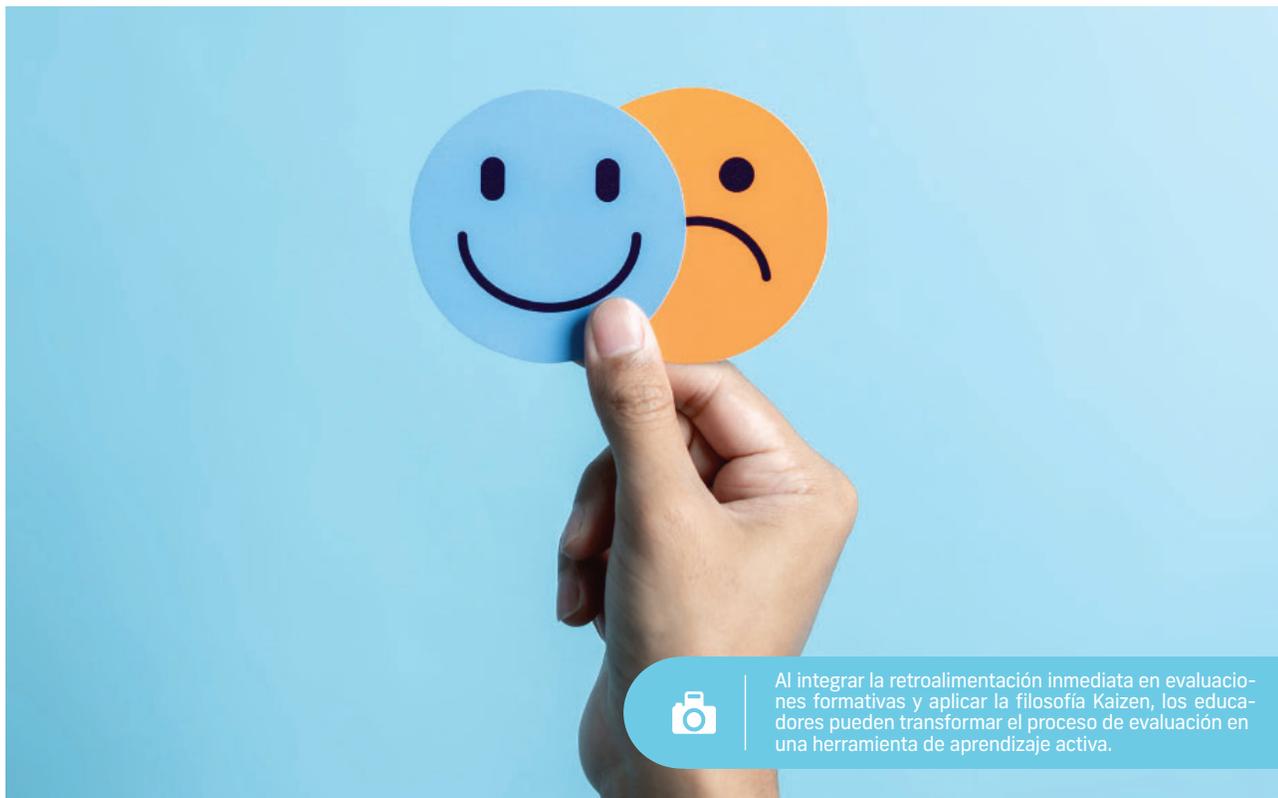


De espectador a experto: el poder de la práctica deliberada

artículo

Por Kaylee Valenzuela
(valenzuelakaylee1@gmail.com)



Al integrar la retroalimentación inmediata en evaluaciones formativas y aplicar la filosofía Kaizen, los educadores pueden transformar el proceso de evaluación en una herramienta de aprendizaje activa.

En el mundo de la educación y el desarrollo profesional, la diferencia entre la excelencia y la conformidad no radica en el talento innato, sino en cómo abordamos el proceso de aprendizaje y la mejora continua. El factor clave de cómo convertirte de espectador a experto. La clave está en la práctica deliberada, la retroalimentación inmediata y la filosofía Kaizen.

