



COMILLAS
UNIVERSIDAD PONTIFICIA

ICAI

ICADE

CIHS

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

INNOVAR EL SISTEMA EDUCATIVO EN LA SOCIEDAD DEL *MULTITASKING*.

Una urgencia para rescatar a los adolescentes aburridos que no se adaptan.

Autor/a: Elena Anastasia San Pablo García

Director/a: Belén Marina Gras

Madrid

2021/2022

ÍNDICE

Introducción	6
Metodología	8
Justificación del tema	8
Planteamiento del problema	9
Método y metodología de trabajo	11
Análisis de información	12
Estado de la cuestión	12
La adolescencia	12
El aburrimiento	14
El sistema educativo y el aburrimiento	15
Propuesta de innovación	19
Discusión	20
Conclusiones	22
Bibliografía	24

RESUMEN

Son numerosos los cambios sucedidos a lo largo de la evolución histórica. Sin embargo, el sistema educativo parece mostrar cierta reticencia a adaptarse a las nuevas demandas y necesidades sociales, especialmente las que exige la población adolescente. La generalidad del alumnado que forma parte del sistema educativo cataloga a este de aburrido y desmotivador. A tal efecto, no se puede obviar el impacto que genera un clima motivacional bajo en el desempeño académico, reduciendo el rendimiento. Por esta razón, la revisión que ocupa el presente trabajo tiene como fin la propuesta de nuevas estrategias pedagógicas que fomenten la cultura de la participación y permitan el desarrollo del adolescente desde una visión integral. Para ello, la metodología seguida ha permitido realizar un encuadre teórico del concepto de aburrimiento, desde la perspectiva psicológica, para poder comprobar como afecta este en el individuo adolescente y el alcance que tiene en la adhesión al centro escolar y sus obligaciones. De esta manera, la información analizada permite concluir que, a pesar de su funcionalidad, el aburrimiento dentro de la institución académica se percibe como una emoción negativa que aumenta el desinterés y la falta de atención, reduciendo la participación. Desde este punto de vista, parte de la corriente apuesta por la valoración de la esfera emocional en el proceso de enseñanza-aprendizaje, reclamando la innovación de un sistema que, actualmente, no tiene en cuenta los desafíos a los que los adolescentes deben hacer frente día a día, además de alcanzar los objetivos curriculares.

Palabras clave: adolescencia, aburrimiento, rendimiento académico, motivación, participación, fracaso escolar.

ABSTRACT

Numerous changes have taken place throughout the course of history. However, the educational system shows a certain reluctance to adapt to new social demands and needs, especially those of the adolescent population. Most of the students who are part of the educational system consider it to be boring and unmotivating. To this effect, the impact of a low motivational climate on academic performance, reducing performance, cannot be ignored. For this reason, the purpose of this review is to propose new pedagogical strategies that foster a culture of participation and allow the development of adolescents from an integral point of view. To this end, the methodology followed has made it possible to conduct a theoretical framing of the concept of boredom, from a psychological perspective, to verify how it affects the adolescent individual and the extent to which it affects his or her adherence to school and his or her obligations. Thus, the information analyzed allows us to conclude that, despite its functionality, boredom within the academic institution is perceived as a negative emotion that increases disinterest and lack of attention, reducing participation. From this point of view, part

of the current bets for the valuation of the emotional sphere in the teaching-learning process, claiming the innovation of a system that, at present, does not consider the challenges that adolescents must face day by day, in addition to achieving the curricular objectives.

Key words: adolescence, boredom, academic performance, motivation, participation, school failure.

“El estudio sin deseo estropea la memoria y no retiene nada de lo que se toma.”

- Leonardo Da Vinci

“Largo es el camino de la enseñanza por medio de teorías, breve y eficaz por medio de ejemplos.”

- Séneca

INTRODUCCIÓN

Falta de interés, desmotivación, hastío, indiferencia, son algunos de los términos que se atribuyen al aburrimiento. Esta palabra multívoca (Dupuy, 2018) tiene su origen en el término latino *abhorrene* y significa aborrecer (Schvartzman, 2018)) o “tener aversión a algo” (Doria, 2014, p. 5). El término aburrimiento, tema principal del presente trabajo, es considerado por Dupuy (2018) como una reacción de la emoción cuando se percibe el medio que rodea al individuo uniforme, con carencia de estímulos o cuando estos son reiterativos o no despiertan el interés. En esta línea, Schavartzman (2018) añade que el aburrimiento se genera cuando se pretende convertir institucionar algo en el sentido de convertirlo en una acción que se repite porque, entre otras cosas, el aburrimiento está vinculado con la motivación, y según este autor, el aburrimiento es la experimentación del sentimiento de vacío por la concepción del mundo como algo circular (Schvartzman, 2018). Sin embargo, no todo es negativo al pensar sobre el aburrimiento. Por ejemplo, Dupuy (2018) lo considera como posible prolegómeno de la creatividad. Algo en lo que coincide con Catz (2018), quien afirma que el aburrimiento es “una transición para encontrar y encontrarse, base de la creatividad.” (p.29). Otros autores como Bench y Lench (2013) también aluden a la parte positiva del aburrimiento, explicando que podría resultar funcional en cuanto a que empuja al individuo a explorar diferentes opciones cuando la situación que se le presenta no le estimula. Al igual que prácticamente todo en la vida, es beneficioso siempre que no supere un límite. En este sentido se hablaría de aburrimiento patológico, considerándose como un síntoma y, explicado desde el psicoanálisis como una inhibición a nivel intelectual y vital, en cuanto a dirección y energía (Kuras y May, 2018). De esta manera se activan una serie de procesos inconscientes, cuyo propósito, como explica Catz (2018), es aislar al niño de la comprensión de la realidad comúnmente aceptada y de su mundo interno. En este sentido, es relevante recordar las palabras de Tabbia (2018), quien considera que, en concreto, en los adolescentes, el estado de aburrimiento es consecuencia directa de una resistencia, a diferentes niveles, a cualquier enfrentamiento que conlleve el vital abandono de los estados infantiles. Y como el adolescente no quiere enfrentarse a esa realidad dolorosa, porque además en la actualidad se puede percibir que las muestras de debilidad o tristeza se viven como algo negativo en vez de considerarlo como algo inherente a la vida (Catz, 2018), la oferta de distracción se ha convertido en el eje central en nuestra sociedad, donde domina lo “breve, visual y fugaz” (Schvartzman, 2018, p.173). Todo lo contrario, a los valores de esfuerzo, permanencia y disciplina asociados a la educación (Follari, citado en Beggeres, 2017).

Visto desde otra perspectiva, la presencia de aburrimiento puede resultar perjudicial cuando deriva en realización de conductas de riesgo o perjudiciales con intención de aumentar el nivel

de estimulación del que se carece en el estado de tedio (Sánchez, 2019). Enfocado al objeto de análisis, Hunter y Eastwood, (2016); Sánchez y Bedis, (2015); Tze, Daniels y Klassen (2015), describen acciones como abandonar o faltar a clase cuando esta no capta su interés ni su atención.

Con la intención de recalcar la importancia de la situación, más allá de lo que ocurre en España, que será expuesto en líneas posteriores, autores como Beggeres (2017) señalan que cerca del 80% de los adolescentes uruguayos entre 15 y 17 años que abandonaron de manera temprana la educación en Uruguay, apuntan al desinterés como uno de los motivos que los llevaron a no continuar con los estudios. Hecho que se encuentra también en el informe de estado de educación de Uruguay publicado en el año 2014, donde se señala que el aburrimiento destaca como adjetivo más nombrado por el alumnado al pedirles que describan el sistema educativo. (INEED, citado en Beggeres, 2017). A esta característica atribuida al sistema de educación uruguayo, Beggeres (2017) añade, en Uruguay, la existencia de horarios indignos que, junto a las exigencias que enferman tanto al alumnado como al profesorado, no contribuyen sino a que “estudiar pierde su valor simbólico, convirtiéndose en un medio de supervivencia.” (Bleichmar, citado en Beggeres, 2017, p.18). Y no es que haya carencia de información, el problema reside en que se ha vuelto más complicado procesar y metabolizar esa información (Beggeres, 2017). Valorando la época presente donde reinan la urgencia y la inmediatez, como afirma Catz (2018), resulta más sencillo categorizar que comprender, distinguir y tolerar la semejanza y sus “inesperadas revelaciones.” (p.39)

Desde este punto de vista, durante la adolescencia se carece de tiempo para potenciar la curiosidad debido al exceso de información que dificulta el procesamiento de lo sustancial de esta etapa evolutiva (Beggeres, 2017). Además, teniendo en cuenta que en la era de la hipermodernidad en la que nos encontramos está prohibido aburrirse (Schvartzman, 2018), se favorece el hecho de encontrarnos con infantes que exigen un pasatiempo, y si no lo tienen se enfrasan en el aburrimiento, de manera ansiosa y desesperada (Catz, 2018). Y eso no se asocia precisamente con el nirvana en los adolescentes, porque por una parte sienten el impulso que los dirige a explorar lo que les rodea, y por otra, cuando se equivocan, desean aislarse, hasta que vuelven a ser sacudidos por la curiosidad que los moviliza de nuevo (Yankélévitch, citado en Tabbia, 2018).

