

# LA PRÁCTICA REFLEXIVA COMO UN ELEMENTO PARA LA MEJORA EN LA LABOR DOCENTE.

Eva Anayeli Arriaga García  
eanayeli@hotmail.com

María Amellaly Carmona Munguía  
estrella\_morada27@hotmail.com

Marlen Olarte Carmona  
hilito10@hotmail.com

## Resumen

La educación se ha visto afectada por diversos factores del ámbito político, social y cultural, por lo que se ha realizado cambios en los objetivos de la misma. Debido a la creciente necesidad educativa, se requiere profesores reflexivos, que sean comprometidos con su labor, que no se limiten a exponer en el aula, sino que propongan, investiguen, y que se planteen cumplir los objetivos que establece el plan de estudios.

El docente reflexivo deberá tener claro qué hacer y cómo para el logro de los aprendizajes que desea alcanzar en el alumno, impulsar la autonomía y la autorregulación en el proceso de aprendizaje, tener presentes las habilidades que posee, aprovecharlas al máximo y sobretodo, enfocarse en las deficiencias y buscar estrategias para resolverlas.

En el sector educativo, los docentes en servicio y los docente en formación, deben hacer suya la práctica reflexiva, tomándola como una herramienta que les ayude a comprender el actuar de sus alumnos, evaluar su desempeño antes y durante las actividades que realizan dentro del aula, detectando posibles problemáticas que entorpezcan el desempeño del alumnado y a la vez el proceso de enseñanza-aprendizaje.

**Palabras clave:** Práctica reflexiva, docente en formación, enseñanza-aprendizaje, autorregulación, práctica pedagógica.

## I. INTRODUCCIÓN

El presente ensayo va dirigido a aquellas personas que forman parte del sistema educativo, o están interesadas en el tema de la educación, tiene por objetivo dar a conocer, lo importante que es la práctica reflexiva para el docente, antes, durante y después del trabajo en el aula. Hablamos acerca de la pertinente formación que deben tener los docentes, acerca de las capacidades que deben desarrollar desde la formación inicial, además se mencionan las virtudes que como docentes reflexivos podemos poseer a partir de analizar aquello que estamos haciendo, cómo se está haciendo, para qué lo estamos haciendo, y en beneficio de quién lo estamos haciendo.

---

Alumnas de la Licenciatura en Secundaria con Especialidad en Telesecundaria de la Benemérita Escuela Normal Veracruzana "Enrique C. Rébsamen"

Aceptar los errores tras haberlos descubierto, puede ser un poco fácil, pero querer cambiarlos y buscar soluciones se torna más complicado, como retos del docente, planteamos aquellos obstáculos que presentan desde los formadores de docentes, hasta el docente mismo en el campo de trabajo.

Asimismo destacaremos cómo es que la autorregulación, el trabajo colaborativo y el autoconocimiento, se ven involucrados en los procesos clave para llegar a la práctica reflexiva de manera completa. Es de vital importancia que un docente desarrolle la práctica reflexiva, por esta razón denotaremos lo que conlleva ejercerla, haremos hincapié en los conceptos que forman la base una práctica reflexiva, así como los factores externos e internos que la permiten e influyen en ella.

Intentamos proponer alternativas principalmente para los docentes frente a aula para resolver problemas que presenta actualmente la educación, consideramos que la práctica reflexiva puede ser un elemento que permita el cambio para mejores resultados en el ámbito escolar.

## I. DESARROLLO

Todos en algún momento hemos examinado algo, pudiese ser algún tema de clase cuando no comprendimos lo que el maestro quiso explicar, alguna acción buena o mala, situaciones de las que fuimos parte importante o sólo espectadores, en fin, hemos hecho un recuento de lo que aconteció y también calificamos desde nuestra perspectiva de manera objetiva nuestro desempeño dentro del suceso, a este proceso cognitivo lo denominamos reflexión; pero el simple hecho de reflexionar sobre nosotros no nos deja un aprendizaje, si no lo volvemos un hábito y al mismo tiempo la complementamos con otros procesos.

“Toda reflexión sobre la acción propia o de los demás lleva consigo una reflexión sobre el hábito...pone en juego facultades estables, que designarán el carácter, los valores, las actitudes, la personalidad y la identidad...” (Perrenoud, 2007, p.138).