Estos elementos no solo guían nuestro camino hacia la maestría, sino que también transforman el proceso de evaluación en un catalizador de crecimiento constante. Exploreemos cómo estos princi-

pios revolucionarán la educación y nos llevarán a dominar cualquier campo.

El impacto de la práctica deliberada es notable. Un estudio de la Universidad Carnegie Mellon reveló que los estudiantes que implementaron prácticas deliberadas mejoraron sus calificaciones

Al transformar las prácticas de evaluación en herramientas dinámicas de crecimiento, tanto educadores como estudiantes pueden alcanzar niveles más altos de competencia y éxito.

en un 30 % más que aquellos que no lo hicieron (Carnegie Mellon, 2015).

Este enfoque meticuloso y dirigido permite a los estudiantes identificar sus debilidades y trabajar sistemáticamente para superarlas, convirtiendo el aprendizaje en un proceso dinámico y enfocado en la mejora continua. Básicamente, la práctica deliberada se basa en la idea de que el rendimiento superior no es una cuestión de cantidad de tiempo invertido, sino de la calidad del esfuerzo y la precisión con que se abordan las tareas específicas. Este método implica una atención constante a los de-

Este proceso no solo mejora la comprensión y retención de conocimientos, sino que también fomenta una mentalidad de crecimiento, donde los errores se ven como oportunidades de aprendizaje en lugar de fracasos.



talles y una disposición a recibir y actuar sobre la retroalimentación. Como resultado, los estudiantes no solo mejoran sus calificaciones, sino que también desarrollan una comprensión más profunda de los materiales de estudio y una mayor capacidad para aplicar sus conocimientos en situaciones prácticas. ¿De qué manera la calidad del esfuerzo influye en los resultados académicos o profesionales, más allá de la cantidad de tiempo dedicado?

Kaizen, como filosofía educativa, se deriva de su aplicación original en el ámbito empresarial japonés, donde ha sido fundamental para mejorar la calidad, la eficiencia y fomentar un ambiente de trabajo continuamente mejorado.

En el mundo de la educación, Kaizen se adapta para transformar el proceso de aprendizaje en uno que enfatiza la mejora continua y progresiva, en lugar de cambios drásticos o repentinos. Kaizen, en la educación, promueve la idea de que el aprendizaje y el desarrollo deben ser un proceso continuo y constante. No se trata solo de lograr metas académicas específi-

cas, sino de buscar oportunidades diarias para mejorar en pequeñas áreas y habilidades. En lugar de cambios radicales o metas inalcanzables, Kaizen se centra en realizar mejoras graduales y sostenibles. Los estudiantes aprenden a establecer objetivos alcanzables y a trabajar de manera constante para superarlos día a día.

La implementación efectiva de Kaizen en el aula fomenta una cultura de colaboración entre estudiantes y educadores. Se alienta a los estudiantes a participar activamente en la identificación de áreas de mejora y a trabajar juntos para implementar soluciones efectivas.

Aplicada a la educación, Kaizen implica un compromiso diario para mejorar ligeramente en cada aspecto del aprendizaje. Masaaki

La implementación de la práctica deliberada, la retroalimentación inmediata y la mejora continua de Kaizen en la educación no es solo un cambio metodológico, sino una transformación filosófica.

Imai, autor de *Kaizen: The key to Japan's competitive success*, señala que “Kaizen significa mejora continua y requiere el compromiso de todos en la organización, buscando constantemente maneras de mejorar los procesos y resultados” (Imai, 1986, p.4).

Esta filosofía complementa perfectamente la práctica deliberada, ya que ambos enfoques enfatizan la importancia de realizar ajustes específicos y continuos para alcanzar la excelencia. La mejora continua a través de Kaizen asegura que cada retroalimentación recibida se utilice para realizar pequeñas mejoras, creando un ciclo de progreso sostenido.

Por ende, es indispensable mencionar que el proceso de retroalimentación inmediata tanto en la práctica deliberada como en la filosofía Kaizen son fundamentales para que los estudiantes puedan perseverar en sus errores y desarrollar mejores hábitos.