Así, en un mundo en continuo desarrollo tecnológico, “el aburrimiento encuentra hoy un recubrimiento en las pantallas que, al multiplicarse en sus ofertas, lo van acorralando.” (Kuras y May, 2018, p.26). Y no hay que pasar por alto, como recuerda Catz (2018) que dedicar

demasiado tiempo a los aparatos de tecnología se asocia con problemas de aprendizaje en general, de atención, así como con falta de maduración a nivel cognitivo.

Teniendo todo esto en cuenta, resulta urgente poner el foco en el ámbito educativo español, en pro de, por un lado, incrementar el rendimiento académico y, por otro, reducir las tasas de abandono escolar, las cuales presentan cifras alarmantes, en comparación con el resto de los países en Europa. En el año 2020, la tasa de abandono escolar temprano, en España, se situó en 20.2% para hombres y 11.6% para mujeres (INE, 2020). Esto resulta relevante si valoramos que la media en Europa se encuentra en el 11.8% para hombres y 8% para mujeres. (INE, 2020)

Por ello se pretende enfocar el presente trabajo hacia estrategias de prevención e intervención que permitan reducir estos porcentajes, teniendo como base un marco teórico psicológico que permita incidir en las variables necesarias para conseguir el objetivo.

METODOLOGÍA

Justificación del tema.

La selección del tema del presente trabajo nace de la preocupación acerca de la dirección del sistema educativo. Si nos paramos a observar y escuchar, son frecuentes las caras de abatimiento, desgaste emocional y físico, poca emoción por volver a las clases tras el fin de semana o las vacaciones, los comentarios críticos hacia trabajos sin sentido, horarios duros, y un largo etcétera. Ante esto cabe preguntarse ¿por qué? ¿Qué sucede en el sistema educativo para que la gente lo viva como un castigo y no como una oportunidad? Desde el enfoque psicológico son múltiples las variables, tanto individuales, como sociales, que pueden correlacionarse en las tasas de abandono y fracaso escolar, una de las consecuencias de la no vinculación del adolescente con el sistema institucional. Entre ellas el aburrimiento es una de las más mencionadas, junto a la falta de motivación. Desde el punto de vista de Puentes y Guerrero (2019), la tendencia al fracaso escolar se encuentra más marcada en aquellos adolescentes que no se encuentran lo suficientemente motivados para poner en marcha conductas que les acerquen a los objetivos académicos anticipados.

Sin perder de vista la influencia del contexto en el desarrollo individual, se puede inferir cómo los valores de la sociedad *multitasking* no son tan significativos para algunos individuos. Entonces, ¿qué es lo que les preocupa? ¿Cuáles son sus intereses? ¿Qué acontece en su cabeza? ¿Qué están necesitando si lo que tienen delante no lo quieren?

Desde la mira psicológica consideramos relevante, por su nivel de impacto social, a la par que inquietante, la información ofrecida por los últimos informes PISA, donde España no ocupa precisamente un buen lugar. Ante esto ¿cuáles son las propuestas de mejora?

En cuanto al ámbito individual, ¿qué sucede en el cerebro del adolescente? ¿cómo podríamos captar su atención? ¿por qué no le resulta interesante la lección? ¿qué le gustaría hacer? Son algunas de las preguntas que surgen al tratar de comprender el aburrimiento que definen cuando se les pregunta que describan al sistema educativo.

Con todo esto, si logramos acercarnos a su realidad, desde su experiencia propia, así como teniendo en cuenta de que se trata de una etapa del ciclo vital con sus propias tareas a llevar a cabo, quizá sería posible volver a dar otro enfoque al sistema educativo para que se ajuste más a las necesidades individuales del adolescente y se centre en desarrollar su potencial, no reprimirlo.

Planteamiento del problema

Que el sistema educativo se está deteriorando es una percepción cada vez más extendida. Tras la publicación de los informes PISA del 2000, 2003 y 2006 se alzaron de nuevo las voces que estaban a favor del Pacto de Estado por la Educación (Fernández et al., 2020). En el año 2000 España ocupó el puesto 12 de 18 en total; en el 2003 ascendió al puesto 6 de 19 países participantes; y en el 2006 se posicionó a la cola ocupando el puesto 20 de 25. En el último informe publicado, que refiere al año 2018 se destacan dos hechos relevantes. El primero, que, en comparación con el resto de los países, 27 en total, España ocupa el sexto lugar en lo que Competencia Global se refiere, entendiéndose ésta cómo la habilidad para adaptarse a esta nueva era en la que todo se encuentra interconectado y donde son esenciales las *soft skills* o habilidades blandas. Y el segundo, que, en otras áreas evaluadas, como Ciencias, Matemáticas o Lectura, obtiene un desempeño inferior a la media europea (Ministerio de Educación, 2019).

Además de estos datos, el informe emitido por el Ministerio de Educación y Formación Profesional (2018), concluye que nuestro país presenta una tasa deficiente en personas con el título de Educación Secundaria.

Teniendo en cuenta lo anterior, la propia OCDE (2016) advierte que tasas bajas de rendimiento académico pueden ser consecuencia de diversos factores de riesgo. Por ejemplo, uno de los principales factores es la repetición de curso. Según los datos ofrecidos por el Ministerio de Educación de España (citado en García y Jiménez, 2018), en el curso 2014/2015, España obtuvo un porcentaje de repetidores, en la primera etapa de secundaria (1º, 2º y 3º de la ESO) del 31%,

frente al 12% de la media de los países de la OCDE en la materia de ciencias (García y Jiménez, 2019). En ese mismo curso, la mayor tasa de repetidores se encontraba en 1 de la ESO, siendo de 12.3%.

En ese sentido, teniendo en cuenta que PISA considera como repetidores a quienes se ubican en un nivel inferior al nivel 2, entendiendo este como el elemental para desarrollarse de manera adaptada en la sociedad, (García y Jiménez, 2019), los adolescentes de hoy en día, por lo general, no deberían suscitar mayor preocupación, pues sus puntuaciones se encuentran por encima de la media de los Estados miembros de la OCDE. Sin embargo, cabe hacerse una pregunta ¿quién evalúa a aquellos estudiantes que ya no forman parte del sistema institucional? ¿Por qué abandonaron la institución?

Por otro lado, la incidencia de la tecnología en el sistema educativo ha puesto sobre la mesa un problema difícil de resolver, que es cómo captar la atención de aquellos estudiantes que se aburren en clase. Para ello, diferentes métodos de enseñanza alternativos han sido y son propuestos, múltiples innovaciones pedagógicas para tratar de dar una solución, en lo que a motivación y disciplina se refiere. No obstante, como bien afirma Jeffrey Wright, profesor de ciencias en Estados Unidos (Un crimen llamado educación 2018) en ocasiones, el sistema de educación no es igual de funcional para todos, porque estamos tratando de generalizar una institución cuando cada persona es diferente.

Desde esta base, Klaric (2017) propone que se ha convertido en necesidad extenderse más allá del espacio académico, permitiendo el acercamiento de los jóvenes a la realidad, destacando la importancia de la motivación (ídem, 2017), la cual es necesaria para favorecer la concentración y la atención.

