

EL DESARROLLO DEL PENSAMIENTO CIENTIFICO EN JOVENES QUE
INICIAN LA UNIVERSIDAD BAJO LA CONDICION DE MECANISMOS DE
EXCEPCION: CINCO ALTERNATIVAS PARA LOGRARLO

Autores:

Amparo Garcia Antivar

Sandra Figueredo Serpa

Jimena Manchola Mahecha

Gloria Marcela parra Barragán

Asesora:

Esther Susana Martínez
Universidad de la Sabana

Tabla de Contenidos

Abstract, 6
Marco Teórico, 7
Evolución Histórica de la Educación en Colombia, 7
Pensamiento en el Niño y en el Adolescente, 19
Pensamiento Concreto, 25
Pensamiento Formal, 27
La Afectividad En El Adolescente, 29
El Pensamiento En El Adolescente, 32
La Creatividad, 37
Inteligencia Lingüística, 41
Inteligencia Emocional, 45
Concepto De Salud, 49
Psicología De La Salud, 51
Estilos De Vida Saludables, 52
La Situación De La Salud, 55
Hábitos De Estudio, 58
Formas De Hábitos, 59
Salud Y Estudio, 60
Objetivos, 65
Problema, 65
Hipótesis, 66
Variables, 67
Método, 67
Tipo de Investigación, 67
Instrumento, 67
Participantes, 68
Procedimiento, 68
Resultados, 69
Discusión, 77
Conclusiones, 81

Referencias, 81

Apéndices, 86

Índice de Apéndices

Apéndice A: Programa

Apéndice A1: "Empuje la Vaquita"

Apéndice A2: Texto: "Solicitud Gerente de Ventas"

Apéndice A3: Foto en Acetato de Mujer

Apéndice A4: Cuestionario "Yo Soy"

Apéndice A5: Línea de la Vida

Apéndice A6: Argumentar

Apéndice A7: Situación "Señoras de Color"

Apéndice A8: Texto: "control de la Atención"

Apéndice A9: Cuestionario de Hábitos de Aprendizaje

Apéndice B: Instrumento

Apéndice B1: Inteligencia Intrapersonal

Apéndice B2: Inteligencia Interpersonal

Apéndice B3: Inteligencia Lingüística

Apéndice B4: Lógica y Creatividad

Apéndice B5: Hábitos de Estudio

Apéndice B6: Estilos de Vida Saludables

Apéndice C: Carta de Evaluación Instrumento

Índice de Tablas y Graficas

Figura 1, Promedios al pretest y postest del programa aplicado a los estudiantes bajo mecanismos de excepción.

Figura 2, Porcentajes por evaluación del incremento al postest del programa aplicado a los estudiantes bajo mecanismos de excepción.

Tabla 1, Valores utilizados según respuesta

Tabla 2, Porcentajes según datos obtenidos en pretest

Tabla 3, Porcentajes según datos obtenidos en postest

Tabla 4, Porcentajes obtenidos por evaluación con relación al total de la muestra en pretest

Tabla 5, Porcentajes de ítems por evaluación del total de la muestra en postest

Tabla 6, Resultados finales con medidas estadísticas

Tabla 7, Relación evaluación pretest frente a postest en porcentajes

Abstract

Esta investigación pretendió diseñar y aplicar un programa que contribuya al desarrollo del pensamiento científico en jóvenes que inician la universidad bajo la condición de mecanismos de excepción, por medio de cinco alternativas: inteligencia intrapersonal e interpersonal, inteligencia lingüística, lógica y creatividad, hábitos de estudio y estilos de vida saludables. Se trabajó con 30 estudiantes que ingresaron bajo esta condición entre los años del 2000 y 2002, aplicando pretest y postest por medio de seis instrumentos previamente validados mediante jueces. Los resultados entre pretest y postest hallaron una $t=-4.64$ en la comparación; siendo esta significativa a un $\alpha= 0,05$ a favor del postest demostrando que en los estudiantes hubo aprendizaje significativo en cada una de las áreas después del programa.

El Desarrollo del Pensamiento Científico en Jóvenes que Inician la Universidad Bajo la Condición de Mecanismos de Excepción: Cinco Alternativas para Lograrlo

Se ha observado durante los últimos años que el desempeño intelectual de los estudiantes ha disminuido, ante esto, estudios realizados demuestran que las dificultades observadas aumentan conforme se alcanzan niveles más avanzados de escolaridad, se vuelven apremiantes en la universidad y a demás están presentes en el desempeño de las personas en su vida profesional y familiar. Es evidente que muchas de estas dificultades tienen relación con la carencia de habilidades para procesar información, la forma de expresarla, de construirla y sintetizarla, las relaciones interpersonales, el conocimiento de sí mismo y el manejo de emociones.

Ante este problema se buscan algunas posibilidades que permitan contribuir y corregir dichas situaciones, no solo desde el aspecto individual, también desde el papel que las instituciones educativas ejercen sobre los estudiantes; por esta razón es necesario realizar una revisión histórica acerca de la evolución que la educación ha vivido para poder determinar que influencia esta ejerciendo sobre la problemática anteriormente planteada.

Evolución Histórica de la Educación en Colombia

En Colombia se inicia la educación con los burócratas, los clérigos y sus discípulos quienes conformaron los primeros núcleos intelectuales portadores del saber difundido por la cultura española en América. La educación tuvo fundamentalmente una función de legitimación ideológica de la sociedad granadina y sus privilegios de casta.

Durante las primeras décadas del siglo XIX la situación de la educación dejó mucho que desear, pues todas las energías fueron orientadas hacia la solución de los múltiples problemas internos. Las universidades sucumbieron, los colegios fueron clausurados y apenas se puede hablar de escuelas públicas.

En 1.826 se inició un proceso de reformas en el que los gobernantes trataron de construir las bases de la educación nacional. La educación en el año de 1.887 se dividió en primaria, secundaria y profesional. A comienzos del siglo XX emergieron nuevas

corrientes pedagógicas, que bajo el nombre de Escuela Nueva o Activa, trataron de dar respuesta a las inquietudes relacionadas con la formación de un tipo de hombre que se adecuara al ideal de la nueva sociedad, marcada ahora por el crecimiento industrial y el desarrollo capitalista.

En 1.917 se llevó a cabo el primer Congreso Pedagógico Nacional, según lo contemplado por la ley 62 de 1.916, éste evento giró más entorno a los aspectos normativos de la educación que en relación con las nuevas concepciones pedagógicas. En 1.927 el Ministerio de Instrucción se llamaría de ahí en adelante Ministerio de Educación, a través del cual el Estado trató de imprimir a la educación una dirección oficial por medio de discurso pedagógico desligado del aspecto religioso.

En junio de 1.934 se celebró la Conferencia Nacional del Magisterio, este evento tuvo por objeto estudiar el problema de la educación en Colombia; para solucionar éste problema se proclamó la defensa de la escuela primaria gratuita obligatoria. Las condiciones profesionales del magisterio permitieron establecer en ese momento los escalafones nacionales que posibilitaron la clasificación para el ejercicio profesional con base en los estudios y experiencias pedagógicas (el de la primaria se creó en 1.936 y el de la secundaria en 1.945).

Posteriormente la calidad del cuerpo docente constituía una de las principales fallas en todos los niveles de enseñanza, pero en especial en el de la educación primaria. En 1.954 cerca del 65% de los maestros de este nivel ejercían sin título. Dentro del proceso de “re Cristianización”, las escuelas normales se reestructuraron y parte del personal que ejercía la enseñanza fue reemplazado.

A fines de los años sesenta se crearon los institutos de enseñanza media diversificada, las modalidades ofrecidas eran formación industrial, comercial, académica, promoción social y agropecuaria. Existe un interés desde la década del 60 por conocer y ampliar el desarrollo del pensamiento en los estudiantes; con el objetivo principal de fortalecer las estructuras que favorecen el desenvolvimiento intelectual de los mismos.

Con el propósito de mejorar la calidad de la educación en Colombia se expidió en 1.976 el decreto 088 que organizó el sistema educativo en cuatro niveles: educación pre-

escolar, educación básica primaria y secundaria, educación media e intermedia y educación superior.

En el año de 1.993 se expide la ley 115, promulgada de la constitución de 1.991, la cual es denominada Ley General de Educación cuyo objetivo es propiciar una amplia deliberación ciudadana acerca de la educación y estimular los procesos de concertación entre el estado y la sociedad civil, entorno a un proyecto educativo y científico para el país, como lo afirma el siguiente texto: “La sociedad es responsable de la educación con la familia y el estado” (Art. 8, Ley General de Educación).

Por otra parte la ley 115 de 1.993 señala el compromiso de los miembros de las comunidades educativas para elaborar participativamente el sentido de su actividad y las formas de coordinación de sus acciones con el fin de promover el desarrollo de las personas en el ámbito del respeto por los derechos ciudadanos fundamentales y el respeto por las diferencias.

Por la causa anterior la Ley General de Educación solicitó la elaboración del Proyecto Educativo Institucional “PEI”. Su objetivo es emprender acciones eficaces y congruentes con la realidad educativa, expresadas según las necesidades, valores y filosofías de las instituciones. Según esto, el PEI emerge como una nueva posición frente al proceso educativo, con efectos positivos en la vida escolar en la medida en que cada estamento de la comunidad participa en su formulación y desarrollo.

Al observar el recorrido que han tenido las reformas educativas a lo largo del tiempo se puede reafirmar que al hacer la distinción en los cuatro niveles se está teniendo en cuenta la capacidad de desarrollo de las estructuras mentales de los individuos así como la estructuración del sistema educativo para que sea acorde con una sociedad dinámica en su desarrollo.

De igual forma tanto al estado como a la sociedad en sí le compete la formación de profesionales cada vez más integrales y por esto hay organizaciones que no se apartan del mismo objetivo como lo es el Cinde quien ha venido trabajando en el desarrollo de habilidades intelectuales con los padres de familia y con los niños, ya que para ellos el colegio tiene una gran responsabilidad en la tarea de construcción del pensamiento, y aún mejor sí es desde temprana edad como lo afirma Marta Arango directora del Cinde, en la entrevista que dio a la revista el educador en 1998. Por esto se considera necesario

que en las escuelas se desarrollen actividades de enseñanza dinámicas y específicamente dirigidas a lograr el desarrollo de habilidades de razonamiento crítico, de aprender a aprehender y de creatividad.

Pero no toda la responsabilidad es de las instituciones, sino de la interacción positiva entre la escuela y la familia; ya que las expectativas que se tienen frente a los hijos y su propia habilidad de pensar también influyen en su desempeño. Poseer ciertas creencias sobre el pensar también pueden afectar a la habilidad que la persona tenga para pensar, ya sea para bien o para mal; por ejemplo cambiar de idea es tomado como un signo de debilidad, tomar una decisión rápida es un signo de fuerza o de sabiduría y creer que el estar abierto a las alternativas conduce a la confusión.

La motivación para pensar bien debe surgir de los objetivos que una persona desea alcanzar, de acuerdo a su contexto y a las múltiples variables personales, además que la sociedad, por su misma necesidad alientan el reto intelectual, el pensamiento racional es el que valora el cuestionamiento, la indagación y la satisfacción de la curiosidad. Barón (1988) arguye que los estudiantes tienen que querer tomar buenas decisiones.

Un ejemplo claro de lo anterior lo ha puesto el Cinde al hacer énfasis en estimular tanto a los padres como a los maestros para crear en la escuela y en el hogar ambientes de aprendizaje adecuados para el sano desarrollo social, intelectual y efectivo de los niños, utilizando el juego y la interacción como estrategias básicas para el aprendizaje. Los juegos están diseñados para diferentes áreas como pensar inductiva y deductivamente, clasificar, seriar, ampliar, crear diseños y patrones; formular hipótesis, pensar en términos de probabilidad, desarrollar la flexibilidad mental, el pensamiento divergente y la creatividad, usar alternativas, entender el punto de vista del otro, mejorar la memoria, la concentración y organizar la información.

Esto generará un repertorio más amplio de estrategias de aprendizaje y pensamiento lógico que se reflejara en el gusto por aprender, en mejor rendimiento y en mayor permanencia en el sistema educativo.

Tener un método claro que facilite tanto en casa como en la escuela la adquisición de habilidades es una herramienta indispensable a la hora de fortalecer el desarrollo del pensamiento. Un método es el camino adecuado para llegar a un fin propuesto, ya que

es fundamental para desarrollar unas adecuadas relaciones intelectuales (Garavito, 1995).

Existe el método por comprensión que es el que favorece la excelencia académica ya que genera pensamiento científico, profesionales creativos e innovadores, pensamiento reflexivo, analítico, racionalizado, investigativo, produce conocimiento y crea expectativas; ya que las herramientas que utiliza se basan en pasos como: una visión general del contenido al cual se refiere, a la exploración general del texto (autor, título, prólogo, últimos párrafos y conclusiones) y la formulación de pregunta a través del recorrido que se hace por la información; esta estrategia genera capacidad crítica y ayuda a profundizar en diferentes conocimientos, llegando al fin propuesto y desarrollando relaciones intelectuales. Las lecturas requeridas se realizan con una manera bastante rápida del contenido, luego una detallada para observar y realizar esquemas captando ideas principales y detalles de importancia, seguidas de un resumen que hará comprender y dominar el tema, para finalizar el repaso y la aplicación se hará en forma personal. Todo esto favorece la excelencia académica que tanto se espera en las instituciones educativas.

A pesar del aparente fracaso de la educación formal para hacer que la gente sea capaz de solucionar problemas prácticos, el que los estudiantes piensen adecuadamente se considera una de las características claves de la educación. Según Dewey (1983) en su libro *como pensamos*, argumenta que el objetivo de la educación es enseñar a los niños a pensar reflexiva y críticamente. La gente que desea enseñar a pensar se cuestionan si deberían enseñarse maneras apropiadas de pensar en un dominio particular junto con la materia relevante.

Estos programas de enseñanza no se han de considerar como intentos de mejorar la inteligencia, aunque a veces lo son. De hecho, el diseño y el uso de estos programas no requiere ningún presupuesto sobre la modificabilidad de la inteligencia. Incluso si esta no es modificable, el entrenamiento podría mejorar la actuación en algunas tareas intelectualmente exigentes, ayudando a la gente a utilizar la inteligencia que posee de manera más eficaz. Las preguntas sobre la naturaleza de la inteligencia, que es y si es modificable no son directamente relevantes para la cuestión de si se puede enseñar a

pensar. La pregunta esencial es si se puede enseñar a pensar de manera más crítica y creativa a las personas.

Nickerson (1985) y otros identifican cinco enfoques sobre la enseñanza de habilidades de pensamiento sin considerarlos excluyentes: enfoque de operaciones cognitivas que intenta identificar desde lo cognitivo las habilidades componenciáles que contribuyan al pensamiento y entrenar a la gente en su uso, el enfoque de orientación heurística que subraya los métodos generales de solución de problemas descritos por expertos en solución de problemas, el enfoque de pensamiento formal el cual afirma que las personas necesitan entrenamiento en pensamiento operacional formal, el enfoque de facilidad simbólica se centra en habilidades de manipulación de símbolos y el enfoque de pensamiento sobre pensamiento que intenta mejorar el pensamiento haciendo que la gente piense sobre la naturaleza de éste.

Los enfoques basados en operaciones cognitivas para enseñar a pensar ponen énfasis en procesos simples como comparar y clasificar en el presupuesto de que son básicos en algún sentido. Los enfoques de orientación heurística pretenden enseñar heurísticos específicos, estratégicas y técnicas de solución de problemas.

Se basan también en un influyente análisis teórico de la solución de problemas y conciben la habilidad de pensamiento como una cuestión de saber como. Se pretende enseñar a los estudiantes como fragmentar una tarea compleja en pasos pequeños que son capaces de realizar fácilmente.

El enriquecimiento instrumental de Reuven Feurestein o de pensamiento formal intenta compensar esta deficiencia de experiencias mediadas de aprendizaje haciendo que los niños trabajen con adultos para solucionar problemas. Se les enseña a pensar sobre si mismos como personas que producen soluciones a problemas, no como aprendices pasivos de métodos de solución de problemas. El énfasis se coloca sobre los hábitos de metaaprendizaje y en aprender a aprender.

El programa Odisea llamado originalmente proyecto inteligencia pretendía desarrollar habilidades de razonamiento y pensamiento creativo a través del diálogo y el descubrimiento, dando mas énfasis en enseñar algunas estrategias de resolución de problemas que podrían describirse como heurísticos situacionales como resolución de problemas, toma de decisiones, el razonamiento verbal y el pensamiento creativo.

El programa CORT de Bono (1983) es más conocido por su concepto de pensamiento lateral, hace énfasis al pensamiento inventivo, creativo o divergente; según el autor pensar es una habilidad de percepción de patrones la cual puede mejorarse con diversas herramientas usadas hábilmente facilitando así la transferencia de aprendizaje.

Las herramientas se dividen en seis grupos que son: la amplitud de pensamiento sobre un problema con un énfasis particular en las maneras de pensar acerca de una situación, organización o habilidad de centrar la atención en un problema, la interacción como la adecuación entre la evidencia y los argumentos en particular cuando dos o más personas pueden tener diferentes perspectivas sobre un tema, la creatividad, la generación y la evaluación de ideas, la información y el sentimiento o factores efectivos en el pensamiento y la acción para abordar los problemas.

Todo esto sugiere que los estudiantes examinen concienzudamente las ideas buscando sus puntos buenos y malos o interesantes en lugar de aceptarlas o rechazarlas inmediatamente. También sugiere que las personas generen ideas sobre como resolver los problemas y que adopten un enfoque más equilibrado de los problemas individuales. Cuando se cree que las habilidades pueden enseñarse se precisa mas investigación para determinar el método más efectivo y la forma en que debería planearse para las poblaciones objetivo.

El método más investigado para intentar hacer a la gente más creativa es la tormenta de ideas la cual presupone que existe un problema razonablemente bien definido que se tiene que resolver y trata de fomentar la producción de posibles soluciones a ese problema. La tormenta fomenta que se relacionen las ideas que surgen, la sinéctica incita a sus usuarios a yuxtaponer elementos aparentemente no conectados del dominio del problema utilizando analogías y metáforas.

Enseñar a la gente como pensar se ha considerado un objetivo educativo importante. Sin embargo existe un debate en gran parte no resuelto sobre si pueden enseñarse las habilidades de pensamiento o si el pensamiento puede enseñarse junto con materias particulares.

Un problema importante de enseñar a pensar es que la transferencia de habilidades tanto a otros dominios como fuera del aula es a menudo limitada. Muchos programas como los mencionados anteriormente han intentado enseñar habilidades de pensamiento

sistemáticamente y a menudo comercialmente. El programa de enriquecimiento instrumental trata de enseñar las operaciones cognitivas simples que requiere un buen pensamiento. Existen algunas evidencias del éxito del programa, particularmente con estudiantes de habilidad inicial más baja. Sin embargo, cómo funciona, o si el análisis que hace el pensamiento es correcto, son preguntas que su éxito práctico no logra responder.

Es fundamental que el alumno de estudios superiores tenga interés por ampliar su formación cultural. Principalmente para ello debe ser una persona abierta a los estímulos del mundo que lo rodea y convencido de la necesidad de formarse básicamente en diversas áreas. El apego a la lectura y la capacidad de expresar ideas propias o ajenas por escrito, son dos cualidades esenciales que se espera encontrar en el alumno que ingresa a la educación superior. La tolerancia y el conocimiento diversificado de los distintos aspectos de nuestras vidas serán decisivos para el posterior ejercicio profesional.

Las nuevas exigencias competitivas de la sociedad basadas en el conocimiento requiere de instituciones educativas que sean capaces de organizar espacios sociales de aprendizaje y de investigación en lo científico, tecnológico y educativo. La construcción de ambientes favorables para el desarrollo de competencias laborales, buscan reforzar las sinergias entre el aparato productivo, las universidades, los centros de investigación, los institutos tecnológicos y la oferta doméstica, dependiendo de las tradiciones culturales, sociales, regionales y la densidad del tejido social para adaptarse creativamente a los nuevos desafíos.

Por ello la tendencia en el veloz mundo actual de los negocios a querer que los nuevos conocimientos estén disponibles rápidamente y en trozos pequeños con resultados inmediatos para que encajen fácilmente en congestiones programadas. Así las organizaciones creen que las personas aprenden enviando gente a talleres breves de desarrollo de destrezas. Pero si no se tiene el interés en desarrollar capacidades distintas de su actual base de experiencias entonces el método de los trozos pequeños será un gasto de energía innecesario y costoso.

Recuérdese que solo se puede hablar de competencia cuando la persona es capaz de transferir lo aprendido a situaciones nuevas y agregar valor. Este enfoque conlleva el involucramiento y el compromiso de quien aprende y de quienes son responsables por la

gestión de los procesos, por crear condiciones para que el aprendizaje se convierta en competencias.

Por ello la propuesta para la educación colombiana elaborada por Torrado (1996) plantea que desde hace casi una década el tema de las competencias ronda la política educativa, la cual trata de una simple moda o de un concepto nuevo, que como tal permite ver de otra manera el proceso educativo; ya que la noción de competencia trae consigo una nueva aproximación al desarrollo humano.

Durante los últimos diez años las directrices de la política colombiana en su esfuerzo por abordar el problema de la calidad, han introducido cambios en las concepciones sobre los contenidos curriculares, sobre evaluación a varios niveles y sobre lo que deben agenciar y potenciar las prácticas pedagógicas y escolares.

Para cualificar el sistema escolar se propone fortalecer el sistema nacional de evaluación de la educación y en particular realizar evaluación de competencias básicas: la lectura comprensiva y básica, escritura y producción de textos y distintos tipos de razonamiento o habilidades del pensamiento. Para obtener resultados realizar un examen al finalizar el noveno grado de educación básica. La idea principal es preparar a los alumnos para las complejas exigencias de las sociedades contemporáneas promoviendo el desarrollo de ciertas capacidades y superando el énfasis en el aprendizaje de contenidos.

A los alumnos se les debe formar para el análisis, la crítica y el razonamiento a través de la construcción significativa del conocimiento y de la formación para la vida ciudadana. Teniendo presente que el concepto de competencia procede de la lingüística y llega al campo de la educación después de una relectura al interior de la Psicología cognitiva y cultural (Chomsky, 1959). Esta noción fue introducida para explicar el carácter creativo o generativo de nuestro lenguaje y para dar cuenta de la extraordinaria facilidad con la que el niño se apropia del sistema lingüístico.

Cada vez que hablamos ponemos en uso o actualizamos el conocimiento que tenemos de las reglas finitas que rigen el sistema lingüístico es decir la gramática particular de nuestra lengua, a ese conocimiento lingüístico de carácter formal y abstracto se denomina competencia lingüística (Chomsky 1987).

Es pues el conocimiento lingüístico un conocimiento de las reglas o principios abstractos que regulan el sistema lingüístico como tal, representado en la mente de los hablantes y

es parcialmente innato, en el sentido que no deriva totalmente de la experiencia, este conocimiento no es accesible a la conciencia de quien lo usa y solo se tiene evidencia de él a través de la actuación o desempeño lingüístico (habla, escritura y lectura).

