



Recibido: 14/11/2023 Aceptado: 23/03/2024

La metodología Flipped Classroom y su relación con la salud emocional del estudiante (Revisión).

The Flipped Classroom methodology and its relationship with the emotional health of the student (Review).

Alan Tonatíuh López Niño. *Maestro en Pedagogía de las Ciencias Sociales. Colegio Superior para la Educación Integral Intercultural de Oaxaca (CSEIIO). México.*

[zagato00@gmail.com] [<https://orcid.org/0000-0002-2208-4175>]

Resumen

En la actualidad, la metodología Flipped Classroom se ha convertido en una herramienta pedagógica muy valorada por su capacidad de mejorar la calidad del aprendizaje y aumentar el interés de los estudiantes por el estudio. Además, cada vez son más los estudios que sugieren que la aplicación de esta metodología puede tener un impacto positivo en la salud emocional de los estudiantes. En este artículo se presenta una revisión de la literatura disponible sobre la relación entre la metodología Flipped Classroom y la salud emocional del estudiante. Se describen las principales características de la metodología Flipped Classroom y se analiza cómo esta puede contribuir a la mejora de la salud emocional de los estudiantes. Se concluye que la metodología Flipped Classroom puede ser una herramienta muy efectiva para mejorar la salud emocional de los estudiantes, siempre y cuando se utilice adecuadamente y se tenga en cuenta la complejidad del proceso educativo.

Palabras clave: metodología flipped classroom; aula invertida; salud emocional; aprendizaje activo; tecnología educativa

Abstract

Currently, the Flipped Classroom methodology has become a highly valued pedagogical tool for its ability to improve the quality of learning and increase students' interest in studying.

Furthermore, an increasing number of studies suggest that the implementation of this



methodology can have a positive impact on students' emotional health. This article presents a review of the available literature on the relationship between the Flipped Classroom methodology and students' emotional health. The main characteristics of the Flipped Classroom methodology are described, and how it can contribute to improving students' emotional health is analyzed. It is concluded that the Flipped Classroom methodology can be a very effective tool for improving students' emotional health, as long as it is used appropriately and the complexity of the educational process is taken into account.

Keywords: flipped classroom methodology; inverted classroom; emotional health; active learning; educational technology

Introducción

La “Clase Invertida” o “Flipped Classroom” es una nueva metodología educativa adaptada de la terminología inglesa. Se refiere a dar la vuelta a la clase o una clase al revés, es decir, se hace en clase lo que se haría en casa y viceversa. Sus bases se asientan dentro de la modalidad de enseñanza mixta, semipresencial o blended learning. Siguiendo a Bartolomé (2004), se puede afirmar que se trata de una combinación de las enseñanzas presenciales con el uso de la tecnología no presencial, de esta forma se permitirá, al docente, seleccionar los medios más adecuados para atender con eficacia cada necesidad educativa. Este aprendizaje mixto ha cobrado bastante importancia en los últimos años, cambiando la ideología tradicional de centrar el proceso enseñanza-aprendizaje en un lugar fijo e inamovible. Hoy en día, es habitual combinar trabajo y estudios, por lo que se necesita un nuevo paradigma de enseñanza que ofrezca flexibilidad y vías de comunicación alternativas entre docente-estudiante y estudiante-docente. Dentro de estas vías se encuentra la clase invertida.



Por tanto, esta metodología implica un enfoque activo en el aprendizaje, donde los estudiantes asumen la responsabilidad de su propio aprendizaje a través de la exploración y la reflexión. Además, se ha demostrado que la metodología flipped classroom puede tener un impacto positivo en la salud emocional de los estudiantes. Este artículo se enfocará en analizar la relación entre la metodología flipped classroom y la salud emocional de los estudiantes, explorando cómo esta metodología puede beneficiar o afectar la ansiedad, el estrés y la motivación en los estudiantes.