Sin contradecir lo anterior, autoras como Puentes y Guerrero (2019), Gutierrez et al., (2011) o Manzano-Sánchez y Valero (2019) también aluden a la importancia del clima motivacional como variable que afecta al desarrollo educativo. Sopesan el impacto de la motivación en los resultados académicos, considerando que presenta una influencia significativa en varios aspectos de la conducta y el rendimiento en la etapa de la adolescencia. A esto, Suárez y Fernández (2016) añaden que existe una correlación entre la variable motivación intrínseca y las necesidades relacionadas con la exploración y la manipulación, el dominio o el desarrollo de la curiosidad entre otras. De ahí que, Klaric (2017) apueste por la idea de que el sistema educativo deba orientarse a la experimentación, uno de los procesos fundamentales en la integración de la información, y el adulto meramente a convertirse en la figura que facilita el recuerdo, la recuperación de la información que el niño.

Método y metodología del trabajo.

El trabajo se encuentra enmarcado en una investigación del tipo cualitativa, y la metodología a aplicar es la revisión documental de información, a través de artículos, estudios e investigaciones con rigor científico sobre la temática. Partiendo del hecho, que concretamente, el interés es, por un lado, comprender el encuadre legislativo en materia de Educación. Y por otro, realizar un acercamiento al sistema educativo desde las esferas de lo social y lo personal, para la recopilación de información se han usado diversas fuentes. Primeramente, se ha recurrido a bases de datos como PSICODO, APA PsycInfo, Psychology and Behavioral Sciences Collection, entre otras. Para concretar la búsqueda, se ha limitado la fecha de publicación del material documental entre los años 2012 y 2022, encontrándose excepciones por la relevancia temática. Se ha pretendido que la bibliografía hiciera referencia al territorio español y estuviese orientada a los temas objetivos del presente trabajo, adolescentes, aburrimiento y sistema educativo. Para ello se han empleado operadores booleanos como:

- Psicología AND Aburrimiento
- Adolescencia AND Educación
- Adolescencia AND Leyes OR Políticas Educativas
- Education Alternative Schools AND Adolescents OR teenagers OR Young Adults.

Para abarcar el tema desde diferentes ópticas se han tenido en cuenta estudios, informes, revisiones realizadas con anterioridad, Tesis Doctorales, etc. El número de material revisado es de un total de 99 documentos, de los cuales 36 se descartan por no encajar con los criterios de búsqueda establecidos y no ser de utilidad para los objetivos establecidos.

Además de operar en base a los citados criterios de selección, durante la lectura del material consultado se ampliaron los recursos bibliográficos tras acudir a las fuentes a las que el autor/los autores hacían(n) referencia.

Como complemento en la búsqueda de información para la redacción del marco teórico y social se han visualizado documentales relativos a la temática, encontrados en fuentes como Youtube.

Objetivos del trabajo

1. Realizar una aproximación psicológica al concepto de aburrimiento
2. Definir las consecuencias del aburrimiento a nivel personal y social
3. Realizar un análisis desde el prisma de la psicología del sistema educativo y del comportamiento del adolescente en éste
4. Proponer estrategias de prevención e intervención para reducir las tasas de fracaso escolar.

Análisis de la información

Una vez obtenida la información necesaria, se ha procedido a la redacción, análisis y discusión de la información obtenida, tratando de contrastar lo teórico con lo práctico, que será expuesta en la sesión de análisis y conclusiones.

ESTADO DE LA CUESTIÓN

La adolescencia

Previo a adentrarnos en el mundo del aburrimiento desde una perspectiva psicológica, resulta importante mencionar ciertas características para tener en cuenta sobre la etapa de la adolescencia, sobre la que pone el foco el presente trabajo.

A modo de breve resumen, son varios los autores que coinciden al considerar esta etapa evolutiva importante al producirse un estado de transición entre la etapa de la niñez o infancia y la etapa de la adultez (Lozano, 2014). Entre los cambios que se producen, Puentes y Guerrero (2019), se centran en los procesos de maduración psicológica, incidiendo en que estos afectan a diferentes esferas funcionales que abarcan tanto la conducta, como la regulación emocional o la manera en que se procesa la información, entre otras. Almaguer (2012) coincide con esta visión, enfatizando en que estos cambios se relacionan con transformaciones en las habilidades de interacción social, en la capacidad de autovaloración o en el desarrollo de pensamiento conceptual y deductivo, por ejemplo.

Profundizando en el asunto De Caro (2013), citando a Piaget, alude a la importancia de la neuropsicología como ciencia que nos permite comprender el desarrollo de los, anteriormente mencionados, procesos madurativos. Centrándonos en lo referente a las funciones ejecutivas, existen estudios que demuestran que la expansión de la corteza prefrontal, encargada de tareas como el autocontrol, la toma de decisiones o la flexibilidad cognitiva, tiene lugar hasta alcanzados los veinte años aproximadamente (ídem, 2013).

Teniendo en cuenta que en el proceso de aprendizaje intervienen funciones como la atención, la memoria o la planificación, un bajo rendimiento académico, en este sentido, podría relacionarse con variables como una escasa estimulación temprana, factores biológicos inherentes al adolescente o, como se desarrollará a continuación, con una motivación insuficiente hacia la obtención de logros académicos (Puentes y Guerrero, 2019). En esta línea, Forero, et al., (2018) también consideran la relevancia de la motivación en el proceso de enseñanza-aprendizaje, recalcando la influencia de la manera de enseñar del profesorado y la capacidad de comprensión de los conocimientos del alumnado. En relación con lo que se trata,

Veiga et al. (2015), recalcan la capacidad predictora de la variable de autoconcepto en la motivación del adolescente. De esta manera, a mayor nivel de autoconcepto, mayor nivel de motivación.

Por otro lado, al hablar de motivación, Stover et al., (2014), diferencian entre aquella que es intrínseca, que se genera cuando la tarea resulta ser un fin en sí misma, de la que es extrínseca, donde la tarea se considera instrumental para conseguir un fin temporal. Sea como fuere, ambas se producen debido a la activación de diversas áreas cerebrales, por lo que se puede concluir que la motivación se asienta sobre determinadas bases neurológicas (Puentes y Guerrero, 2019).

Tomando en consideración lo expuesto, no podemos olvidar que, el cerebro en formación del adolescente presenta mayor predisposición a la asunción de riesgos. Por esta razón, y valorando que actualmente una de las tareas de esta etapa evolutiva es la búsqueda de la identidad, la aspiración por parte del conjunto de personas que forman parte del proceso de desarrollo del adolescente, debe centrarse en la orientación hacia el fomento de la autonomía y toma de decisiones de este, fortaleciendo la capacidad de regulación emocional, así como de adaptación al entorno (Terán, 2020). Para ello, este autor hace mención del pragmatismo como corriente desde la cual “la educación sirve para que el niño y la niña aprendan de la vida real y no sólo de lo que se puede obtener en los libros y la tradición académica formal” (Terán, 2020, p.22.). Organismos como la UNESCO (2013) también aluden a la importancia de ampliar más allá de la educación cognitiva, haciendo hincapié en el papel decisivo de las habilidades afectivas intra e interpersonales. Es decir, capacidades como el control de impulsos, la empatía, la persistencia o el liderazgo, la comunicación y el respeto entre otras. A modo de cierre, como recuerda Terán (2020), la tendencia hacia la exploración es una característica inherente del ser humano. La búsqueda de nuevas experiencias también conlleva la vivencia de nuevas emociones, y, en concreto, en la adolescencia, este autor considera que un alto grado de autorregulación emocional puede tener impacto directo en el rendimiento educativo, fortaleciendo la capacidad de autocontrol y despliegue de un amplio abanico de estrategias para poder hacer frente a los obstáculos que puedan surgir en esta nueva etapa de su vida (Terán, 2020).

En cuanto a lo anteriormente mencionado sobre la aplicabilidad de los contenidos académicos en la vida cotidiana, Schank (citado en Rigo, 2019) relaciona precisamente la aparición del aburrimiento con la dificultad para prestar atención a aquellos asuntos que no puedan llevarse a la práctica o carezcan de sentido y no resulten útiles para afrontar las experiencias extra-académicas.

El aburrimiento

En la actualidad, a pesar de no existir una definición universal para el concepto de aburrimiento, como afirma Koerth-Baker (2016), las investigaciones realizadas al respecto coinciden en señalar que el aburrimiento es un estado mental específico que las personas encuentran displacentero y que conlleva consecuencias a diferentes niveles tanto conductuales, como médicos o sociales.

