

MEJORAMIENTO DE ALGUNOS ASPECTOS DE LA PERSONALIDAD DE LOS ALUMNOS TUTORADOS.

Lic. María Teresa Cruz Vieyra;mtcruzv@yahoo.com.mx

Nombre del archivo: cruzmariateresa_1

Resumen:

Esta investigación se realiza con el fin de apoyar a los maestros en su quehacer como tutores dando a conocer aspectos de la personalidad de los alumnos tutorados con la aplicación de algunas técnicas en donde se implementan estrategias para atender las problemáticas detectadas con respecto a la: Emotividad, Estabilidad Emocional, Tendencia al Orden, Intelecto y Asertividad. Es muy importante que estos aspectos sean atendidos por el maestro- tutor por considerarse relevantes en la formación profesional del alumno- tutorado, para su pleno desempeño en el ámbito profesional y para esto es necesario realizar un plan de acción para resolver tales problemáticas.

Dentro de la labor docente se han detectado algunas conductas de los alumnos en el salón de clase y en sus actividades extracurriculares, que no les ayudan en sus prácticas escolares, perjudican sus evaluaciones y sus actividades durante el transcurso del semestre, lo que trascenderá en su desempeño profesional.

Las problemáticas que se plantean, serán solucionadas con un plan de acción basado en la programación Neurolingüística, el Couching y la Mayéutica, las cuales nos mostrarán estrategias para hacer mejores estudiantes y por consiguiente mejores ciudadanos.

Estas actividades serán aplicadas para identificar los estados emocionales, que denoten el acercamiento entre el profesor y el alumno e identifiquen y faciliten la comunicación, construyendo una gran diversidad de actividades con interrelaciones conjuntas; los resultados esperados mejorarán algunos aspectos de la personalidad de nuestros alumnos- tutorados.

Análisis de la Temática.

En la primera parte de esta investigación se proporciona una descripción y las estrategias de la Programación Neurolingüística, para posteriormente describir las técnicas y su posible aplicación del Couching y la Mayéutica.

Posteriormente se aplican los métodos propuestos para la elaboración del plan de acción tutorial y se presentan algunas propuestas para el mejoramiento de aptitudes y actitudes del alumno..

ACCIÓN TUTORIAL MEDIANTE PNL

Fundamentos teóricos de la PNL (Programación Neurolingüística)

Programación es la aptitud para producir y aplicar programas de comportamiento; Neuro es la percepción sensorial que determina nuestro estado emocional subjetivo y Lingüístico es el medio de comunicación humano, tanto verbal como no verbal.

La PNL surge gracias a las investigaciones en donde a través de este sistema, se logran resultados eficaces como: la auto- motivación, la pérdida de los miedos, la adquisición de la confianza en uno mismo, las relaciones interpersonales armónicas, abandonar los malos hábitos o vicios, y hasta curar algunas enfermedades. Bandler y Grinder. (Los creadores de la PNL), afirman que un terapeuta, puede lograr resultados eficaces en sus pacientes con sólo uno o dos ejercicios. Este programa, logra resultados exitosos en poco tiempo ya que con otros sistemas psicoterapéuticos como el psicoanálisis se obtienen después de varios años de tratamiento.

La PNL parte de los fundamentos de la teoría Constructivista, la que define la realidad como una invención y no como un descubrimiento.

Es un constructo psíquico de Grinder y Bandler basados en el hecho de que el ser humano no opera directamente sobre el mundo real en que vive, sino que lo hace a través de mapas, representaciones y modelos, los cuales genera y guían su

conducta. Esto es debido a que el ser humano al transmitir su visión del mundo tiene ciertas limitaciones, las cuales se derivan de las condiciones neurológicas del mismo, de la situación social en que vive y de sus características personales (Cudicio, 1992); estas restricciones a su vez determinan que el lenguaje esté también sometido a ciertos procesos que limitan su modelo.