El concepto de competencia resulta de interés para los psicólogos cognitivos y del desarrollo para referirse al conocimiento que subyace a ciertas actuaciones del bebé (competencias precoces) o al funcionamiento de la mente (competencias cognitivas).

El interés por la actividad real del sujeto puso pronto en evidencia la importancia en el contexto en que ella se realiza, poniendo en dificultades los modelos llamados menté centristas (Piaget, 1981). En el campo del lenguaje Hymes (1980), introdujo la idea de competencia comunicativa para incorporar y reconocer el papel fundamental que tiene los elementos de la situación de comunicación en nuestra actuación lingüística, en el mismo sentido se abre paso a las ideas de Vigotsky (1985); sobre el carácter situado de nuestra actividad mental, dado por la mediación y papel modelador que tiene los llamados artefactos culturales.

Las propuestas son, mirar las competencias como un conocimiento actuado de carácter abstracto, universal e idealizado. La segunda como la capacidad de realización, situada y afectada por el contexto en que se desenvuelve el sujeto y la actuación misma. Hoy en día la competencia resulta inseparable del contexto o situación particular en la que ella se expresa. Se es competente para cierto tipo de tareas y la competencia puede cambiar si se cuenta con las herramientas simbólicas o instrumentos culturales adecuados. Ser competente, más que poseer un conocimiento es saber utilizarlo de manera adecuada y flexible en nuevas situaciones.

Esta idea es la que llega al campo de la educación para designar aquellos logros del proceso relacionados con el desarrollo de ciertas capacidades generales (competencias básicas) y que podemos diferenciar del aprendizaje de los contenidos curriculares.

En el ámbito educativo el término competencia es extendido a actividades de tipo no lingüístico, para enfatizar el desarrollo de las potencialidades del sujeto a partir de lo que aprende en la escuela.

Se recoge la idea que competencia es esencialmente un tipo de conocimiento ligado a ciertas realizaciones o desempeños, que van más allá de la memorización o rutina, se trata de un conocimiento derivado de un aprendizaje significativo. Se asume que las

competencias se desarrollan o se complejizan con el impacto de la acción educativa. La mente antes y después de la escuela.

El origen cognoscitivo de competencias en Griego *agon* y *agonistes*, significa quien competía y luchaba para ganar en las pruebas olímpicas, esa era su agonía. En el teatro griego, el protagonista es el personaje alrededor del cual gira la acción. Esta referencia da lugar para preponer que una educación centrada en la reconstrucción construcción de competencias no puede tener otro horizonte de sentido que aquel de formar protagonistas dentro de una comunidad de saberes.

En un orden análogo de ideas y dentro de la formación de comunicadores sociales Margarita Kuffman (1955); dice que competencias es igual a conocimientos, normas, valores y estándares de comportamiento, los cuales son transmitidos de una forma sistematizada; agrega que todos estos conocimientos sirven como base para la competencia comunicativa pese, que sea la capacidad de hacer suyos algunos temas y de trasmitirlos adecuadamente al público.

Zubiría (1994) plantea como alternativa de pedagogía actual, la que se caracteriza por la promoción del pensamiento, las competencias y los valores; la cual debe concentrar su habilidad intelectual, garantizando que los alumnos aprendan los conceptos básicos de la ciencia y las relaciones entre ellos. Quintana (1994) dice que un buen plan de estudios fundamentales es saber que hacer en un contexto sociocultural específico, donde la persona sea capaz de resolver problemas reales y que elabore productos útiles para sí mismo y para los demás.

De igual manera Gloser (1980) especifica que las estructuras del conocimiento y del procedimiento permiten la ejecución exitosa en tareas específicas de un dominio dado, ante lo cual Gardner (1998) precisa que todas las actuaciones pedagógicas y didácticas han de orientarse al desarrollo de producción.

Quintana (1994) afirma que no todas las competencias se pueden desarrollar al máximo en un mismo individuo, los jóvenes no tienen que ser buenos en todo lo que pretende con el desarrollo de las competencias, hay que conducir su energía, sus intereses y esfuerzos a maximizar sus capacidades a potenciar sus talentos y virtudes, desarrollarse como en realidad son. Para no confundirlos a lo que no son. En cualquier competencia deben estar presentes la apropiación, la utilización, la transferencia y generación de

nuevos sabores, su nivel de progreso depende del nivel de conductas que logre desarrollar una persona.

Como podemos observar las características de las competencias no solo se relacionan con la parte cognitiva sino que involucra las demás dimensiones de la persona, ya que es un ser biopsicosocial por ello se deben desarrollar y evaluar las competencias en cada una de estas dimensiones.

Se hace necesario aclarar que las competencias básicas tienen que ver con aquellas capacidades y habilidades para la integración y desenvolvimiento en un mundo real. Las genéricas son capacidades para desempeñar una labor general, como la ingeniería, la docencia entre otros. Las competencias especializadas son el desarrollo de capacidades y habilidades para el desempeño en la ingeniería mecánica, la docencia de un área determinada. Dice Neiyer Correal profesor de la universidad Externado de Colombia “para poder aplicar cualquier competencia es necesario trabajar tres acciones: La interpretación, la argumentación y la proposición”.

La interpretación es la capacidad que tienen una persona para dar razones, relaciones y confrontaciones de significados que comprenden un hecho, una lectura, implica una toma de posición frente a lo que se plantea, es comprender los diversos contextos de significación. La argumentación es la capacidad que tienen una persona para explicitar coherentemente las razones y los motivos acerca de la idea que se tiene de algo dentro de un contexto de referencia. La proposición es la capacidad que tienen una persona para plantear opciones y actuar crítica y creativamente frente a un problema, hecho o circunstancia.

Quintana (1994) propone tres niveles que pueden darse en cualquier contexto disciplinar: redescubrir o reconstruir conocimientos ya dados apropiándose de ellos, generar nuevos aprendizajes y nuevos conocimientos, validándolos y confrontándolos, relacionar con otras situaciones o eventos lo que le permite ampliar, generalizar según la circunstancia, el conocimiento y la llamada transferencia de aprendizaje.

Todas las anteriores competencias hacen parte del pensamiento o la inteligencia; esta última la han definido diferentes autores como Spencer (1.885) quien afirma que la inteligencia es el ajuste continuo de las relaciones internas a las relaciones externas, Ebbinghaus (1.900) afirma que la inteligencia es la habilidad de la mente para combinar

e integrar, Binet (1.908) arguye que es el conjunto de cuatro actos mentales: dirección, comprensión, invención y crítica, Boring (1.923) capacidad cuantificable, Piaget (1.953) operaciones vivientes y actuantes, Wechsler (1.958) capacidad global e individual para actuar con un propósito, para manejar eficientemente el ambiente, Kline (1.979) capacidad para pensar abstractamente y para adaptarse a situaciones nuevas. La inteligencia también posee un origen y una evolución como lo plantea Howard Gardner en su libro *Frames of mind* (1983) en donde afirma que todo ser humano tiene el potencial para desarrollar un grupo de siete facultades intelectuales relativamente autónomas; todos las desarrollan hasta cierta medida ya que no todas las personas se rigen bajo las mismas condiciones.

La teoría de las inteligencias múltiples es el deseo de explicar el amplio rango de roles que desarrollan las personas alrededor del mundo. Como consecuencia de esto se considera la inteligencia como la habilidad para resolver problemas o idear productos que son apreciados en por lo menos una cultura o una comunidad. Las siete inteligencias son: la lingüística que es la fluidez en la producción del lenguaje, la lógico matemática representada por científicos y matemáticos, la musical que se caracteriza por fluidez en términos musicales, la espacial que refleja la capacidad para operar en representaciones mentales o en espacios a gran escala, la kinestésica corporal como la capacidad de resolver problemas o idear respuestas usando todo el cuerpo, la interpersonal como la capacidad de entender otras personas y la intrapersonal como la posibilidad de tomar decisiones basadas en uno mismo.

Para poder entender de una forma más integral los procesos implicados en el desarrollo de las inteligencias en el hombre se debe hacer referencia a su proceso evolutivo de pensamiento y las características implicadas en este.

Pensamiento en el Niño y en el Adolescente

Los adolescentes aseguran el comienzo de un nuevo estilo de pensamiento, un equilibrio superior al que tenían durante la segunda infancia. Empieza a desarrollarse la construcción de sistemas y teorías que en el niño no se dan, ya que el no edifica sistemas, tiene algunos que son informados y que solo el observador exterior logra descubrirlos, mientras que el no los reflexiona jamás (Piaget, 1.990). El niño piensa

concretamente problema tras problema, a medida que la realidad los plantea y no unas soluciones que encuentra mediante teorías que puedan poner de relieve su principio. En cambio lo que sorprende en el adolescente es su interés por los problemas inactuales, sin relación con la realidad vivida día a día, o que anticipan con una ingenuidad que desarma, situaciones futuras del mundo; tiene una increíble facilidad para elaborar teorías abstractas. Algunos escriben y crean filosofías, política o lo que quieran; pero todos tienen sistemas y teorías que transforman el mundo.

La producción de esta nueva forma de pensamiento, por ideas generales y construcciones abstractas se efectúa de una manera bastante continua, a partir de la segunda infancia. Es un cambio que se da desde los doce años desde donde empieza poco a poco el auge en la dirección de la reflexión libre y desligada de lo real, hay una transformación que cambia y le da final a las operaciones construidas en la segunda infancia, el paso del pensamiento concreto al pensamiento “Formal” o hipotético deductivo.

Antes se refería a la realidad tangible que puede ser manipulada, cuando se aleja de la realidad lo que hace es reemplazar los objetos ausentes por su representación mas o menos viva; después de los doce años el pensamiento formal se hace posible, es decir que las operaciones lógicas comienzan a ser transpuestas del plano de la manipulación concreta al plan de las ideas, expresadas con el lenguaje de las palabras o de los símbolos matemáticos, pero sin el apoyo de la experiencia o de la percepción.

El pensamiento formal es hipotético deductivo ya que es capaz de deducir las conclusiones que hay que sacar de puras hipótesis y no solo de una observación real. Sus conclusiones son válidas independientemente de la verdad del hecho y es por esta razón que el pensamiento formal es mucho más complejo que el concreto. No es solo aplicar operaciones a los objetos sino reflexionar esas operaciones independientemente de los objetos y de reemplazar a estos por simples proposiciones.

Esta reflexión es un pensamiento de segundo grado ya que el pensamiento concreto es la representación de una acción posible y el pensamiento formal la representación de acciones posibles; estas operaciones formales no son otra cosa que las mismas operaciones pero aplicadas a hipótesis o proposiciones, la denominada lógica de proposiciones por oposición a la de las relaciones, de las clases y de los números, si bien

es sistema de las implicaciones que regulan estas proposiciones no constituye sino la traducción abstracta de las operaciones concretas.

Las operaciones formales aportan al pensamiento un poder completamente nuevo, que equivale a desligarlo y liberarlo de lo real para permitirlo edificar a voluntad reflexiones y teorías, según lo afirma Piaget (1990). La inteligencia formal marca el primer vuelo del pensamiento, la libre actividad de la reflexión espontánea y la intervención de operaciones combinatorias, lo que le permite al individuo completar sus clasificaciones verbales y hacer corresponder a ellas el sistema de relaciones generales constituido por las operaciones preposicionales, el cual a su vez está constituido por cuatro transformaciones conmutativas como son la implicación, la inversa, la recíproca y una correlativa; todas las que facilitan la expresión verbal, es decir la utilización y coordinación del lenguaje.

El desarrollo de unas estructuras lógicas propias del pensamiento formal se caracterizan por ser aun más perfeccionadas en comparación con las etapas anteriores, que buscan llegar a su perfeccionamiento real.

Cuando se adquiere un nuevo tipo de pensamiento como en cualquier situación en la que se adquiere algo nuevo se da una asimilación egocéntrica hasta encontrar el equilibrio con la acomodación a lo real; se da pues un egocentrismo intelectual comparable al egocentrismo del lactante que asimila el universo a su actividad corporal. El egocentrismo metafísico del adolescente encuentra poco a poco su corrección en una reconciliación entre el pensamiento formal y la realidad: el equilibrio se alcanza cuando la reflexión comprende que la función que le corresponde no es la de contradecir, sino la de anticiparse e interpretar la experiencia, sobrepasando el pensamiento concreto ya que además del mundo real, engloba las construcciones indefinidas de la deducción racional y de la vida interior.

El niño descubre que puede ordenar la información con el fin de simplificarla gracias a que puede mantener constante ciertas variables mientras experimenta con las demás, neutraliza el efecto de todos los valores excepto o lo que es denominado reversibilidad de pensamiento por reciprocidad ya que al igualar diferencias produce equivalencias lo que para Piaget sería "esquema de siendo constante el resto", la reversibilidad recíproca de las acciones mentales se da en conjunción con la reversibilidad por inversión. Esta

nueva forma de acercamiento produce nuevos tipos de relaciones de clases es decir combina las clases en nuevas clases o todas las combinaciones posibles.

La capacidad combinatoria es un componente fundamental del pensamiento formal, el razonamiento hipotético deductivo opera con las posibilidades existentes en una situación problemática, las cuales son descubiertas y evaluadas por el sujeto por medio de operaciones combinatorias. Después de la etapa de operaciones formales el adolescente descubre procedimientos sistemáticos de construcción combinatoria, aunque para las permutaciones es necesario es operar hasta los 15 años. La combinación supone la coordinación de la seriación y la correspondencia, la permutación implica una reordenación respecto a un sistema de referencia móvil y reversible; por lo tanto las operaciones combinatorias son operaciones sobre operaciones, características del pensamiento formal.

Las operaciones formales producen ciertas modificaciones en la actitud del niño ya que ahora tiene el poder de resolver problemas utilizando la hipótesis, el experimento, la deducción y puede razonar desde lo particular a lo general y a la inversa.

Para Piaget citado por Richmond (1981) “la más distintiva de las propiedades del pensamiento formal es esta reversión de dirección entre realidad y posibilidad, en vez de derivar un tipo de teoría rudimentaria de los datos empíricos, como sucedía en las inferencias concretas, el pensamiento formal principia con una síntesis teórica que implica que ciertas relaciones sean necesarias y marcha así en dirección opuesta (génesis del pensamiento lógico).

La palabra estructura implica organización o modelo aparente dentro del cual existen partes que forman el todo. El modo en que las partes se agrupan define la estructura al igual que la forma en que las operaciones funcionan. El esquema aparece según Piaget (1990) a lo largo de la secuencia del desarrollo, en todos sus estadios y es la forma en que se incorporan diferentes objetos.

Los factores que afectan la formación de estructuras son el lenguaje usado por la sociedad, las creencias y valores mantenidos por la sociedad, las formas de razonamiento que se aceptan como validas y las relaciones que se establecen entre los miembros de una sociedad. Debido a la influencia que tienen en los diferentes estadios de desarrollo, sin dejar aun lado otros factores como es la maduración del sistema

nervioso, la experiencia adquirida en relación con el medio físico y la influencia del medio social. Los factores sociales intervienen en el florecimiento de las operaciones formales ya que el adolescente examina su propio estilo de vida y el de la sociedad en que se encuentra; dudar y debatir las creencias al igual que los valores que le rodean. Para algunas personas son puros arrebatos idealistas pero no es más que operaciones formales no acomodadas, hasta que den el giro necesario para la elección de una ocupación.

En la etapa de la adolescencia los individuos pueden alcanzar un estado particular o desarrollar ciertas habilidades dentro de una esfera cronológica bastante amplia, por ende debe admitirse mejorar los procesos selectivos para que éste tenga una vida rica y variada que le proporcione un desarrollo apropiado de sus habilidades y destrezas mediadas por su entorno.

Definido el término desarrollo y sus implicaciones en el área biológica y social del hombre, a continuación se expondrán como eje central del presente estudio el tema del adolescente y sus cambios más significativos dentro de esta etapa del desarrollo.

Como lo señala Piaget (1975) el desarrollo psicológico del pensamiento es posible colocarlo en dos puntos de vista diferentes pero complementarios: El de las condiciones del equilibrio y el de la construcción de las estructuras.

En el primer punto de vista, el pensamiento aparece en cada una de sus formas procediendo desde estados menos equilibrados a estados mejor equilibrados. En el segundo punto de vista, el problema consiste en determinar la filiación de las estructuras que caracterizan esas coordinaciones así como su modo de construcción y esta depende de tres factores principales: la maduración del sistema nervioso, la experiencia adquirida en función del medio físico y la acción en el medio social, sin embargo estos factores solo actúan, respectiva y concurrentemente cuando se someten a las leyes del equilibrio que determinan las mejores formas de adaptación. Equilibrio y estructura constituyen, por lo tanto, los dos aspectos complementarios de toda organización del pensamiento.

Piaget, Inhelder (1975) señalan que la primera propiedad del pensamiento formal es ser esencialmente hipotético deductivo, la deducción ya no se refiere de modo directo a las realidades percibidas, sino a enunciados hipotéticos, es decir a proposiciones que formulan hipótesis o plantean datos independientemente de su carácter actual. La

deducción consiste en especular entre si esas proposiciones extrayendo sus consecuencias necesarias incluso cuando su verdad experimental no va más allá de lo posible a inversión de sentido entre lo posible y lo real, más que cualquier propiedad subsecuente es la que caracteriza al pensamiento formal.

Al sustituir objetos con enunciados verbales a la lógica de clases y relaciones que afectan a los objetos, se le superponen una nueva lógica: La lógica de proposiciones. Esta es una segunda propiedad fundamental del pensamiento formal. Pero esta lógica de las proposiciones supone un número muy superior de posibilidades operatorias que las simples agrupaciones de clases y relaciones (Navarro, 1986). Por lo tanto, en primer lugar funcionalmente la cantidad de operaciones posibles es lo que distingue del pensamiento concreto, con independencia de los problemas de las estructuras operatorias.

La prueba de ello es que la lógica de las proposiciones se manifiestan bajo sus formas más características de nuevas posibilidades operatorias: Disyunciones, implicaciones, exclusiones, etc. Que intervienen desde la organización de la experiencia y se superponen en este terreno mismo a las simples agrupaciones de clases y relaciones.

Un tercer carácter del pensamiento formal es que constituyen un sistema de operaciones a la segunda potencia. Las operaciones concretas son operaciones a la primera potencia en el sentido a que se refieren directamente a los objetos: Por ejemplo, la construcción de las relaciones entre elementos dados, las proporciones suponen operaciones de la segunda potencia y puede decirse lo mismo acerca de la lógica de las proposiciones, puesto que las operaciones interproposicionales se refieren a enunciados cuyo contenido interproposicional consiste en operaciones de clases y relaciones.

Por otra parte, las operaciones de combinación son precisamente operaciones a la segunda potencia: Las seriaciones de seriaciones, las combinaciones y multiplicaciones. De este modo aparece en realidad el nivel formal, tanto en las operaciones matemáticas explícitas como en la forma implícita, (Piaget, 1981).

Sin embargo, la oposición entre las operaciones combinatorias y las operaciones no combinatorias a su vez depende de la diferencia entre lo posible y lo real, únicamente una combinatoria proporciona el conjunto de los posibles y en terreno experimental, la

búsqueda de las nuevas combinaciones constituyen precisamente lo que caracteriza a la hipótesis (Navarro, 1986).

La inversión del sentido entre lo real y lo posible constituyen el carácter funcional más fundamental del pensamiento formal, con independencia de las consecuencias estructurales que esta inversión supone, (Luria, 1.980). Por lo tanto se debe partir de esa diferencia entre lo concreto y lo formal para explicar la forma de equilibrio propia del desarrollo del pensamiento.

Pensamiento Concreto

De siete a once años aproximadamente, según lo afirma Piaget (1.975) el término de operaciones concretas significa que el niño puede ahora operar con el pensamiento sobre objetos concretos o sobre sus representaciones.

Se debe entender por operación concreta, no solo a la acción interiorizada que combina con otras, en un sistema o conjunto reversible, sino que es una acción acompañada de una toma de conciencia de su propio mecanismo y de su propia coordinación; estas operaciones aparecen como resultado de acciones y de interiorización de ideas de clases y series, por lo tanto, puede seriar, ampliar, subdividir, diferenciar o combinar estructuras existentes dentro de nuevas relaciones.

Una de las características de este estadio es la liberación del impacto de la percepción inmediata, siendo capaz de ordenar hacia delante y hacia atrás, lo cual demuestra la existencia de la reversibilidad, fundamentada en la conservación, la cual para Piaget (1.975); debe ser “una condición necesaria de toda actividad racional”. Esta conservación implica cantidades continuas y discontinuas; las primeras sin carácter aritmético como la masa, peso, volumen y las segundas como el número y la proporción. Sin embargo, en este estudio, el sujeto aún solo, es capaz de pensar acerca de los objetos y entes concretos.

El equilibrio es un poco más amplio, pero aún inestable en los extremos, en el sentido de que las relaciones se hallan restringidas por la forma en que se presentan las relaciones en juego y por el contenido de las nociones a las que se aplica.

Desde el punto de vista del contenido para Piaget (1.981), el pensamiento se limita y no hay generalización, pues después de generalizar en longitudes, no puede generalizar

en pesos, y la causa de esto parece ser que el pensamiento aún no está adherido a lo real, sólo alcanza las transformaciones virtuales, por lo tanto, una acción de lo posible que caracteriza las operaciones concretas no constituye sino una extensión limitada de lo real; De ahí que cuando a un sujeto se le presenta un problema, éste no formula en el sentido estricto hipótesis, pues a pesar de que entra en acción desde el principio, buscando en sus acciones coordinar lecturas sucesivas de los resultados que obtiene, lo que equivale a estructurar la realidad sobre la que actúa, esboza proyectos de acciones posibles que no son en realidad proyectos.

Otra característica fundamental de esta etapa, es la capacidad para mejorar varias variables, hay correspondencia, ordenamientos, clasificaciones paralelas, multiplicaciones lógicas (cuadros de doble o triple entrada).

Finalmente en esta etapa el sujeto maneja operaciones propiamente dichas, en el sentido de Piaget (1.975), estas operaciones son: Clasificación (semejanza o diferencia), seriación (ordenamiento), correspondencias (relaciones funcionales). Multiplicaciones (tablas de doble y triple entrada), compensación.

Teniendo en cuenta a Inhelder y Piaget (1.975), el período de las operaciones concretas se subdivide en dos subestadios: el IIA en el que hay clasificaciones, seriaciones y correspondencias que marcan el inicio de la etapa formal, y el IIB en el que se encuentran multiplicaciones lógicas y compensaciones; estos dos subestadios pueden diferenciarse por las operaciones lógicas que se realizan en cada una de ellas.

Luria (1.980) señala que en el pensamiento concreto, el sistema de las regulaciones, hasta el momento sin estabilidad logra una primera forma de equilibrio estable: Al alcanzar el nivel de reversibilidad completa, las operaciones concretas provenientes de las regulaciones anteriores se coordinan, en efecto en estructuras definidas que se conservan durante toda la vida, que no excluirán la formación de sistemas superiores, pero que seguirán siendo activas en el plano de lo limitado de la organización de los datos inmediatos.

