



Poder aprender #74 - "La ambición en el aprendizaje"

 Web player:

<https://www.poderaprender.com/074>

 MP3:

<https://www.poderaprender.com/074mp3>

 Transcripción:

<https://www.poderaprender.com/074pdf>

 Anfitrión:

Walter Freiberg (Neurolanguage Coach®)

<https://www.walterfreiberg.com>

 Suscríbete al podcast por e-mail:

<https://poderaprender.com/suscribirse>

 YouTube:

<https://www.youtube.com/@poder-aprender>

 Instagram:

<https://www.instagram.com/poder.aprender>

Disponible en Spotify, Apple Podcasts y otras plataformas.

#74 - La ambición en el aprendizaje

Introducción

[00:00:28] Hay una frase que dice " El saber no ocupa lugar". Puede ser que no ocupe mucho lugar mental, pero ocupa tiempo y energía. Y para lograr cosas, necesitamos dedicarnos a eso. La pregunta es cuán lejos queremos llegar en una habilidad. ¿Cuánto aprendizaje necesitamos o deseamos? ¿Cómo funciona la competencia en el aprendizaje? ¿Qué pasa si tenemos muy poca ambición al aprender? Estas son algunas de las preguntas que exploramos en el episodio número 74 de "Poder aprender".

1. ¿Cuánto aprendizaje es suficiente?

[00:01:03] Cuando nos proponemos aprender algo, a veces surge la pregunta, ¿ cuánto necesito aprender? ¿Cuánto aprendizaje es suficiente como para llegar a ser capaz de hacer eso que a mí me interesa poder hacer? Quizás acá puede parecer este impulso de querer lo mínimo o de proponernos algo muy fácil que quizás consideramos muy realista y hacer al mismo tiempo lo mínimo necesario.

[00:01:31] En este caso, puede ser determinar lo que realmente necesitamos para poder hacer eso que realmente nos interesa hacer. El inconveniente acá puede estar en que si somos principiantes en un área o en un campo en particular, no sabemos y no conocemos qué es lo que implica poder aprender eso o poder desarrollar un nivel de habilidad en particular.

[00:01:57] Por otra parte de un tiempo hacia acá, hay cosas que se establecieron un poco que empiezan a surgir como ideales que vemos otra vez de internet y que nos dan ideas quizás un poco confusas o a veces equivocadas sobre lo que implica llegar a tener alguna habilidad en algo particular. Quizás vemos en internet en la cuenta de algún influencer o de alguna persona que tiene cierta fama, un nivel de destreza en algún particular o, por ejemplo, una persona hablando de otros idiomas.

[00:02:30] Nosotros nos ponemos ese mismo objetivo porque vemos que hay otra persona que está haciendo eso. Entonces, de repente, esa es nuestra nueva ambición y tomamos eso que vemos allá afuera y pensamos que es lo que hay que hacer o lo que se supone que hay que practicar o la manera en que hay que hacerlo.

[00:02:46] En la época en que daba clases de piano esto yo lo veía en el ideal que tenían los estudiantes de piano que de repente se proponían practicar el instrumento como un hobby. Tenían una ambición de habilidad de nivel amateur, pero a veces se confundían y se empezaban a comparar con pianistas profesionales o surgía la comparación con otros por la edad a la que habían empezado.

[00:03:11] Si una persona empezaba a tomar clases a los 20, se comparaba con aquellos que habían empezado a los 15 o a los 10. El que empezaba a los 50 se comparaba con el que empezó a los 20 o a los 30 o con el que empezó a los cinco. Y de repente ahí también surgían confusiones sobre cuánto necesitaban aprender o qué necesitaban aprender.

[00:03:31] Acá también con los idiomas, se puede ver en las comparaciones o en el nivel de desempeño de un estudiante que cree que tiene que ser igual a un hablante nativo. Quizás esta idea de que tiene que tener el mismo vocabulario que un hablante nativo , ¿ahí será suficiente? O que tiene que tener un acento que suene lo más parecido nativo. ¿Ahí será suficiente? Entonces ahí surgen diferentes formas de verlo.

2. Competir con uno o con los demás

[00:03:55] Uno de los temas de la ambición en el aprendizaje para mí tiene que ver con la competencia y esta competencia se puede dar con uno mismo o se puede dar con los demás. La ambición a veces está conectada con esta competencia. Por un lado, una persona que siente que está compitiendo consigo misma puede sentir una satisfacción interna de lograr algo y de superarse. Poder hacer algo que antes no podía hacer o podía hacerlo un poquito mejor.