La PNL, es considerada una herramienta idónea para vivir en libertad, es un instrumento adecuado para transformar las situaciones vitales que marcaron nuestra identidad durante la infancia o la adolescencia, para reescribir la historia de nuestra vida, revivir de manera consciente los episodios de nuestra existencia, revivir una situación traumática nos permite obtener conclusiones diversas para ser trabajadas a través de la herramienta de la PNL y de esta manera cambiar la vida futura.

Uno de los recursos más importantes para la PNL es la relajación, en donde se desarrollan una serie de técnicas que están basada en tres parámetros fundamentales.

- La distensión muscular (Relajación física)
- La ampliación de la conciencia (Relajación fisiológica y física)
- La liberación del espíritu (Relajación fisiológica)

Aquí se involucra la congruencia, la cual se dice que existe cuando hay pensamiento, sentimiento y acción coordinados. El primer paso al utilizar la PNL es agudizar la percepción para evitar las interpretaciones erróneas; esto se lleva a cabo a través de la visualización, la agudeza auditiva y la kinestésica (Tabla 1.1)

Tabla 1.1. Proceso de percepción

Visual	Auditivo	Kinestésico
Ver	Escuchar	Sentir

A primera vista	Si oí bien	Sentido común
Evidentemente	Prestar atención	Los pies en la tierra
Visiblemente	Con el oído alerta	Calor
Claro	Hacer el sordo	Tibieza
Luminoso	Hacer eco	Frialdad
Esclarecer	Campanada	El corazón en la mano
Aclarar	Estar a tono	Tomar a pecho
Objetivo	Jugar con toda la gama	Contacto
Perspectiva	Grito agudo	Es como para comérselo
Ilustrar	Aullar	Huele a...
Pintoresco	Hablar, decir	Pesado
Brumoso	Sonar falso, verdadero	Liviano
Lúcido	Oír	Choque
Clarividente	Oír voces	Asir
Lugar común	Armonía	Tener olfato
Ilusión	Orquesta	Experimentar
Espejismo	Nota falsa	resentir
Ver la vida color de rosa		

<http://www.monografias.com/trabajos10/neuro/neuro.shtml>

La percepción sensorial se convierte pues, en el punto de partida de esta herramienta de trabajo, percibir correctamente los procesos interiores es sumamente importante cuando debemos tratar con otras personas.

Estrategias de solución.

Las estrategias para la elaboración de un plan pueden estar basadas en los siguientes recursos de la PNL. (Sambrano, PNL, 2009)

Calibración: Es conocer en forma precisa, el estado mental de las personas, ya que a través del desarrollo y optimización de la calibración se logra la excelencia y la maestría de la comunicación. Consiste en tratar de hacer consciente algo que normalmente hacemos en forma inconsciente.

Modelaje: Es una técnica que consiste en estudiar los cuatro ejes fundamentales sobre los que se basa la conducta humana: El comportamiento que es observable, las estrategias, los sistemas de creencias y las características del lenguaje. A lo largo de nuestra vida tenemos diferentes modelos por medio de los cuales aprendemos ciertas competencias.

Sincronización: Es el procedimiento mediante el cual se puede producir una vinculación profunda entre los niveles conscientes e inconscientes de un interlocutor; la calidad del proceso de comunicación depende básicamente, de factores inconscientes y muchas veces, las palabras no son suficientes para darle riqueza y precisión a dicho proceso. Los Tipos de sincronización son de acuerdo a su carácter, verbal, giros idiomáticos y palabras clave, no verbal, gestos, vocal, de acuerdo a su modo, directa, cruzada.

Deslizamiento psicológico: es una herramienta que se puede usar para dar fin a una discusión o para sacar a una persona que se halla anclada en una sola alternativa ante un situación, es una forma sofisticada y sutil de permitirle a las personas que experimenten las situaciones desde otro ángulo. Lógicamente, esta técnica se debe usar después de haber entablado una adecuada empatía con el interlocutor y ya que el alumno tenga confianza.

Relación entre el funcionamiento del cerebro y la PNL en la docencia.