La autoevaluación en este tipo de procesos cognitivos es un indicador que nos ayudará a determinar qué tan bueno o malo es nuestro desempeño y serán una guía que permitirá nuestra mejora constante. Para autoconocernos existen una variedad de estrategias que nos posibilitan descubrir aquello que no sabíamos de nosotros, una de esas técnicas para conocernos mejor es la autorregulación y forma parte de la autoevaluación, ella nos da una pauta de nuestro actuar metacognitivo mientras nos desempeñamos en la realización de tareas cotidianas y que implican un reto por superar, también es un elemento primordial de la reflexión. “Cuando hablamos de metacognición nos referimos al conocimiento y regulación de nuestra actividad cognitiva, es decir, sobre cómo percibimos, comprendemos, aprendemos, recordamos y pensamos”(Lanz, 2009, p.11).

Para que el proceso de reflexión nos lleven al progreso se debe hacer de él una práctica constante, es decir, pasar de la reflexión común a una práctica reflexiva que nos permita la mejora continua, es por ello que en las siguientes líneas hablaremos de la importancia que tiene la práctica reflexiva enfocándonos en el proceso de enseñanza-aprendizaje y en la docencia.

## Formando formadores en la práctica reflexiva.

“Los viejos docentes de esgrima solían decir a sus discípulos que uno debe empuñar la espada como se sostiene a un gorrión. Si se le aprieta demasiado, no podrá respirar. Si se le afloja la mano más de la cuenta, escapará volando. El pensamiento reflexivo del maestro debe guardar analogía con la forma en que el esgrimista empuña la espada: combinar, saber, exigencia y flexibilidad.” Emily Calhoun a Bruce Joyce.

Actualmente, la educación se ha visto afectada por diversos factores del ámbito político, social y cultural, por lo que se ha realizado cambios en los objetivos de la misma. Allí recae el conflicto que se tiene por la formación de los docentes, dependiendo del sistema educativo de cada país será la formación que tenga un profesor, en nuestro país, lamentablemente no se busca formar a un estudiante como persona con pensamiento crítico, humanista, pero principalmente reflexivo; estas son características que no funcionan para los requisitos del sistema, sin embargo, los formadores de docentes no ignoran que a pesar de esto, ellos deben cumplir con la tarea de lograr que los docentes en formación consigan desarrollar la práctica reflexiva para ser propositivos y pensar en soluciones para resolver situaciones conflictivas.

Debido a la creciente necesidad educativa, se requiere profesores reflexivos, que sean comprometidos con su labor, que no se limiten a exponer en el aula, sino que propongan, investiguen, y que se planteen cumplir los objetivos que establece el plan de estudios; el objetivo de una práctica reflexiva es lograr un conocimiento y una comprensión profunda no sólo para considerar alternativas educativas, sino para actuar con el fin de mejorar continuamente la práctica a través de la carrera profesional (Villalobos, 2009). Pero para que un educador logre cumplir con todas estas características detrás de él, están aquellos formadores de docentes que han aportado para su buen desempeño en el aula. Debemos hacer hincapié que el objetivo en la formación fue desarrollar en el alumno un pensamiento crítico que le llevará a la práctica reflexiva, pero esto no se logra tan fácilmente; para conseguirlo, se debe superar algunos obstáculos, por ejemplo, como ya antes se mencionó, hay requisitos que pide el sistema educativo y aunque estos no cumplan con la formación adecuada de los docentes, y no se tome en cuenta aquellas características y aspectos a desarrollar en los alumnos, se deben alcanzar, por esto, el formador se da a la tarea de buscar estrategias de aprendizaje en las cuales introduzca lo que espera que se aprenda para cumplir con aquellos comienzos de la práctica reflexiva: valores, actitudes, habilidades, es decir, cumplir con los requerimientos sin dejar de lado aquello que se considera importante desarrollar, como el razonamiento, argumentación y reflexión. “El programa deja de ser un acto burocrático para convertirse en una práctica reflexiva. Tomar conciencia de las decisiones tomadas, del recorte pedagógico de lo que se enseña y no se explicita, de la tradición selectiva que uno como docente sostiene a través de los contenidos, nos coloca en una posición que amerita el abandono de la ingenuidad para posicionarnos desde una mirada crítica”. (Tenutto, Brutti y Algaraña, 2009).