El sistema de las transformaciones se encuentra en equilibrio, significa que estas transformaciones adquirieron una forma reversible y el poder de coordinarse mediante leyes fijas de composición: las transformaciones se asimilan, por lo tanto, de ahí en adelante las acciones interiorizadas del nivel precedente y sus regulaciones intuitivas.

En el período de las operaciones concretas los niños adquieren el concepto de conservación a lo que Piaget (1.975) denomina “El principio de invarianza”, además adquieren el concepto de reversibilidad, la idea de que en el pensamiento los pasos dados pueden restaurarse a la situación original.

Las realizaciones cognoscitivas de la etapa de las operaciones concretas hacen que el pensamiento de los niños en este período sea mucho más sólido y flexible de lo que fue antes. Son capaces de realizar procesos lógicos elementales, razonar en forma deductiva de la premisa a la conclusión en forma lógica. No piensan en términos abstractos ni razonan acerca de las proposiciones verbales hipotéticas. El tratar con expresiones verbales de relaciones lógicas requiere de operaciones formales en contraste con las operaciones concretas.

Pensamiento Formal

El sujeto, además de interpretar informaciones, utilizando las operaciones concretas ya dichas, tanto sobre objetos como sobre entes abstractos, es capaz de razonar utilizando proposiciones, probabilidades y correlaciones (Luria, 1.980). Estas operaciones se emplean sobre material conceptual y entrañan una distinción entre lo posible, lo probable y lo que es absolutamente necesario (seguro).

El sujeto frente a una situación determinada, construye una serie de hipótesis que expresa mediante proposiciones y luego empleando un método organizado desde el comienzo empieza a verificarlos, buscando propiedades generales que le permitan luego dar definiciones exhaustivas y formular leyes generales, ya que en este momento tiene conciencia de su propio pensamiento y reflexiona sobre el mismo para dar justificación o explicaciones lógicas a una determinada situación, la cual puede ir más allá de lo real, finito y familiar, para concebir lo infinitamente grande, o lo infinitamente pequeño, o inventar situaciones imaginarias, lo que conlleva al adelanto de la ciencia y el progreso de la humanidad.

De acuerdo a Inhelder y Piaget (1.975), el período de las operaciones formales, se subdivide en dos estadios: el IIIA y el IIIB.

Subestadio IIIA (12 a 14 años). Este nivel se caracteriza por los comienzos del pensamiento formal que se reconoce por la aparición de un razonamiento hipotético

deductivo, al mismo tiempo por una búsqueda activa de verificación, pero sin que el sujeto se halle de entrada en posesión del juego completo de las operaciones entre proposiciones, pues el adolescente aún no es capaz de organizar una prueba sistemática conforme al esquema; permaneciendo igual todo lo demás; salvo ciertos casos y no para el conjunto de factores en juego. Pero el sujeto, a partir de entonces, puede descartar sin verificación, las hipótesis demasiado primitivas, mientras que verificará cada vez más, las hipótesis superiores. Además, el sujeto se vuelve capaz de disociar factores y cuando se halla frente a combinaciones en las que varía uno de los factores, y los demás permanecen constantes, razona de una manera correcta, sin embargo, aún no sabe provocar por su cuenta y de modo sistemático las combinaciones.

El sujeto de este subestadio, antes de generalizar una ley, busca las limitaciones de la misma, considerando los casos posibles, para tratar a partir de ellos los casos posibles, los casos probables y reales, produciéndose en forma automática la inversión para la solución de los problemas.

En el subestadio IIIB se dan las siguientes características:

Logra disociar los factores de juego, mediante el método que consiste en hacer variar solo uno, por vez, y mantener igual todo lo demás; hay exclusión de factores inoperantes.

El sujeto no se conforma con extraer con una simplicidad aparente, las conclusiones exactas de las combinaciones demostrativas que se imagina durante la experiencia.

Hay dominio del grupo de todas las combinaciones posibles, cuando encuentra compensaciones, busca invariantes que supone el mecanismo compensatorio y no se satisface ya con simples covarianzas.

El sujeto juega con dieciséis combinaciones binarias de la lógica de proposición.

La novedad con respecto al subestadio IIIA, es una mayor rapidez de combinación, pues la combinatoria se vuelve desde el principio una deducción probatoria.

Aparece una relación espontánea entre los casos favorables y los casos no favorables y el conjunto de los casos posibles.

Como conclusión, la etapa de las operaciones formales se caracteriza porque el adolescente no necesita manipular objetos directamente sino trabaja con elementos

verbales, es decir puede manejar hipótesis, controlar variables implícitas dentro de una situación, manejando conceptos y considerando probabilidades dentro de la misma.

En esta etapa el sujeto es capaz de practicar el razonamiento científico y la lógica formal, es decir puede seguir la forma de un argumento al mismo tiempo que ignora su contenido concreto. Considera sus propios pensamientos como un objeto, evaluando su lógica y las leyes generales así como las situaciones reales, y se preocupan por lo que es posible desde un punto de vista hipotético así como por la realidad.

Es por esta razón como lo argumenta Luria (1.980), que todas las habilidades básicas del pensamiento, el aprendizaje y la memoria que progresan durante los años escolares continúan progresando durante la adolescencia.

Existen algunas investigaciones que han tratado de abordar el desarrollo del pensamiento en jóvenes, entre ellas se encuentra un estudio realizado en la Universidad del Valle sede Palmira cuya finalidad fue determinar estrategias que contribuyan a facilitar la adquisición y construcción del conocimiento por parte de los estudiantes, en todas las áreas de conocimiento contempladas en la institución; el estudio esta fundamentado en explicaciones cognitivas sobre la inteligencia y la motivación. El objetivo general de este proyecto es determinar el grado de desarrollo de pensamiento formal en los estudiantes de primer semestre de tecnología en sistemas de la Universidad del Valle sede Palmira, que ingresan al semestre agosto 2000 y enero 2001, los autores Italo Reyes y Oscar Hernández docentes de dicha universidad, ellos basaron su propuesta en el fortalecimiento del pensamiento lógico formal con problemas lógicos, semánticos y motrices además del fortalecimiento para ser mejores seres humanos.

Las habilidades memorísticas ampliadas y una base de conocimientos en rápida expansión hacen progresar la capacidad de los adolescentes para relacionar nuevas ideas y conceptos, mejorando su comprensión en todas las actividades que realizan desde el cálculo y la química hasta las modas y la amistad; la cual esta netamente desarrollada con el amor por si mismo y por los demás, todo lo que compone la afectividad.

La Afectividad en el Adolescente

La afectividad en la adolescencia se caracteriza por la maduración del instinto sexual, un interés por los problemas inactuales sin relación con las realidades vividas día

a día, existe una facilidad para elaborar teorías abstractas y la vida afectiva se afirma por la doble conquista de la personalidad y su inserción en la sociedad adulta, existe un sistema personal que implica una coordinación autónoma y solo puede construirse en el nivel mental de la adolescencia ya que supone el pensamiento formal y las construcciones reflexivas que solo se logran en esta edad, afirma (Piaget, 1981).

Dentro de la personalidad se forma el plan de vida, lo que se desea en un futuro y esto requiere la intervención del pensamiento y de la reflexión libre. Se da un descentramiento del yo colocándose igual ante sus mayores pro se siente otro diferente de éstos por la nueva vida que se agita en él; por ello quiere sobrepasar y sorprender transformando el mundo. Es por esta razón que están llenos de ideales, de sentimientos altruistas y egocentrismo agudo como único salvador del mundo y un gran deseo de amar por ello descubre el amor ya que proyecta sus ideales en un ser real. El adolescente ama a través de una novela y es quizás más interesante que su materia instintiva.

En cuanto a la vida social del adolescente se encuentra una fase inicial de replegamiento y una fase positiva ya que al inicio parece asocial pero en realidad medita sin cesar en función de la sociedad. Pero la sociedad que le interesa es la que quiere reformar y siente desprecio por lo que quiere reformar. Sus sociedades son basadas en la discusión entre dos amigos íntimos para combatir el mundo real. Su verdadera adaptación a la sociedad da fin cuando de reformador pasa a realizador llegando a la edad adulta, la afectividad se desprende para apegarse a los valores y a la colaboración junto a la inteligencia. Hay respeto en toda amistad fundada en la estima, en toda colaboración que excluya la autoridad.

El respeto por sí mismo y por el otro trae consigo el aprendizaje de valores como la honradez, la justicia, la voluntad y el amor, en conclusión el respeto y conocimiento de sí mismo y de los demás conduce a una nueva organización de valores que le servirán para relacionarse y para aprender a quererse a sí mismo a formar su propio autoconcepto es decir los sentimientos que tiene consigo mismo a nivel físico, intelectual, emocional y social.

Otro aspecto igualmente importante dentro de la formación de los adolescentes es el relacionado con la sexualidad ya que dar mas información no significa incitar la

actividad sexual, sino aprender a reflexionar sobre ella, conocerse y respetarse uno mismo y respetar a los demás. En definitiva formar personas responsables y sanas.

Educar no solo supone describir los aspectos fisiológicos y anatómicos de la reproducción, también hace falta hablarles de amor, amistad, placer, responsabilidad y el amor por sí mismo y la formación o educación en la autoestima.

Una buena dosis de autoestima es uno de los recursos más valiosos con los que puede disponer un adolescente. Un adolescente con autoestima aprende más eficazmente, desarrolla relaciones mucho más gratas, está más capacitado para aprovechar las oportunidades que se le presenten, para trabajar productivamente y ser autosuficiente, posee una mayor conciencia del rumbo que sigue, y lo que es más, si el adolescente termina esta etapa de su vida con una autoestima fuerte y bien desarrollada podrá entrar en la vida adulta con buena parte de los cimientos necesarios para llevar una existencia productiva y satisfactoria. Un adolescente con autoestima actuará independientemente, asumirá sus responsabilidades, afrontará nuevos retos con entusiasmo, estará orgulloso de sus logros, demostrará amplitud de emociones y sentimientos, tolerará bien la frustración y se sentirá capaz de influir en otros.

La adolescencia es uno de los periodos más críticos para el desarrollo de la autoestima; es la etapa en la que la persona necesita hacerse con una firme identidad, es decir, saberse individuo distinto a los demás, conocer sus posibilidades, su talento y sentirse valioso como persona que avanza hacia un futuro. Son los años en que el niño pasa de la dependencia a la independencia y a la confianza en sus propias fuerzas. Es una época en la que se ponen sobre el tapete no pocas cuestiones básicas; piénsese en la vocación, en los planes para ganarse la vida, en el matrimonio, en los principios básicos de la existencia, en la independencia de la familia y en la capacidad para relacionarse con el sexo opuesto. Y a estos aspectos hay que sumar todos aquellos conflictos de la niñez que no se hayan resuelto y que surjan de nuevo, conflictos que habrá que afrontar también.

En la "crisis de identidad" de la adolescencia, el joven se cuestiona automáticamente, incluyendo la opinión que de sí mismo ha adquirido en el pasado. Puede rebelarse y rechazar cualquier valoración que le ofrezca otra persona, o puede encontrarse tan

confuso e inseguro de sí mismo que no haga más que pedir a la demás aprobación y consejos de todo tipo.

Sea cual fuere su aproximación a su nueva identidad, el adolescente pasará inevitablemente por una reorganización crítica de su manera de apreciarse con el consiguiente cambio en su autoestima.

La autoestima influye sobre el adolescente en: cómo se siente, cómo piensa, aprende y crea, cómo se valora, cómo se relaciona con los demás y cómo se comporta. Los aspectos positivos que refuerzan las posibilidades del adolescente de cara a la vida adulta son: saber con claridad con qué fuerzas, recursos, intereses y objetivos se cuenta, relaciones personales efectivas y satisfactorias, claridad de objetivos, productividad personal: en casa, en el colegio y en el trabajo.

Ayudando a los adolescentes a acrecentar su autoestima se pueden inducir situaciones beneficiosas y reforzar así los recursos del adolescente para la vida adulta. Para él es una auténtica necesidad fraguar su identidad y sentirse bien consigo mismo. Si puede satisfacer tal necesidad a su debido tiempo podrá seguir adelante y estar listo para asumir la responsabilidad de satisfacer sus necesidades en la vida adulta.

La autoestima puede desarrollarse convenientemente cuando los adolescentes experimentan positivamente cuatro aspectos o condiciones bien definidas: Vinculación: resultado de la satisfacción que obtiene el adolescente al establecer vínculos que son importantes para él y que los demás también reconocen como importantes. Singularidad: resultado del conocimiento y respeto que el adolescente siente por aquellas cualidades o atributos que le hacen especial o diferente, apoyado por el respeto y la aprobación que recibe de los demás por esas cualidades. Poder: consecuencia de la disponibilidad de medios, de oportunidades y de capacidad en el adolescente para modificar las circunstancias de su vida de manera significativa. Modelos o pautas: puntos de referencia que dotan al adolescente de los ejemplos adecuados, humanos, filosóficos y prácticos, que le sirven para establecer su escala de valores, sus objetivos, ideales y modales propios.

Continuando con las características del pensamiento formal se encuentra también el lenguaje y el estilo de pensamiento entre otras características que lo componen, el vocabulario por ejemplo crece a una gran velocidad y muchos adolescentes diseñan un

estilo personal en su forma de hablar y de escribir, lo que permite la aparición de poetas y escritores de diarios en todas las aulas.

El pensamiento del Adolescente

La metacognición definida por Piaget (1.981) como “capacidad para pensar sobre el pensamiento” permite a los adolescentes a no aceptar automáticamente lo que dicen los demás (incluso padres y maestros), o a cuestionar con mayor profundidad sus propias conclusiones, y a darse cuenta de que ningún proceso mental de ninguna persona lleva necesariamente a la verdad.

Dentro de las características del conocimiento formal están: El razonamiento hipotético deductivo, donde el individuo primero establece una hipótesis teórica acerca de las posibles formas en las cuales los elementos de una teoría conciernen unos con otros, a partir de esas hipótesis se hacen deducciones acerca de observaciones que uno puede esperar hacer de realidades actuales si las hipótesis fueran verdaderas.

Las primeras dos fases del razonamiento hipotético deductivo implican pensar acerca de la forma real que puede ser y por lo tanto esto requiere de un pensamiento formal, ya en la última fase el razonamiento debe confrontar la realidad actual. Para facilitar el razonamiento hipotético-deductivo, según Navarro (1.986), el adolescente es capaz de construir sistemáticamente, todas las formas posibles en las cuales los elementos de un problema pueden ser combinados, para darle solución potencial, en contraste el preadolescente construye aquellas combinaciones en forma no sistemática por ensayo y error que frecuentemente es dirigida por experiencias pasadas y no son el resultado de algunas perspectivas posibles del problema.

Piaget (1.975) describe como última fase el desarrollo intelectual que oscila entre los 12 y 15 años a la etapa de operaciones formales donde la naturaleza del pensamiento sufre un cambio el cual es dado por la maduración de las estructuras cerebrales. A diferencia del niño el joven se convierte “en un individuo que piensa más allá del presente y elabora teorías acerca de todo, complaciéndose especialmente en reflexiones acerca de lo que no es”.

En esta etapa el niño ingresa en el mundo de las ideas la cognición empieza apoyarse en el simbolismo puro y en el uso de proposiciones antes que en la realidad exclusivamente,

las proposiciones toman importancia como modo de razonamiento en que las relaciones adoptan la forma de hipótesis de carácter causal y son analizadas por los efectos que acarrea.

Piaget (1975) señala cuatro factores que afectan de un modo determinante el desarrollo intelectual del niño en esta etapa, tales como: a) Maduración, b) Experiencia, c) Transmisión social, d) Equilibrio o Autorregulación.

De igual manera, Piaget (1.981) concluye que en el caso del pensamiento formal, puede existir un retardo en su formación ocurriendo entre los 15 y 20 años, cuando la frecuencia y la calidad de los estímulos intelectuales recibidos de los adultos no son los más adecuados.

Es de importancia destacar el hecho de que para moverse de un estadio al siguiente, el niño debe tener frecuente contacto con situaciones y actividades que pueden ser entendidas por él en el estadio en que se encuentra. Es decir se requieren también de experiencias a un nivel ligeramente superior al estadio cognitivo actual del niño, con el fin de crear el “desequilibrio” cognitivo que le permita una reorganización de las estructuras lógicas.

Piaget (1975) hace relevancia a dos procesos que influyen de manera determinante en la consolidación del pensamiento formal como lo son: La asimilación y la acomodación los cuales reciben escasa atención en esta fase final, ya que hallan su equilibrio integrándose en los procesos inconscientes y espontáneos del conocimiento humano.

La conducta cognoscitiva casual es remplazada por un enfoque sistemático de los problemas donde la seriación implica algo más que la suma de fenómenos semejantes, tiene como función ordenar sistemáticamente y controlar cada una de las situaciones dadas en el mundo del niño.

Los hallazgos de Piaget dieron una clara secuencia del desarrollo cognoscitivo que ejerce influencia sobre la formación de conceptos y el aprendizaje de muchas funciones, creando de esta manera una serie de factores que explican de algún modo las características propias de esta etapa: comprensión cualitativa de objetos y hechos, distancia y longitud, área y volumen interior, comparación de objetos y hechos, comprensión de actividades, medición de una longitud en una, dos o tres dimensiones,

coordinación de planos ángulos y áreas, operaciones mentales con símbolos, cálculos y relaciones, relación mutua de diferentes sistemas.

Estos sistemas mentales influyen en los problemas vinculados con la vida real donde la parte social del niño juega un papel de gran importancia ya que proporciona un nuevo nivel de organización del medio físico e intelectual.

Piaget (1.981) afirma que el ordenamiento y el razonamiento matemático es dado por una vía de hipótesis destinada a formular posibles caminos acerca de los factores operativos dados en una situación determinada.

La capacidad de razonar mediante hipótesis suministra al joven un nuevo instrumento para comprender su mundo físico y las relaciones sociales que mantiene dentro de él.

Uno de estos nuevos instrumentos según Luria (1.980) es la deducción lógica por implicación la cual se puede observar en la niñez en la cual el individuo logra deducir relaciones sobre la base de la yuxtaposición, la proximidad, transducción y otras pautas de relación irreversible, es decir esta capacidad permite que el joven introduzca supuestos simples y lógicos adoptando una tercer posición sin apelar a la verificación por medios distintos, el joven inicia una búsqueda de hipótesis generales que puedan explicar los hechos observados y posibles que le han ocurrido. Cada anexo parcial es agrupado con relación con el todo, donde finalmente el razonamiento actúa en función de un conjunto estructurado y todos las deducciones se fundan en los hechos posibles.

La reversibilidad permite que el pensamiento ramifique el dominio de la posibilidad sin perder el sentido de la realidad, la deducción introduce la posibilidad de establecer relaciones lógicas siendo este un medio nuevo de diferenciación y generalización aplicable en especial a la integración eventual de las totalidades que consolida el niño a partir del conocimiento e interacción con su medio.

Los jóvenes dentro de esta época principalmente los que están alrededor de 14 y 15 años muestran un pensamiento cognoscitivamente maduro y su pensamiento operacional depende exclusivamente del simbolismo que propone Navarro (1.986); es decir ya a esta edad no le satisface los hechos empíricos de carácter superficial, le llama la atención llegar a la solución de un problema a partir de su capacidad para formular hipótesis y creando variedad de posibles combinaciones para llegar a la solución de problemas.

Piaget (1975) señala que el desarrollo de la personalidad en esta etapa no comienza a consolidarse hasta que este sea capaz de utilizar el pensamiento deductivo, momento en que se define para él reglas y valores, elaborando sus propias hipótesis. Por tal razón describe que existe una serie de tendencias básicas que trascienden en todos los procesos de desarrollo y que influyen en la maduración cognitiva del individuo, los cuales se citan a continuación: Todo desarrollo se ajusta a una misma secuencia, los fenómenos de desarrollo reflejan una tendencia natural al cambio, cada aspecto del desarrollo comienza con experiencias concretas o problemas corrientes, el desarrollo de la personalidad pasa de la experiencia con el mundo físico a la experiencia con el mundo social y finalmente con el mundo racional, el desarrollo de la personalidad comienza con una orientación egocéntrica, pasa por un período de apreciación objetiva pura y posteriormente se avanza hacia la madurez, la conducta individual se desenvuelve descriptivamente de la actividad sin pensamiento al pensamiento, es decir la conducta cognoscitiva se desarrolla del hacer al hacer con conocimiento finalizando así a una conceptualización, un objeto se conoce primero por su uso, luego por su permanencia, después por su símbolo representativo, su lugar en el espacio, sus Cualidades y finalmente por su relatividad en el espacio, tiempo y la utilidad.

Con el paso de los años el pensamiento va adquiriendo mayor plasticidad, desarrollando diversas Habilidades como el discernimiento, la automatización, la inteligencia lingüística, la lógica, la creatividad. Todas estas características se relacionan entre sí formando el pensamiento formal.

Sánchez (1998) menciona que el discernimiento es un recurso intelectual que facilita el razonamiento perspicaz y el tratamiento de situaciones novedosas e inesperadas. Hasta ahora se han realizado esfuerzos para comprender la naturaleza de esta habilidad y se han expresado criterios para definirla. El discernimiento trabaja con el proceso de codificación, combinación y comparación selectiva. La codificación selectiva es la que permite separar la información relevante de la irrelevante.

La combinación selectiva consiste en integrar en un todo coherente y significativo la información relevante previamente codificada. En el proceso de comparación se permite relacionar la información recientemente obtenida por experiencia y conocimientos previos para llegar a conclusiones.

Un recurso intelectual desarrollado en la etapa del pensamiento formal es la automatización del pensamiento, la cual es la capacidad de realizar un procesamiento de la información, en el que se liberan recursos mentales, facilitando la realización de tareas intelectuales los cuales, luego, pueden utilizarse simultáneamente para realizar otras tareas cognitivas.

En muchas oportunidades, y más comúnmente en un ambiente educativo, las personas se enfrentan con tareas complejas que exigen cierta concentración de esfuerzo intelectual, y por lo tanto no se puede realizar con eficiencia cuando tienen que realizar simultáneamente otras tareas mentales. En cierto caso la automatización, de procesos básicos de codificación, le permite liberar recursos intelectuales que se pueden utilizar para lograr una buena representación mental interna de los diversos contenidos. Quien tiene habilidades para automatizar el procesamiento de la información tiene más recursos mentales para enfrentarse a la novedad que quienes no han logrado desarrollar esta habilidad.

La automatización de una habilidad es un proceso que exige ejercitación sistemática, mediante la cual la persona logra superar etapas que corresponden a diferentes niveles de concientización de la habilidad. Al principio, la práctica se inicia con una actividad llamada de procesamiento controlado, donde la persona interviene con gran cantidad de esfuerzo en seguir, paso a paso la actividad mental que realice.