Por ejemplo, autores como Eastwood et al., (2012) se reafirman en la apreciación del aburrimiento como un estado caracterizado por sopor e incomodidad, relacionado con la atención. En este sentido, Sánchez (2019) lo asume como una emoción que se caracteriza por la presencia de sentimientos desagradables, con un nivel bajo de activación y donde prevalece la falta de interés y el impedimento de dirigir la concentración hacia una actividad.

Profundizando en el asunto, Rubia et al., (2009) se manifiestan referente a eso aludiendo a la existencia de una disminución en la generación de dopamina, neurotransmisor asociado con el sistema de recompensa y encargado de producir sentimientos de gozo y excitación. Lo cual se relaciona con falta de satisfacción, falta de interés o frustración (Vogel-Walcutt et al., 2011)

En los estudios llevados a cabo por Rubia et al., (2009) se evidencia que los niños que presentan trastornos relacionados con la atención y la hiperactividad muestran un déficit en la producción de dopamina, y se asocia con una mayor tendencia a la realización de conductas de riesgo con la intención de elevar los niveles de este neurotransmisor y salir del estado de aburrimiento.

Al respecto, según se ha comprobado, el ambiente del aula resulta una variable que afecta de manera directa a la reducción del estado de aburrimiento, entendido este como situacional. Aunque es cierto que no presenta el mismo efecto para la propensión al aburrimiento, condición sujeta a factores intrínsecos e individuales y por lo tanto más difícil de modificar (Koerth-Baker, 2016). Adicionalmente, Sánchez (2019) menciona otras variables que propician la activación del estado de aburrimiento, como, por ejemplo, una estructuración poco flexible de las clases, el uso excesivo de herramientas de apoyo como presentaciones, clases magistrales, ritmos de desarrollo de la lección lentos, etc. A esto, se añaden factores como un contexto altamente restrictivo, objetivos poco claros, estrategias docentes poco activadoras a nivel neuropsicológico, o tareas que no se adaptan a las habilidades de los estudiantes (Vogel-Walcutt et al., 2011)

En lo relativo a la propensión hacia el aburrimiento, Vodanovich (2003) señala que las personas dependientes de estimulación externa, o aquellos más extrovertidos, presentan mayor inclinación hacia el aburrimiento.

Sorprendentemente, y de manera contraria a lo considerado hasta el presente, existen investigaciones que demuestran que el aburrimiento está relacionado más con la sobre estimulación que con la monotonía (Corea y Lewkowickz, 2004). Por esta razón, autores como Retana (2011) asumen cierta relevancia moral en torno al aburrimiento, ya que alerta sobre la existencia de malestar con el ambiente. En esta línea, Toohey (2011) reflexiona sobre la funcionalidad del aburrimiento como mecanismo de supervivencia y defensa hacia aquello que nos envuelve en estado de tedio. Siguiendo este planteamiento, Ros (2021) argumenta que, además de advertir sobre la necesidad de un cambio, este estado de tedio nos empuja a huir de él, a ampliar horizontes en la vida. De manera que, para esta autora, este estado psicológico se caracteriza más por su reactividad que por su pasividad (ídem, 2021).

Por otra parte, Rubia et al., (2009) evidencian que los adolescentes en contacto con su mundo interno, con menor dependencia a los estímulos del ambiente, se aburren menos, al no haber superado su umbral máximo de estimulación, encontrando intereses y actividades que les resulten placenteras (Doria, 2014).

En relación con lo anterior, Sánchez (2019) menciona la existencia de cuatro actitudes de afrontamiento desde un enfoque cognitivo conductual. Así, refiere comportamientos de aproximación o evitación cognitiva o conductual. De entre todas, el autor señala que las estrategias de aproximación consistentes en la modificación cognitiva sobre lo que se percibe, son las más eficaces para disminuir el estado de aburrimiento. Y, del mismo modo, las estrategias a nivel cognitivo enfocadas a la evitación se relacionan con el mantenimiento o el aumento del estado de aburrimiento (ídem, 2019).

Sin embargo, como bien explica Ros (2021), no siempre es posible llevar a cabo la reacción que surge del estado de aburrimiento, porque a veces no es posible realizar ningún cambio en el entorno a nivel conductual. Por lo tanto, no existe, en sus palabras, "reacción posible más allá de la conciencia de la situación vivida y la búsqueda desesperada del pasatiempo." (p.113)

A pesar de ser cierto, lo que es innegable es que el aburrimiento puede considerarse una oportunidad de aprendizaje, conduciéndonos a la autorreflexión y a la reconsideración de nuestro yo interno, así como del contexto (Ros, 2021).

El sistema educativo y el aburrimiento

Para comprender mejor lo explicado, y con pretensión de alcanzar los objetivos planteados, resulta curioso reflexionar sobre el origen de la palabra aburrimiento. Mientras que, autoras como Ros (2021), refieren que este estado profundo de malestar forma parte del ser humano

desde sus orígenes, invitándolo a la reflexión y movilizándolo a la acción, otros consideran que surge en el S.XVIII (Doria, 2014), junto con el sistema educativo, en pleno apogeo de la Revolución Industrial.

Naradowski (1999) plantea el surgimiento de las escuelas como herramienta para prevenir la delincuencia, controlando así a los niños de la calle que, por aburrimiento se involucraban en actos delictivos. Entendida así, la escuela va acorde con el planteamiento de la época, cuyo objetivo principal era la creación de individuos útiles para la sociedad (Corea y Lewkowicz, 2004). Y a pesar de los grandes cambios que han acontecido a nivel mundial, no se han producido grandes variaciones en el sistema educativo desde su creación (Klaric, 2018). Según Klaric (2018) el sistema educativo, programado en su origen para la creación de trabajadores de fábrica, no funciona hoy en día porque el sistema económico ha cambiado. Así también lo considera Hidalgo (Un crimen llamado educación, 2018) quien expone que lo que se enseñaba en la escuela del S. XVIII era a pensar lo menos posible y a no equivocarse, ya que el error se castigaba severamente, símil a lo que sucedía en las fábricas.

Hoy en día únicamente siete de nuestras Comunidades Autónomas han aprobado una ley general de educación. Lo que no hace sino constatar el fenómeno de desigualdad y asimetría en cuanto a competencias, a pesar de la existencia de órganos institucionales que buscan la cooperación y la coordinación entre territorios (Álvarez, 2017)

A colación, Fernández et al., (2020) coinciden y hacen hincapié en la necesidad de cierta estabilidad normativa que genere una sensación de seguridad en los agentes implicados, puesto que consideran la educación un pilar fundamental para el desarrollo de la sociedad, del que dependen otros fenómenos como es la unión social o la calidad de vida de las personas. Reconocen que el amplio bagaje en la regulación del sistema educativo a través de Leyes Orgánica no resulta favorable en la consecución de las metas planteadas, reduciendo las garantías de éxito (ídem, 2020).

Al margen de lo anterior y como apunte, el informe publicado por el Consejo Escolar del Estado (CEES, citado en Fernández et al., 2020), estipula una reducción de la inversión económica en el sistema educativo desde 1997 hasta 2007. En esta línea, los informes de la OCDE también señalan que la inversión pública en educación en España es cada vez menor, situando a nuestro país entre los últimos de Europa (Fernández et al., 2020).

Como se puede observar, los principales síntomas que reflejan un fracaso a nivel de políticas educativas son el abandono escolar temprano y las tasas de fracaso escolar. Previo a ofrecer datos sobre la situación actual, es necesario comprender la diferencia entre ambos términos.

Garrido-Yserte et al., (2019) definen como fracaso administrativo, lo que nosotros consideramos fracaso escolar, a la no adquisición del título de educación mínima, es decir no alcanzar el nivel de la Educación Secundaria Obligatoria. Y, por otro lado, llaman abandono educativo temprano a la no continuación de estudios superiores una vez finalizada la etapa de educación obligatoria.

Entendido esto, la Comisión Europea (2016) asume que existen consecuencias, tanto económicas (menor producción de Producto Interior Bruto), como sociales (aumento del riesgo de sufrir situaciones de exclusión), que derivan cuando el sistema no presenta la capacidad de retener a potenciales talentos dentro de su estructura. Ante esto, Garrido-Yserte et al., (2019) reflexionan sobre la posibilidad de que con el tiempo el fracaso escolar se convierta en uno de los motivos principales de generación de situaciones de desigualdad entre la población.