Desarrollo

Teorías relacionadas con la metodología flipped classroom

Las principales teorías que apoyan la metodología flipped classroom son las teorías constructivistas que coinciden en proponer una metodología activa en la que tienen especial protagonismo los procesos de enseñanza-aprendizaje del alumno en el aula, derivados de los aspectos socio-constructivos. Además, la clase invertida implica desarrollar un modelo flexible, en el que tendrán cabida planteamientos como el aprendizaje colaborativo y el aprendizaje entre iguales o pares. Otra pieza clave de este entramado teórico es la Taxonomía de Bloom, que actualizada a lo largo de los últimos años, y adaptada a las innovaciones didácticas y tecnológicas, es usada por el modelo de la clase invertida para explicar los procesos cognitivos que se dan en éste.

- *El constructivismo.* La introducción de las TIC facilita la organización y el desarrollo de estos procesos de aprendizaje de naturaleza socio-constructivista. Actualmente, el constructivismo social es la teoría psicológica del aprendizaje más extendida y consolidada. Apoyada en las aportaciones de Piaget, Vygotsky y Bruner, entre otros muchos teóricos, defiende que el aprendizaje escolar debe ser un proceso constructivo del conocimiento que el estudiante



elabora a través de actividades, aprendiendo a resolver situaciones problemáticas en colaboración con otros compañeros. Descubrir y elaborar el conocimiento, aprender a través de la actividad, resolver situaciones problemáticas y trabajar colaborativamente podría ser la síntesis básica de los principios del socioconstructivismo.

En este sentido, Vygotsky (citado en Gallegos, 1997) concreta que, aunque el hombre posee habilidades suficientes para aprender, necesita directrices externas. Define lo que se llama Zona de Desarrollo Próximo, es decir, “la distancia entre el nivel real de desarrollo, determinado por la capacidad de resolver independientemente un problema, y el nivel de desarrollo potencial, determinado a través de la resolución de un problema bajo la guía de un adulto o en colaboración con un compañero más capaz” (Vygotsky, citado en Gallegos, 1997, p. 43). En otras palabras, el desarrollo está determinado por las habilidades innatas que el hombre posee y lo que podría adquirir de las interacciones sociales con otros individuos, en este caso, de la orientación y el apoyo del docente. Se educa para formar parte de la sociedad.

• *El aprendizaje colaborativo y entre pares.* Fortanet, Van, González, Mira y López (2013) afirman que el aprendizaje colaborativo tiene como eje fundamental al estudiante. Como se ha dicho anteriormente, la cooperación no sólo permite que se fortalezcan las relaciones interpersonales entre los miembros, sino que se adquieran conocimientos comunes, gracias a la retroalimentación. Se impulsan actividades como la realización de tareas y la resolución de problemas y dudas en conjunto, promoviendo la adquisición de las competencias profesionales requeridas del siglo XXI. Junto a este enfoque, se puede afirmar que tienen especial relevancia los pares para incidir en la cooperación colectiva. Topping y Ehly (1998) detallan que la tutoría entre iguales o peer assisted learning (PAL) origina una interdependencia positiva entre iguales y



la necesidad del otro para aprender y mejorar. Se motiva la adquisición de contenidos, el diálogo, el intercambio permanente y, por supuesto, la interacción.

• *La Taxonomía de Bloom*. En relación a este apartado, se puede establecer que el dominio cognitivo propuesto por este modelo pedagógico se asienta en la Taxonomía de Bloom (1956) (citado en Universidad de Guadalajara, 2024) y en su posterior actualización por Anderson y Krathwohl (2001) y Churches (2008). Es un modelo que pretende explicar cómo se estructuran las distintas estrategias de adquisición y procesamiento del aprendizaje basado en las seis categorías jerárquicas: recordar, comprender, aplicar, analizar, evaluar y crear. Santiago (2014) recopila, en un cuadro explicativo, las fases de la Taxonomía de Bloom en distintos momentos del proceso de enseñanza aprendizaje. El primer paso del ciclo se corresponde con la visualización del vídeo en casa, antes de la clase. Se experimentan las fases de aprendizaje más básicas como recordar los conocimientos previos con datos, cifras y/o hechos y, después, comprender los conocimientos nuevos. Luego, en clase, se aplica y se analiza lo aprendido. Posteriormente el docente evalúa y el alumno crea nuevos materiales a partir de estos conocimientos. Al finalizar la clase, se han tratado todas las fases del aprendizaje, logrando maximizar el desarrollo humano.