Luego conforme, continua ejercitando, progresivamente logra realizar el acto mental cada vez más inconscientemente, hasta que alcanza el estado de procesamiento automatizado, cuando esto ocurre la persona adquiere la capacidad de realizar la tarea cognoscitiva con un mínimo de recursos mentales. Estos llamados recursos mentales son utilizados también en desarrollo del pensamiento creativo. La creatividad es un factor fundamental en el desarrollo del pensamiento y la creación de la inteligencia.

La Creatividad

La creatividad se ha considerado desde muchos puntos de vista, vinculándose con diferentes representaciones que han determinado el tipo de producto que genera, el ámbito que abarca y la definición que se da; se ha considerado como producto del individuo y de sus circunstancias y producto de la capacitación y de la estimulación

adecuada. La creatividad también ha sido considerada como una característica personal producto y proceso del pensamiento. La creatividad se manifiesta dependiendo del nivel de abstracción o de elaboración que necesita el sujeto (Sánchez,1.998).

Torrence (1962) citado por Sánchez (1998) define la creatividad como un proceso de percibir problemas o lagunas en la información, formular ideas o hipótesis, verificar estas hipótesis, modificarlas y comunicar los resultados.

Jones (1972) considera que la creatividad incluye una combinación de flexibilidad, originalidad y sensibilidad, hacia las ideas que permiten al sujeto apartarse de un orden o arreglo usual

Guilford (1967) citado por Sánchez (1998) habla sobre los estilos de pensamiento que se distinguen frente al desarrollo de la creatividad; uno es el pensamiento divergente y el otro el convergente. La producción divergente es la operación que está más claramente desarrollada con la creatividad y la divide en fluidez, que es la capacidad de generar ideas, flexibilidad o habilidad para seleccionar soluciones de problemas entre muchas categorías y posibilidades, la originalidad relacionada con las únicas y nuevas de los problemas que se encuentran y la elaboración que está ligada a la capacidad de percibir deficiencias, generar ideas y reafirmarlas para obtener nuevas versiones mejoradas.

Guilford (1967) citado por Sánchez (1998), afirma que el desempeño creativo es el factor que contribuye a la solución de problemas, especialmente cuando interviene aspectos cognoscitivos.

Gallahan (1978), relaciona la creatividad con ciertos rasgos de la personalidad, tales como apertura, lugar de evaluación interna, habilidad para jugar con ideas, disposición para tomar riesgos, preferencia por la complejidad, tolerancia por la ambigüedad, auto-imagen positiva, compromiso con la tarea, etc.

Como resultado de la experiencia de campo, tal como lo menciona Sánchez (1998) y del análisis de los procesos de pensamiento (1983 – 1984) se ha visto que la aplicación de un enfoque sistémico integrado al proceso operativo permite conjugar en un todo coherente muchos de los factores de la creatividad, haciendo así una separación del acto creativo en tres etapas: Entrada – proceso y salida.

Otro factor sería la consideración del ambiente psicológico y físico en el cual ocurre el proceso de estimulación o auto-estimulación de la creatividad. La retroalimentación con

sus mecanismos de regulación es otro factor que forma la creatividad, dándose por último el control de la totalidad del proceso.

Existen muchos métodos y técnicas que estimulan el pensamiento creativo, tanto individual como grupal. Entre estas técnicas hay dos tipos descritos por Rouquette (1977). El primer tipo, centrado en el objeto, lo ilustra con el método de los atributos de Crawford (1977), que consiste en mejorar objetos mediante una exploración exhaustiva de sus características y con el método morfológico Zwicky, en el que se aíslan los componentes materiales y funciones del objeto y luego se intenta buscar las posibles maneras de lograr y evaluar cada componente. El segundo tipo de técnica centrado en el sujeto, se refiere a la organización de grupos para estimular el pensamiento creativo. Pueden considerarse como métodos psicosociales, y entre los más difundidos está el torbellino de ideas de Osborn (1955) y la sinética de Gordon (1961).

Perkins (1983) asocia la enseñanza de la creatividad como pensamiento inventivo y utiliza el diseño como concepto puente y como herramienta para lograr sus objetivos. Sigue el uso de estrategias que orienten rigurosamente al docente y al estudiante en el trabajo y propone un enfoque que integra diseño, secuencia de contenidos y proceso apropiados para desarrollar conductas y actitudes basadas en los principios de la creatividad que propone en su modelo y para lograr que a la vez el estudiante alcance modelos deseables de generalidad, complejidad y abstracción de los productos que genere.

La secuencia considera dos niveles de abstracción. En el primero trabaja con situaciones concretas y comunes y en el segundo situaciones abstractas: en ambos casos los temas se presentan en el siguiente orden: Análisis y evaluación de diseños y familias de diseños, introducción de cambios en los diseños e invención de diseños.

Perkins (1981) incluye como último tema la invención y afirma que para tratar con la inventiva se necesita que el estudiante tenga un método para estudiar y comprender la situación y el objeto con el cual intenta trabajar. De igual manera las familias de diseños permiten generalizar y los diseños de procedimientos facilitan el logro de los niveles de abstracción deseados. En cuanto al ambiente de aprendizaje, numerosas experiencias demuestran su importancia y como este afecta al proceso de enseñanza aprendizaje.

Uno de los resultados de la creatividad es el diseño, esta característica se encuentra presente en mayor y menor grado en la gran mayoría de la población. Perkins (1983) considera que el diseño es una herramienta que permite separar y agrupar las cosas, no física, pero sí mentalmente; es decir, el análisis o separación de un todo en partes y la unión de elementos para generar cosas nuevas si se piensa creativamente de ellas.

El proceso creativo visto desde el punto de vista del pensamiento inventivo de Perkins (1983) tiene ciertas características que se describen mediante los seis principios siguientes. La creatividad incluye principios estéticos y prácticos. La persona creativa se esfuerza por mostrar originalidad, busca conceptos e ideas más generales, fundamentales y de mayor alcance, pretende alcanzar lo elegante, bello e impactante.

También depende de la atención que se le presta a los propósitos tanto como a los resultados. La persona creativa, explora el mayor número posible de alternativas en cuanto a objetivos y enfoques del problema como parte inicial de su esfuerzo. Evalúa los objetivos y enfoques del problema, permanece abierto a cambiar de enfoque cuando surgen dificultades o cuando descubren nuevas posibilidades para afrontar el problema.

La creatividad se basa más en la movilidad que en la fluidez. Cuando surgen dificultades, las personas creativas tienden a hacer el problema más abstracto, más concreto, más general o más específico. Por medio la observación se detecta problemas y oportunidades mientras trabajan con los objetivos o en el marco de otros contextos. Deliberadamente exploran las situaciones en que trabajan y las comparan con otras afines para darse la oportunidad de agudizar más su perfección.

La creatividad opera más allá de las fronteras del pensamiento que en el centro de esté. La persona creativa mantiene principios de trabajo muy altos, acepta el riesgo de fracasar como parte del proceso, aprende a verlo como normal, e inclusive como un reto interesante. Utiliza ayudas externas para enfrentarse a la confusión y la complejidad, tales como tomar nota, de sus pensamientos, organizar ideas sobre el papel y hacer esquemas modelos o diagramas.

Un pensamiento inventivo depende de pensar más en términos de proyectos que en problemas aislados. Compromete gran parte de su tiempo y de su esfuerzo, desarrolla productos intermedios mientras se dirige a los resultados finales. Tiene a desarrollar y evaluar estos productos intermedios con el mismo cuidado que el producto final. Usa

libertad intrínseca para utilizar un proyecto más que trabaja en problemas aislados, centra su atención en pensar entorno a una situación específica.

Se destacan tres dificultades claves en el desarrollo del pensamiento inventivo, que son, lograr la generalidad, la abstracción y la complejidad de los productos. Según Perkins (1.983) estos aspectos no se estudian en la enseñanza tradicional donde solo se pide al estudiante la elaboración de respuestas breves y jamás se exige generar un producto con las características mencionas. Por esto se da necesidad de crear un programa de prevención, en los primeros estudios que realizan algunos jóvenes en la educación superior para así promover un rendimiento adecuado de los estudiantes durante sus años de carrera.

Existen una serie de características que hacen que se pueda identificar una persona como creativa. Actualmente se hacen esfuerzos para definir las características de las personas creativas. Tiene habilidad para aceptar puntos vista ajenos, para cambiar enfoque, redefinir metas, retroalimentarse. Se desenvuelven adecuadamente en situaciones nuevas y encontrando estrategias para la resolución de problemas. Poseen un pensamiento adecuado para poder manejar situaciones complejas o ambiguas.

Esta persona demuestra alto nivel de curiosidad, interés y pensamiento reflexivo, sentido poco usual del humor, alto nivel de tolerancia para la ambigüedad y necesidad de aventura, autosuficiencia y auto confianza flexibilidad para aceptar cambios y transformaciones, percibir problemas y lagunas de información, formular y verificar hipótesis, obtener y comunicar resultados, percibir situaciones de manera diferente, cambiar enfoques dividir un todo en su partes, descubrir nuevos sentidos y relaciones entre los elementos de un conjunto.

Desde una visión global y generalizada, lo más importante en Psicología es comprender al ser humano desde su perspectiva. Para hacer esto lo más importante es conocer su lenguaje , saber interpretarlo y saber entenderlo. Estos aspectos forman parte indispensable de la inteligencia lingüística.

La Inteligencia Lingüística

Gardner (1998) habla de la inteligencia lingüística como una de las inteligencias múltiples y la define como la capacidad de desarrollar el lenguaje en todos sus aspectos.

Hay cuatro aspectos del conocimiento lingüístico, que han probado su gran importancia en la sociedad humana. El primero es el aspecto teórico del lenguaje, el cual consiste en la habilidad para emplearlo con el fin de convencer a otros individuos acerca de un grupo de acción. Este factor se empieza a cultivar desde los tres años de vida. El segundo importante factor es el poder mnemotécnico, que consiste en la capacidad de emplear el lenguaje para ayudar a recordar información. El tercer aspecto se refiere al papel de explicación; el cual explica que gran parte de la enseñanza y aprendizaje ocurre por medio el lenguaje, permite a los individuos ordenar palabras, como recibir y dar instrucciones orales y dar explicaciones. La última facultad del lenguaje es la habilidad para emplearla, esto significa reflexionar y empeñarse en el análisis metalingüístico.

El lenguaje es la instancia más preeminente de la inteligencia humana, en esta instancia, interviene factores que se descubrirán a continuación: Como primer factor, se encuentra el desarrollo de las habilidades lingüísticas: las raíces del lenguaje se pueden hallar en una jerga infantil de los primeros meses de vida. Los pequeños primero imitan sonidos que encuentran en el repertorio que ofrece el medio circundante, generalmente de padres o adultos cercanos.

A principios del segundo año de vida la actividad lingüística es diferente ya que el niño comprende la expresión punteada de palabras aisladas. Después de utilizar las palabras aisladamente comienzan a concatenarlas y crea algún tipo de comunicación. A los tres años, el niño expresa secuencias de mayor complejidad; incluye preguntas y negaciones. También realiza operaciones con condiciones. A los cuatro años el pequeño corrige los errores sintácticos en estas oraciones, puede entonces hablar con bastante fluidez en formas cada vez más parecidas a las de un adulto. Los infantes logran trascender la expresión mundana y producen figuras sorprendentes en el habla.

Piaget (1.981) quien habla del desarrollo intelectual desde el nacimiento define la inteligencia como una adaptación, ya que para captar la vida en general es necesario establecer con precisión las relaciones existentes entre el organismo y el medio; por otro lado también afirma que las funciones del lenguaje infantil se dividen en dos grandes grupos, llamados egocéntrico y socializado.

El niño al pronunciar las frases del primer grupo, no se ocupa de saber a quien hablar y si es escuchado. Habla ya para sí, ya por el placer de asociar a cualquiera a su acción inmediata, este lenguaje es egocéntrico, en primer lugar por que habla sino sí mismo, pero sobre todo porque no trata de ponerse el punto de vista del interlocutor. El interlocutor es el primero que llega. El niño no le pide sino un interés aparente, aunque el mismo crea que es oído y entendido. No experimenta verdaderamente algo.

Según Piaget (1.975) el lenguaje egocéntrico puede ser dividido en tres categorías: la primera corresponde a la repetición de sílabas o palabras, (ecolalia), el niño las repite por el placer de hablar, sin la menor preocupación de dirigirse a alguien, y ni siquiera por pronunciar palabras que tengan un sentido. Es uno de los últimos restos del balbuceo del bebé que evidentemente no tiene todavía nada de socializado. Le sigue el monólogo el cual consiste en que el niño habla para sí, como si pensara en voz alta, pero no se dirige a nadie.

Por último habla del monologo en pareja o colectivo el cual es la contradicción interna de esta apelación, la cual sugiere muy bien la paradoja de las conversaciones infantiles que se acaban de mencionar, en las que cada uno asocia al otro en su acción o su pensamiento momentáneo pero sin preocuparse por ser oído y comprendido realmente. El punto de vista del interlocutor no interviene jamás: el interlocutor es solo un motivador.

En cuanto al lenguaje socializado se pueden distinguir cinco categorías, la primera se define como la información adaptada en la cual el niño intercambia su pensamiento con el de los demás y ya sea que informe al interlocutor de algo que pueda interesar e influir sobre su conducta, o ya sea que haya un verdadero intercambio, discusión o incluso colaboración para perseguir un bien común. Si el niño se pone en el punto de vista del interlocutor sin asegurarse de sí el interlocutor lo oye o lo comprende, existe información adaptada; y si por el contrario el niño no habla sino de sí mismo sin preocuparse por el punto de vista del interlocutor y ni siquiera sin asegurarse de sí el interlocutor lo oye y lo comprende.

La segunda se define como la crítica la cual abarca todas las observaciones sobre el trabajo o la conducta de los demás, que tiene el mismo carácter que la información adaptada, es decir que no son específicas con respecto a un interlocutor dado. Estas observaciones son más efectivas que intelectuales, es decir que afirman la superioridad

del “yo” y denigran al prójimo. Se podría tener la tentación en virtudes de este último hecho, a clasificar este grupo en las categorías egocéntricas, pero “ egocéntrico”, estará tomado, naturalmente, en sentido intelectual y no moral. En el presente grupo de lo que se trata es de la acción de un niño sobre otro, acción que resulta fuente de discusiones, de peleas por rivalidades, mientras que las palabras del monólogo colectivo no tienen ningún efecto sobre el interlocutor.

Por otra parte el matiz que diferencia a la crítica de la información adaptada es muchas veces más sutil, y solo queda determinado por el contexto. El siguiente grupo corresponde a las ordenes, los ruegos y las amenazas, en el cual se da fuera de toda duda una acción de un niño sobre otro. El cuarto grupo es el referente a las preguntas que son la mayoría de las que hace un niño que pide una respuesta, así que se les puede clasificar dentro del lenguaje socializado, sin perjuicio a equivocaciones. El siguiente grupo corresponde a unas respuestas y como su nombre lo indica son las respuestas dadas a las preguntas propiamente dichas y a las ordenes, y no a las respuestas dadas a lo largo de los diálogos a proposiciones que nos son preguntas sino que remite a la información.

Piaget (1.981) dice que para hacer epistemología de una manera objetiva y científica, no hay que tomar el conocimiento en sus formas superiores, sino encontrar los procesos de formación; como se pasa de un conocimiento menor a uno superior, siendo esto relativo al nivel y al punto de vista del sujeto, al estudio de estas transformaciones del conocimiento al ajustamiento progresivo del saber, es lo que se llama “epistemología genética”.

Para encontrar un puente entre la biología y la teoría del conocimiento fue necesario estudiar el desarrollo mental, el desarrollo de la inteligencia, la psicogénesis de las nociones. Sostuvo siempre que el conocimiento de la realidad es descubierto y construido por la actividad inteligente del niño frente al mundo, y en esto discrepa de las enseñanzas de los conductistas norteamericanos que sostenían que sostenían una actitud espectadora y mecanicista de un observador pasivo del medio ambiente. El concepto de la inteligencia humana fue concebido por un tipo de rendimiento biológico que permite a los individuos interactuar eficazmente con el medio ambiente en el ámbito psicológico. Este rendimiento exige la actividad mental y un equilibrio que supone una

coordinación y ajuste entre esta actividad y las adaptaciones biológicas a un medio ambiente.

Al hablar del lenguaje, se debe tener en cuenta un aspecto muy importante y este es él referente al cerebro. Los futuros escritores, son los individuos en los cuales ha florecido la inteligencia lingüística mediante el trabajo y a través de cualidades genéticas. Sin embargo, otros individuos pueden presentar dificultades particulares con respecto al lenguaje. Parece a veces que las dificultades son inherentes sobre todo en la discriminación auditiva.

Se presenta entonces una dificultad para descifrar una serie rápida de fonemas, lo cual crea problemas de comprensión y articulación inapropiada. La capacidad de procesar los mensajes lingüísticos con rapidez, es un requisito para entender el área normal.

El lenguaje involucra proceso complejo de adquisición, ajenos no a las comprendidas en sólo otras esferas intelectuales sino también a procesos particulares del desarrollo del lenguaje, lo que hace que dentro de éste haya personas que dominen más una forma que otra, un ejemplo son las personas con facilidad de expresión no verbal, escrita, expresiva, corporal, entre las principales áreas. Por otro lado se ve como el cerebro juega un papel muy importante y hasta ahora no pueda ser adquirida pero si que necesitará más práctica, ya que resultará más complicada dependiendo de la lesión. Dada la importancia que tiene el contexto en el desarrollo de la inteligencia, el cual proporciona diferentes formas de expresar, entender y sentir los mensajes, se hace indispensable hablar del ámbito en el cual se ubica la población del presente trabajo; se trata de la universidad.

Se puede decir, que la vida universitaria es una vivencia de la persona, que se debe entender más allá del área académica o del proceso enseñanza-aprendizaje. Comprende la formación de estructuras cognitivas, socio afectivas y culturales que van necesariamente a fusionarse profundamente en la dinámica mental del individuo. Es por ello que así mismo el ser un universitario conlleva a una serie de ajustes, adquisiciones, aprendizajes y en términos generales a una reestructuración del comportamiento de la persona, originada en una necesidad de educación y formación de índole superior.

Estos cambios en la universidad se pueden considerar desde la perspectiva de la adaptación citada por Merani (1.980) “procesos que hacen más efectivas y ajustadas las

actividades del trabajo o del proceso de aprendizaje”. Uno de estos cambios lo podemos ver en la manera en que tienen que enfrentarse a las exigencias, netamente académicas, como lo son las que se derivan del considerar un carácter superior en el pensamiento joven.

Inteligencia Emocional

Se han identificado varios tipos de inteligencia entre las cuales se encuentra la inteligencia emocional, Uzcátegui (1997). La inteligencia intrapersonal es la capacidad que tiene el individuo de poder entender e identificar sus emociones, además de saber como se mueve subjetivamente en torno a sus emociones. Una vez que la persona conoce su dimensión emocional, comienza a tener mejor y mayor control sobre su vida, lo que reanuda en mayor estabilidad.

Otra dimensión de funcionamiento emocional es en el ámbito interpersonal, la cual se refiere a la capacidad que tiene el individuo de entender las emociones de otras personas y actuar de manera coherente con ellas. Otra de las aplicaciones de los diseños de inteligencia emocional es la optimización de la inteligencia racional, con lo que el individuo se convierte en un potencializador de recursos intelectuales, ya que al poder controlar su funcionamiento emocional, logra importantes valores agregados para su funcionamiento emocional, logra importantes valores agregados para su desempeño en el ámbito de toma de decisiones y solvencia de problemas entre otras cosas.

El desarrollo de las habilidades mencionadas coloca a la inteligencia emocional en la palestra de la contemporaneidad con aplicaciones muy concretas; por ejemplo, en la educación de los niños, pues de las dificultades que estos afrontan durante su crecimiento son los bloqueos emocionales, consecuencia de las circunstancias que los rodean. Desde la óptica de los especialistas, aquellos niños que reciben herramientas para manejar su sistema emocional, desarrollan recursos que les aportan gran fortaleza para afrontar la vida (Goleman,1997).

Otra de las aplicaciones prácticas de la inteligencia emocional es el mundo de la pareja, porque se trata del tipo de relación donde hay mas intimidad, cercanía, frecuencia y compromisos propios de la convivencia, lo que pone a prueba cada momento el talento emocional. Al nivel de las organizaciones y empresas provee técnicas importantes para

que el individuo se pueda ubicar en un mundo competitivo, demandante, cambiante, exigente y sobre todo globalizado emocionalmente (Uzcátegui, 1997).

En cuanto al área de reclutamiento de personal de las empresas, específicamente, en el país ya existen algunos entes preocupados en aplicar los indicadores de inteligencia emocional para medir funcionamientos como creatividad, motivación y seguridad, que suelen ser determinados para el éxito laboral dentro de las empresas, pues puede que el coeficiente intelectual –las credenciales- el cargo a una persona, pero es el manejo inteligente de las emociones el que garantiza el ascenso de la organización.

Así vemos que debajo los postulados y evaluaciones que aplica la inteligencia emocional, se derrumban los estigmas positivos o negativos que suelen crear los resultados del test de coeficiente intelectual.

La inteligencia emocional se aprende a grandes rasgos, primero que todo, la persona tiene que descubrir y aceptar que existe otro mundo que proporciona herramientas para suministrar la vida. Para luego, a través de la terapia, comenzar interconectar los sistemas emocional y racional que posee. Debe quedar claro que esta técnica no es milagrosa, ya que algunas personas son tremendamente exitosas en ambientes laborales y sociales, mientras que las relaciones familiares y personales presentan graves deficiencias.

Con las herramientas que proporciona la inteligencia emocional se le facilita al individuo el ser un ente creativo dentro de la avalancha de sucesos que pueden afectarlo, con el fin último de ser libre basándose en la creatividad desarrollada en el mundo social lo que afecta el desarrollo de una inteligencia adecuada, pues como es sabido existen siete tipos de inteligencias y son también varios los aspectos que determinan el mayor desarrollo de un tipo de inteligencia a otra, es así como el aspecto orgánico en un ser humano también es determinante en el desarrollo de un tipo de inteligencia a otra.

Goleman(1997) argumenta que para los antropólogos el cerebro orgánico se divide en tres partes: el cerebro externo, el cerebro medio o mamífero inferior, y el cerebro antiguo llamado también reptil por su forma anatómica. De todos ellos, el que más se relaciona con la mente es el cerebro reptil porque contiene las emociones primitivas y los instintos de supervivencia y conquista; a demás se encuentran en él entre otras las funciones primarias vitales como la respiración y la regulación del calor corporal. El

cerebro externo o neo-cortex tiene a su cargo la importante función del pensamiento y el razonamiento intelectual.

