayudar al proceso de rehabilitación.

Ejemplos de preguntas:

«¿Qué decisiones me llevaron a mi situación actual y cómo podría haber tomado decisiones diferentes?»

«¿Cómo puedo asumir la responsabilidad de mis actos y trabajar para tomar mejores decisiones en el futuro?»

4. Relaciones interpersonales:

Los reclusos pueden reflexionar sobre sus interacciones con familiares, amigos u otras personas del sistema penitenciario. Esto puede fomentar la comprensión de cómo su comportamiento afecta a las relaciones y ayudarles a desarrollar habilidades sociales más sanas.

Ejemplos de preguntas:

«¿Cómo suelo comunicarme con los demás y cómo puedo mejorar mi capacidad de escuchar y hablar?»

«¿Qué relaciones en mi vida han sido positivas o negativas y qué papel he desempeñado en ellas?»

5. Orientación hacia el futuro y fijación de objetivos:

Animar a los presos a reflexionar sobre sus aspiraciones futuras puede ayudarles a desarrollar una perspectiva más positiva, crear motivación y establecer objetivos significativos para la vida después de la cárcel.

Ejemplos de preguntas:

«¿Cuáles son mis objetivos para el futuro y cómo puedo empezar a trabajar para alcanzarlos ahora?».

«¿Cómo puedo aprovechar mi estancia en prisión para desarrollar habilidades que me ayuden a tener éxito después de salir en libertad?»

6.3 Ventajas del cuestionario de York-Barr para los reclusos

El uso del cuestionario de York-Barr como herramienta de reflexión para los reclusos puede aportar varios beneficios clave en consonancia con los objetivos de rehabilitación y las necesidades de desarrollo personal:

1. 1. Mejora de la autorreflexión:

Los reclusos desarrollarán una comprensión más profunda de su propio comportamiento, procesos de pensamiento y emociones. Al realizar una autoevaluación periódica, pueden empezar a reconocer patrones perjudiciales y hacer esfuerzos conscientes para cambiarlos.

2. Mejorar la inteligencia emocional:

Reflexionar sobre las respuestas emocionales y las relaciones interpersonales puede ayudar a los reclusos a desarrollar la inteligencia emocional, que es crucial para la resolución de conflictos, la comunicación y la empatía.

3. Fomento de la responsabilidad y la rendición de cuentas:

El cuestionario anima a los presos a responsabilizarse de sus actos, ayudándoles a alejarse de la culpa y el victimismo. Este cambio es esencial para la rehabilitación y la reintegración en la sociedad.

4. Apoyar la rehabilitación:

La reflexión estructurada puede ayudar al proceso general de rehabilitación al favorecer el crecimiento personal, la regulación emocional y el establecimiento de objetivos. Estos son componentes clave para reducir la reincidencia y garantizar el éxito de la reintegración tras la puesta en libertad.

5. Establecimiento de objetivos y perspectivas positivas:

Reflexionar sobre las aspiraciones futuras y fijar objetivos alcanzables puede infundir a los reclusos un sentimiento de esperanza y dirección, ayudándoles a centrarse en un desarrollo personal y profesional positivo.

6.4 Estrategias de aplicación

Para garantizar un uso eficaz del cuestionario de York-Barr con los reclusos, se pueden adoptar las siguientes medidas:

- **Sesiones de reflexión facilitadas:** Los reclusos pueden cumplimentar el cuestionario en el contexto de sesiones de asesoramiento grupales o individuales, en las que reciben el apoyo de asesores o facilitadores capacitados para guiarlos en el proceso de reflexión.
- **Integración en los programas existentes:** El cuestionario puede integrarse en programas de rehabilitación o terapia destinados a promover la inteligencia emocional, la gestión de la ira y el desarrollo personal.
- **Uso regular para supervisar los progresos:** El cuestionario puede utilizarse periódicamente (por ejemplo, mensual o trimestralmente) para supervisar los progresos de un recluso en la autorreflexión, la gestión de las emociones y el crecimiento personal, lo que permite tanto a los reclusos como a los facilitadores hacer un seguimiento de las mejoras a lo largo del tiempo.
- **Apoyo a la reintegración:** Antes de la puesta en libertad, los reclusos podrían utilizar el cuestionario para establecer objetivos y estrategias posteriores al encarcelamiento para gestionar los retos a los que puedan enfrentarse, ayudándoles a crear resiliencia y a planificar una reintegración satisfactoria en la sociedad.

6.5 Desafíos y consideraciones

Aunque el cuestionario de York-Barr tiene potencial para el crecimiento personal de los reclusos, es necesario tener en cuenta algunos desafíos:

- **Diferencias culturales y educativas:** Los reclusos pueden tener diferentes niveles de alfabetización y antecedentes culturales, lo que puede afectar su capacidad para participar en prácticas reflexivas. Los facilitadores deben tener en cuenta estas diferencias y proporcionar la orientación adecuada.
- **Resistencia a la reflexión:** Algunos reclusos pueden resistirse a la autorreflexión, en particular si tienen antecedentes de trauma o falta de conciencia emocional. En estos casos, es importante introducir la práctica gradualmente y proporcionar apoyo.
- **Crear un espacio seguro para la reflexión:** Los facilitadores deben crear un entorno seguro y sin prejuicios en el que los presos se sientan cómodos para explorar abiertamente sus pensamientos y emociones.

7. CONCLUSION

La adaptación del cuestionario de York-Barr para su uso con reclusos puede ser una herramienta transformadora para promover la autorreflexión, la inteligencia emocional y la responsabilidad personal. Al guiar a los presos a través de una autoevaluación estructurada, el cuestionario puede ayudar a promover una comprensión más profunda de su comportamiento y sus emociones, dotándoles de las habilidades necesarias para la rehabilitación y la reintegración en la sociedad. Mediante la reflexión periódica y la fijación de objetivos, los reclusos pueden cultivar una perspectiva más positiva y desarrollar la resiliencia emocional necesaria para afrontar los retos de la vida, tanto durante como después de la detención.

8. DESCARGO DE RESPONSABILIDAD

Financiado por la Unión Europea. Sin embargo, los puntos de vista y las opiniones expresadas son únicamente de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de ellas.

Autores

© mayo de 2024 – Skill Up Srl, UniChess ssdrl, INDEPCIE sca, Club Magic Extremadura Sport Club, Centre for Education and Innovation Research, Latvian Chess Federation

Esta publicación se llevó a cabo con el apoyo financiero de la Comisión Europea en el marco del proyecto Erasmus + «ICARUS – Including Chess As a Re-education Up-Skilling tool», N. 2023-1-IT02-KA220-ADU-000152409.

Atribución, participación en la misma condición



(CC BY-SA) : Usted es libre de compartir, copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato y adaptar: remezclar, transformar y construir sobre el material para cualquier propósito, incluso comercialmente. El licenciante no puede revocar estas libertades siempre y cuando usted siga los términos de la licencia bajo los siguientes términos:

Atribución: debe dar el crédito adecuado, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de ninguna manera que sugiera que el licenciante lo respalda a usted o a su uso.

ShareAlike- Si remezcla, transforma o construye sobre el material, debe distribuir su contribución bajo la misma licencia que el original

Sin restricciones adicionales: no puede aplicar condiciones legales.