Cabe destacar que no todos los estudiantes completan las fases de aprendizaje, es decir, no alcanzan la parte superior de la pirámide de Bloom (Santiago, 2014). En cambio, se asientan funciones cognitivas superiores como el razonamiento, el lenguaje, el pensamiento y la memoria. Esto es importante para la justificación de la clase invertida porque, mediante su aplicación, va a posibilitar al docente la adaptación a los distintos ritmos de aprendizaje del alumno, y en consecuencia, podrá seleccionar adecuadamente el material idóneo para cada nivel. Todo ello, le



servirá para tener suficientes elementos de juicio en la valoración del proceso de enseñanza-aprendizaje del alumno, lo que en definitiva da sentido a la evaluación formativa y sumativa.

La ansiedad y la metodología flipped classroom

Según Pascarella y Terenzini (2005), la ansiedad es un estado emocional que puede ser desencadenado por una variedad de factores, incluyendo el estrés académico. En el contexto de la educación, la ansiedad puede surgir como resultado de la presión para obtener buenas calificaciones, cumplir con plazos y enfrentar exámenes.

Por tanto, la ansiedad es un problema común entre los estudiantes, especialmente cuando se trata de situaciones de evaluación. La metodología flipped classroom puede ayudar a reducir la ansiedad en los estudiantes al proporcionar un ambiente de aprendizaje más relajado. En un estudio realizado por Strayer (2017), se demostró que los estudiantes que participaron en una clase de flipped classroom experimentaron menos ansiedad que los estudiantes que participaron en una clase tradicional. La razón de esto puede deberse a que la metodología flipped classroom fomenta la colaboración y la interacción entre los estudiantes, lo que puede reducir la sensación de aislamiento y soledad que algunos estudiantes pueden experimentar en un ambiente de aprendizaje tradicional. Además, la metodología flipped classroom permite a los estudiantes trabajar a su propio ritmo, lo que puede reducir la sensación de presión que muchos estudiantes experimentan en situaciones de evaluación.

También, otros investigadores como Karsenti y Bugmann (2015) han argumentado que la metodología flipped classroom puede ser beneficiosa para la ansiedad de los estudiantes. Según estos autores, el modelo puede reducir la ansiedad al permitir a los estudiantes trabajar a su propio ritmo y en su propio entorno. Los autores también señalan que el modelo puede reducir el



estrés al ofrecer a los estudiantes la oportunidad de revisar el contenido tantas veces como sea necesario antes de los exámenes.

Definitivamente la metodología flipped classroom puede tener un impacto tanto positivo como negativo en la ansiedad de los estudiantes. Si bien puede ofrecer a los estudiantes una mayor flexibilidad y control sobre su propio aprendizaje, también puede ser estresante para aquellos que prefieren un enfoque más estructurado y tradicional. Es importante que los educadores consideren cuidadosamente cómo implementar la metodología flipped classroom y trabajen para minimizar cualquier impacto negativo en la salud emocional de los estudiantes.

El estrés y la metodología flipped classroom

Según Lazarus y Folkman (1984), el estrés se produce cuando una persona percibe que las demandas de una situación superan sus recursos para manejarla. En el contexto de la educación, el estrés puede ser causado por una variedad de factores, incluyendo la presión para obtener buenas calificaciones, cumplir con plazos y enfrentar exámenes.

En un estudio realizado por Bergmann y Sams (2012), se descubrió que la metodología flipped classroom puede ser estresante para algunos estudiantes. Los autores señalaron que el modelo puede requerir que los estudiantes asuman más responsabilidad por su propio aprendizaje, lo que puede ser un desafío para aquellos que están acostumbrados a un enfoque más pasivo. Además, el modelo puede ser estresante para aquellos que prefieren el ritmo y la estructura de una clase tradicional en el aula.

Sin embargo, algunos investigadores han argumentado que la metodología flipped classroom puede ser beneficiosa para reducir el estrés de los estudiantes. Según Karsenti y Bugmann (2015), el modelo puede reducir el estrés al ofrecer a los estudiantes la oportunidad de trabajar a su propio ritmo y en su propio entorno. Los autores también señalan que el modelo



puede reducir la ansiedad al ofrecer a los estudiantes la oportunidad de revisar el contenido tantas veces como sea necesario antes de los exámenes.