Pero, aunque muchos saben que este cerebro esta compuesto de dos hemisferios cerebrales muchos también ignoran que el hemisferio izquierdo maneja la lógica y todo lo relacionado con ella, mientras que el hemisferio derecho con la emoción y también con los sentimientos negativos, como los miedos las culpas y el resentimiento. Sin embargo esto no significa que una persona con hemisferio izquierdo dominante (la lógica) no tengan emociones negativas, como miedos o culpas. Es necesario aclarar esto, porque se tiende a pensar que las personas “lógicas” solo tienen sentimientos y emociones en permanente equilibrio. Todas las personas tienen un hemisferio dominante; algunas pueden ser extremadamente lógicas (hemisferio izquierdo), y otras por el contrario pueden ser extremadamente emocionales (hemisferio derecho).

Por supuesto que el equilibrio pasa por la función conjunta de ambos hemisferios, este es el problema, casi todos “manejan” inconscientemente, todo el tiempo, el hemisferio izquierdo o el hemisferio derecho antes de determinar si una persona es hemisferio izquierdo o derecho, es necesario conocer brevemente las cualidades de cada uno. Las personas con predominio del hemisferio derecho o izquierdo, es necesario conocer brevemente las cualidades de cada uno.

Goleman (1997) afirma que cientos de estudios muestran que la forma en que los padres tratan a sus hijos ya sea con una disciplina dura o una comprensión empática, con indiferencia o cariño, etc., tiene consecuencias profundas y duraderas en la vida emocional del hijo, sin embargo, solo hace poco tiempo han aparecido datos innegables que muestran que tener padres emocionalmente inteligentes es, en sí mismo un beneficio para el niño.

Las formas en que una pareja lidia con los sentimientos recíprocamente, además del trato directo con el niño, imparten poderosas lecciones a los hijos, que son alumnos astutos y sintonizados con los intercambios emocionales más sutiles que se producen en la familia.

Es mucho lo que se puede aprender acerca de los efectos que durante una vida ejerce una paternidad emocionalmente innata, especialmente del papel que juega en volver agresivos a los niños. A partir de estudios longitudinales, como el que se llevó a cabo

con los 870 niños del estado de New York, que fueron seguidos desde los ocho años hasta los treinta años. Entre los niños el más deliberante, los más rápidos para empezar una pelea y que habitualmente utilizaban la fuerza para conseguir lo que querían eran los que tenían más probabilidades de abandonar la escuela y al llegar a los treinta, tenían historiales de crímenes y violencia. También, al parecer, transmitían su propensión a la violencia a sus hijos.

El individuo posee una serie de estructuras para entrar en contacto con su medio tanto físico como cultural o social y finalmente para poder adaptarse. ¿Son las partes las que determina al todo, o por el contrario, es el todo el que determina a las partes?, Es este el problema que se ha planteado desde mucho tiempo atrás sobre las ciencias sociales. Problema que se refiere a las relaciones básicas que se establecen en cualquier sociedad, a las del individuo con su grupo y que intenta dar luces sobre cual es la posición en la que el sujeto único e individual se encuentra frente a la sociedad en la cual esta inmerso. Surgen entonces dos interrogantes: ¿está el individuo en total indefensión e insignificancia?.

Por el contrario es la posición de un elemento determinante y decisivo en los procesos sociales sin el cual el grupo perdería su significado, estos son solamente dos interrogantes planteados al nivel de las relaciones sociales, y según la manera como estén resueltos, se desprende una inmensa serie de consideraciones tales como la naturaleza de la participación, el sentido de pertenencia, el compromiso social, la cohesión de grupo y algunos otros. (Manuel Toro, Estudiante Universidad Nacional).

El constructivismo genético de Piaget (1990) es una teoría acerca del desarrollo de las estructuras operatorias, en primer lugar se debe comprender que aquí Piaget menciona las estructuras en términos lógicos en la medida en que formula que existe la lógica dentro de la acción, es decir, las acciones no se producen al azar, sino siguiendo unas reglas que posteriormente pueden ser abstraídas por el sujeto, mediante axiomas y formalismos que dan cuerpo a lo que en sentido académico se conoce como lógica, que en un principio era la clásica y formal, pero que no se ha detenido ahí, sino que han aparecido subsiguientes axiomatizaciones que han dado lugar a las lógicas modales.

Las estructuras que tiene el individuo para entrar en contacto con su medio físico como cultural o social y finalmente poder adaptarse, son los esquemas de asimilación –ya que

ellos representan características tanto funcionales como estructurales propias, lo que permite entenderlos como estructuras relacionales y organizacionales básicas- que tienden continuamente al establecimiento de nuevas relaciones con el entorno por medio de los procesos de abstracción y generalización que finalmente están regidos por un proceso equilibrado de las estructuras que tiende, entre otros, al establecimiento de agrupamientos operativos estables (reversibles).

Por su parte, las relaciones sociales se establecen precisamente a partir de las acciones intersubjetivas o cooperaciones que tomadas en conjunto, esto es, entendidas como un todo se rigen de igual manera por una estructura de agrupamiento, que si bien muchas veces está inacabada, de todas formas puede ser caracterizada por el mismo tipo de operaciones lógicas que se encuentra al seno de cualquier otro agrupamiento. Es así como “entre las operaciones individuales y la cooperación habrá pues, a fin de cuentas una identidad funcional desde el punto de vista del equilibrio que las rige a ambas”. (Piaget, 1.990).

Las formas en que los padres o personas con autoridad se relacionan entre sí y con los niños, imparten poderosas influencia sobre los hijos, estos son alumnos astutos y sintonizados que acatan los intercambios emocionales más sutiles que se producen en la familia, son personas que perciben el clima de salud emocional y física imperante en esta, por esta razón se aborda la importancia de la salud y de un estilo de vida saludable en la familia.

El Concepto de Salud

En el uso de la lengua española el vocablo “salud” significa un estado del organismo que no esta enfermo; y “enfermedad” se relaciona con alteraciones del organismo que perturban su funcionamiento normal (Garavito, 1995).

Hoy en día más que enfatizar los aspectos negativos de la salud, por ejemplo, el no tener síntomas de enfermedad, se reconoce la importancia de la perspectiva de salud positiva.

El objetivo es hacer siempre más énfasis en construir salud que en curar la enfermedad.

Es preciso señalar también que un concepto positivo de salud llevaría a hacer énfasis en un modelo que diese prioridad a la salud en vez de a la enfermedad

Dado que la “persona”, el individuo”, se halla inmerso dentro de una determinada familia que vive en comunidad concreta y en una sociedad con una cultura y o sistema socioeconómico específico, según estos sistemas “funcionan” de una forma “saludable” o no, influenciarán positiva o negativamente, no sólo a la salud de las personas, sino también a la promoción de ésta y a la prevención de la enfermedad.

Desde este punto de vista la salud no puede caracterizarse exclusivamente desde un nivel individual, sino que sería necesario hacer referencia a ésta desde los diferentes sistemas en los que la persona está inmersa. Por ello, los conceptos de familia sana y cultura y sociedad sanas son relevantes para llegar a una mayor comprensión del concepto de salud.

De una forma general se habla de “cultura de la salud” para hacer referencia a la creación de una conciencia que se centre más en la promoción de la salud que en el tratamiento de la enfermedad.

Desjarlais (1197) sostiene que desde una perspectiva más psicológica, centrándose de una forma prioritaria en la salud mental positiva y teniendo en cuenta diferentes esferas del funcionamiento del individuo se incluyen en el concepto de salud las siguientes características:

Logro o aspiración: es decir, capacidad de establecer metas realistas y efectuar esfuerzos activos para conseguir tales logros y aspiraciones.

Funciones Cognitivas: Hace referencia a la percepción realista del mundo.

Balance Emocional: funcionamiento integrado, bienestar afectivo, se trata de reaccionar de una forma adecuada a los estímulos y sentirse bien, ya sea en el ámbito general o específico.

Ajuste Social: competencia, autonomía, se trata de actuar de una forma autónoma y competente al contexto sociocultural

Autoestima: el individuo se percibe a sí mismo como siendo físicamente saludable, atractivo, inteligente etc.

Ilusiones: visión positiva del yo, habilidad de ser feliz o estar satisfecho, capacidad de cuidarse de otros y preocuparse por ellos, poder realizar trabajo productivo y creativo y competencia para desarrollarse y alcanzar metas dentro de un medio desafiante y a veces amenazador.

Resulta un tanto difícil él poder llegar a un concepto unánimemente aceptado de salud, porque en última instancia cualquier conclusión tendría que ser algo siempre relativo.

Psicología de la Salud

La Psicología de la Salud puede verse como la conjunción entre la Psicología Clínica y la Medicina. Ciñéndose a su establecimiento formal, habría que remitirse a la Medicina Psicosomática, un término acuñado en 1918 en el contexto de la extensión del psicoanálisis para entender trastornos funcionales supuestamente debidos a conflictos psicológicos. En el año 1939 aparece la Revista Psychosomatic Medicine que, como decía en la primera editorial, su objeto era "estudiar la correlación existente entre los aspectos fisiológicos de todas las funciones corporales, tanto normales como anormales, y de esta manera integrar la terapia somática y la psicoterapia".

La Psicología Médica también se sitúa en esta perspectiva de la Psicología de la Salud. En general, la psicología médica se refiere a los aspectos curativos que se dan en la interacción entre el médico y el paciente. Más concretamente, es la enseñanza de la psicología que se imparte en la carrera de Medicina, incluyendo entonces toda una variedad de conocimientos psicológicos de interés para la formación médica.

La cuestión es que todas estas líneas históricas (Medicina Psicosomática, Medicina Conductual, Psicología Médica) confluyen en el campo denominado genéricamente Psicología de la Salud, que se ha constituido en 1978 en un Área con su propia división (la División 38) dentro de la APA, contando desde 1982 con su propia Revista, Health Psychology.

Psicología de la Salud es una disciplina que como tal figura en la mayoría de los Planes de Estudio de las Facultades de Psicología. La Psicología Clínica y la Psicología de la Salud se avienen en su complementariedad a la formación del 'Psicólogo Clínico y de la Salud'.

Estilos de Vida Saludables

El Estilo de Vida Saludable es la manera como la gente se comporta con respecto a la exposición a factores nocivos que representan riesgo para la salud, (Desjarlais, 1997).

Los Comportamientos o Conductas son determinantes decisivos de la salud física y mental y del estado de la salud pública, estando fuertemente vinculados al bienestar. Según F.A.O (1998) se calcula que un tercio de las enfermedades en el mundo pueden prevenirse mediante cambios en el comportamiento.

La manera como la gente se comporte determinará el que enferme o permanezca sana, y en caso de que enferme, su papel va a ser decisivo en la recuperación y en la velocidad a que ésta se produzca. Los comportamientos que tienen impacto en la salud se denominan habitualmente "Modos o Estilos de Vida" y quiere decir que la persona es libre de elegir la forma de vivir que le guste.

Se entiende, a modo de Fundamentación, la importancia de incidir en los estilos de vida saludables de los jóvenes no sólo por el evidente peso poblacional de esta categoría sino, esencialmente, por su valor como recurso humano estratégico de cualquier política de desarrollo, capaz de impactar el desarrollo presente y futuro de las sociedades.

Se constata, en este sentido, la presencia de vacíos conceptuales y consensuales de paradigmas en cuanto a qué es y cómo se definen los estilos de vida saludables en jóvenes y adolescentes. Existen acercamientos tímidos e iniciales a las subculturas juveniles y a sus estilos de vida pero es imprescindible estudiarlos con más detalle y evaluar su impacto sobre la salud, (Cepal, 1994). Esto es indispensable ya que los roles y condiciones de vida de los jóvenes son culturalmente específicos. Las dos instancias centrales de socialización en estilos de vida saludables -familia y educación- han visto debilitado su rol por estar viviendo una profunda crisis en las sociedades (O.P.S, 1994).

Un intento de Conceptualización de esta categoría remite a la identidad misma del ser humano, ubicada en tiempo y espacio, ya que los estilos de vida saludables son un producto histórico social que se expresa de forma diferencial en grupos e individuos pero que afecta a la sociedad en su conjunto. En este intento de Conceptualización puede asumirse que estilos de vida saludables es todo aquello que provee bienestar y desarrollo individual en forma solidaria, a nivel bio-psico-social.

Por tanto, deberían ser definidos atendiendo a lo que piensan los jóvenes; a lo que necesita la sociedad; a las aspiraciones culturales; al conocimiento acumulado desde los estudios científicos sobre lo que produce daño y lo que produce bienestar. Cabe señalar, en este sentido, que existen diferentes estilos saludables de vida -no uno sólo- y que

tiene que ver con el marco cultural de socialización del individuo, sus grupos de pertenencia y de referencia, así como sus propias preferencias. Es decir, cada cultura -en especial la de los jóvenes- posee sus propios esquemas de estilos de vida saludables.

En la misma línea, debe subrayarse que existen distintos indicadores de estilos saludables de vida desde el ámbito de lo biológico, lo antropológico, etc. siendo en el encuentro de las diferentes disciplinas donde este concepto adquiere su verdadera riqueza y real complejidad (O.P.S, 1998).

En cuanto al terreno más concreto de las políticas y programas para abordar esta temática puede señalarse que, como escenario previo, toda iniciativa programática deberá incorporar, al menos, los siguientes criterios: reconocimiento de las identidades juveniles, reconocimiento del necesario protagonismo de los jóvenes, fomento del trabajo con redes a partir de los recursos existentes, garantías al acceso a las oportunidades existentes por parte de los grupos sociales más desfavorecidos, uso de los medios masivos de comunicación, fomento en la familia y en la sociedad de costumbres saludables y hábitos adecuados de crianza, incorporación del aprendizaje de las conductas saludables desde el nivel escolar (O.P.S., 1994).

Del mismo modo, toda iniciativa programática deberá estar orientada a: constituirse en un grupo de referencia de estilos de vida saludables a través de expresiones masivas de difusión (medios de comunicación), fortalecer el rol de la educación formal e informal, como educación para la vida, fortalecer el rol de la familia, garantizar la igualdad de oportunidades para los jóvenes en áreas tales como salud, educación, empleo, recreación, participación, disfrute del ocio y de los bienes culturales.

Cepal (1994) señala que en relación con las propuestas específicas para trabajar en la materia pueden consignarse:

- a) Legitimar las diferencias y la pluralidad de los diversos estilos de vida de los jóvenes que constituyan una manifestación de la singularidad de las expresiones juveniles fundadas en el reconocimiento del otro, el respeto a la vida y al bien social, tomando especial cuidado en abrir espacios para las expresiones de las minorías.
- b) Realizar diagnósticos situacionales sobre estilos saludables de vida por países, teniendo en cuenta las diferencias por sexo y por estrato socioeconómico y cultural, llegando a los siguientes resultados: Conocimiento de las conductas de riesgo (en lo

psicosocial y en lo biológico), conocimiento de los factores de riesgo y de los factores protectores, construcción de indicadores nuevos de salud integral para jóvenes, que trasciendan los tradicionales.

c) Impulsar un abordaje intersectorial y multidisciplinario de la problemática del joven, buscando incluir en las propuestas a la empresa privada (en especial a los medios de comunicación); A las familias; al diálogo intergeneracional.

d) Trabajar propuestas educativas orientadas a ayudar al joven a encontrar un sentido de vida, en el ámbito formal y no formal.

e) Impulsar políticas públicas saludables que fortalezcan las actividades de promoción y prevención de estilos de vida saludables, con participación de los jóvenes como promotores -desde la planificación, ejecución y evaluación- fortaleciendo sus organizaciones de base.

f) Fortalecer líneas de trabajo específicas orientadas a promover el crecimiento físico; el autocuidado expresado en hábitos de higiene; el desarrollo de la autoimagen y la identidad personal; el fomento de la autoestima, asertividad y capacidad para la toma de decisiones; el fomento de la afectividad, la creatividad, el derecho al disfrute del cuerpo y otros logros personales.

g) Fortalecer líneas de trabajo específicas orientadas a evitar las lesiones físicas producidas por accidentes y violencias; las lesiones físicas producidas por mal cuidado de la salud en general, y de la salud sexual y reproductiva en particular.

h) En cuanto al papel de los recursos humanos, desarrolla acciones de capacitación y formación integral para los distintos agentes transmisores y modeladores de estilos de vida saludables. Estas acciones deberán focalizarse, de modo diferenciado, en los siguientes grupos humanos: profesionales de los medios de comunicación social, subrayando la atención en las distintas estrellas mediáticas (cantantes, disk jockeys, actores, etc.); legisladores; decisores políticos; Funcionarios de las distintas dependencias gubernamentales que tengan incidencia en los diversos ámbitos de acción de los jóvenes, tales como ministerios y dependencias de salud, juventud, educación, trabajo, cultura, medio ambiente, infraestructuras, etc. personal de las agencias no gubernamentales que trabajan con y para los jóvenes; familias; estrellas del deporte; escuelas y comunidades educativas; asociaciones y agrupaciones juveniles.

i) Desarrollar sistemas de información, seguimiento y evaluación a través de indicadores que permitan cualificar y cuantificar la eficacia de los estilos de vida saludables; concertar estos sistemas con las asociaciones y agrupaciones de jóvenes.

Situación de la salud

La salud de los jóvenes en nuestros países fue por largo tiempo ignorada ya que el indicador principal de salud utilizado por planificadores de salud y demógrafos fue la tasa de mortalidad, baja en los y las adolescentes en comparación con las de otros grupos de edad. La información epidemiológica es escasa y los datos no están desagregados por grupos de edad quinquenales ni por sexo (Cepal, 1994).

Los principales problemas de salud en los y las adolescentes y jóvenes son las enfermedades parasitarias e infecciosas. La tuberculosis pulmonar (TBC), particularmente agresiva en la adolescencia, ha tenido un enorme incremento en la última década como consecuencia del SIDA; según los cálculos, la TBC puede ser tan importante como causa de morbimortalidad entre las jóvenes como la mortalidad materna.

La muerte por enfermedades infecciosas predomina en países como Guatemala, mientras que en otros como Colombia -que ha presentado cambios en su transición epidemiológica- los accidentes y la violencia constituyen las causas mayores. Las principales causas de muerte del grupo 10-14 años son los accidentes y la violencia, tumores malignos y enfermedades infecciosas, mientras que en el grupo 15-19 son accidentes, homicidios, suicidios, tumores malignos y complicaciones del embarazo (O.P.S., 1994).

El mayor problema nutricional que enfrentan nuestros adolescentes es la anemia, principalmente en las zonas rurales pobres, por su asociación a parasitosis intestinales. Es igualmente frecuente en niñas que en niños en la adolescencia temprana (10-14 años), pero en la adolescencia tardía (15-19 años), la frecuencia es casi del doble en las niñas, como expresión de un mayor requerimiento de hierro por las pérdidas menstruales. Esto tiene consecuencias adversas posteriores durante la gestación (O.P.S., 1998).

Según la O.P.S. (1998) en las últimas décadas, se ha producido un incremento de todas las formas de violencia en la todos los países, constituyéndose en una de las

preocupaciones más graves en materia de salud pública. En 1996, el 28% de las muertes por homicidio ocurrió en adolescentes de entre 10 y 19 años. El suicidio es motivo de preocupación especialmente en Argentina, México, Venezuela, Brasil y Trinidad y Tobago. El homicidio lo es en Colombia, Brasil, México y Panamá.

La O.M.S. citada por la O.P.S. (1998), estima que por cada niño/a o adolescente que muere de algún traumatismo, quedan 15 afectados gravemente y 30 ó 40 con secuelas físicas y o psicológicas. Colombia, El Salvador y Brasil son los países más afectados por la violencia. Por las condiciones sociopolíticas de estos países, las víctimas producto del involucramiento de los adolescentes en movimientos de guerrillas y las muertes ocurridas por la explosión de minas abandonadas se ha convertido en un problema de salud.

Generalmente las personas de clase media y alta tienen la facultad de elegir el medio en donde están situados sus hogares, la calidad y tipo de alimentos que consumen y la clase de atención médica que reciben. En cambio los que viven en pobreza tienen sus opciones fuertemente restringidas por la limitación de sus recursos. El comportamiento está tan arraigado en los grupos sociales, influido por las diferencias sociales y dependiente de los recursos disponibles, que su naturaleza es primordialmente social.

Los comportamientos tienen una influencia profunda en la salud, algunos de ellos tan directos como lavarse o no las manos, empezar a fumar o dejar de hacerlo, decidir qué comer y cuándo, elegir con quién, cuándo y cuán a menudo tener relaciones sexuales y optar o no por trabajar con seguridad. O.P.S.-O.M.S. (1998) argumenta que el comportamiento influye en los riesgos de enfermarse y también en las posibilidades de sanar, porque la conducta de una persona determina que se exponga a agentes causantes de enfermedades y luego si se enferma debe procurar asistencia, y si la enfermedad es larga debe continuar al tratamiento.

Por otra parte, ciertos comportamientos y estilos de vida no saludables se inician usualmente en la etapa de la adolescencia, como el consumo de alcohol, tabaco y otras drogas dañinas a corto o largo plazo. El consumo de alcohol ha aumentado desde la década de 1980. El consumo de cocaína está aumentando, sobre todo entre adolescentes y jóvenes en condiciones de marginalidad y pobreza, (Cepal, 1994).

La prevalencia de las enfermedades no transmisibles relacionadas con dietas inadecuadas y estilos de vida poco sanos está creciendo en muchos países. Al aumentar la prosperidad y urbanización, las dietas tienden a ser por término medio más ricas en energía y grasas, especialmente saturadas, y a tener un contenido menor de fibras y carbohidratos complejos y un contenido mayor de alcohol, carbohidratos refinados y sal. En los medios urbanos disminuyen con frecuencia el ejercicio físico y el gasto de energía, mientras que tienden a aumentar el consumo de tabaco y el estrés.

Estos y otros factores de riesgo, así como el incremento de la esperanza de vida, van unidos a una mayor prevalencia de la obesidad, hipertensión, enfermedades cardiovasculares, diabetes, osteoporosis y algunos tipos de cáncer, con los consiguientes e inmensos costos sociales y de atención de salud (OPS-OMS1998). En algunas regiones la caries dental es también una importante condición relacionada con la dieta

Los estilos de vida, los comportamientos con respecto a la salud, son difíciles de cambiar. Pero a no ser que se cambien las conductas que implican altos riesgos, persistirán muchas enfermedades evitables y seguirán las muertes prematuras. Los comportamientos que más influyen en el estado de salud, tanto física como mental son las pautas sobre alimentación, el hábito de fumar, las actividades de trabajo, la higiene personal, la actividad sexual y el abuso de sustancias. Con el marco especial de los Valores Religiosos, Culturales, Sociales e Históricos.

Como conclusión lo primordial es discutir las recomendaciones con los y las adolescentes y jóvenes, y construir con ellos las que debemos hacer a la sociedad para contribuir a su salud en el amplio sentido del concepto, incluyendo de manera especial la salud sexual y reproductiva.

Dentro de los estilos saludables de vida se incluye además la formación de hábitos adecuados que conlleven a una calidad de vida mejor, de los más destacados se encuentran los Hábitos de estudio, que son costumbres adquiridas mediante la repetición de determinadas conductas de estudio, en tanto que una costumbre es la habilidad para ejecutar determinada actividad que se adquiere a través de la práctica constante.