Daniel Coyle, en *The talent code*, destaca que “el talento no es algo que se tiene, sino algo que se cultiva a través de la práctica profunda y la formación de circuitos neuronales específicos” (Coyle, 2009, p.18). La retroalimentación proporciona una guía precisa y oportuna, permitiendo a los estudiantes corregir sus errores en el momento y ajustar sus estrategias de aprendizaje.

Este proceso no solo mejora la comprensión y retención de conocimientos, sino que también fomenta una mentalidad de crecimiento, donde los errores se ven como oportunidades de aprendizaje en lugar de fracasos. Carol S. Dweck, en *Mindset*, apoya esta visión, señalando que “el éxito en

En lugar de cambios radicales o metas inalcanzables, Kaizen se centra en realizar mejoras graduales y sostenibles. Los estudiantes aprenden a establecer objetivos alcanzables y a trabajar de manera constante para superarlos día a día.



el aprendizaje depende de nuestra mentalidad: aquellos con una mentalidad de crecimiento buscan la retroalimentación y ven los desafíos como oportunidades para mejorar” (Dweck, 2006, p.197).

Dando paso a las prácticas de evaluación tradicionales, a menudo se centran en la medición de conocimientos al final de un período de aprendizaje. Sin embargo, estas evaluaciones sumativas proporcionan poca orientación sobre cómo mejorar realmente.

Al integrar la retroalimentación inmediata en evaluaciones formativas y aplicar la filosofía Kaizen, los educadores pueden transformar el proceso de evaluación en una herramienta de aprendizaje activa. Peter C. Brown, en *Make it stick*, afirma que “el aprendizaje efectivo no es suave ni fácil, sino

La práctica deliberada se basa en la idea de que el rendimiento superior no es una cuestión de cantidad de tiempo invertido, sino de la calidad del esfuerzo y la precisión con que se abordan las tareas específicas.

que implica el esfuerzo deliberado y la retroalimentación constante para mejorar la retención y la comprensión” (Brown, Roediger & McDaniel, 2014, p.6).

Es decir, las evaluaciones formativas que son frecuentes y de bajo riesgo permiten a los estudiantes recibir *feedback* continuo, identificar áreas de mejora y trabajar en ellas de manera sistemática.

La implementación de la práctica deliberada, la retroalimentación inmediata y la mejora continua de Kaizen en la educación no es solo un cambio metodológico, sino una transformación filosófica. Requiere un compromiso por parte de los educadores para ofrecer retroalimentación constructiva y un esfuerzo constante de los estudiantes para actuar sobre esa retroalimentación.

Esta transformación también desafía la cultura educativa que premia los resultados sobre el proceso, promoviendo en su lugar una cultura de mejora continua y excelencia. Daniel H. Pink, en *Drive*, subraya que “la motivación intrínseca, impulsada por la autonomía, la maestría y el pro-

pósito, es esencial para la práctica deliberada y el aprendizaje continuo” (Pink, 2009, p.92).

En última instancia, la diferencia entre ser un experto y un espectador radica en cómo se aborda el aprendizaje y la mejora. La práctica deliberada, apoyada por la retroalimentación inmediata y la filosofía Kaizen, ofrece un camino claro hacia la excelencia. Al transformar las prácticas de evaluación en herramientas dinámicas de crecimiento, tanto educadores como estudiantes pueden alcanzar niveles más altos de competencia y éxito.

Así que, ¿quieres ser un experto o continuar siendo un espectador? La elección está en cómo decides practicar, recibir retroalimentación y comprometerte, ya que el éxito está en la mejora continua.

Referencias

- Brown, P. C., Roediger, H. L., & McDaniel, M. A. (2014). *Make it stick: The science of successful learning*. Harvard University Press.
- Carnegie Mellon University. (2015). *Estudio sobre la implementación de prácticas deliberadas y mejora de calificaciones*. Autor.
- Coyle, D. (2009). *The talent code: Greatness isn't born. It's grown. Here's how*. Bantam.
- Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The new psychology of success*. Random House.
- Imai, M. (1986). *Kaizen: The key to Japan's competitive success*. McGraw-Hill Education.
- Pink, D. H. (2009). *Drive: The surprising truth about what motivates us*. Riverhead Books.