Otro punto muy importante que también se debe resaltar es, la comunicación que debe existir entre docente-alumno, y aunque a veces resulte difícil establecer diálogo con algunos alumnos, se debe realizar, puesto que será una herramienta muy útil para conocer aquellas opiniones que intercambian entre ellos, y con el mismo profesor, así podremos conocer más allá de lo que creemos saber y establecer una relación de confianza que facilite la intervención educativa en situaciones conflictivas.

Como formadores de docentes se debe hablar con ellos acerca de la reflexión en condiciones reales de trabajo, de aquello que pretendamos enseñar y nuestros alumnos deban aprender, reflexionar sobre los métodos que se estén utilizando, y el ritmo en que ellos estén aprendiendo. Pero cuando se presente una problemática con esto, el docente debe recurrir a su práctica reflexiva que no sólo conlleva en buscar qué está haciendo bien o mal, el motivo de que los alumnos no están aprendiendo, etc., sino que ponga en práctica todo ese pensamiento crítico, innovador, y esté dispuesto a la mejora a través de esa reflexión.

Habrán obstáculos en los cuales el profesor no habrá tenido una preparación y ya no habrá docentes tutores para guiarle, sin embargo, es allí donde debe combinar todo aquello que aprendió para encontrar solución a cada uno de esos problemas. El docente se va formando de la experiencia que adquiere día con día, y existirán momentos en los cuales se enfrente a situaciones nuevas, donde será él solo quien dé una respuesta, y esto será parte de la formación que irá adquiriendo de forma individual.

Existe una actitud clave en el proceso de enseñanza-aprendizaje; esta actitud es el interés por parte del alumno, ya que una vez que este se tiene se puede asegurar al menos que el alumno está interesado por aprender, sin embargo, algunas veces sucede que es el mismo docente quien ocasiona la pérdida de esto, aquí el reto del profesor es no caer en la rutina, buscar siempre nuevas formas de enseñar los contenidos, y sobre todo, dejar que los alumnos formulen sus propias preguntas. Además de despertar la curiosidad en ellos para que su aprendizaje a través de este medio, les resulte significativo.

La labor de un docente no es una tarea fácil cuando se busca romper con los esquemas tradicionales, donde el límite es hablar y sólo transmitir, lo difícil comienza cuando el docente debe conocer a sus alumnos y planear sus clases a partir de esas características clave, tomar en cuenta lo que marca un plan de estudios sin dejar de lado lo que él considera que es muy importante y no viene allí, tener que hacer adecuaciones porque no todos los grupos ni los contextos son iguales, realizar evaluaciones continuamente donde no sólo busque calificar, sino conocer habilidades y dificultades, todas estas acciones irán mejorando cada vez más a través de la práctica reflexiva; "la razón fundamental de privilegiar la práctica reflexiva, es que sólo ella garantiza, [...] una regulación en función del objetivo más que del programa y de las reglas que hay que respetar para ser irreprochable desde el punto de vista de la institución" (Perrenoud, 2007, p.181).

Por esta razón resulta tan importante que los formadores de docentes promuevan en ellos la reflexión, aunque principalmente la práctica reflexiva es estar dispuestos al cambio que se presente en situaciones reales de trabajo, reconocer lo que se está trabajando bien o mal, y asumir la responsabilidad como tutor de un grupo de personas. El docente se compromete a lograr objetivos con la institución, con los alumnos y con él mismo.

Ahora bien, sabemos que la mejor forma de afrontar es tomar una postura reflexiva, donde analice, se cuestione acerca de su trabajo, logre comprender y por último pueda elaborar propuestas y cambiar la situación, dándole un giro transformativo de mejora.

## La práctica pedagógica y el trabajo en el aula.

Así pues, el docente reflexivo deberá ser crítico, objetivo, abierto al dialogo, tener claros los contenidos y aprendizajes esperados, deberá ser innovador ya que uno de sus objetivos principales es lograr la motivación, el dinamismo en sus clases y fomentar el interés en los estudiantes, tener claro qué hacer y cómo para el logro de los aprendizajes que desea alcanzar en el alumno, impulsar la autonomía y la autorregulación en el proceso de aprendizaje, tener presentes las habilidades que posee, aprovecharlas al máximo y sobretodo, enfocarse en las deficiencias y buscar estrategias para resolverlas.