En lo que refiere a las tasas de abandono escolar temprano, en el año 2018, España presenta un porcentaje del 17.9%, siendo este el mínimo histórico alcanzado, según los datos ofrecidos por el Ministerio de Educación y Formación Profesional (2019). A pesar de ello, aún se sitúa por encima de la media de los países europeos que se encuentra en un 10%. (Garrido-Yserte et al., 2019).

Vázquez, López-Gil y Calvo-García (2019) concluyen, ante eso, que el aburrimiento, la ausencia de interés o la falta de ganas, junto con la percepción de la inutilidad de los contenidos didácticos, son los síntomas fundamentales que favorecen la desvinculación del alumnado de nuestros días del sistema educativo. Teniendo en cuenta, como recuerdan Garrido-Yserte et al., (2019) que, debido a la revolución tecnológica sucedida, la educación parece ser la única opción para adaptarse a este nuevo escenario y llegar a participar tanto en el mercado laboral como en la sociedad, resulta necesario detenerse un momento para comprender lo que sucede en el entorno escolar y analizar con detalle los motivos y causas que conllevan a un bajo rendimiento o incluso a situaciones de abandono escolar.

Entre los testimonios recogidos en el trabajo de Vázquez et al., (2019), queda claro que los contenidos académicos y meramente curriculares no responden a las necesidades de los alumnos, ni mucho menos a sus preocupaciones o inquietudes. Los participantes consideran que el conocimiento se imparte de manera que, lejos queda la posibilidad de debate o diálogo, el libro de texto se convierte en la herramienta dominante, como recurso de enseñanza que marca el ritmo de trabajo, haciendo que el alumno se limite a escuchar y memorizar. En contra, los involucrados en su aprendizaje, reclaman un mayor reconocimiento, y una atención más individualizada que permita un desarrollo personal y no tanto académico (ídem, 2019).

Valorando, como recuerdan Prieto y Delgado (2017), que en la adolescencia tienen lugar una serie de transformaciones psicológicas, biológicas y emocionales, Garrido-Yserte et al., (2019) se centran, a nivel personal y familiar, en la transcendencia de factores como la motivación intrínseca del alumno, la motivación del aula o la presencia de expectativas acerca del futuro profesional en el desempeño escolar. Es más, a mayor presencia de estas variables, menor es la predisposición a un bajo rendimiento académico. Y, siguiendo la Teoría de la Autoderminación (TAD), se demuestra que la presencia de motivación intrínseca hacia el logro conlleva una mayor adhesión al centro escolar y sus obligaciones (Granero-Gallegos et al., 2014). Algo en lo que coinciden con Baños et al., (2017) quienes argumentan que entre los factores principales que afectan al proceso de enseñanza-aprendizaje durante la etapa escolar se encuentran la satisfacción, el comportamiento y la motivación. Al respecto, Godoy y Campoverde (2016), consideran que un factor significativo vinculado a la motivación del alumnado es el grado de afectividad que genere el docente en la clase, valorando para ello la cualidad de profesionalismo del docente. Lasala-Navarro y Etxebarria-Kortabarria (2020) sintetizan esta idea remarcando la transcendencia de la profesionalidad del maestro, el metalenguaje y el lenguaje no verbal en el establecimiento de un vínculo adecuado entre profesores y alumnos que sirva de motor para el proceso de enseñanza-aprendizaje.

La realidad es que, a pesar de las múltiples investigaciones que existen al respecto, lo que queda claro es que en pleno S.XXI:

“la educación se ha convertido en un problema, no en una opción. (...) La educación ya no es un privilegio, es un derecho. Y ahí se vuelve mucho más crítico todo el sistema, incluso los mismos profesores, porque a ellos les imponen todavía ofrecer una educación impuesta con unos parámetros en donde su libertad se ve cohibida. (...) Ellos mismos se meten en un sistema que los envejece, los desactualiza y los desconecta del infante. (...) Y cualquier tarea se vuelve difícil si nosotros no tenemos ninguna conexión emocional con lo que hacemos” (Un Crimen llamado educación, Sarmiento, mín. 17:31)

Sin duda, lo anteriormente expuesto tiene un impacto directo en el enganche que presenta el alumnado en el centro escolar. El estudio realizado por Vázquez, López-Gil y Calvo-García (2019) concluye que las variables de interés, empatía o confianza hacia el docente, presentes en el alumnado, presentan una relación directamente proporcional con la adhesión al centro escolar. Los alumnos exigen, en este orden, una atención individualizada, que extralimite las competencias curriculares y les ofrezca la posibilidad de un desarrollo integral, no solo profesionalmente hablando (Ídem, 2019). Algo a lo que se suma Klaric (2017) cuando afirma

que, los infantes únicamente teóricos no se encuentran, no siendo el único. Del Valle et al.,2019) refieren a la cantidad de vivencias que tiene que enfrentar el alumnado mientras intenta alcanzar los objetivos establecidos en el plan curricular, y destacan que, a veces esas experiencias suponen una carga de emociones que precisa ser gestionada de manera eficaz. Entre las situaciones a las que tienen que ajustarse destacan, por ejemplo, respetar el turno, o soportar a un docente aburrido.

Por ello, Terán (2020) incide en la relevancia de reforzar la inteligencia emocional pues comprende que el control emocional permite el desarrollo de estrategias para hacer frente a las experiencias vitales y, por consiguiente, su beneficio se puede ver reflejado en el desempeño escolar.

A modo de cierre, Lasala-Navarro y Etxebarria-Kortabarria (2020) perciben que nuestra sociedad precisa de una mayor participación ciudadana, siendo elemental empoderar desde el sistema escolar a las personas para desarrollar la cultura participativa. Puesto que, se lo permitan o no, los niños ya participan, exploran, preguntan, indagan, etc., y es tarea del adulto potenciar la participación consciente, ya que lo que necesita es aprender cómo participar (Lasala-Navarro y Etxebarria-Kortabarria 2020. Hilando esta idea con lo propuesto por Armes (citado en Martín, 2015), se comprende que, la motivación es una variable sustancial que fomenta la participación. A su vez, la motivación, como explica Rigo (2019), se relaciona con la percepción de autonomía y grado de toma de decisiones permitido por parte del profesional docente. Por lo tanto, a mayor grado de control ejercido y asimetría en la relación, menor nivel de participación por parte del alumnado se va a producir en el aula. En el otro extremo, clases en las que no existe una clara organización, centradas en la memorización y donde se exigen actividades demasiado complicadas, también inducen al estado de aburrimiento, reduciendo la participación y el compromiso (Rigo, 2019).

Para contrarrestar la aparición de este estado psicológico Sánchez (2019) apuesta por implementar estrategias de enseñanza que se caractericen por la variación, el asombro y el estado de suspense, con objeto de potenciar la curiosidad y la creatividad de los estudiantes.

PROPUESTA DE INNOVACIÓN

Los documentos revisados, analizados y sintetizados ponen de manifiesto la necesidad urgente de realizar una renovación del sistema educativo que se ajuste más a las necesidades del alumnado. Así, la propuesta que se desarrolla se orienta hacia el fomento de la participación en el aula, lo que conlleva la asunción de decisiones pedagógicas que generen un contexto en el que el adolescente tenga motivación por aprender. Esto se consigue cuando existe motivación

intrínseca en el individuo, siendo el fin último aprender y no meramente finalizar la etapa educativa (Valenzuela et al., 2015).

La relevancia de potenciar la participación reside en que esta, según Lasala-Navarro y Etxebarria-Kortabarría (2020), al ser un proceso social, requiere de un grupo de actores que estén en contacto, y la existencia de habilidades de escucha y respeto para así, debatir sobre sucesos que interesan a la comunidad en busca de una solución o un objetivo. Sobre este tema se menciona la Convención de los Derechos del Niño (citada en Lasala-Navarro y Etxebarria-Kortabarría, 2020), dejando especificado en sus artículos 12, 13 y 15, que en lo que concierne a la etapa de la infancia, los niños tienen derecho a manifestar su opinión y que esta sea valorada, recibir instrucción para desarrollar la capacidad de defender lo estipulado por la misma convención, y también hacerse responsables de lo que conlleva el ejercicio de los derechos. De esta manera, Sánchez (2019) recomienda llevar a cabo métodos de enseñanza que impliquen la participación de los estudiantes con el objetivo de reducir el aburrimiento en el aula. Para ello, propone que se ofrezca un material lógico (Mitchell, citado en Sánchez, 2019) que permita conectar con la vida del día a día (Sánchez et al., 2019).