[00:04:24] Cuando hablamos de competición con otros, la satisfacción que suele aparecer ahí es esta de superar a los demás. Y también que se note desde afuera, que se vea que sea evidente externamente. No voy a decir que hay un tipo de motivación que esté bien y otro que esté mal. La verdad es que suelen estar los dos y suele haber un factor de competencia más o menos grande. Me parece que es más sano tener un impulso de competencia con uno mismo, pero en algunas situaciones, entiendo que también hay factores de competitividad externa que también hacen y forman parte de la ambición por superarse.

[00:05:04] Ahora, por ejemplo, en esta época, estamos en los juegos olímpicos. En los casos en los que hay ese tipo de cosas en juego. Se da una cuestión: el atleta, por ejemplo, entrena de forma individual o entrena en equipos según la disciplina que tenga, pero después hay una instancia de competición con otros. Entonces eso puede ser la motivación ser el mejor dentro de ese grupo de gente que ya es muy hábil.

[00:05:26] Y en situaciones de equipo también a veces puede tener un factor importante esto de la unión y poder crear una cohesión como para poder alcanzar un objetivo en particular. La ventaja de esto de la competencia con nosotros mismos es que nos permite compararnos versiones anteriores de nosotros versus con versiones de otros. Es difícil compararse con la versión X de cualquier otra persona. Pero es más fácil compararnos la versión nuestra anterior, lo que yo puedo hacer ahora, por ejemplo, en el 2024 en este idioma o en el piano o en el ajedrez versus lo que podía ser en el 2022 o en el 2010.

[00:06:03] Hay una frase de Kobe Bryant que es conocido por esto de la mentalidad mamba, "Mamba mentality". Kobe Bryant decía que recomendaba esto de ser la mejor versión de vos mismo que puedas hacer. Mejorar un poco cada día. Y él lo aplicaba al basquet. Él decía que su objetivo no era ser el mejor jugador del mundo.

[00:06:23] No era ser el mejor basquetbolista de todos los tiempos. Su objetivo era ser el mejor basquetbolista que él podía, la mejor versión de Kobe Bryant que él podía ser y al hacer esto, no se está comparando con ninguna otra persona. Es solamente Kobe Bryant de ese momento con el anterior. Y eso me parece que es algo muy valioso y que podemos tomar para las cosas que vamos aprendiendo.

3. La ambición de profundidad o de variedad

[00:06:47] La ambición, por otra parte, también se puede jugar a nivel de la profundidad o de la variedad. ¿Cuál es nuestra ambición en ese aprendizaje en particular? ¿Queremos llegar a un nivel muy profundo en una sola cosa o nos gustaría ser capaces de hacer un poco o de lograr cierto desempeño en una gran variedad de cosas?

[00:07:06] Esta diferencia entre el especialista y el generalista, acá tampoco hay una respuesta correcta o incorrecta, pero es cierto que cuando agregamos varias cosas, el potencial de poder alcanzar un nivel de desempeño súper desarrollado en una sola va a disminuir por una cuestión de tiempo de energía de recursos y cómo vamos a estar enfocando nuestra atención.

[00:07:29] Acá me parece que cuenta también la pregunta sobre ¿cuál es el valor real de cada ambición de aprendizaje para nosotros?, ¿Cuán valioso es para nosotros en un saber en particular una habilidad, alcanzar un nivel de profundidad muy alto? ¿Cuánta profundidad estamos buscando o nos interesa? ¿O cuánta variedad querríamos poder desarrollar en diferentes cosas en un dominio en particular?

[00:07:52] Esto yo lo veía con los idiomas en el 2023 cuando estuve en una conferencia de políglotas en Polonia. Había muchos políglotas y muchos estudiantes de idiomas que tenían un nivel conversacional en muchos idiomas. Podían hablar tal vez 10 idiomas o más idiomas en un nivel de distintos niveles conversacionales.

[00:08:13] ¿Qué quiere decir esto? Podían conversar, podían interactuar de manera simple y quizás no tenían un conocimiento desarrollado en diferentes dominios o en diferentes áreas del idioma. Por ejemplo, temas, ¿no? Hablar sobre, qué se yo, actualidad o poder hablar sobre un hobby que les entusiasma mucho en profundidad y de repente, tal vez podían tener más errores gramaticales, etcétera.

[00:08:35] Entonces, por un lado, había gente que tenía un gusto y esa ambición de desarrollar un nivel conversacional en muchos idiomas y otras personas que quizás preferían desarrollar mayor profundidad sólo en algunos pocos idiomas. Tuvieron más tiempo para dedicar a cada uno esos idiomas, y eso les permitía un mayor nivel de

fluidez y podían alcanzar mayor profundidad en las conversaciones que tenían en esos idiomas. Son cosas diferentes para personalidades diferentes.