Todo lo que hacemos diariamente es una práctica, pero la práctica reflexiva dentro de nuestro quehacer docente, requiere una metodología en la cual podamos contrastar, revisar y enriquecer de forma continua, a través de lo observado en el aula, el trabajo cooperativo, colaborativo y significativo en las distintas disciplinas teóricas y metodológicas. Uno de los principales objetivos, es lograr la autonomía y el aprendizaje autorregulado en los alumnos.

“En general, reflexionar es pensar, pero en educación, la reflexión conlleva la connotación de hacer deliberaciones, elecciones y tomar decisiones sobre cursos alternativos de acción”. (Bárcena, 2005 p. 147). La reflexión es clave en la formación docente, puesto que nos permite evaluar a fondo nuestro trabajo dentro y fuera del aula, nos lleva al planteamiento de algunas preguntas, por ejemplo, ¿cuál es mi papel como profesor?, ¿qué espero de mis alumnos?, ¿cómo realizo mi práctica?, ¿qué he aprendido hoy, ¿lo puedo hacer de otra forma?, ¿realmente estoy tomando en cuenta las características del grupo para plantear mis actividades?

El profesor reflexivo se cuestiona contantemente de su trabajo dentro del aula, los docentes que asumen la acción reflexiva, entienden la naturaleza dinámica de la educación y los modos como depende del contexto y las circunstancias en que se dan los procesos de enseñanza, a su vez también afrontan los problemas educativos buscando soluciones y emprendiendo acciones para poder resolverlos.

Las prácticas pedagógicas actuales, proponen actividades de aprendizaje que despierten el interés de los estudiantes, estas se construyen en un proceso de reflexión, actualización y análisis respecto la experiencia adquirida durante el trabajo en el aula. Una forma productiva de trabajo en el aula se dará a través de la potencialización de las diversas dimensiones y etapas de las metodologías específicas de cada campo de conocimiento, en los procesos de razonamiento, resolución de problemas y empleando enfoques interdisciplinarios si los objetos de estudio lo hacen posible.

Hoy en día se busca favorecer en los docentes la implementación en su práctica continua, una pedagogía activa, la cual debe tener como principal objetivo, formar personas con sentido crítico, democrático, responsable y de cooperación. Una didáctica de este tipo que debe tender a motivar a los alumnos, tomando en cuenta el contexto, favorecer el aprendizaje significativo. A partir de estas intenciones, estamos caracterizando la opción de una pedagogía activa como la oportunidad para centrar el trabajo de aula en la generación de condiciones para que el estudiante sea el centro real de la producción de conocimiento. Planear las clases de acuerdo con la personalidad y el estilo de aprendizaje de cada alumno,

tomar en cuenta las situaciones tanto familiares como personales, es decir, adaptarse al contexto, entender y conocer a los estudiantes, pero sobretodo, modificar y adaptarse a trabajar dentro del aula, son retos que como docentes, debemos tener en cuenta si queremos lograr aprendizajes significativos en los alumnos.

Los métodos que pueden favorecer objetivos pedagógicos como los anteriores, en el aprendizaje de los alumnos y alumnas, se deben adecuar de acuerdo a las condiciones propias del proceso enseñanza-aprendizaje, se debe ofrecer recursos variados, por ejemplo, una adaptación a las necesidades de cada estudiante, movilizar habilidades, destrezas y aptitudes, formular preguntas y resolverlas, tener disposición al diálogo. También, que como docentes debemos poner en práctica elementos tales como el análisis, la observación, y la construcción de propuestas para el mejoramiento eficaz del aprendizaje en los alumnos.

También es importante generar proyectos pedagógicos trascendentales para el aprendizaje del alumno, fomentando así de algún modo, el trabajo en equipo, el cual consiste en una agrupación de personas trabajando juntas, que comparten ideas, tienen una propuesta en común, crean procedimientos de trabajo, cooperan entre sí, resuelven sus desacuerdos en discusiones abiertas y alcanzan una meta en común integrando sus conocimientos, logrando así, el aprendizaje significativo.