Hábitos de estudio

Las conductas de estudio son las actividades observables que el estudiante realiza con el fin de obtener su aprendizaje de tal manera que la repetición de determinadas conductas de estudio, constituyen la mejor manera para aprender a estudiar.

La formación de los hábitos precisa condiciones internas del individuo: factores fisiológicos y psicológicos. Los primeros cubren tendencias, aptitudes y predisposiciones del sujeto y a la vez repetición, en grado y frecuencia, de acuerdo con las aptitudes naturales que secundan al hábito, aunque la repetición es en ocasiones más un refuerzo o perfeccionamiento del hábito que su origen, dado que ésta no es una rutinaria, sino que se esfuerza, cada vez, en mejorar el ejercicio de la actividad que se quiere perfeccionar. Entre las condiciones psicológicas que secundan la formación de los hábitos está la capacidad intelectual, la fuerza de voluntad y el temple moral.

La formación de los hábitos también requiere de condiciones externas; el medio ambiente y el factor social, éste decisivo porque en la familia vive el hombre el período más dúctil y formativo de su vida y del medio social deriva la mayor parte de sus normas y costumbres que suponen una serie de hábitos; el medio social, junto con la profesión u oficio, predispone, a la adquisición de particulares hábitos intelectuales y morales, modos de pensamiento y de conducta.

Cada persona tiene muchos sistemas de hábitos, que cuando están activados por un evento entran en juego las situaciones familiares.

Mientras ante un problema intelectual difícil, algunas personas, suelen habitualmente encerrarse y buscar soluciones ellas solas, otras acuden normalmente a otra persona para que les ayude, y otras lo dejan de lado y se convencen de que el problema no tenía ninguna importancia. En cada caso, el sistema de hábitos surge y adquiere su fuerza, porque en el pasado ha conducido al éxito, a la satisfacción o la resolución de una dificultad. Los sistemas de hábitos se fijan y refuerzan cuando conducen al éxito, al relajamiento de la tensión, entre otras.

La regla general es, pues, que los hábitos se fijan según las consecuencias a las que conducen. Las acciones que conducen a consecuencias satisfactorias se convierten en habituales; las acciones que conducen al fracaso o la insatisfacción son abandonadas.

Formas de hábitos

Es evidente que la motivación es de mayor importancia que las condiciones físicas del lugar de estudio y de trabajo. Pero la motivación es de manejo complejo y difícil, mientras que es muy sencillo asegurarse, por ejemplo, de contar con una luz adecuada en el lugar de trabajo. Con frecuencia, el rendimiento del estudio en la tarde se verá influido por factores como el grado de iluminación en la habitación, la clase de silla utilizada, la ventilación, distractores presentes, y en general las condiciones físicas en las que se encuentre inmerso. Incluso en el caso de que estos factores solo afecten a la eficacia del estudio en un 5 - 10 por ciento, vale la pena prestarles atención, puesto que estas fallas pueden corregirse con mucha facilidad.

Aún en el caso del desempeño obligatorio de otras actividades, debe hacerse una composición mental en la que el estudio ocupe una posición de privilegio y no solo los minutos restantes de las demás obligaciones, trabajos o distracciones. Salvo raras y justificadas excepciones se deberá estudiar siempre dentro del mismo horario y no permitir en esas horas ser requeridos por otros intereses. Lo ideal es saber elegir ese espacio de tiempo, conociendo cuál es el momento del día en que gozamos de mayor lucidez y poder de penetración. Es prudente, a demás, distribuir convenientemente ese tiempo, dedicando a cada tema o asignatura el espacio que requiere, sin tratar de asimilar demasiado de una vez; La consecuencia de esto último sería la pérdida de la eficacia en la labor.

Salud y Estudio

Tanto el estudio como el aprendizaje pueden verse afectados por condiciones físicas, psicológicas e intelectuales.

1. Condiciones Físicas. La constitución orgánica y el estado de salud, la alimentación, la planificación y el manejo del tiempo, la adecuación de los factores ambientales, la utilización de los recursos y materiales disponibles y adecuados y la organización personal, son factores susceptibles de tecnificarse para un buen rendimiento. El individuo es un organismo que tiene un ritmo natural de tensión,

relajación, recreación, sueño, alimentación, producción y descanso. Existe una estrecha relación entre la mente y el cuerpo. El funcionamiento intelectual se deteriora si no hay buena salud corporal.

a) El ejercicio. Según Maddox (1963), algunos autores como Burton, piensa que quienes llevan una vida sedentaria de estudio continuado y descuidan el ejercicio corporal están predispuestos a padecer estas múltiples dolencias con la consiguiente melancolía y descontento. Sin buena salud la vida casi no vale la pena y, ciertamente, nadie que esté fatigado, débil, anémico o que padezca una serie de pequeñas dolencias podrá estudiar con eficacia durante un período largo. La necesidad de salud mental, exige también que se preste atención a los hábitos de ejercicio, sueño, régimen alimenticio, y al medio ambiente físico en el que se vive, en la medida en que se pueda controlar. La juventud en una edad saludable y la gente joven de constitución fuerte puede tolerar toda clase de negligencias físicas sin demasiados efectos nocivos inmediatos. La falta de ejercicio, según el parecer de algunos médicos, es el defecto más corriente; con respecto a los estudiantes, se estima que un cuarenta por ciento de los hombres y un setenta por ciento de las mujeres no hacen el ejercicio suficiente. (Maddox, 1963). La vida sedentaria que proporciona la civilización no es en absoluto ideal para la salud física. El cuerpo y la mente están estrechamente relacionados entre sí, más estrechamente de lo que pensamos en general. La reflexión, por ejemplo, se acompaña de ligeras contracciones musculares. Las emociones implican cambios corporales, la ansiedad puede originar enfermedades físicas y los desarreglos orgánicos pueden ocasionar problemas psicológicos. Las drogas causan a la vez cambios corporales y psicológicos. El propio cerebro depende enteramente de su abastecimiento de sangre. El cerebro está bien provisto de vasos sanguíneos, pues una fina red de éstos rodea de hecho cada una de las células cerebrales. La sangre que fluye a través del cerebro va más deprisa que en las demás partes del cuerpo, y el oxígeno que proporciona la sangre se consume en grandes cantidades cuando el cerebro está activo. Si una parte del cerebro está temporalmente privada de sangre, las células cerebrales se ven fatalmente perjudicadas en pocos minutos. Estos hechos convencen de que las potencias intelectuales tienden a sufrir cuando no se tiene buena salud corporal y subraya la necesidad de oxígeno en la sangre. En general, aquellas personas que están preparadas físicamente llevan mejor sus estudios que los que

no lo están: Hay una correlación entre la preparación física y las notas académicas. La preparación mental y física van juntas. Vale la pena hacer ejercicio no solo como fin en sí, si no porque ayudara indirectamente en los estudios.

2. Factores Psicológicos. Un organismo enfermo no puede rendir al máximo y una mente con desajustes, problemas o desequilibrios, creará bloqueos y dificultades al aprendizaje. Algunas actitudes psicológicas favorables al estudio son la motivación e interés, la voluntad, la perseverancia, la confianza y optimismo, la satisfacción, el entusiasmo y la serenidad entre otros.

a) El interés. Para tener éxito en el estudio hay que sentir un gran interés por el estudio en sí, es decir, como proceso mental definido, y por cada una de las materias que se estudia. “Existe una estrecha relación entre interés y buenos resultados, y desinterés y fracaso en los estudios” (Congrains, 1977). El aprendizaje es directamente proporcional al interés.

b) El entusiasmo. El entusiasmo es la potencialización del interés, es la máxima aspiración que se debe fijar una persona en lo que respecta a actitudes psicológicas positivas frente al estudio. Pero el entusiasmo tiene que ser un estado anímico coherente.

c) La motivación. “Viene de motivo. Un motivo es una fuerza que impulsa a seguir un curso de acción en vez de otro, durante cierto tiempo” (Díaz, 1992). Tener un motivo es tener metas y objetivos definidos. La adquisición de conocimientos contribuye a su logro.

d) La voluntad. Según Congrains (1977), es la capacidad de cumplir lo que se ha propuesto realizar; es la determinación interior que el individuo debe desarrollar y que le permitirá emprender y culminar sus sesiones o jornadas de estudio, resistiéndose a las múltiples tentaciones que lo asaltan: cansancio y sueño, divagación, fastidio y aburrimiento, diversiones, amistades, juegos y deportes.

Si no hay objetivos la voluntad no tendrá ninguna función que desempeñar.

e) La confianza. Según Congrains (1977), la confianza es una certidumbre que proviene de saber que se ha asimilado lo que se estudió; es decir, es un convencimiento que está albergado en la razón.

f) La perseverancia. Díaz (1992), afirma que el esfuerzo y el empeño deben mantenerse durante un tiempo. Es decir, que hay que perseverar porque el estudio no es algo que se

da espontáneamente sino que es una acción que requiere dedicación. El aprendizaje no es recepción pasiva de información sino una búsqueda personal y laboriosa de soluciones que nace de la responsabilidad de cada cual.

g) La serenidad. Es el estado de ánimo logrado por el convencimiento que se posee, debe estar presente como una forma o estilo de actuar en todo lo concerniente al estudio.

3. Condiciones Intelectuales. Además de un nivel mínimo de inteligencia, las condiciones intelectuales tienen que ver con los prerrequisitos que exige todo nuevo aprendizaje. Siempre que se quiere aprender algo se necesita tener unos fundamentos previos. No podemos confundir aprender y estudiar; son dos cosas diferentes. Una persona puede aprender sin estudiar y estudiar sin aprender. Pero un estudio bien realizado repercute en el aprendizaje efectivo. Por eso la gran importancia de conocer es utilizar métodos de estudio. El aprendizaje implica la adquisición de una habilidad o un conocimiento. Aprender es cambiar de un estado o comportamiento a otro, valiéndose para ello de algún tipo de experiencia. El estudio es la acción de recoger información acerca de algo, asimilarla, relacionarla, reflexionar sobre ella y aplicarla. Es una actividad intelectual compleja que busca asimilar e incorporar unos contenidos o formas de pensar, actuar o sentir. El estudio es una actividad que fatiga, exige dedicación y esfuerzo y requiere un propósito. Cuando se hace sin ninguna metodología y sin motivación o interés, conduce al aburrimiento. Pero si se utilizan técnicas adecuadas para estudiar se puede aprender más en menos tiempo y con menos esfuerzo. No se trata de estudiar más sino de estudiar mejor. Para lograr afrontar con éxito el estudio, es indispensable saber qué implica el proceso de estudiar o, lo que es igual, cuáles son sus componentes esenciales. El estudio debe servir para aprender, por esto, y a pesar de las diferentes versiones que circulan en los ámbitos estudiantiles y académicos sobre el aprendizaje, todas estas deben coincidir en entenderlo como un conjunto de habilidades requeridas para hacer algo.

Bernad (1995) aclara que en el caso específico del estudiante, esto se consigue fundamentalmente dedicándose a cubrir tres objetivos generales implicados en el estudio: a) Adquirir información sobre fenómenos, reglas, conceptos, leyes, entre otros. Estos contenidos de las diferentes asignaturas vienen impuestos a través de los programas académicos, y si la libertad del profesor para elegirlos es mínima, la del

alumno es casi nula; b) Adquirir habilidades o destrezas para tratar o realizar convenientemente las tareas implicadas en la adquisición y asimilación de la información o contenidos de las asignaturas. El estudiante debe estar convencido de que para realizar bien una tarea necesita dominar las técnicas, destrezas o estrategias necesarias para asimilar los contenidos que pretende aprender. Esto hace referencia a los métodos de estudio, que cómo ya se ha planteado anteriormente, son el eje fundamental del éxito o fracaso del estudiante; c) Conocer las propias capacidades y el modo de utilizarlas adecuadamente, es decir posibilidades, dificultades y medidas de seguridad, encaminadas a administrar adecuadamente los recursos personales de tiempo, capacidad de atención y reflexión personal, motivación suficiente para no desalentarse ante las primeras dificultades que aparecen. Con relación a los tres puntos anteriores, es evidente que lo que depende más directamente del estudiante son los dos últimos ítem. Puede decirse entonces que un buen estudiante es un sujeto que maneja unos buenos métodos de estudio, es decir que sabe qué tiene que hacer para aprender, y sabe emplear bien sus esfuerzos, se conoce bien a sí mismo y sabe utilizar con eficacia sus recursos intelectuales y personales.

Según Bernad (1995), existen dos clases de aprendizaje que puede desarrollar el alumno:

a) Aprendizaje Superficial. Se define como la total dependencia del estudiante con respecto a las demandas que le llegan del exterior, las imposiciones de los profesores. Tal dependencia se muestra en una conducta definida por actuaciones como la tendencia a considerar lo que se está aprendiendo sin tener en cuenta sus relaciones con otros conocimientos; se intenta memorizar el contenido que se aprende como si estuviera aislado y sin conexiones con otros materiales o conocimientos; se utilizan exclusivamente las fuentes de información que se ofrecen explícitamente; se considera lo que se aprende como un todo homogéneo, sin distinguir lo importante de lo secundario ni ocuparse de encontrar su estructura interna; no hay preocupación por relacionar lo que se estudia con las situaciones cotidianas, con otros temas o problemas, o, cómo se puede aplicar lo estudiado en otros contextos; el objetivo central es aprobar, pasar los exámenes.

b) Aprendizaje Profundo. Este tipo de aprendizaje representa la antítesis del Aprendizaje Superficial. Tiene la intención de crear una interpretación personal de lo que se aprende, es decir, crear una visión personalizada del material que se estudia empleando métodos y comparación, de contraste o de semejanza; busca relacionar la tarea con otros conocimientos relevantes y anteriores a lo que se está aprendiendo; se emplea la utilización de diferentes fuentes de información (libros, diccionarios); finalmente se busca la estructura y relaciones entre las partes de lo que se aprende.

En conclusión, cuando lo que se pregunta en los exámenes son respuestas “cerradas” (exigen únicamente la reproducción de hechos o la memorización del material), entonces se favorece el estudio superficial; por el contrario, si la evaluación versa sobre respuestas variadas, “abiertas” y se plantean problemas es fácil que el estudiante intente comprometerse en opiniones o experiencias personales con relación a lo que estudia. También es cierto que la elección de uno u otro enfoque depende de otros factores tales como el entusiasmo del profesor por su asignatura, el atractivo o rechazo personal del estudiante hacia determinadas materias, la cantidad de trabajo que se le impone durante el curso que está realizando, el apoyo familiar y, en general, la planificación del estudio por parte del estudiante.

Después de la anterior revisión teórica se plantean los siguientes objetivos: diseñar y aplicar un programa que contribuya al desarrollo del pensamiento científico en jóvenes que inician la universidad bajo la condición de mecanismos de excepción, por medio de cinco alternativas: la inteligencia intrapersonal e interpersonal, la inteligencia lingüística, la lógica y creatividad, los hábitos de estudio y los estilos de vida saludables; logrando que los estudiantes de segundo semestre de 2000 y 2001 de Psicología reciban una serie de pautas que puedan ser utilizadas en la aplicación de la vida diaria, buscando el desarrollo del pensamiento formal y post formal, generar un espacio de interacción y sensibilización frente al programa que se va a desarrollar, proporcionar herramientas que fortalezcan sus relaciones interpersonales y el conocimiento de sí mismo, reflexionar acerca de la importancia de conocer la orientación que cada uno le da a su vida, estimular el sentido crítico, la capacidad de argumentar, de analizar, de desarrollar habilidades en la lectura y escritura, incentivar el desarrollo de las diferentes áreas de la inteligencia, con el fin de que los estudiantes, adquieran y desarrollen habilidades y

herramientas que permitan construir un mejor estilo de pensamiento a nivel lógico y creativo, reflexionar sobre la capacidad de argumentar, analizar y proponer en el área de la lógica, dar a conocer herramientas que le permitan a los participantes conocer sus hábitos en el estudio, generar en todos los participantes una concepción adecuada frente a los estilos de vida que se deben poseer y determinar los conocimientos que los estudiantes tengan con respecto a la inteligencia intrapersonal, inteligencia interpersonal, inteligencia lingüística, lógica y creatividad, hábitos de estudio y estilos de vida saludables.

El problema de la investigación se basa en que el ingreso a la universidad requiere que los jóvenes se encuentren en la etapa de pensamiento formal para poder afrontar todas las exigencias intelectuales y sociales que esta implica, pero en algunas ocasiones los estudiantes presentan bajos puntajes en el proceso de selección y por lo tanto ingresan a la universidad bajo la condición de mecanismos de excepción, según estudios anteriores estos jóvenes se encuentran todavía en la etapa del pensamiento concreto y por eso no pueden cumplir satisfactoriamente con las pruebas y entrevistas que se aplican en el proceso de selección. De ahí nace la necesidad de aplicar un programa que contribuya al desarrollo del pensamiento científico en jóvenes que inician la universidad bajo la condición de mecanismos de excepción, por medio de cinco alternativas: la inteligencia intrapersonal, la interpersonal, la inteligencia lingüística y creativa, la lógica y los hábitos de estudio, lo cual contribuirá a la formación de un mejor estilo de pensamiento; busca promover en los jóvenes factores que influyen en su desenvolvimiento académico, personal y profesional ya que cuando se tiene una adecuada percepción de si mismo, de los demás, de su salud y una mezcla de inteligencia lógica, creativa y lingüística; mejora la capacidad argumentativa, crítica e inventiva propia del pensamiento formal. El programa consta de cinco sesiones las cuales se trabajaran durante un día o dos máximo. Se hará una presentación y unos ejercicios para generar confianza y empatía, en la primera sesión se trabajará la inteligencia intrapersonal, en la segunda la interpersonal, en la tercera la inteligencia lingüística, en la cuarta la lógica y la creatividad, en la quinta hábitos de estudio y en la quinta estilos de vida saludables. Cada sesión es de una hora y media.

El presente proyecto surge de la investigación titulada, “El perfil de los estudiantes que ingresaron con mecanismo de excepción entre el segundo semestre del 2000 y el segundo semestre del 2001”, realizada por las alumnas Gina Guevara y Andrea Osorio en la Universidad de la Sabana; las cuales encontraron en su estudio que los alumnos reflejan ausencia de estructuras lógicas lo cual obliga a los estudiantes a utilizar métodos memorísticos y repetitivos incidiendo en su capacidad de argumentación y comprensión. La evaluación realizada para tal efecto fue la prueba BAC y los resultados arrojados en la investigación determinan que los alumnos se ven afectados en su capacidad creativa, hay ausencia de estructuras lógicas lo cual incide en la capacidad de argumentar y en la comprensión de lectura. Lo anterior surge del interrogante ¿el nivel de desarrollo del pensamiento influye y va directamente relacionado con la condición de mecanismo de excepción?.

Es urgente que las instituciones de educación superior implementen procesos educativos sistemáticos donde no solo se incida en el aprendizaje del individuo, sino que colabore de manera organizada y racional en la adquisición y construcción de esquemas que facilite la apropiación de los conocimientos propios de la disciplina.

Las hipótesis de la investigación son: hipótesis Nula la cual se basa en que los adolescentes participantes en el programa (Apéndice A) no logran conocer las cinco alternativas, para mejorar su pensamiento científico en el post test y la hipótesis de Trabajo la cual se basa en que los adolescentes participantes en el programa (Apéndice A) logran conocer las cinco alternativas para mejorar su pensamiento científico en el post test.

Las variables que se trabajaron en el presente estudio fueron:

Variable Independiente: El programa.

Variable Dependiente: Respuestas al programa medidas en puntajes por un pre test y un post test elaborados para este fin, donde un mayor puntaje implica el conocimiento de alteraciones del pensamiento científico a favor del post test.

Método

El tipo de investigación del presente estudio se enmarca en el enfoque cuantitativo, que tal como lo menciona Cook y Reichardt, (1986) citado por Lozano y Cifuentes (1998) esta asociado con la medición de acuerdo con ciertas reglas, objetos, sucesos o

fenómenos, lo cual se hace a través de los indicadores de las variables previamente establecidas.

El diseño de esta investigación es pre-test y post-test de un solo grupo; según D. Campbell y J. Stanley (1991) es de gran aplicación en las investigaciones de tipo educativo; consta de un solo grupo sobre el que se ha realizado una evaluación antes y después de la intervención del presente programa.

El instrumento se eligió teniendo en cuenta la importancia de determinar que tipo de conocimiento poseían los estudiantes con respecto a los temas a tratar en el programa, como se planteó en los objetivos. Con base en esto se realizó una prueba de conocimiento analizada y evaluada por dos expertos en el área que determinaron que cumplía con los requisitos necesarios para ser aprobada (Apéndice C), esta prueba consta de seis instrumentos (Apéndice B), cada uno contiene cinco preguntas de selección múltiple, el orden de cada instrumento es el siguiente:

Instrumento No 1: INTELIGENCIA INTRAPERSONAL, perteneciente al factor de PERSONA.

Instrumento No 2: INTELIGENCIA INTERPERSONAL, perteneciente al factor de PERSONA.

Instrumento No 3: INTELIGENCIA LINGÜÍSTICA

Instrumento No 4: LÓGICA Y CREATIVIDAD

Instrumento No 5: HÁBITOS DE ESTUDIO

Instrumento No 6: ESTILOS DE VIDA SALUDABLES.

En cuanto a los participantes se trabajó con 30 estudiantes de género masculino y femenino con edades entre los 17 y 21 años, pertenecientes a la Facultad de Psicología y que ingresaron bajo la condición de mecanismos de excepción entre los años del 2000 y 2002 a la Universidad de la Sabana. Haber ingresado a la universidad bajo la condición de mecanismos de excepción significa obtener un porcentaje inferior del 60%/100% en todo el proceso de selección (entrevista, pruebas psicológicas e ICFES).

El procedimiento efectuado para la elaboración de la presente investigación se desarrolló en las siguientes etapas:

Fase 1: Formulación del Proyecto: En esta fase se realizó la recopilación, revisión y selección de la información pertinente para realizar la investigación. Además se definió

el esquema general del marco conceptual, y se dio inicio a su elaboración.

Fase 2: Diseño y Construcción del Programa: En esta fase se realizó la planeación y construcción de las actividades con su respectiva conceptualización y objetivos, tras previa orientación y aprobación final por parte de la asesora de la presente investigación.

Fase 3: Diseño y Construcción del Instrumento: En esta fase se presentó la planeación, construcción y corrección del instrumento, (escala de conocimiento) dirigido a estudiantes que ingresaron entre los años 2000 y 2002 a la facultad de psicología bajo la condición de mecanismos de excepción, tras previa evaluación realizada por dos expertos se dio la aprobación final al instrumento, determinando que cumple con los requerimientos necesarios de evaluación. (Apéndice C).

Fase 4: Aplicación del Instrumento: Durante esta fase se aplica el instrumento a los estudiantes que ingresaron entre los años 2000 y 2002 a la facultad de psicología bajo la condición de mecanismos de excepción. Para la aplicación del mismo se citaron a los estudiantes durante un día completo, se realizaron las sesiones de presentación, uno y dos por la mañana y las sesiones tres, cuatro y cinco por la tarde, se explicaron previamente las instrucciones para responder adecuadamente la escala y realizar las actividades del programa, se contó con la presencia de un observador experto, se controlaron factores como la fatiga, el aburrimiento, el apetito y las distracciones para un efectivo desarrollo y procedimiento de las actividades.