[00:09:01] Yo personalmente, por ejemplo, suelo resonar más con esto de la profundidad más que una gran cantidad de cosas, por lo menos con los idiomas . También esto se puede ver con los hobbies. Hay gente que practica varios deportes, que practica durante la semana varias cosas y otras que se enfocan solamente en un deporte en una actividad física y tratan de desarrollarse al máximo en esa sola cosa o en un par de cosas. Lo mismo con la música, tocar varios instrumentos o dedicarnos a uno solo y tratar de poder tocar cosas más desafiantes en ese solo instrumento.

[00:09:32] Para quienes están ayudando a otras personas a aprender, también está la posibilidad de dedicarse de forma particular a un área como puede ser, por ejemplo, profe de español, o coach de español o gente que quizás trabaja con una mayor variedad, un coach de idiomas que ayuda a gente a aprender variedad de idiomas no se especializa en una en particular. Acá, me parece que también siempre está bueno para quienes ayudamos a otros a aprender, tener en cuenta y poder indagar sobre esto de la profundidad buscada o la variedad deseada de parte de la persona que aprende.

4. ¿Ambición o aspiración?

[00:10:06] Hay una distinción que a mí me parece interesante en esto de la ambición en el aprendizaje y que es la de ¿ambición o aspiración? Esto de la aspiración, en español, yo lo había escuchado, tal vez en la frase de "tener grandes aspiraciones" o no "tener grandes aspiraciones" .

[00:10:21] Y después, cuando empezó a cultivar más el budismo y las enseñanzas budistas, encontré que a veces los maestros hablaban sobre de los discípulos o los estudiantes que tenían, les preguntaban sobre sus aspiraciones: "¿Cuál es el objetivo que te gustaría lograr?" Y aparecía como una luz muy positiva, como algo muy noble y como un un objetivo muy elevado en el caso del budismo como la iluminación, ¿no? ¿Cuál es la aspiración que tenés? Le decían al discípulo.

[00:10:47] Y quizás cuando pensamos en ambición, estamos acostumbrados a pensarlo muchas veces en torno a cosas como el éxito o la riqueza material, el poder. Puede incluir también objetivos personales o objetivos profesionales, pero en algunos casos se lo puede ver como algo que tiene que más con el beneficio personal y que no se fija tanto en cómo va a suceder.

[00:11:10] Por eso, a veces en la ambición, cuando uno habla de ambición desmedida o una persona, por ejemplo, que tiene una ambición por lo material y que se fue como de límites razonables, a veces también se pone en compromiso la integridad o cuestiones éticas porque es una persona muy ambiciosa y está dispuesto a hacer lo que sea como para conseguir eso.

[00:11:30] Y yo creo que en la aspiración no hay tanto eso o al menos por lo menos en el contexto, ese en que yo les mencionaba y por eso esto de la aspiración me parece que tiene como una cosa más colaborativa y que tiene en cuenta también como un bienestar general. Se sale un poco de lo competitivo y tiene que ver con un objetivo de desarrollo personal. Puede ser de desarrollo profesional también, pero es en alguna forma como un poco más altruista y que tiene, como en última instancia, un interés común o algo que puede ir más allá de uno.

[00:12:05] Eso es simplemente como un comentario, porque a mí personalmente me gusta la palabra esta aspiración. Me parece que es una palabra que también va bien para el aprendizaje. En el episodio este, le puse como título ambición, porque tal vez es una palabra más conocida y también porque me interesa como explorar el aspecto competitivo y otras cosas.

[00:12:25] Pero personalmente, a mí me gusta lo de aspiración como: ¿cuáles son tus aspiraciones con respecto a este aprendizaje? ¿Qué aspiras poder hacer?, por ejemplo, ¿no? Y ese tipo de cosas eso me parece interesante.

5. El problema de tener poca ambición

[00:12:37] Por último, me gustaría explorar un poco esto de qué pasa cuándo tenemos poca ambición. El problema de tener poca ambición. Acá lo que puede suceder es que nos conformamos con resultados bajos. Esto de conformarnos con resultados bajos nos lleva también a hacer poco. No hacemos lo suficiente. En líneas generales, yo creo que solemos subestimar la cantidad de trabajo que tenemos que hacer para poder aprender algo y para poder volvernos buenos en algo.

[00:13:05] El ejemplo típico de las clases de idioma, ¿no? Que uno toma una clase de inglés una vez por semana y cree que con eso alcanza, y después de algunos años ya sale hablando inglés. Tal vez algunas personas pueden hacerlo, pero, en mi experiencia y también hablando con gente que aprende distintos idiomas, me da la impresión de que no es tan así. En general, una vez por semana, una hora por semana no suele ser suficiente para desarrollar habilidad en cosas que nos interesan.