El rol del maestro durante el trabajo en el aula ya sea individual o en equipo, es muy importante ya que como responsable del grupo, deberá emplear recursos para crear en el aula actividades auténticas y significativas que logren en los estudiantes el desafío de acrecentar sus conocimientos en los planos del saber ser, el saber hacer, el saber conocer y saber convivir. El papel del docente es mediar las condiciones para que surja la curiosidad de conocer y aprender; hacer posible que el alumno se enfrente al desafío de romper los conflictos cognitivos que se presenten es todo un reto.

Por lo tanto, el primero que debe estar seguro de realizar un trabajo en equipo, es el profesor, ya que este deberá impulsar y posibilitar las actividades, crear ambientes que favorezcan el trabajo, fomentar la organización que fomente la cooperación y colaboración, planificar las actividades a realizar considerando la interrelación con otras disciplinas, poseer seguridad, liderazgo, comprensión y flexibilidad cuando sea posible.

Una práctica reflexiva es metódica y rutinaria, por eso necesita, primero, tener claros los objetivos, tener una planeación, observar, memorizar, escribir, analizar y a posteriori, comprender, escoger y construir nuevas opciones. "Tenemos así como dice Van Manen, un tipo de reflexión anticipada, que nos permite deliberar sobre alternativas posibles, decidir sobre acciones futuras, planificar y anticipar experiencias que han de ser vividas". (Bárcena, 2005, p 147).

La educación tradicional se ha ocupado principalmente de la transmisión de normas, valores, tratando de proporcionar a los estudiantes modelos de conducta que imitar y conocimientos para almacenar. La educación evoluciona poniendo el acento en el estudiante que debe ser el protagonista y referente fundamental de aprendizaje. El protagonismo del estudiante es fundamental para cumplir con logros de desarrollo de la mejora de la calidad de los aprendizajes, haciéndolos significativos, es decir, asociando los

conocimientos previos con el saber de experiencia y el saber originado en las disciplinas teóricas y metodológicas del currículo en estudio.

Las estrategias de enseñanza son desafiantes y significativas para los docentes, toda actividad que sea planteada coherentemente e implique retos través de diversas actividades, influye significativamente en darle sentido al aprendizaje, a los conocimientos previos, las experiencias e intereses personales. Como docentes, debemos aprovechar y optimizar al máximo el tiempo disponible en función de los objetivos que queremos alcanzar para lograr una enseñanza efectiva y fluida, despertar el interés de los alumnos. Otro de los grandes retos que tendremos como docentes, será promover el desarrollo del pensamiento, es decir, lograr que los alumnos piensen con autonomía, sean creativos y desarrollen propuestas con fundamentos propicios ante situaciones diversas o problemáticas y adquieran así experiencia suficiente para desenvolverse adecuadamente en ámbito escolar y social. Debemos también orientar a los educandos hacia temáticas ligadas a los objetivos transversales del currículum, con el fin de favorecer su proceso de construcción de valores y así propiciar oportunidades para el desarrollo de la expresión oral y escrita para que sea progresivamente fructífero y adecuado a la situación comunicativa. Un aspecto importante que debemos rescatar dentro de nuestro trabajo en el aula, es la evaluación. "Todo proceso educativo sistemático requiere contar con un procedimiento de evaluación objetivo que le permita establecer las medidas correctivas pertinentes [...], los elementos del sistema que pueden ser evaluados son: El aprendizaje del estudiante, la enseñanza del maestro, los métodos y técnicas empleados, los planes y programas de estudios, y el subsistema administrativo" (Aguilar, 2011). Durante el proceso de enseñanza, acudiremos a la evaluación diagnóstica, formativa y sumativa; generando condiciones propicias para lograr en el grupo la autoevaluación, la coevaluación y la heteroevaluación.

Debemos evaluar y monitorear los procesos de comprensión y adquisición de contenidos por parte de los estudiantes, tener en cuenta la retroalimentación oportuna y constructiva ante los aprendizajes activos y esperados e identificar que cada estudiante reflexione, ante la entrega de resultados, trabajos y proyectos, sus fortalezas y debilidades para aprovechar la ocasión de enriquecer su aprendizaje y producir un gran avance a nivel intelectual, por lo tanto, la evaluación es un proceso retroalimentativo que sirve para medir el grado comprensión y manejo de los contenidos académicos y por la cual se dan a conocer los resultados que sirven para mejorar la calidad de enseñanza que da el docente y la calidad del aprendizaje por parte del alumno.