Los avances de la neurociencia, actualmente han afectado el ámbito educativo para contribuir al desarrollo de la eficacia humana de los alumnos y de los docentes, como participantes activos del proceso enseñanza-aprendizaje se dispone de medios diferentes y complementarios para procesar información,

denominados hemisferios cerebrales los que generaran un impacto que induce a crear estrategias educativas significativas en este proceso.

La educación es manejada por el hemisferio cerebral izquierdo, de donde parten los procesos analíticos secuenciales, lógicos y lineales, afortunadamente existe el hemisferio cerebral derecho, que proporciona el equilibrio para lograr una mayor percepción del mundo ante las experiencias significativas de cada sujeto; el uso de todo el cerebro en situaciones de aprendizaje, implica un cambio de paradigmas y un modelo a seguir. (Carpio, 1996)

El Cerebro Reptil: En él se ubica la inteligencia básica, se poseen comportamientos y conductas que se adquieren en la niñez y se repiten en la vida adulta, su uso proporciona la formación de hábitos mediante una acción repetitiva, hasta organizarse y estructurarse como "rutinas". En el campo educativo están involucradas las rutinas, valores, movimientos, espacio, territorio, condicionamiento, entre otras.

El Cerebro Neo-Cortex: Está formado por el hemisferio izquierdo y el hemisferio derecho, unido por un cuerpo calloso con procesos mentales cada uno, lo que implica en el campo educativo los procesos cognitivos, se va de las partes al todo. Surgen los para qué, lo cómo y los por qué, las causas y los efectos.

El cerebro límbico: Procesa las emociones y los sentimientos. Constituye el sentir, la manifestación de las emociones humanas, de los afectos..

La Influencia de la PNL en el proceso de Enseñanza-Aprendizaje.

La PNL propuso el mejoramiento de la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje, por medio de la comunicación eficaz que debe tener el binomio docente- alumno y que le permitan a este último generar estados mentales estimulantes para el logro de los objetivos. La flexibilidad que tenga el docente permitirá que la comunicación pueda llegar con más fluidez a los alumnos, el docente puede aprender a no juzgar ni valorar negativamente, con la persuasión y

retroalimentación que se le haga al alumno, así las relaciones interpersonales serán más fluidas y el proceso de enseñanza-aprendizaje más eficiente.

Las metáforas.- Entre las cuales se incluyen relatos, analogías, palabras, ejemplos personales y chistes, dan vida al proceso de enseñanza-aprendizaje.

El Rapport-Acompasar.- Es la sintonía, armonía, concordancia, con respecto a la relación interpersonal entre individuos. Al existir Rapport la comunicación fluye.

Anclaje.- Proceso mediante el cual, un estímulo externo se asocia con una conducta que se desea adquirir, es asociar, por lo que se puede aprender a juntar conductas de excelencia por medio de señales como las palabras, gestos, sonidos.

Re encuadre.- modifica el marco de referencia, según la experiencia de vida que se tenga; aprende a ubicar el marco posible de referencia a través del recuerdo y la imaginación, con la intención de cambiar el significado de ese marco y en consecuencia se cambie el estado emocional, las respuestas y las conductas de las personas dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje. Se puede aplicar la técnica del re encuadre concientizando al alumno quien tiene todos los recursos para cambiar de actitud en una actividad determinada, en la que presente dificultades.

ACCIÓN TUTORIAL MEDIANTE COUCHING Y MAYÉUTICA.

Otras formas de ayudar al tutorado en las problemáticas anteriormente mencionadas es por medio del Coaching y la Mayéutica.

Coaching: En nuestra vida personal o en nuestra actividad laboral en ocasiones se encuentra uno con obstáculos invisibles, impedimentos que imposibilitan avanzar, situaciones que se tornan conflictivas y no se entiende el por qué no se logran resolver. A este fenómeno, que expresa los límites que tenemos los seres humanos en nuestra capacidad de acción y aprendizaje, Echeverría lo denomina

“el principio del carácter no lineal del comportamiento humano”. Y sostiene que “los seres humanos no pueden incrementar lineal e indefinidamente su capacidad de acción”. Tanto en su capacidad de acción, como en la específica de aprendizaje encuentran límites, se enfrentan con obstáculos que les impiden alcanzar determinados resultados”.