En suma, la metodología flipped classroom puede ser tanto una fuente de estrés como una herramienta para reducir el estrés de los estudiantes. Los educadores deben ser conscientes de que el modelo puede requerir más responsabilidad y autonomía por parte de los estudiantes, lo que puede ser un desafío para algunos.

La motivación y la metodología flipped classroom

La motivación es un factor importante en el proceso de aprendizaje de los estudiantes, y la metodología flipped classroom puede ayudar a aumentar la motivación de los estudiantes al proporcionar una experiencia de aprendizaje más participativa y atractiva. En un estudio realizado por Chen, Wang, Kinshuk, y Chen (2017), se demostró que los estudiantes que participaron en una clase de flipped classroom mostraron una mayor motivación intrínseca que los estudiantes que participaron en una clase tradicional. La razón de esto puede deberse a que la metodología flipped classroom permite a los estudiantes ser más activos en su proceso de aprendizaje, lo que puede aumentar su interés y compromiso.

Además, el uso de la metodología flipped classroom puede contribuir al desarrollo de habilidades socioemocionales en los estudiantes. Según Vizcarra, Cortés y Gutiérrez (2020), esta metodología permite que los estudiantes aprendan a trabajar de manera autónoma, a colaborar con sus compañeros y a ser responsables de su propio aprendizaje, lo que fomenta su autoestima y confianza en sí mismos. Asimismo, el trabajo en grupo y la retroalimentación entre pares que se promueve en esta metodología puede ayudar a desarrollar habilidades sociales y emocionales como la empatía, la escucha activa y la comunicación efectiva.



Por otro lado, es importante mencionar que la metodología flipped classroom también puede generar ciertos desafíos en la salud emocional de los estudiantes si no se implementa adecuadamente. Por ejemplo, si el contenido de los videos o materiales de aprendizaje no son claros o no se ajustan al nivel de los estudiantes, puede generar frustración y ansiedad en ellos. Asimismo, si los estudiantes no tienen acceso a los recursos tecnológicos necesarios para participar en la metodología, puede generar desigualdades y exclusión en el aula.

De igual forma, algunos estudios también han encontrado que la metodología flipped classroom puede tener un impacto negativo en la motivación de los estudiantes. En un estudio realizado por Zainuddin y Perera (2016), se encontró que algunos estudiantes pueden sentirse abrumados por la cantidad de contenido que deben revisar antes de la clase, lo que puede disminuir su motivación y aumentar su ansiedad.

Esta metodología puede tener un impacto positivo en la motivación de los estudiantes al ofrecerles un mayor control sobre su propio aprendizaje y aumentar su sentido de responsabilidad y colaboración. Sin embargo, los educadores deben ser conscientes de que el modelo también puede tener un impacto negativo en la motivación de los estudiantes si se sienten abrumados por la cantidad de contenido o si no están preparados para asumir más responsabilidad en su aprendizaje.

Conclusiones

La metodología flipped classroom ofrece una oportunidad única para mejorar el proceso de enseñanza y aprendizaje en el aula. Sin embargo, es importante reconocer que la salud emocional de los estudiantes también es un aspecto fundamental en su desarrollo educativo. Los resultados de la investigación sugieren que la metodología flipped classroom puede tener un impacto



positivo en la salud emocional de los estudiantes al fomentar su participación activa en el proceso de aprendizaje y reducir los niveles de ansiedad y estrés.

Cómo señala un estudio realizado por Chen, Wang, Kinshuk, y Chen (2017), "el modelo flipped classroom no solo mejora el rendimiento académico, sino que también puede tener un impacto positivo en la salud emocional de los estudiantes, reduciendo la ansiedad y el estrés en el aula" (p. 201). Del mismo modo, un estudio de Bergmann y Sams (2012) señala que "los estudiantes que participan en la metodología flipped classroom están más motivados y comprometidos con el proceso de aprendizaje, lo que puede tener un impacto positivo en su bienestar emocional" (p. 45).

Es importante destacar que la implementación efectiva de la metodología flipped classroom requiere una atención cuidadosa a la salud emocional de los estudiantes. Los educadores deben asegurarse de que los estudiantes se sientan cómodos y seguros al participar en las actividades de aprendizaje y estar disponibles para proporcionar apoyo emocional cuando sea necesario.