El ejercicio de la reflexión es un análisis completo autónomo que lleva a quien lo practica detenerse a pensar en su desempeño antes, durante y después de sus acciones; orillándolo así a concientizar que tan efectivas y eficaces son las técnicas que utiliza para desarrollarse dentro de una sociedad. La reflexión nos permite mejorar si es lo que nos proponemos, llevar a la acción aquello que transforme de manera positiva nuestro desempeño.

En el sector educativo, los docentes en servicio y los docente en formación, deben hacer suya la práctica reflexiva, tomándola como una herramienta que les ayude a comprender el actuar de sus alumnos, evaluar su desempeño antes y durante las actividades que realizan dentro del aula, detectando posibles problemáticas que entorpezcan el desempeño del alumnado y a la vez el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Aunque no solo se debe tomar como referencia el desempeño de los alumnos, también es importante saber cuan bueno ha sido el manejo del grupo a cargo del maestro titular, éste debe conocer sus fortalezas y debilidades frente a grupo, debe estar abierto y consciente a críticas constructivas que le ayuden a mejorar su trabajo. "En este contexto, el paso de una ocupación a constituirse en profesión pareciera establecer una aspiración que expresa no sólo el deseo a un mayor estatus social, sino la búsqueda tanto de un reconocimiento de la especificidad de la ocupación y la responsabilidad social que involucra su ejercicio, como de legitimación de espacios de autonomía que se consideran necesarios para el adecuado desempeño de la actividad."(Erazo, 2009).

La importancia de la práctica reflexiva en el servicio de docencia radica en que es una oportunidad para transformar las practicas antiguas de enseñanza que si bien no son malas no han brindado los resultados esperados de combatir el analfabetismo mexicano, buscando así la mejora en la educación. Es necesario orientar a los estudiantes sea la profesión que elijan, lo significativo que es la práctica reflexiva como formación para el progreso personal y colectivo.

El docente en formación debe asimilar que la práctica reflexiva es un determinante en su profesión, no sólo como persona perteneciente a una sociedad, sino que él al convertirse en el guía de sus alumnos debe estar en preparación y actualización constante, consiente de su actuar ante los retos a los que se verá enfrentado impactará directamente en los alumnos, analizar sus acciones antes de ejecutarlas tomando en cuenta las posibles consecuencias que pueda traer consigo, debe saber hasta dónde es capaz de llegar por mejorar su desempeño profesional.

Es por ello que la reflexión antes de la práctica reflexiva tiene relevancia, no es lo mismo reflexionar ocasionalmente, que hacer de ella una práctica constante que permita en avance, en este caso de la educación; antes de convertir a la reflexión en un hábito de vida y de trabajo es necesario considerar qué tanto ésta me permitirá mejorar, cuáles son las consecuencias que puede traer consigo, ¿me permite crecer profesionalmente?, a quién más beneficia o perjudica, de qué manera, son más beneficios que perjuicios; y una vez analizado esto sería prudente tomar una postura que nos brinde un avance continuo de mejora.

Hacer de la práctica reflexiva un hábito no es tan fácil, se debe considerar que hay factores que nos obstaculizan convertir nuestros estilos de vida, pero que sin embargo que mediante la perseverancia y la persistencia este ideal se vuelve posible, "la práctica reflexiva es un trabajo que, para convertirse en regular, exige una actitud y una identidad particulares." (Perrenoud, 2007, pp. 43).

Esta reflexión ha de alentarnos a todos aquellos que estamos involucrados en el proceso educativo, tanto estudiantes, docentes y directivos; a la vez debe motivarnos para dar nuestro mejor esfuerzo y no dejarnos llevar por la pereza solo manteniendo un estatus quo que no permitirá un progreso constante. La herramienta que todos poseemos y la cual es la reflexión nos hace viajar en el tiempo haciendo una reconstrucción del pasado y una visión del futuro, que nos guiará y será un determinante en lo que hicimos, qué nos funcionó, que salió mal y cómo la podemos mejorar para obtener resultados más prósperos.

El trabajo por realizar es arduo, pero un docente obtiene la gran satisfacción de dar lo mejor de sí en cada alumno para generar en él un agente de cambio, tratando de que éste adopte conductas que sean beneficiosas a su formación, es por ello que la reflexión dentro de las prácticas docentes son vitales, ya que éstas generaran oportunidades de progreso, que sólo se posibilitará si cada agente se interesa por conocerse más para poder comprender su entorno.