Fase 5: Tabulación y Análisis de Datos: Posteriormente en esta fase se procedió a realizar la tabulación de los datos con el propósito de realizar el análisis cuantitativo y cualitativo de los resultados obtenidos, por medio de la construcción de tablas y figuras.

Fase 6: Discusión y Resultados: Finalmente, con base en los resultados obtenidos y su respectivo análisis se procede a elaborar la discusión enmarcada dentro del contexto conceptual previamente propuesto, y a redactar las conclusiones pertinentes, que permiten determinar dicha investigación.

Resultados

El objetivo general de la presente investigación fue diseñar y aplicar un programa que contribuya al desarrollo del pensamiento científico en jóvenes que inician la universidad bajo la condición de mecanismos de excepción, por medio de cinco alternativas: la inteligencia intrapersonal, la interpersonal, la inteligencia lingüística,

lógica y creatividad, hábitos de estudio y estilos de vida saludables, logrando que los estudiantes que ingresaron a la Facultad de Psicología bajo esta condición entre los años del 2000 y 2002 a la Universidad de la Sabana reciban una serie de pautas que puedan ser utilizadas en la aplicación de la vida diaria, buscando el desarrollo del pensamiento formal y post formal; para lo cual se tuvieron en cuenta objetivos específicos como: a) Generar un espacio de interacción y sensibilización frente al programa que se va a desarrollar. b) Proporcionar herramientas que fortalezcan sus relaciones interpersonales y el conocimiento de sí mismo. c) Concientizar acerca de la importancia de conocer la orientación que cada uno le da a su vida. d) Estimular el sentido crítico, la capacidad de argumentar, de analizar, de desarrollar habilidades en la lectura y escritura. e) Incentivar el desarrollo de las diferentes áreas de la inteligencia, con el fin de que los estudiantes, adquieran y desarrollen habilidades y herramientas que permitan construir un mejor estilo de pensamiento a nivel lógico y creativo. f) Reflexionar sobre la capacidad de argumentar, analizar y proponer en el área de la lógica. g) Dar a conocer herramientas que le permitan a los participantes conocer sus hábitos en el estudio. h) Generar en todos los participantes una concepción adecuada frente a los estilos de vida que se deben poseer.

Para el logro de los objetivos se aplicaron seis instrumentos Pre-test y Post-test aplicación del programa a saber:

1. Inteligencia Intrapersonal.
2. Inteligencia Interpersonal.
3. Inteligencia Lingüística
4. Hábitos de Estudio.
5. Estilos saludables de Vida.
6. Lógica y Creatividad.

Las pruebas contenían un total de 5 preguntas de selección múltiple, las cuales se aplicaron a 30 estudiantes de diferente género; quienes se ajustan a los objetivos de este estudio por encontrarse bajo la condición de iniciar el semestre con mecanismo de excepción en la Universidad de la Sabana, por lo tanto se omitió tener en cuenta otras variables demográficas.

Los resultados son presentados mediante estadística descriptiva utilizando gráficas y tablas que facilitan su análisis e interpretación.

Con el fin de analizar los resultados cuantitativamente se llevó a cabo el siguiente plan de análisis:

- a) Selección y calificación de las pruebas de acuerdo con sus baremos correspondientes.
- b) Tabulación de los Datos obtenidos previa calificación de acuerdo con cada área evaluada.
- c) Procesamiento de los datos a través del programa estadístico Excel.
- d) Obtención de los puntajes brutos y aplicación estadística a los mismos teniéndose en cuenta los puntajes máximos por evaluación tanto en el pretest como en el postest..
- e) Elaboración de las gráficas correspondientes, que permiten observar la significación entre el Pretest y Postest obtenidos acorde con el objetivo de la investigación.

Análisis Descriptivo

Para el análisis de los datos por evaluación se hizo necesario valorizar la información obtenida, tal como lo describe la tabla 1, así:

Tabla 1

Valores utilizados según respuesta:

Respuesta	Valor
Correcta	1
Incorrecta	0

Se tiene con referencia a los datos obtenidos por evaluación en pretest , en relación con el total de la muestra los siguientes porcentajes descritos en la tabla 2, así:

Tabla 2

Porcentajes según datos obtenidos en Pretest

Evaluación	Puntaje Bruto	Total en Porcentaje
Inteligencia Intrapersonal	123	82.00%
Inteligencia Interpersonal	108	72.00%
Inteligencia Lingüística	109	72.60%
Hábitos de Estudio	110	73.30%
Estilos Saludables de Vida	114	76.00%

Se observa que del total de la muestra a nivel general en Pretest, el mayor porcentaje obtenido corresponde a la evaluación conocimiento en el área de Inteligencia Intrapersonal y el menor porcentaje lo representa la evaluación del conocimiento sobre el área de inteligencia Interpersonal.

Referente a los datos obtenidos por evaluación *Pos Test*, en relación con el total de la muestra los siguientes porcentajes son descritos en la tabla 3, así:

Tabla 3

Porcentajes según datos obtenidos en Posttest

Evaluación	Puntaje Bruto	Total en Porcentaje
Inteligencia Intrapersonal	149	99.30%
Inteligencia Interpersonal	138	92.00%
Inteligencia Lingüística	119	79.30%
Hábitos de Estudio	133	88.60%
Estilos Saludables de Vida	141	94.00%
Lógica Y Creatividad	132	88.00%

Con relación a los datos descritos en Posttest se tiene que el mayor porcentaje del total de la muestra corresponde a la evaluación del área de Inteligencia Intrapersonal, siendo el menor porcentaje para la evaluación sobre el área de Inteligencia Lingüística.

Resultados Por Ítems

Para cada evaluación del total de la muestra en *Pretest* se puede observar en la tabla 4 los datos obtenidos de acuerdo al número de ítem, así:

Tabla 4

Porcentajes obtenidos por evaluación con relación al total de la muestra en Pretest

Ítems	Intrapersonal	Interpersonal	Lingüística	Hábitos de Estudio	Estilos de Vida Saludable	Lógica y Creatividad
1	80.6%	60.0%	93.3%	56.6%	86.6%	86.6%
2	86.6%	70.0%	90.0%	83.3%	86.6%	90.0%
3	96.6%	90.0%	70.0%	80.0%	63.3%	90.0%
4	63.3%	63.3%	86.6%	80.0%	56.6%	16.6%
5	83.3%	76.6%	23.3%	66.6%	86.6%	93.3%
Total:	82.2%	72%	72.64%	73.3%	76%	75.3%

En *PreTest* Se tiene que el ítem con mayor porcentaje del total de la muestra en la evaluación de *Inteligencia Intrapersonal* corresponde al número tres, siendo claro que para la mayoría de los encuestados es importante el conocimiento intrapersonal en la circunstancia de tratar de entender claramente por lo que está pasando cada persona. Siendo el de menor porcentaje el conocimiento de la misma corresponde al ítem cuatro refiriéndose a la importancia del conocimiento Intrapersonal que le permite a cada uno conocer lo que quiere para la vida.

En cuanto a la evaluación acerca del conocimiento sobre *Inteligencia Interpersonal* el mayor porcentaje del total de la muestra es para el ítem tres siendo representativo afirmar que para la mayoría resulta claro que el elemento más importante para crear relaciones de manera adecuada es la empatía. El porcentaje de menor rango obtenido del total de la muestra para la misma correspondió al ítem uno el cual refiere a la definición de Inteligencia Intrapersonal.

Respecto a *Inteligencia Lingüística* el mayor porcentaje del total de la muestra lo ocupa el ítem uno que refiere al lenguaje como la habilidad para comunicarse y el porcentaje menor corresponde al ítem cinco, que cuestiona acerca del conocimiento del lenguaje y su función.

Para la evaluación de *Hábitos de Estudio* el mayor porcentaje del total de la muestra lo obtuvo el ítem dos que corresponde a la definición de los malos hábitos que pueden evitar que se alcancen metas importantes y provocan problemas. El menor porcentaje lo obtuvo el ítem uno refiriéndose a la definición de hábito.

El mayor porcentaje obtenido en la evaluación de *Estilo De Vida Saludable* corresponde a los ítems uno, dos y cinco coincidiendo en valor igual de porcentaje observándose que la mayoría del total de la muestra conoce la definición de salud, estilo de vida saludable y equilibrio vital. El menor porcentaje corresponde al ítem cuatro que hace referencia a la definición de corporeidad.

En cuanto a la evaluación de *Lógica y Creatividad* el mayor porcentaje obtenido es el ítem cinco que hace referencia a como se manifiestan las mismas; el menor porcentaje lo obtuvo el ítem cuatro siendo desconocidas para el 16.6% del total de la muestra las características de la lógica.

En conclusión, se tiene que en Pretest por cada evaluación, con relación al total de la muestra el mayor porcentaje obtenido corresponde al conocimiento de la *Inteligencia Intrapersonal*, siendo el menor porcentaje para la evaluación de *Inteligencia Interpersonal*.

En *Pos Test* para cada evaluación del total de la muestra los datos obtenidos de acuerdo al número de ítem se pueden observar en la tabla 5, así:

Tabla 5

Porcentajes de Ítems por evaluación del total de la muestra en Postest

Ítems	Intrapersonal	Interpersonal	Lingüística	Hábitos de Estudio	Estilos de Vida Saludable	Lógica y Creatividad
1	100.0%	96.6%	90.0%	76.6%	96.6%	90.0%
2	100.0%	90.0%	90.0%	96.6%	96.6%	93.3%
3	100.0%	93.3%	70.0%	90.0%	93.3%	86.6%
4	100.0%	93.3%	93.3%	93.3%	90.0%	80.0%
5	96.6%	86.6%	53.3%	86.6%	93.3%	90.0%
Total:	99.0%	92.0%	79.0%	88.6%	94.0%	88.0%

En PosTest se tiene que el ítem con mayor porcentaje del total de la muestra en la evaluación de *Inteligencia Intrapersonal* corresponde a los números 1,2,3,4. Siendo el de menor porcentaje el ítem cinco el cual se refiere a que el conocimiento intrapersonal hace parte de la Inteligencia.

En cuanto a la evaluación acerca del conocimiento sobre *Inteligencia Interpersonal* el mayor porcentaje del total de la muestra es para el ítem uno el cual refiere a la definición de Inteligencia Intrapersonal. El porcentaje de menor rango obtenido del total de la muestra para la misma correspondió al ítem cinco.

Respecto a *Inteligencia Lingüística* el mayor porcentaje del total de la muestra lo ocupa el ítem cuatro refiere a la descripción de que desarrolla la misma, Siendo el de menor valor el ítem 5.

Para la evaluación de *Hábitos de Estudio* el mayor porcentaje del total de la muestra lo obtuvo el ítem dos que corresponde a los denominados malos hábitos. El menor porcentaje lo obtuvo el ítem uno refiriéndose a la definición de hábito.

El mayor porcentaje obtenido en la evaluación de *Estilo De Vida Saludable* corresponde a los ítems uno, dos. El menor porcentaje corresponde al ítem cuatro que hace referencia a la definición de corporeidad.

En cuanto a la evaluación de *Lógica y Creatividad* el mayor porcentaje obtenido es el ítem dos que hace referencia a como se manifiestan las mismas; el menor porcentaje lo obtuvo el ítem cuatro siendo desconocidas para el 16.6% del total de la muestra las características de la lógica.

En conclusión, se tiene que por los ítems en Postest para cada evaluación, con relación al total de la muestra el mayor porcentaje obtenido corresponde al conocimiento de la *Inteligencia Intrapersonal*, siendo el menor porcentaje para la evaluación de *Inteligencia Lingüística*.

Los datos en la tabla 6 muestran el resultado final objeto de la investigación de acuerdo con las medidas media, T de student del total de la muestra evaluada y homogeneidad de la prueba.

Tabla 6

Resultados Finales con medidas estadísticas.

Descripción	Resultado	Nivel de Significación
T de Student	-4.64	*0,05
Media	PreTest 112,83	PosTest 135,66

Se compara los resultados entre el pretest y postest y se halló una $t=-4.64$ siendo esta significativa a un $\alpha= 0,05$ a favor del postest lo cual demuestra que el aprendizaje en cada una las áreas difiere significativamente en los estudiantes al compararlo con la medición evaluada antes de la aplicación del programa, observándose que el objetivo planteado para la presente investigación se cumple contribuyendo al desarrollo del pensamiento científico en jóvenes que inician la universidad bajo la condición de mecanismos de excepción.

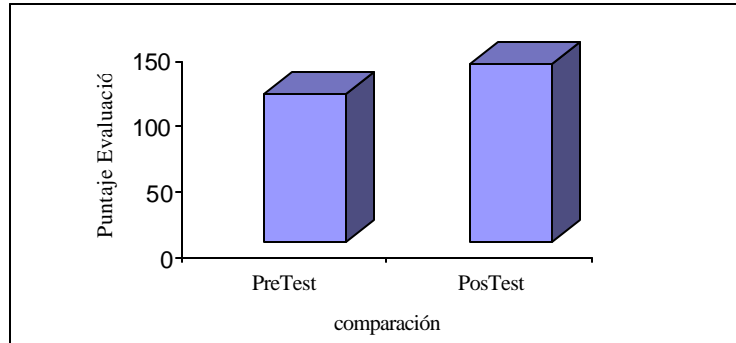


Figura 1. Promedios al pretest y postest del programa aplicado a los estudiantes bajo mecanismos de excepción.

Comparaciones en porcentajes

A continuación se presentan los resultados obtenidos en porcentajes de las evaluaciones para cada área, con su relación de incremento entre pretest y postest, así:

Tabla 7

Relación Evaluación Pretest frente a Postest en porcentajes

Evaluación	PreTest	PosTest	
	Resultado	Resultado	Nivel de Sig en porcentaje
Inteligencia Intrapersonal	82.00%	99.30%	17.3%
Inteligencia Interpersonal	72.00%	92.00%	20%
Inteligencia Lingüística	72.60%	79.30%	6.7%
Hábitos de Estudio	73.30%	88.60%	15.30%
Estilos Saludables de Vida	76.00%	94.00%	18%
Lógica Y Creatividad	75.30%	88.00%	12.7%

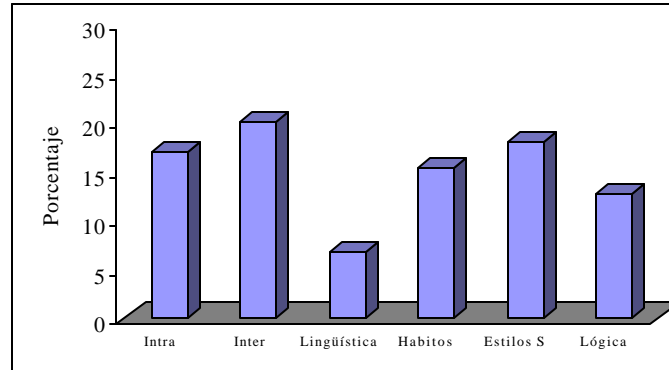


Figura 2. Porcentajes por evaluación del incremento al posttest del programa aplicado a los estudiantes bajo mecanismos de excepción.

Se observa en la figura 2, los datos descritos en la tabla 7 que posterior a la aplicación del programa se aumenta significativamente el conocimiento por parte de los participantes, con relación al pretest; es decir que muestra aprendizaje acorde a los objetivos planteados.

Discusión

El objetivo de la presente investigación fue diseñar y aplicar un programa que contribuya al desarrollo del pensamiento científico en jóvenes que inician la universidad bajo la condición de mecanismos de excepción, por medio de cinco alternativas: la inteligencia intrapersonal e interpersonal, la inteligencia lingüística, la lógica y la creatividad, los hábitos de estudio y los estilos de vida saludables.

A partir de la investigación de (Guevara, Osorio y Ramírez 2001), donde se encontró que los alumnos se ven afectados en su capacidad creativa, con la ausencia de estructuras lógicas que inciden directamente en la capacidad de argumentar y comprender problemas abstractos que requieren de síntesis y comprensión. Se decide aplicar el programa teniendo en cuenta las alternativas propuestas anteriormente, ya que con base en estas el individuo es capaz de desarrollar estrategias que lo llevan a definir y adoptar una posición divergente y eficaz frente a los diferentes problemas que requieren procesos más complejos y niveles avanzados que no se limiten en el conocimiento

académico; estas alternativas facilitan que el estudiante integre y desarrolle un pensamiento formal.

Los resultados arrojados por la investigación demuestran que el aprendizaje en cada una de las áreas es significativo al compararlo con la medición evaluada antes de la aplicación del programa, observándose que el objetivo planteado contribuye al desarrollo del pensamiento científico en los estudiantes bajo la condición de mecanismos de excepción especialmente en el área interpersonal e intrapersonal, de hábitos de estudio y de estilos de vida saludables; en el área que obtuvieron menor rendimiento fue en inteligencia lingüística ya que los estudiantes presentan dificultad al desarrollar el lenguaje porque no discernen en conceptos específicos creando su propio lenguaje; limitando el conocimiento de un lenguaje mas estructurado, impidiéndoles ir mas allá y ascender en un nivel de pensamiento formal; siendo esto uno de los factores que incidieron y se relaciona directamente con la condición de mecanismos de excepción.

Así como la actitud frente al programa debido a que los estudiantes a los que se les aplicó el programa presentan hábitos inadecuados como son la poca atención, malas posturas, poca motivación frente a actividades que a pesar de parecer poco enriquecedoras deben ocupar una posición mental en la que el estudio ocupe una posición de privilegio y no solo los minutos restantes de las demás obligaciones. Los estudiantes deben desarrollar actitudes y comportamientos que contribuyan al desarrollo de su integridad como lo son la perseverancia, la voluntad, la serenidad, la confianza, el interés y la motivación entre otros.

Es claro que no es suficiente con aplicar una sola vez este tipo de programas, es necesario que exista permanencia y seguimiento en el ámbito de prevención primaria es decir; desde el colegio para que los estudiantes no lleguen con debilidades en estilos de vida como lo es poseer un inadecuado hábito de estudio que va directamente relacionado con el bajo rendimiento académico, una de las características de los estudiantes que se encuentran bajo la condición de mecanismos de excepción.

Existe una debilidad clara en la educación colombiana y es que los estudiantes no adquieren desde el colegio hábitos de estudio que los lleven a una mejor calidad de vida. Es necesario que desde las escuelas se desarrollen actividades de enseñanza

dinámicas dirigidas a lograr habilidades de razonamiento crítico, de aprender a aprehender y de creatividad (Arango 1998).

Es fundamental que el alumno de estudios superiores tenga interés por ampliar su formación cultural. Principalmente para ello debe ser una persona abierta a los estímulos del mundo que le rodea y convencido de la necesidad de formarse básicamente en diversas áreas. El apego a la lectura y la capacidad de expresar ideas propias o ajenas por escrito, son dos cualidades esenciales que se espera encontrar en el alumno que ingresa a la educación superior. La tolerancia y el conocimiento diversificado de los distintos aspectos de nuestras vidas serán decisivos para el posterior ejercicio profesional.

Las nuevas exigencias competitivas de la sociedad basadas en el conocimiento requiere de instituciones educativas que sean capaces de organizar espacios sociales de aprendizaje y de investigación en lo científico, tecnológico y educativo. La construcción de ambientes favorables para el desarrollo de competencias laborales, busca reforzar las sinergias entre el aparato productivo, las universidades, los centros de investigación, los institutos tecnológicos y la oferta doméstica, dependiendo de las tradiciones culturales, sociales, regionales y la densidad del tejido social para adaptarse creativamente a los nuevos desafíos. Por ello la tendencia en el veloz mundo actual de los negocios al querer que los nuevos conocimientos estén disponibles rápidamente y en trozos pequeños con resultados inmediatos para que encajen fácilmente en congestiones programadas.

Solo se puede hablar de competencia cuando la persona es capaz de transferir lo aprendido a situaciones nuevas y agregar valor. Este enfoque conlleva el involucramiento y el compromiso de quien aprende y de quienes son responsables por la gestión de los procesos, por crear condiciones para que el aprendizaje se convierta en competencias. Por ello la propuesta para la educación colombiana elaborada por Maria Cristina Torrado Pacheco en el desarrollo de las competencias (1996) plantea que desde hace casi una década el tema de las competencias ronda la política educativa, la cual trata de una simple moda o de un concepto nuevo, que como tal permite ver de otra manera el proceso educativo; ya que la noción de competencia trae consigo una nueva aproximación al desarrollo humano.

Durante los últimos diez años las directrices de la educación colombiana en su esfuerzo por abordar el problema de la calidad, han introducido cambios en las

concepciones sobre los contenidos curriculares, sobre evaluación a varios niveles y sobre lo que deben agenciar y potenciar las prácticas pedagógicas y escolares.

Para cualificar el sistema escolar se propone fortalecer el sistema nacional de evaluación de la educación y en particular realizar evaluación de competencias básicas: la lectura comprensiva, la escritura, producción de textos y distintos tipos de razonamiento o habilidades del pensamiento.

La educación en Colombia debe proponer un planteamiento didáctico para que el pensamiento científico se constituya en algo primordial de los planes curriculares para incentivar en los estudiantes un pensamiento analítico y crítico que le permita generar cambios paradigmáticos, enfrentando coherentemente las necesidades del mundo actual con los propósitos que se tienen en las instituciones, pero más allá de lo puramente académico, la educación debe resaltar especial atención a la recuperación de la dimensión humana así como la relación de los estudiantes entre sí y con el medio que interactúan. Según H. Maturana (1998) la tarea de la educación es formar seres humanos para el presente, seres en los que cualquier otro ser humano pueda confiar y respetar, seres capaces de pensarlo todo y hacer lo que se requiera como un acto responsable desde su conciencia social. Es urgente definir que es lo que debe enseñarse y el desempeño escolar que se espera de los estudiantes ya que así se determinan los procesos educativos acordes con los objetivos de la educación, con lo que se espera que aprendan y que dominen.

Para que esto se implemente es necesario remontarse a la historia de la educación y de las universidades en el mundo y retomar su principal objetivo, pues se observa que desde sus comienzos ha sido la enseñanza superior, es decir, la enseñanza enfocada al conocimiento profundo y científico de los grandes saberes como son la medicina, el derecho, la tecnología y el arte. Lo cual ha permitido lograr el avance y posicionamiento hasta el momento, donde las necesidades de la industrialización, han estimulado la investigación científica que es muy importante pero que definitivamente debe estar ligado a la adquisición de estrategias y herramientas para sí mismos. Desde la década del 60 existe un interés por conocer y ampliar el desarrollo del pensamiento en los estudiantes; con el objetivo principal de fortalecer las estructuras que favorecen el

desenvolvimiento intelectual de los mismos así como la estructuración del sistema educativo para que sea acorde con la sociedad.