[00:13:32] Entonces, cuando nos decimos que "queremos un pequeño resultado" . Que "queremos alcanzar como este nivel básico" . Vamos a de alguna manera como acondicionamos a practicar lo mínimo y menos de lo mínimo a veces. De esa manera, terminamos practicando poco tiempo. Terminamos practicando de manera no tan efectiva. Porque decimos, "¡ah sí! no necesito aprender tanto", o si tengo como una ambición razonable y muy pequeña, entonces, para qué me voy a gastar.

[00:14:02] Otro asunto que puede aparecer acá en el de la ambición, es que a veces nos auto limitamos. Puede ser conscientemente o inconscientemente. Creemos que alcanzar ciertos niveles de desempeño está fuera de nuestro alcance, como que no vamos a poder ser capaces de hacer algo en particular, como que "no hay chance". Y nos

resignamos simplemente aspirar a una meta muy baja que nos parece como que es todo lo que podemos hacer.

[00:14:28] Yo creo que existe una diferencia entre decirme que "no puedo aprender algo" versus decirme que "sí puedo aprender", solo que eso va a requerir ciertas cosas que practique con cierta frecuencia, o de cierta manera con una cierta cantidad de tiempo. Y yo puedo decir, "no puedo aprender esto porque no tengo talento, porque no tengo condiciones", o puedo decir, "a lo mejor si practico lo suficiente, si puedo aprender" .

[00:14:50] El tema es que a veces quizás nos tranquilizamos diciéndonos, "no puedo aprender esto", pero en el fondo, sabemos que podríamos hacerlo si hiciéramos lo que hace falta para que suceda. No quiero decir que todo el mundo pueda hacer cualquier cosa que se proponga y que el el cielo es el límite y que todos pueden conseguir todo lo que se proponen porque sé que no es así.

[00:15:11] Pero simplemente es una pregunta sobre cuál es el verdadero límite, dónde está el verdadero límite que nos ponemos y hasta qué punto tiene que ver con el esfuerzo que estamos dispuestos a hacer. Porque si no estamos dispuestos a poner cierto esfuerzo, porque si solamente la idea de pensar en practicar algo todos los días por una hora, nos pone incómodos, vamos a buscar una forma de escurrirnos.

[00:15:32] Y vamos a buscar una forma de racionalizar y decir, "no, en realidad yo no tengo talento. No es que no quiero practicar, es que la verdad es que no tengo talento. Por eso es que no practico todos los días. No es porque no tenga ganas. Es porque no tengo talento". De esa forma nos quedamos tranquilos y decimos. "Yo no estoy practicando porque es que no va a valer la pena o porque no va a ir para ningún lado". Y mi pregunta es, ¿Será realmente así? ¿ qué pasaría si practicaras más frecuentemente? No sé a lo mejor, pasarían cosas muy buenas.

Conclusión

[00:16:03] Entender cuánto aprendizaje es suficiente es clave cuando nos enfocamos en nuestras metas de aprendizaje. Competir con nosotros mismos en lugar de con los demás nos permite medir nuestro progreso de manera sana y sostenible. En ese camino, puede ayudarnos esto de recordar la diferencia entre ambición y aspiración.

[00:16:23] La aspiración como un deseo noble que también incluye beneficios y cosas positivas para los demás. Cuando nos ponemos metas de aprendizaje, también puede ser útil tener en cuenta si nos estamos poniendo limitaciones basadas en lo que creemos que podemos hacer o no. Una buena meta, como solía decir, Kobe Bryant, es el deseo de volvernos una mejor versión de nosotros mismos, un poco mejor de lo que éramos antes.



Si te gusta mucho, si te sirve el contenido del pódcast, **te invito a dejar una reseña y una calificación de cinco estrellas en Spotify o Apple Podcasts**, para que estos episodios lleguen a más personas y que más gente pueda aprender mejor 😊

 Web player: <https://www.poderaprender.com/074>

 MP3: <https://www.poderaprender.com/074mp3>

 Transcripción: <https://www.poderaprender.com/074pdf>

 Anfitrión: Walter Freiberg (Neurolanguage Coach®)
<https://www.walterfreiberg.com>

 Suscribite al pódcast por e-mail:
<https://poderaprender.com/suscribirme>

▶ YouTube: <https://www.youtube.com/@poder-aprender>

 Instagram: <https://www.instagram.com/poder.aprender>

Disponible en Spotify, Apple Podcasts y otras plataformas.