### **Análisis de la autorregulación como parte de la práctica reflexiva.**

En la profesión docente, desde la formación inicial del maestro, la práctica reflexiva juega un papel muy importante. Para desarrollarla el profesor puede apoyarse de una evaluación colectiva (co-evaluación) que le permita mediante la relación maestro-alumno y alumno-alumno conocerse más, adentrando en el desempeño que cada agente tiene al participar activamente en el proceso de enseñanza. La práctica reflexiva nos rinde informes de que tan bueno es nuestro rendimiento y actitud al enfrentarnos a ciertas dificultades, para que a partir de ello busquemos estrategias que permitan la mejora de nuestro ser y hacer dentro de la sociedad. "Es apremiante la búsqueda de educadores, capaces de idear nuevas metodologías reflexivas, apropiadas para escuchar la voz del otro; de reflexionar en torno de sus actuaciones; maestros con nuevas lógicas de comprensión de la realidad, que partan de culturas inclusivas, donde se reconozca al ser humano como un ser histórico, multidimensional, con características inmanentes y, con diferentes ritmos de aprendizaje."(Novoa, 2007)

Las reflexiones que generamos en nuestro interior deben contemplar el análisis de nuestra conciencia y de cómo actuamos; es decir los procesos metacognitivos que empleamos y las acciones que emprendemos frente a las problemáticas que enfrentamos, para ello es de vital importancia destacar que el campo que nos ayuda a comprender éstos procesos se encuentran dentro de la autorregulación.

La autorregulación se enfoca en analizar desde una perspectiva crítica nuestro desempeño cognitivo ante la toma de decisiones, lo que también es importante para la práctica reflexiva. Los docentes en formación tienen el deber de examinar cuáles son los procesos, mecanismos y técnicas que utilizan para resolver la vida cotidiana, además de que ésta les brindará el conocimiento de la forma en que cada uno aprende y que tan efectivo les resulta las estrategias que emplean para comprender sus entorno personal, extrayendo de la información obtenida aquello que les permita mejorar sus procesos de aprendizaje.

Además de ayudarles a conocerse a sí mismos, este proceso les será de gran utilidad a los docentes cuando tengan que enfrentarse a las condiciones reales de trabajo, así una vez teniendo la experiencia y conociendo el tema a profundidad lo podrán aplicar a los alumnos que estén bajo su cargo, utilizando la metodología de la autorregulación, los procesos de aprendizaje podrán ser sometidos a análisis críticos que permitan mejorar la enseñanza.

Debo mencionar que el proceso de autorregulación y la práctica reflexiva son procesos distintos que analizan los mecanismos de desempeño individual, los dos deben ser continuos debido a que siempre habrá algo por mejorar y además tienen un objetivo en común que es el desarrollo pleno de todo individuo, en especial del docente y de los

alumnos que permitirán en conjunto una mejor educación para la vida. La práctica reflexiva engloba la autorregulación como parte del autoconocimiento.

La relación tan estrecha que tienen estos dos conceptos solo cobra sentido si son llevados a la práctica, y es más enriquecida cuando esa práctica que se lleva a cabo es en grupo o comunidades de aprendizaje, debido a que da apertura a la comunicación grupal, creando un ambiente de respeto, solidaridad, comprensión, intercambio de ideas, autoanálisis, trabajo e interacción entre todos los miembros pertenecientes, dando pie a reconocer aquellas capacidades o destrezas que tal vez no sabíamos que poseemos, o aquellas que nos faltan por desarrollar. "El aprendiz autorregulado debe controlar de forma adecuada sus procesos seleccionando y organizando la información relevante y construyendo conexiones desde el conocimiento existente relevante". (Valle, et al, 2010).

También este tipo de actividades retroalimentan el trabajo del docente y el trabajo del grupo, permitiendo hacer modificaciones y adecuaciones a aquellas actividades o formas de tratar las clases, negociando e incentivando la participación de los alumnos a este tipo de actividades que si bien no están en la maya curricular también son una parte fundamental del desarrollo tanto del profesorado como del alumnado.