Además de esto, Gumora y Arsenio (2002), inciden en la influencia de la esfera emocional en el desempeño escolar, puesto que el manejo de las emociones puede resultar favorecedor o no durante el proceso de enseñanza-aprendizaje. Esta cuestión no sólo afecta al alumnado, puesto que, el trabajo del maestro tampoco es tarea sencilla. No solo se trata de enseñar, sino que conlleva tareas implícitas como enfrentarse con las peculiaridades de cada alumno y cada persona que forma parte de la institución educativa. Por esta razón, Piorno y Bortolotto (2019) ponen el foco en el papel decisivo de las aptitudes y estrategias en el plano socio emocional del profesorado para generar el clima adecuado en el aula, que permita con éxito el desarrollo del aprendizaje.

En este orden de ideas, y siguiendo la Teoría Social Cognitiva desarrollada por Bandura, la mejora debe guiarse a impulsar la participación del estudiante en la conformación de la clase. Es decir, favorecer la proactividad basándose en “la autoorganización, autorregulación y acutorreflexión” (Rigo, 2019, p. 67), con el objetivo final de instaurar un entorno que fortalezca un aprendizaje integral.

DISCUSIÓN

Si se observa con cautela, el contexto acelerado en el que nos encontramos, además de causar incertidumbre, afecta directamente a la puesta en marcha de estrategias adaptativas para enfrentar los desafíos del día a día. Así, tiene sentido pensar que, cuando no se disponen de

estrategias óptimas, se hace visible el agotamiento del docente, el aumento de los niveles de estrés, o un sentimiento de escasa autorrealización. Estas manifestaciones tienen impacto directo en el rendimiento laboral y el clima motivacional del aula afectando, consecuentemente, al rendimiento escolar del alumnado (Piorno y Bortolotto, 2019; Puentes y Guerrero, 2019; Gutiérrez et al., 2010; Manzano-Sánchez, y Valero, 2019; Suárez y Fernández, 2016)

Si a esto añadimos que el cerebro del adolescente se encuentra en proceso de maduración (Almaguer, 2012; Puentes y Guerrero, 2019; De Caro, 2013; Prieto y Delgado, 2017; Rubia et al., 2009) y no dispone de las habilidades necesarias, en muchas ocasiones, necesitando orientación en el manejo de las emociones, el hecho de encontrarse con docentes y climas motivacionales bajos, puede dificultar el desarrollo eficaz de su inteligencia emocional, lo que puede suponer, además de una propensión al aburrimiento que afecte a su rendimiento académico (Gumora y Arsenio, 2002; Garrido-Yserte et al., 2019; Granero-Gallegos et al., 2014; Vázquez, López-Gil y Calvo García, 2019), una autorregulación emocional basada en expresiones violentas tanto verbales como físicas (Terán, 2020), o la comisión de conductas de riesgo (Rubia et al., 2009; Sánchez, 2019).

El enfoque pragmático de Terán (2020) se basa en la concepción de que, en la actualidad, el individuo excede del aprendizaje únicamente cognitivo (Klaric, 2017; Unesco, 2013; Vázquez et al., 2019) resignificando el papel que cumplen las emociones en la construcción de la personalidad y en la adaptación al entorno educativo. Por lo tanto, en relación con el tema de discusión de la presente revisión, es decir, el aburrimiento entendido como un estado psicológico (Koerth-Baker, 2016; Ros, 2021) que genera malestar, incomodidad, insatisfacción y displacer (Eastwood et al., 2012; Koerth-Baker, 2016; Ros, 2021; Sánchez, 2019; Schavartzman, 2018; Toohey, 2011), la innovación debe enfocarse en la renovación de los métodos de enseñanza en pro de aumentar el nivel de participación de los adolescentes, en el aprendizaje de, no solamente contenido teórico que pueda ser aplicable en la vida real, sino también de habilidades de desarrollo social e individual que supongan la maduración emocional y permitan la toma de decisiones que tienen impacto social (Lasala-Navarro y Etxebarria-Kortabarria, 2020; Sánchez, 2019; Terán, 2020; Venezuela et al., 2015). En este sentido, se ha de considerar el peso de las variables de autoconcepto y autoeficacia, grado de control por parte del docente, organización de las clases, nivel de dificultad de las tareas, ambiente del aula, etc., a la hora de influir en el estado de motivación de los adolescentes, del que depende la participación (Koerth-Baker, 2016; Sánchez, 2019; Terán, 2020; Veiga et al., 2015). Y, como ya se ha explicado, el nivel de motivación, tanto intrínseca como extrínseca, presenta una relación significativa con el

rendimiento académico (Puentes y Guerrero, 2019; Garrido-Yserte et al., 2019; Granero-Gallegos et al., 2014; Manzano-Sánchez y Valero, 2019; Terán, 2020; Vázquez et al., 2019)

El cambio que se propone también afecta a la relación que se establezca entre el profesorado y el alumnado, con objetivo de modificar las dinámicas de desarrollo y reducir la probabilidad de surgimiento del estado de aburrimiento (Godoy Campoverde, 2016; Lasala-Navarro y Etxebarria-Kortabarria, 2020; Terán, 2020; Sánchez, 2019, Vázquez et al., 2019). Siendo elemental para ello la profesionalidad del docente y la afectividad del vínculo (Godoy y Campoverde, 2016; Lasala-Navarro y Etxebarria-Kortabarria). Teniendo en cuenta que en esta nueva era prima la abundancia tecnológica, la información resulta accesible en cualquier momento. Por esta razón, diferentes autores proponen un cambio de paradigma en la concepción del maestro, destacando su papel significativo como guía en el proceso de adaptación del adolescente al entorno, permitiendo el desarrollo de la autonomía y la capacidad de autorregularse emocionalmente, actuando como guía que proporciona las herramientas para acceder al recuerdo e impulsa la participación consciente (Klaric, 2017; Lasala-Navarro y Etxebarria-Kortabarria, 2020; Terán, 2020)

Por lo tanto, a modo de cierre, sin perder de vista la funcionalidad del aburrimiento, puesto que incita al cambio y a la exploración (Bench y Lench, 2013; Toohey, 2011; Ros, 2021; Sánchez, 2019) los autores revisados no dudan en apostar por la introducción de la esfera emocional en el entorno educativo buscando fortalecer el compromiso y la adhesión al centro (Granero-Gallegos, 2014; Vázquez et al., 2019). Pretenden así responder a sus necesidades (Vázquez, 2019) y formar adultos capaces de autocontrolarse, autorregularse emocionalmente y participar activamente en la sociedad sobre la base de valores de respeto y empatía, (Almaguer, 2012; Del Valle et al., 2019; Lasala-Navarro y Etxebarria-Kortabarria 2019; Terán, 2020; Valenzuela et al., Rigo, 2019), hecho que se produce con las herramientas y el manejo de las variables adecuadas

CONCLUSIONES

1. A pesar de no existir una definición universal para el aburrimiento, es considerado, por la corriente psicológica, como un estado mental específico que produce malestar e insatisfacción, propiciando la puesta en marcha de estrategias de afrontamiento de aproximación-evitación.
2. El estado de aburrimiento produce en el individuo sensación de vacío, aumenta la dificultad para atender y concentrarse en una tarea, y reduce la motivación. Esto se puede derivar en el sistema educativo en fracaso y abandono escolar, lo cual tiene

fuertes impactos en el orden socioeconómico, pudiendo llevar al aumento de la desigualdad social.

3. El aburrimiento en el estudiante supone una reducción o anulación en la participación en el aula, al no considerar el contexto ni la actividad propuesta lo suficientemente estimulante. Además, la presencia de bajos niveles de motivación intrínseca hacia el logro, junto con la falta de estrategias de afrontamiento del malestar puede implicar una disminución del rendimiento académico.
4. Las estrategias de prevención para adaptarse a la sociedad *multitasking* engloban la dimensión emocional dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje, recalando la importancia del cambio de paradigma en la concepción de la figura del docente para considerarlo como guía en el desarrollo del adolescente como persona adulta competente y resolutiva.