La figura que emerge como la más idónea e indicada para asistir estos procesos de aprendizaje y cambio, es la del “**coach**”.

El coach es una persona entrenada para detectar estas áreas de dificultad, estas “barreras invisibles” que traban el crecimiento o dificultan el desempeño.

El coaching es un proceso sistemático que facilita el aprendizaje y promueve cambios cognitivos, emocionales y conductuales que expanden la capacidad de acción en función del logro de las metas propuestas, potencia el liderazgo, facilita el desempeño y acompaña procesos de capacitación y entrenamiento ; está enfocado en “ayudar a aprender”, que es un proceso diferente al enseñar.

Su misión es hacer que cada persona alcance sus propias comprensiones; posee una gran semejanza con el concepto de la Mayéutica acuñado por Sócrates, quien afirmaba que “no existe el enseñar, sólo existe el aprender”, por lo que ayudaba a sus discípulos a través de sus preguntas a que encontraran sus propias respuestas y soluciones a los problemas planteados.

Según Virginia Satir: “Nadie puede convencer a otro de que cambie. Cada uno de nosotros custodia una puerta del cambio que sólo puede abrirse desde adentro. No podemos abrir la puerta de otro, ni con argumentos ni con apelaciones emocionales”.

Coaching es conducir, llevar sutilmente a quien lo necesita a encontrar su propia vía y sus propias respuestas. El coach es un conductor, un entrenador, un mapa con las señales adecuadas.

Mayéutica: Sócrates uno de los filósofos más celebres de la antigüedad y de todos los tiempos, decía haber heredado el oficio de su madre, que era partera. El se consideraba “partero de ideas”, porque ayudaba a los jóvenes que oían sus enseñanzas a descubrir en sí mismos la verdad de las cuestiones que acudían a plantearle.

El método empleado por Sócrates era el de la **mayéutica** o pregunta dirigida, con el que lograba que el discípulo encontrara su propia respuesta, la cual nunca recibía directamente de Sócrates sino que llegaba a ella como resultado de la investigación conjunta de maestro y discípulo, o grupo de discípulos. Los problemas sobre los que dialogaba podían ser planteados por cualquiera de los participantes, o por el mismo. El diálogo socrático se desarrollaba así:

Discípulo: Sócrates, ¿qué es la virtud?

Sócrates: ¿Qué crees tú que es la virtud?

D (tras algún titubeo): Creo que la virtud... es obrar bien.

S: Ciertamente. Pero, ¿dirías tú que un hombre que obra bien por azar es virtuoso?

D: No, no diría tal cosa. Parece que, para ser virtuoso es necesario obrar bien con conciencia de ello.

S: Sin embargo, un hombre que obrara bien de manera plenamente consciente, tan sólo porque se lo ordena la ley, ¿es virtuoso?

D: Sin duda que no. Al contrario, puede, ser un rufián.

S: ¿Qué dirías tú que es la virtud, entonces?

D (después de pensarlo un poco): Creo, que la virtud consiste en obrar bien por el deseo sincero de hacerlo así, para lo cual no hace falta que la ley lo obligue a uno.

S: Has dicho bien.

Sócrates no se limita a hacer preguntas, ni las formulaba al azar, decía que quien se interesaba por un problema conocía algo de él. Alguna idea del concepto, por vaga que sea debe tener. Sócrates explora cuál es esa idea, que será el punto de partida de su mayéutica, en el proceso, aprueba la respuesta del alumno cuando es correcta, pero le hace ver si es incompleta o errónea mediante contraejemplos que le hagan razonar adecuadamente. A través de un diálogo en aparente igualdad de condiciones, es Sócrates quien realmente dirige el proceso. El discípulo ignora cuál será el resultado, pero Sócrates sabe muy bien a dónde quiere llegar. Él conoce las respuestas, y guía la indagación del alumno al objetivo previsto.