No hay que menospreciar que por el hecho de reflexionar se comienza a incentivar la autonomía de los alumnos, ya que abrimos una puerta de su mente a la creatividad, haciendo de ellos unas personas conscientes de su pensar, actuar y ser críticos ante las problemáticas sociales en las que se ven afectados día con día, contribuyendo a cambiar su pensar, y haciéndolos capaces de transformar su contexto y creando en ellos un espíritu humanitario que se atreva a ayudar a la comunidad para su mejora y progreso constante.

Desarrollar el pensamiento crítico y analítico, la argumentación, pero, principalmente la reflexión, serán esas herramientas que permitirán al docente crecer no sólo profesionalmente sino personalmente, lo cual no es fácil sino complejo, pero a partir de volverse un hábito la labor del profesor comenzara a ser trascendental.

## CONCLUSIÓN

La práctica reflexiva en la docencia, generalmente empieza cuando el docente se enfrenta ante una dificultad o circunstancia que requiere tiempo para analizar con atención y detenimiento; dedicándose a buscar los medios más efectivos y eficientes para darle solución a los problemas que se plantean. Es un proceso que requiere ir más allá de la lógica y la razón, pues involucra emociones, actitudes y valores para lograr los objetivos propuestos, en este caso, el ser realmente consciente de cómo estoy ayudando a construir el aprendizaje significativo en los alumnos y qué estoy haciendo para lograrlo.

Esto nos permite hacer un ejercicio de revisión a cerca de nuestra propia práctica, y así alcanzar de una forma creativa, innovadora y transformadora, el éxito y la mejora en la calidad de los aprendizajes de nuestros alumnos, además, lograremos construir nuestro propio modelo de enseñanza mediante lo que adquirimos durante nuestro proceso formativo y la experiencia en las condiciones reales de trabajo durante la práctica.

Mediante la reflexión debemos crear situaciones que nos permitan hacer un análisis profundo de la práctica, cuestionándonos sobre nuestras propias acciones en el salón de

clases, lo que creemos que logramos con ellas y lo que realmente ocurre con nuestros alumnos, así como también tener presentes las habilidades que poseemos y echarlas a andar para aprovecharlas al máximo, de la mano con esto, debemos proponer acciones que permitan alcanzar nuestros objetivos, evaluándolas continuamente ya que nuestra práctica pedagógica no es un proceso lineal, sino que avanza quizá tomando distintos rumbos, pero llegando a un mismo fin.

No podemos quedarnos con la práctica rutinaria, debemos buscar siempre la práctica reflexiva, esa que nos lleva a la acción y al análisis, pero sobre todo al continuo cuestionamiento de qué y cómo puedo mejorar mi práctica pedagógica.

## BIBLIOGRAFÍA

- Aguilar-Morales, J.E. (2011) La evaluación educativa. México: Asociación Oaxaqueña de Psicología A.C. Recuperado de <http://www.insumisos.com/lecturasinsumisas/Diccionario%20enciclopedico%20de%20Educacion.pdf>
- Cabrera, C M; Villalobos, J; (2009). Los docentes y su necesidad de ejercer una práctica reflexiva. Revista de Teoría y Didáctica de las Ciencias Sociales. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=65213214008>
- Erazo-Jiménez, M S; (2009). Práctica reflexiva como estrategia de desarrollo profesional: presencia y estructura en reuniones docentes. Educación y Educadores. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83412219004>.
- González-Pienda, J A; Rosario, P; Núñez, J C; Cabanach, R G; Valle, A; Rodríguez, S; (2010). Motivación y Aprendizaje Autorregulado. Interamerican Journal of Psychology. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28420640010>
- Bárcena, Fernando; (2005) La experiencia reflexiva en educación. Ediciones Paidós Ibérica S.A Barcelona. P. 147
- NOVOA VARGAS, L N; (2007). La práctica reflexiva del maestro. Cuadernos de Lingüística Hispánica. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=322227484008>.
- Perrenoud, Philippe, (2007). Desarrollar la práctica reflexiva en el oficio de enseñar. Graó. Barcelona. P. 181
- Tenutto, Marta; Brutti Cristina; Sonia Algaraña; (2009). Planificar, enseñar, aprender y evaluar por competencias: conceptos y propuestas, 1a ed. Buenos Aires.
- Zulma Lanz, M; (2006) Aprendizaje autorregulado: El lugar de la cognición, la metacognición y la motivación estudios pedagógicos XXXII pág. 121-132 recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=173514131006>