En síntesis, la metodología flipped classroom tiene el potencial de mejorar la salud emocional de los estudiantes al promover un enfoque más activo y colaborativo del aprendizaje. Al implementar esta metodología de manera efectiva y segura, los educadores pueden ayudar a garantizar que los estudiantes estén bien equipados tanto para el éxito académico como para la vida en general. Sin embargo, es importante considerar y abordar los desafíos que pueden surgir en su implementación, como la exclusión tecnológica y la falta de claridad en el contenido de los materiales de aprendizaje. En este sentido, se deben tomar medidas para asegurar que todos los estudiantes tengan acceso a los recursos necesarios y para garantizar que la metodología se adapte al nivel y necesidades de cada estudiante.



Referencias bibliográficas

- Anderson, L.W. y Krathwohl (Eds.) (2001). *A Taxonomy for Learning. Teaching and Assesing: a Revision of Blooms Taxonomy Educational Objectives*. Longaman
- Bartolomé, A. (2004). Blended learning. Conceptos básicos. Píxel-bit. *Revista Medios y Educación*, 23 (2), p.p.7-20 <https://www.redalyc.org/pdf/175/17502302.pdf>
- Bergmann, J., & Sams, A. (2012). *Voltea tu clase: Llega a cada estudiante en cada clase todos los días*. Innovación educativa.
- Chen, Y., Wang, Y., Kinshuk, y Chen, N. S. (2017). ¿Es FLIP suficiente? ¿O deberíamos usar el modelo FLIPPED en su lugar? *Computers and Education*, 114, p.p. 108- 121 <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2014.07.004>
- Churches, A. (2008). *Bloom's digital taxonomy*. <https://edorigami.Wikispaces.com/file/view/bloom's+digital+taxonomy+v3.01.pdf>
- Fortanet, C., González, C., Mira, E. y López, R. J. (2013). Aprendizaje cooperativo y flipped classroom. Ensayos y resultados de la metodología docente. [Ponencia]XI Jornadas de Redes de Investigación en docencia universitaria, Alicante, Universidad de Alicante, España <http://hdl.handle.net/10045/43329>
- Gallegos, A. (1997). *La interacción social temprana y variada: Factor de desarrollo psicológico*. Cuadernos UCAB.
- Karsenti, T., y Bugmann, J. (2015). El aula invertida: Un nuevo modelo para la enseñanza universitaria. *Revista de Universidad y Sociedad del Conocimiento*, 12(2), p.p. 77-89. <http://revistas.uned.es/index.php/RUSC/article/view/17169/14504>
- Lazarus, R. S. y Folkman, S. (1984). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez Roca.



Pascarella, E. T. y Terenzini, P. T. (2005). *Cómo influyen las experiencias universitarias en el desarrollo de los estudiantes*. Narcea

Santiago, R. (2014). Actividades flipped classroom acordes con la taxonomía de bloom. <http://www.theflippedclassroom.es/actividades-fc-acordes-con-lataxonomia-de-bloom-digital/>

Strayer, J.F. (2017). *Designing instruction for flipped classrooms*. In C.M. Reigluth, B.J. Beatty, y R.D. Myers (Eds). *Instructional –desing theories and models: The learner-centered paradigm of education (Vol.IV)* New York: Routledge

Topping, K., & Ehly, S. (1998). *Peer-assisted learning*. Lawrence Erlbaum Associates.

Vizcarra, M. T., Cortés, M. V., y Gutiérrez, L. E. (2020). Flipped classroom: su impacto en el rendimiento académico y la formación socioemocional de estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana de Educación Superior*, 11(31), p.p. 29-47. <https://doi.org/10.22201/iisue.20072872e.2020.31.691>

Universidad de Guadalajara (2024). *Taxonomía de Bloom aparato cognitivo terminado en 1956* <http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx>

Zainuddin, Z., y Perera, C. J. (2016). Explorando el enfoque de aula invertida en contextos de educación superior: una revisión sistemática. *Internet y Educación Superior*, 28 (12), p.p. 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.iheduc.2015.10.002>