APLICACIÓN DE LOS METODOS ANTERIORES.

Se hace una evaluación con dos test uno de personalidad y otro de los hábitos de estudio que tiene el estudiante (H.E.M.A. Anexo "A") para saber en dónde radica la mayor problemática y qué nos ayudara a resolverla.

En base a las deficiencias detectadas se elabora un plan de acción que pretende solucionar este tipo de problemáticas en futuros alumnos tutorados y que sirva de guía para los profesores tutores.

Plan de acción podrá mejorar la emotividad, estabilidad emocional, tendencia al orden, intelecto y asertividad de los alumnos tutorados.

El profesor tutor recibirá estas herramientas en un curso de capacitación con el fin de que aprenda a reconocer los tipos de aprendizaje y a explotar al máximo sus aportaciones manejando la PNL. Dentro del mismo curso se buscará que el maestro intente manejar mayéuticamente a los alumnos, darles las opciones para que sepan cuestionar a sus alumnos y les otorguen la oportunidad de la auto-evaluación y el auto-conocimiento que conforman la base de la autoestima y la madurez emocional

Consideramos que con la aplicación de cualquiera de estos métodos el alumno vera resultados favorables en su quehacer académico, es importante tener

comunicación continua, hacer mesas redondas en donde todos y cada uno de ellos vaya informando de sus problemáticas para guiarlo e irlo induciendo hacia resultados plenos.

Se les dará la suficiente confianza para que se expresen y en esa forma el tutor tenga más oportunidad de ayudarlo realizando una serie de actividades como son: lecturas de textos por medio de los cuales posteriormente se pueda conversar con el tutorado acerca de ellos y la solución a los problemas ahí enfocados, juntarlo con sus pares para que él mismo encuentre la solución esperada, responsabilizarlo de una serie de actividades dentro del salón de clase e indicarle tiempos de reportes de las mismas.

Los test aplicados sirvieron para saber en qué rasgos de la personalidad los alumnos presentaban mayores deficiencias, se recomienda una serie de actividades sistemáticas y ordenadas, que serán supervisadas y evaluadas por el tutor.

Con respecto a la emotividad y estabilidad emocional, se atenderá al alumno con terapias individuales y grupales, lo observaremos en las actividades que realiza, se les impartirán pláticas de autoestima para fortalecer su carácter y madurar su personalidad; esto propiciará seguridad en la toma de decisiones, además de entereza y aprendizaje ante las frustraciones.

Nuestras estrategias a seguir contienen los elementos suficientes para poder brindarles las herramientas necesarias para actuar ante la vida erradicando aquellos problemas que en la mayoría de los casos son carencias desde la infancia y están insertadas en el ámbito familiar.

Referencias bibliográficas:

Echeverría, Rafael, (2003) **Sobre el coaching ontológico**, Editorial Newfield Consulting.

Luecke, Richard, (2005) **Coaching y Mentoring**, Editorial Deusto, Barcelona, España.

BANDLER, R. y Grinder, J. (1982). **De sapos a príncipes**. Editorial Cuatro Vientos , Santiago de Chile.

BANDLER; R y Grinder, J. (1980). **La estructura de la magia**. Editorial Cuatro Vientos. Santiago de Chile.

GONZÁLEZ, L. (1996). P.N.L. **Comunicación y Diálogo**. Editorial Trillas.

CUDICIO, C. (1992). **Cómo Comprender la PNL Introducción a la Programación Neurolingüística**. Ediciones GARNICA, Madrid, España.

RIBEIRO, L. (1995). **La Comunicación Eficaz**, Ediciones URANO, Venezuela

FLORES Mirta Margarita y Rolando Díaz, (2002) **Asertividad** Grupo editorial Miguel Ángel Porrúa, México

BRANDEN Nathaniel, **Los seis pilares de la autoestima**, Ediciones Pailos, Argentina

Goleman Daniel, (2007), **La inteligencia emocional** Ediciones ZETA, México

Palladino Connie (1998) **Autoestima para estudiantes** Edición Iberoamérica, México.