BIBLIOGRAFÍA

- Almaguer Cantó, A. (2012). *Propuesta de actividades encaminadas a la preparación de adolescentes para los cambios biológicos de la pubertad y su repercusión psicológica*. Centro Universitario Vladimir Ilich Lenin Las Tunas. <https://www.eumed.net/libros-gratis/2011d/1057/index.htm>
- Álvarez López, G. (2017). Descentralización educativa y evaluación de sistema educativos: conceptualización y análisis del caso español. *Revista Internacional de Estudios sobre Sistemas Educativos*, 2, (7), 52-73. <http://www.riesed.org/index.php/RIESED/article/view/102>
- Baños, R., Ortiz-Camacho, M. M., Baena-Extremera, A., & Tristán-Rodríguez, J. L. (2017). Satisfacción, motivación y rendimiento académico en estudiantes de Secundaria y Bachillerato: antecedentes, diseño, metodología y propuesta de análisis para un trabajo de investigación. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*, 10, (20), 40-50. <http://dx.doi.org/10.25115/ecp.v10i20.1011>
- Beggeres, G. (2017). *El aburrimiento y la Falta de Interés de los Adolescentes en la Educación. Una de las Manifestaciones del Sufrimiento Subjetivo Actual*. [Trabajo de Fin de Grado, Universidad de la República]. <https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/10966/1/Beggeres%2C%20Gonzalo.pdf>
- Bench, S. W. y Lench, H. C. (2013). On the Function of Boredom. *Behavioral Sciences*, 3, (3), 459-472. <https://doi.org/10.3390/bs3030459>
- Catz, H. (2018). Aburrimiento, estancamiento o camino de descubrimiento. *Controversias en Psicoanálisis de Niños y Adolescente*. (23). 28-42.
- Comisión Europea. (2016). *Abandono Escolar. Fichas temáticas del semestre europeo*. Bruselas: Comisión Europea. https://ec.europa.eu/info/sites/default/files/file_import/european-semester-thematic-factsheet-early-school-leavers-es.pdf
- Corea, C. y Lewkowicz, I. (2004). *Pedagogía del aburrido. Escuelas destituidas, familias perplejas*. Paidós Educador.
- De Caro Duilio M. (2013). *El estudio del cerebro adolescente: contribuciones para la psicología del desarrollo*. V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XX Jornadas de Investigación Noveno Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. [Sesión de Congreso]. Buenos Aires, Argentina. <https://www.aacademica.org/000-054/332>

- Del Valle, M., Zamora, E., y Andrés, M.L. (2019). Las emociones también van a la escuela: acerca de la importancia de la regulación emocional en el aula. En Vernucci, S., y Zamora E., (Eds). *La ciencia de enseñar. Aportes desde la Psicología Cognitiva a la educación* (142-150). Universidad Nacional de Mar de Plata. https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/123044/CONICET_Digital_Nro.10379693-c1ef-4011-a4c4-ba16c12b844b_A.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Doria Medina, P. (2014). "ADOLESCENTES ALUMNOS ABURRIDOS". *Un análisis de las relaciones entre cultura digital y cultura escolar*. [Tesis Doctoral, Universidad Torcuato Di Tella]. <https://repositorio.utdt.edu/handle/utdt/2114>
- Dupuy, G. (2018). El aburrimiento. *Controversias en Psicoanálisis de Niños y Adolescentes*. (23). 68-84.
- Eastwood, J., Frischen, A., Frenske, M. y Smilek, D. (2012). The Unengaged Mind: Defining Boredom in Terms of Attention. *Perspectives on Psychological Science* 7, (5), 482-495. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26168505/#:~:text=That%20is%2C%20boredom%20is%20th,e,are%20not%20able%20to%20engage>
- Fernández Cruz, M., González González, D., y Álvarez Rodríguez, J. (2020). La torre de PISA tambalea el sistema educativo español. *Revista Portuguesa de Pedagogía*, 43 (2), 275-304. DOI: http://dx.doi.org/10.14195/1647-8614_43-2_15
- Forero Sarmiento, H.E., Juyó Bermúdez, D.M., y Pulido Oliveros, W.L. (2018). *Influencia de la motivación en el aula como estrategia de aprendizaje en estudiantes de Básica Secundaria*. [Tesis Doctoral, Politécnico Gran Colombiano]. <https://alejandria.poligran.edu.co/bitstream/handle/10823/1113/influencia%20de%20la%20motivacion%20en%20el%20aula.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- García Perales, R., y Jiménez Fernández, C. (2018). Relación entre repetición de curso, rendimiento académico e igualdad en educación. Las aportaciones de PISA. *Revista Educación, Política y Sociedad*, 4 (1). 84-108. <https://repositorio.uam.es/handle/10486/686402>
- Garrido-Yserte, R., Gallo-Rivera, M., y Martínez-Gautier, D. (2019). Más allá de las aulas: los determinantes del bajo rendimiento educativo en España y el fracaso de las políticas públicas. *Revista Internacional de Política Económica*, 1 (1). 86-106. DOI: <https://doi.org/10.7203/IREP.1.1.16459>
- Granero-Gallegos, A. G., Baena-Extremera, A., Sánchez-Fuentes, J. A., & Martínez-Molina, M. (2014). Perfiles motivacionales de apoyo a la autonomía, autodeterminación, satisfacción, importancia

de la educación física e intención de práctica física en tiempo libre. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14, (2), 59-70. <https://bit.ly/2X86Ur1>

Godoy M., y Campoverde B. (2016). Análisis comparativo sobre la afectividad como motivadora del proceso enseñanza -aprendizaje- casos: Argentina, Colombia y Ecuador. *Sophia*, 12, (2). <https://doi.org/10.18634/sophiaj.12v.2i.227>

Gumora, G. & Arsenio, W. F. (2002). Emotionality, emotion regulation, and school performance in middle school children. *Journal of School Psychology*, 40, (5), 395-413. [https://doi.org/10.1016/S0022-4405\(02\)00108-5](https://doi.org/10.1016/S0022-4405(02)00108-5)

Gutiérrez, M., Pérez, L. M. R., & López, E. (2011). Clima motivacional en Educación Física: concordancia entre las percepciones de los alumnos y las de sus profesores. *Revista de Psicología del Deporte*, 20, (2), 321-335. <https://bit.ly/2Lg63lw>

Hunter, A., & Eastwood, J. D. (2016). Does state boredom cause failures of attention?

Examining the relations between trait boredom, state boredom, and sustained attention. *Experimental Brain Research*, 236, (9), 2483–2492. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27510405/#:~:text=We%20demonstrate%20that%20trait%20boredom,tasks%20may%20themselves%20be%20boring.>

INE (2020). *Abandono temprano de la educación-formación de personas de 18 a 24 años. España y UE-28*. <https://www.ine.es/jaxiT3/Tabla.htm?t=12543>

Klaric, J. (2018). *Un crimen llamado educación*. [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=7fERX0OXAIY&t=1s>

Koerth-Baker M. (2016). Why boredom is anything but boring. *Nature*, 529 (7585), 146–148. <https://doi.org/10.1038/529146a>

Kuras Mauer, S. y May, N. (2018). El aburrimiento como equivalente depresivo. *Controversias en Psicoanálisis de Niños y Adolescentes*. (23). 23-27.

Lasala-Navarro, I., y Etxebarria-Kortabarria, I. (2020). Participación en la escuela: Una utopía no tan lejana. Una propuesta enmarcada en el sistema educativo español. *Educare*, 24 (1), 1-18. DOI: <http://doi.org/10.15359/ree.24-1.12>

Lozano Vicente, A. (2014). Teoría de Teorías sobre la Adolescencia. *Última década*, 22, (40), 11-36. <https://ultimadecada.uchile.cl/index.php/UD/article/view/56142>

- Manzano-Sánchez, D., y Valero-Valenzuela, A. (2019a). El modelo de responsabilidad personal y social (MRPS) en las diferentes materias de la Educación Primaria y su repercusión en la responsabilidad, autonomía, motivación, autoconcepto y clima social. *Journal of Sport and Health Research*, 11, (3), 273-288. <https://bit.ly/2XIBPiT>
- Ministerio de Educación y Formación Profesional (2018). *Datos y Cifras. Curso escolar 2018/2019*. Ministerio de Educación y Formación Profesional. Secretaría General Técnica. Subdirección General de Estadística y Estudios. <https://bit.ly/2VCv6jg>
- Ministerio de Educación y Formación Profesional (2019). *Nivel de Formación, Formación Permanente y Abandono: Explotación de las variables educativas de la Encuesta de Población Activa*. Ministerio de Educación y Formación Profesional. <https://bit.ly/2RrKAmW>
- Narodowski, M. (1999) *Después de clase. Desencantos y desafíos de la escuela actual*. Ediciones Novedades Educativas
- Navea Martín, A. (2015). *Un estudio sobre la motivación y estrategias de aprendizaje en estudiantes universitarios de ciencias de la salud*. [Tesis Doctoral, UNED]. https://redined.mecd.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/160616/NAVEA_MARTIN_ANA_Tesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- OCDE. (2016). *Low-Performing Students: Why They Fall Behind and How to Help Them Succeed*. Paris: OCDE Publishing. <https://www.oecd.org/publications/low-performing-students-9789264250246-en.htm#:~:text=Why%20They%20Fall%20Behind%20and%20How%20To%20Help%20Them%20Succeed,-There%20is%20no&text=Reducing%20the%20number%20of%20low,from%20socio%20Deconomically%20disadvantaged%20families.>
- Piorno V., y Bortolotto, F., (2019). ¿Quiénes se benefician de la práctica del mindfulness en la escuela? En Vernucci, S., y Zamora E., (Eds). *La ciencia de enseñar. Aportes desde la Psicología Cognitiva a la educación* (142-150). Universidad Nacional de Mar de Plata. https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/123044/CONICET_Digital_Nro.10379693-c1ef-4011-a4c4-ba16c12b844b_A.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Prieto, J. L., & Delgado, F. J. H. (2017). Motivación deportiva en la transición de Primaria a Secundaria. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 19, (1), 88-101. <https://doi.org/10.24197/aefd.1.2017.88-101>

- Puentes, A.E., y Guerrero Cruz, E. (2019). *Factores que intervienen en la motivación durante la adolescencia y su influencia en el ámbito escolar*. [Trabajo de Grado, Politécnico Gran Colombiano].
<https://alejandria.poligran.edu.co/bitstream/handle/10823/1276/F.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Retana, C. (2011) Consideraciones acerca del aburrimiento como emoción moral. *Revista Káñina*, 35, (2), 179-190. <https://www.redalyc.org/pdf/442/44248790013.pdf>
- Rigo, D, Y. (2018). Los entornos educativos: impacto sobre el compromiso de niños y jóvenes. *Revista Educación y Ciencia*, 8, (51), 64-71.
<http://educacionyciencia.org/index.php/educacionyciencia/article/view/493>
- Ros Velasco, J., (2021). Me aburro luego existo. La constitución ontológica de la individualidad desde el aburrimiento
- Rubia, K., Halari, R., Christakov, A. y Taylor, E. (2009). Impulsiveness as a timing disturbance: neurocognitive abnormalities in attention-deficit hyperactivity disorder during temporal processes and normalization with methylphenidate. *Philosophical Transactions of the Royal Society Biological Sciences*, 364 (1252), 1919-1931.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2685816/pdf/rstb20090014.pdf>
- Sánchez Rosas, J. (2019). Aburrimiento: Función, causas y estrategias de intervención. En Vernucci, S., y Zamora E. (Eds.). *La ciencia de enseñar. Aportes desde la Psicología Cognitiva a la educación*. (31-43). Universidad Nacional de Mar de la Plata.
https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/123044/CONICET_Digital_Nro.10379693-c1ef-4011-a4c4-ba16c12b844b_A.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Sánchez Rosas, J., & Bedis, J. (2015). Measuring strategies to cope with boredom in Spanish speaking population: A study with Argentinean university students. *Evaluar*, 15, 99-122.
https://www.researchgate.net/publication/305680201_Measuring_Strategies_to_Cope_with_Boredom_in_Spanish_Speaking_Population_A_Study_with_Argentinean_University_Students
- Sánchez Rosas, J., Correa, P., & Díaz, I. (2019, en prensa). Revisión de las intervenciones que mejoran la utilidad percibida del aprendizaje de los estudiantes. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 13 (2).
http://dev.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2223-25162019000200005&lng=en&nrm=iso&tlng=es

- Schvartzman, J. (2018). Algunas reflexiones acerca del aburrimiento y lo creativo. *Controversias en Psicoanálisis de Niños y Adolescentes*. (23). 173-182.
- Stover, J.B., Uriel, F., De la Iglesia, G., Freiberg Hoffman, A., y Fernández Liporace, M. (2014). Rendimiento académico, estrategias de aprendizaje y motivación en alumnos de Escuela Media de Buenos Aires. *Perspectivas en Psicología*, 11, (2), 10-20. <http://web.b.ebscohost.com/loginbiblio.poligran.edu.co:2048/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=21&sid=89d9b9ba-d6f1-465a-87f5-4fc92c24c9be%40pdc-vsessmgr06>
- Suárez Riveiro, J. M., y Fernández Suárez, A. P. (2016). *El aprendizaje autorregulado: variables estratégicas, motivacionales, evaluación e intervención*. Une Ediciones. [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=T1qfDQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=\).+El+aprendizaje+autorregulado:+variables+estrat%C3%A9gicas,+motivacionales,+evaluaci%C3%B3n+e+intervenci%C3%B3n&ots=DTLoYX4Gfv&sig=6VnBijYpligA7_uzm3E773eQlrQ#v=onepage&q=\).%20El%20aprendizaje%20autorregulado%3A%20variables%20estrat%C3%A9gicas%2C%20motivacionales%2C%20evaluaci%C3%B3n%20e%20intervenci%C3%B3n&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=T1qfDQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=).+El+aprendizaje+autorregulado:+variables+estrat%C3%A9gicas,+motivacionales,+evaluaci%C3%B3n+e+intervenci%C3%B3n&ots=DTLoYX4Gfv&sig=6VnBijYpligA7_uzm3E773eQlrQ#v=onepage&q=).%20El%20aprendizaje%20autorregulado%3A%20variables%20estrat%C3%A9gicas%2C%20motivacionales%2C%20evaluaci%C3%B3n%20e%20intervenci%C3%B3n&f=false)
- Tabbia, C. (2018). El aburrimiento del adolescente y del analista. *Controversias en Psicoanálisis de Niños y Adolescentes*. (23). 43-67.
- Terán Sosa, D.O., (2020). *La improvisación teatral contribuye al fortalecimiento de la inteligencia emocional en adolescentes del 4to. Año de educación secundaria de la IE Manuel González Prada de la zona de Huaycán del distrito de Ate Vitarte*. [Tesis Doctoral, Guillermo Ugarte Chamorro]. <https://repositorio.ensad.edu.pe/handle/20.500.13078/66>
- Toohey, P. (2011). *Boredom: a lively history*. Yale University Press. New Haven and London
- Tze, V. M. C., Daniels, L. M., & Klassen, R. M. (2015). Evaluating the relationship between boredom and academic outcomes: A meta-analysis. *Educational Psychological Review*, 28, (1), 119-144. https://www.researchgate.net/publication/276865713_Evaluating_the_Relationship_Between_Boredom_and_Academic_Outcomes_A_Meta-Analysis
- Valenzuela Carreño, J., Muñoz Valenzuela, C., Silva Peña, I., Gómez Nocetti., y Precht Gandarillas, A. (2015). Motivación escolar. Claves para la formación motivacional de futuros docentes. *Estudios pedagógicos*, 41 (1), 351-361. <http://revistas.uach.cl/index.php/estped/article/view/2176>
- Vázquez Recio, R., López-Gil, M. y Calvo-García, G. (2019). El currículum oculto del fracaso escolar y del abandono educativo temprano. Razones interseccionadas. *Investigación en la Escuela*. (98). 16-30. DOI: <http://dx.doi.org/10.12795/IE.2019.i98.02>

- Veiga, F. H, García, F., Reeve, J., Wentzel, K., y García, O. (2015). Cuando se pierde la motivación escolar de los adolescentes con mejor autoconcepto. *Revista de Psicodidáctica*, 2015, 20, (2), 305-320. <https://doi.org/10.1387/RevPsicodidact.12671nc>
- Vodanovich. S.J. (2003). Psychometric measures of boredom: A review of the literature. *Journal of Psychology*, 137, (6), 569-595. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/00223980309600636>
- Vogel-Walcutt, J. J., Fiorella, L., Carper, T., & Schatz, S. (2012). The definition, assessment, and mitigation of state boredom within educational settings. *Educational Psychology Review*, 24, 89-111. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10648-011-9182-7>