En este momento, la educación en Colombia se está estableciendo en un contexto de apertura en el proceso de enseñanza-aprendizaje-investigación, el cual le compete desarrollar a cada una de las instituciones educativas ir más allá de lo académico.

En este sentido la universidad de la sabana ha centrado su misión, ligado a las humanidades, al ser integral, a la búsqueda de la verdad y al conocimiento de sí mismo y de los demás sin olvidar el afán científico. Por lo tanto uno de los propósitos de la presente investigación es la conformación de una comunidad investigativa pero ante todo integral con el conocimiento de sí mismo, de los que le rodean, con facilidades de expresión, argumentación, sustentación, análisis, creatividad y lógica que solo se desarrollan a partir de unos adecuados hábitos de estudio que definitivamente van ligados a unos buenos estilos de vida saludables; Coincidiendo con el perfil del psicólogo de la universidad de la sabana que se forma con una visión global de su disciplina, con énfasis en el hombre, en la integralidad y en sus procesos mentales, desarrollando habilidades y destrezas para investigar y para relacionarse eficazmente. Los estudiantes con pensamiento científico o formal se deben plantear hipótesis, problemas, mayores conocimientos y experiencias y esto es lo que propone la universidad de la sabana y esta investigación permite proyectar su misión.

En síntesis se puede establecer que el reconocimiento de las dificultades junto con la participación en este tipo de procesos es lo que genera inquietud, plantea preguntas y desencadena movilizaciones en los potenciales existentes para lograr la excelencia y exigencia, propósito de la facultad. Lo importante es desarrollar cada día esfuerzos más consolidados en aras de lograr el posicionamiento que la universidad merece, solo así podremos tener el reconocimiento a nivel social esperado y que merece, gracias a su crecimiento, avance, calidad, afán por el conocimiento científico y la verdad la universidad de la sabana.

Conclusiones

De acuerdo a los resultados arrojados por la investigación, se logró de manera satisfactoria que los estudiantes recibieran una serie de pautas para ser utilizadas en la aplicación de su vida diaria, buscando así el desarrollo del pensamiento formal y post

formal, ya que se halló una $T = -4,64$ siendo esta significativa a un $\alpha = 0,05$ de conocimiento expresado en el post test aumentó con relación al pre-test.

Una de las fortalezas de la investigación es que mediante las actividades del programa, se pudieron proporcionar herramientas para que los estudiantes fortalecieran sus relaciones interpersonales y el conocimiento de sí mismo, esto se ve reflejado en el alto porcentaje de evaluación que obtuvo el factor de inteligencia interpersonal e intrapersonal. Es de resaltar, que lo anterior es esencial para el desarrollo del pensamiento formal ya que estas aplicaciones en cada uno de los elementos observados, son muy importantes porque les permite a los estudiantes entenderse a sí mismos, ser conscientes de sus fortalezas y debilidades, facilitar, reconocer y entender las emociones de los demás, sus motivaciones y las razones que explican su comportamiento; son elementos de gran valor para la vida diaria que contribuyen al buen desempeño académico. El equilibrio de estos aspectos, ayuda a determinar la red de relaciones interpersonales como, la elección de la pareja, el círculo de amigos y en gran medida el éxito en cualquier actividad racional de la vida diaria como el trabajo o el estudio.

Por otro lado, la aplicación permitió encontrar dificultades por parte de los estudiantes para desarrollar el conocimiento lingüístico, esto se evidenció en el bajo porcentaje de evaluación que el instrumento mostró y que determina que los estudiantes no son tan hábiles para desarrollar el sentido crítico, la argumentación, el análisis y el desarrollo de aptitudes en la lectura y escritura, por esto es recomendable fomentar actividades donde se les permita evolucionar en los diferentes aspectos que rodean la inteligencia lingüística.

Cada uno de los aspectos considerados en este programa, deben ser utilizados en el día a día, para así encontrar el equilibrio que se espera en el desenvolvimiento personal e intelectual de los estudiantes, logrando que su pensamiento cada día mejore su capacidad de análisis, síntesis y abducción, siendo personas más creativas, con mejores hábitos de estudios y elaborando un mejor estilo de vida en general.

Por lo expuesto, esta herramienta puede convertirse en una ayuda fundamental en el desarrollo del aprendizaje puesto que no solo refleja la ponderación de los errores, sino que permite ver situaciones particulares de los individuos en relación con su

comportamiento, su actitud y su aptitud frente a la capacidad de estudio y concentración en un tema determinado.

Las últimas estadísticas muestran que los estudiantes en grados de escolaridad secundaria y aun más notorio en el nivel superior, demuestran una disminución en su capacidad de comprensión de lectura, circunstancia que define al estudiante actual con poca opción de desarrollo creativo, artístico y humano.

El desarrollo de las naciones depende de la evolución de sus gentes, sin educación el ser humano es un individuo más en el planeta sin posibilidades de evolución, solo los estados que han impulsado su educación y que han desarrollado la investigación y el análisis, han encontrado logros importantes en una mejor calidad de vida y en un adecuado desarrollo integral.

El hábito de estudio puede elevarse a categorías, entendido así como los que pueden dar mejores o peores resultados, con las pautas deben desarrollarse hábitos concretos que tiendan a mejorar el estilo de estudio de cada individuo.

Teniendo en cuenta lo anterior, podemos entonces definir el programa de desarrollo del pensamiento científico, como una ayuda necesaria para el mejoramiento del aprendizaje en todos los individuos con condiciones motrices y psicológicas básicas de entendimiento.

Finalmente es importante recalcar que las ayudas por si solas no ejercen ningún resultado, estas deben ser objetivo de las entidades de educación, convirtiéndose en preocupación constante de las mismas, solo si se incluyen dentro de las políticas y los objetivos de la educación como sistema, se pueden obtener óptimos resultados, de lo contrario los planes y las ideas se convierten en archivos de bibliotecas que no sirven para nada pues ellas solo son rentables cuando se ejecutan con criterio y con convicción.

Así nace entonces una responsabilidad importante del régimen educativo en Colombia, este debe estar orientado al desarrollo e impulso de la investigación y el análisis, no debe seguir empeñado en el sentido básico de la memoria inmediata, que solo sirve para presentar una prueba, para aprobar un examen o para obtener títulos pero que nunca sustentan ni permiten dejar bases sólidas de conocimiento para los futuros profesionales.

Por esto, en los países denominados desarrollados, la educación superior ha tomado caminos muy diferentes, la educación auto didáctica, la elaboración de programas académicos estrictamente prácticos, y el poco desarrollo de la aplicación teórica hacen que hoy centros educativos como Harvard, Oxford y la Sorbona entre otros se destaquen en el concierto internacional como las más apetecidas y las de mejores resultados en la formación estudiantil.

De esta forma esperamos que nuestro trabajo, sirva para abrir el camino en torno a otras investigaciones que permitan lograr en nuestro medio una educación más avanzada y óptima para nuestros futuros estudiantes en un ámbito integral.

..

Referencias

- Arango, M. (1998) Como pensamos. *El educador*, 16-18.
- Campbell, D. y Satanley, J. (1991). *Diseños experimentales y cuasiexperimentales en la investigación social*. Buenos Aires, Editores Amorrortu.
- Cepal, R. (1994). *Panorama social de América latina*. Santiago de Chile, Edit. Naciones Unidas
- Chomsky, N. y Piaget, J. (1.983). *Teorías del lenguaje y Teorías del Aprendizaje*. Madrid, Edit. Grijalbo.
- Coleman, D. (1996). *La inteligencia emocional*. Madrid, Edit. Paidos.
- Dewey, J. (1983). *Como pensamos*. Madrid, Edit. Paidos.
- Desjarlais, R. (1.997) *Salud Mental en el Mundo*. Organización Panamericana de la Salud.
- Gabucio, F.(2000) *Psicología del pensamiento*. Departamento de Psicología básica. Editorial universidad de Barcelona.
- Garavito, E. (1995). *Manejo de la lengua española*. Bogotá, Universidad Sergio Arboleda. Edit. 8
- Gardner, H. (1.998). *Inteligencias Múltiples. La Teoría en la Práctica*. Barcelona, Edit. Paidos Ibérica.
- F.A.O. (2000) *Fomento de dietas y modos de vida sanos*. Recuperado el 28 de febrero de 2002, de www.fao.org/es/ESN/icn-s/icndie-s.htm
<http://www.fao.org/es/ESN/icn-s/icndie-s.htm>
- Luria, A. (1.980). *Los procesos cognitivos*. Madrid, Edit. Fontanela.
- Organización Panamericana de la Salud. O.P.S. – O.M.S. (2000) *Modos de vida sanos y salud mental*. Recuperado el 30 de febrero de 2002, de www.cor.ops-oms.org/ModoVSSM.htm <<http://www.cor.ops-oms.org/ModoVSSM.htm>
- Navarro, A. (1.986). *Psicología Cognitiva, Raíces y Supuestos Proposiciones*. México, Edit. Trillas.
- Organización Panamericana de la Salud. O.P.S. (1998). *Proyecto de Desarrollo y Salud Integral de Adolescentes y Jóvenes en América Latina y el Caribe*. Recuperado 25 de Abril de 2002, de www.cor.ops-oms.org/ModoVSSM.htm <<http://www.cor.ops-oms.org/ModoVSSM.htm>

Piaget, J. (1.975). *Génesis del Número en el Niño*. México, Edit. Guadalupe.

Piaget, J. Inhelder, B. (1.975). *Génesis de las Estructuras Elementales*. México, Edit. Guadalupe.

Piaget, J. (1.981). *Psicología y Pedagogía*. Barcelona, Edit. Ariel.

Zubiria, I. (1.994). *Modelos Pedagógicos*. Bogotá. Fondo de Comunicaciones de Bernardo Herrera Merino.

Zuluaga, O. (1.984). *Pedagogía e Historia*. Colombia: Foro Nacional, Venezuela: Escuela de Psicología. Universidad Central.

APÉNDICES

Apéndice A

PROGRAMA

El desarrollo del pensamiento científico dirigido a jóvenes que inician la universidad bajo la condición de mecanismos de excepción es un programa que se realizará por medio de cinco alternativas, las cuales se van desarrollando a lo largo de las diferentes sesiones programadas. En la primera sesión, se da espacio a dos actividades que buscan la integración entre los participantes y los asesores, movilizandoo algunos sentimientos que sensibilicen a los estudiantes frente al programa.

Como segunda alternativa, está la consecución de herramientas que fortalezcan sus relaciones interpersonales y el conocimiento de sí mismo. Para esta segunda sesión se realizan dos actividades, la primera tiene como objetivo dar a conocer estrategias que le permitan a los estudiantes entender e interactuar asertivamente con otros y adquirir conciencia de que nuestra percepción está subordinada a nuestros valores y a nuestra personalidad. La segunda actividad tiene como objetivo Concienciar a los participantes de la importancia de las reacciones que se tienen sobre una situación específica donde los sentimientos manejan los mensajes que se dan. La tercera actividad busca reflexionar acerca de la importancia de conocerse a uno mismo, fortaleciendo el autoconocimiento, las emociones, sentimientos, la orientación de su vida, posibilidades y limitaciones. Como cuarta actividad esta “la línea de la vida”, la cual busca concienciar acerca de la importancia de conocer la orientación que cada uno le da a su vida.

La tercera alternativa esta enfocada hacia la estimulación del sentido crítico, la capacidad de argumentar, de analizar, de desarrollar habilidades en la lectura y escritura. Esto se hace por medio de dos actividades, La primera busca crear e identificar argumentos por medio de premisas, conclusiones y aseveraciones; la segunda actividad busca fomentar la creatividad y originalidad en el uso del lenguaje. La cuarta alternativa

busca incentivar el desarrollo de las diferentes áreas de la inteligencia, con el fin de que los estudiantes, adquieran y desarrollen habilidades y herramientas que permitan construir un mejor estilo de pensamiento a nivel lógico y creativo. En la primera actividad el estudiante debe reflexionar sobre la capacidad creadora a partir de diferentes elementos, realizando ejercicios donde desarrolle alternativas que generen un pensamiento inventivo. Y la segunda actividad busca reflexionar sobre la capacidad de argumentar, analizar y proponer en el área de la lógica. En esta actividad se expondrán unos problemas particulares, donde los estudiantes dramatizarán estas situaciones.

La quinta y última alternativa es dar a conocer herramientas que le permitan a los participantes identificar sus hábitos en el estudio. La primera actividad busca realizar cambios importantes que contribuyan a la optimización de los procesos de aprendizaje en función de un crecimiento integral. En la segunda actividad se tiene como objetivo Concientizar acerca de aquellos mandatos impartidos por los padres y familiares, que se convirtieron en creencias y formas de vida que han sido en algún momento limitantes en la vida de cada uno.

Justificación

Los estudiantes que inician su vida universitaria, deben estar en capacidad de pensar más allá de realidad concreta, relacionar diferentes ideas, incluyendo las abstractas, el manejo lógico de enunciados verbales y proposiciones, generar crítica y argumentación de conceptos abstractos al igual que la creación de diferentes estrategias para la solución de problemas en su vida diaria. Al respecto Piaget (1975) concluye que en el caso del pensamiento formal puede existir un retraso en su formación ocurriendo entre los 15 y 20 años, cuando la frecuencia y la calidad de los estímulos intelectuales recibidos de los adultos no son los más adecuados. Se ha observado durante los últimos años que el desempeño intelectual de los estudiantes ha disminuido. Estudios realizados demuestran que las dificultades observadas aumentan conforme se alcanzan niveles más avanzados de escolaridad, se vuelven apremiantes en la universidad y a demás están presentes en el desempeño de las personas en su vida profesional y familiar. Es evidente que muchas de estas dificultades tienen relación con la carencia de habilidades, para procesar información, la forma de expresarla, de construirla y sintetizarla, las relaciones interpersonales, el conocimiento de sí mismo y el manejo de emociones. Ante este problema se buscan algunas posibilidades que permitan contribuir y corregir dichas situaciones.

El programa es un esfuerzo por contrarrestar esta necesidad, propiciando espacios que den a conocer herramientas que contribuyan a un aprendizaje más perdurable, significativo y de mayor aplicabilidad en la toma de decisiones y en la solución de problemas relacionados con las situaciones, que el individuo afronta en su interacción con el medio universitario.

Instrucciones

Para resolver cada problema, el alumno debe leer cuidadosamente las instrucciones, después elaborar una organización del proceso utilizado para hallar la solución del problema. Con esto se busca que organice su pensamiento, diseñe una estrategia de solución y la ponga a prueba, y reformule el problema utilizando otros términos que no desvirtúen el mensaje original.

En la mayoría de los casos ocurrirá que primero se produce la solución y luego se explicará el procedimiento. Esto es así, porque las estrategias seguidas en la solución de problemas no son lineales ni únicas.

EL DESARROLLO DEL PENSAMIENTO CIENTÍFICO DIRIGIDO A JÓVENES QUE INICIAN LA UNIVERSIDAD BAJO LA CONDICIÓN DE MECANISMOS DE EXCEPCIÓN
MODULO 1 PRESENTACIÓN
<p>Objetivo General:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Generar por medio de actividades un espacio de interacción con los participantes y así sensibilizarlos frente al programa que se va a desarrollar.
ACTIVIDAD 1
<p>Nombre de la Actividad: Rompe Hielo</p>
<p>Objetivos Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Presentar el programa, las responsables, las expectativas y los resultados que se esperan al finalizar el mismo. • Conocer a los participantes y lo que esperan del programa.
<p>Procedimiento: En el salón de clases en el que los alumnos se encuentran se hará la respectiva presentación de las responsables del programa, al igual que los objetivos del mismo. Posteriormente se escucharán preguntas o sugerencias y se darán las pautas para la ejecución y desarrollo de las sesiones. Luego se hará una actividad en la que de forma dinámica se conocerán todos los participantes, se pide que formen parejas preferiblemente con una persona que poco hallan tratado, conversaran durante 15 minutos acerca de sí mismos teniendo en cuenta los siguientes aspectos:</p> <p>Recuerde un aspecto agradable de su infancia, cual?</p> <p>Que crisis tuvo en la adolescencia y como la supero.</p> <p>Que es lo que más le gusta hacer (actividades, situaciones, objetos)</p>

Cual ha sido el momento más feliz de su vida.
 Cual ha sido el momento más triste de su vida.
 De que se siente más orgulloso.
 Si usted muriera que le gustaría que escribieran en su tumba.
 Si le hicieran un monumento como le gustaría, de cuerpo entero, la mitad del cuerpo o solo la cabeza.
 Todo lo anterior se hace con el fin de que obtengan la mayor información posible sobre la persona que les rodea. Posteriormente una persona de la pareja se presentara con la historia de su respectivo compañero y viceversa hasta que todas las parejas se presenten. Se les preguntará como se sintieron al remplazar al otro, al conocer la vida del otro y al ser por un momento la otra persona. Por último se les pedirá que escriban en un papel lo que esperan del programa.

Estrategia Metodológica: Trabajo en grupo.

Recursos: Se entregará el formato descrito anteriormente en hojas, lápices.

Criterios De Evaluación: Para desarrollar los objetivos planteados en la actividad se contará con el apoyo de una persona externa, como observador neutro, el cual dará un punto de vista crítico que corrobore que los estudiantes logren conocerse entre ellos y entender claramente el fin del programa. También se acudirá a los escritos realizados por los estudiantes sobre lo que esperan del programa.

ACTIVIDAD 2

RESISTENCIA AL CAMBIO

Nombre de la Actividad: Empuje La Vaquita.

Objetivo Especifico: Demostrar la forma en que un cambio obligado puede ocasionar incomodidad y por lo tanto resistencia.

Procedimiento

- a. Los participantes se reúnen en grupos de tres y se les da la lectura “Empuje la Vaquita “ (Apendice A1) para su discusión y socialización.
- b. Al terminar la lectura se les pedirá a los participantes que argumenten acerca de la posibilidad de generar nuevas alternativas y nuevas comprensiones de la realidad a partir de situaciones de conflicto que solo son circunstancias puntuales.
- c. Ejercicio con las manos y cierre del taller. Se le pedirá al grupo que entrelacen los dedos de las manos en una posición como de oración se les pide que miren como están entrelazados y

<p>ahora que deben separar las manos y volverlas a cruzar exactamente al revés de cómo las tenían. Se debe señalar que para algunas personas este cambio físico no representa ningún problema pero para la mayor parte este ligero cambio ocasiona incomodidad o molestia.</p> <p>d. Al terminar se inicia una discusión sobre la incomodidad del ejercicio y las razones del por qué los estudiantes creen que las personas se resisten al cambio.</p>
<p>Estrategia Metodológica: Socialización y Argumentación.</p>
<p>Recursos: Lectura.</p>

<p>MODULO 2 Persona</p>
<p>Objetivo General:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar herramientas que fortalezcan las relaciones interpersonales de los participantes y el conocimiento de sí mismo.
<p><i>ACTIVIDAD 1</i> INTELIGENCIA INTERPERSONAL</p>
<p>Nombre de la actividad: El Ojo del Espectador</p>
<p>Objetivos Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dar a conocer estrategias que le permitan a los estudiantes entender e interactuar asertivamente con otros. • Adquirir conciencia de que nuestra percepción está subordinada a nuestros valores y a nuestra personalidad
<p>Procedimiento</p> <p>“El ojo del Espectador”, representa la historia de un día en la vida de Michael Gérard, un artista. Después de una breve introducción que nos familiariza con las ilusiones ópticas – lo que se cree ver – la película nos muestra a Michael Gérard de pie, en su estudio, confundido en medio de un caos de pinturas, pinceles, un cuchillo... y con una joven, aparentemente sin vida, boca abajo sobre un sofá.</p> <p>A partir de esta escena, la película retrocede en el tiempo mediante un <i>flash back</i>, para mostrar las impresiones que Michael ha dejado en el ánimo de cinco personas con las que ha tenido contacto aquel día. Estas cinco personas son: su madre, un chofer de taxi, un camarero de hotel,</p>

el propietario Sr. Koppelmayer y una empleada de servicio.

En la primera parte de la película, no se ve al propio Michael Gérard: sólo se le ve y se le oye a través de los ojos y oídos de los espectadores. La película discurre por tanto, como si los micrófonos estuvieran colocados en los oídos de los cinco personajes, y la cámara en sus ojos. Se podrá constatar que los diferentes espectadores no están de acuerdo acerca de la manera de ver y oír a Michael. Por ejemplo, se puede suponer que en una empresa un jefe quiera juzgar a un subordinado escuchando lo que los otros dicen de él. O bien que Michael es juzgado por un tribunal que tiene que adoptar decisiones a partir de informes que se hayan podido recoger.

Fase 1: El grupo ve sólo la primera parte de la película.

Duración: 10 minutos aproximadamente.

Fase 2: Hacia la mitad se detiene la película y el grupo se divide en subgrupos de cinco personas que tendrán que responder en este momento a las preguntas siguientes:

¿Qué piensa de Michael Gérard? Si tuviera que tomar una decisión referente a su personalidad, ¿qué diría?

¿Cuál de las diferentes versiones expuestas le parece que corresponde mejor a la realidad?

¿Ha notado contradicciones en la película (vestimenta, porte, apariencia, palabras, decorado, etc. ¿Cuáles?

Duración: 40 minutos aproximadamente.

Fase 3: Los subgrupos se reúnen y ven la película entera.

Duración: 20 minutos aproximadamente.

Fase 4: La segunda parte de la película muestra la vida Michael Gérard tal como él la ha percibido durante su jornada. Se puede comparar esta versión a la de una persona que comenta su propia vida sin saber, no obstante, si corresponde más o menos a la verdad de la versión de los otros. El grupo se separa de nuevo en los subgrupos de cinco personas y discute las cuestiones siguientes:

¿Qué piensan de las comunicaciones que existen entre Michael y los espectadores? ¿Cuáles son las barreras que impiden una correcta comunicación? Se les pide que expliquen por qué cada uno de los espectadores percibe a Michael de forma distinta. ¿Cómo se podría convencer a los distintos espectadores de que todos se equivocan en su juicio sobre Michael?

¿Existe alguna relación entre la inteligencia y la capacidad de juicio, y cuáles son las cualidades necesarias para saber juzgar a los demás?

<p>¿Cuáles son los medios de evitar las “distorsiones” y los “ruidos?”</p> <p>Luego se les pide que comenten los siguientes factores:</p> <p>Los juicios rápidos fundados en las primeras impresiones</p> <p>La proyección, o tendencia a atribuir a los demás las propias motivaciones o frustraciones</p> <p>El prejuicio, o juicio preconcebido provocado por experiencias pasadas.</p> <p>La predisposición o tendencias a sacar conclusiones antes de conocer todos los hechos</p> <p>La preocupación, en la que el espíritu está ocupado en otros pensamientos que le impiden percibir lo que realmente sucede.</p> <p>La falta de consideración por las fantasías, las ideas o los ideales de los demás (motivación).</p> <p>Por último se hará una retroalimentación de todo lo expresado por los participantes y se cerrará la sesión sacando las conclusiones de todo lo visto en la sesión.</p>
<p>Estrategia metodológica: Película, socialización.</p>
<p>Recursos: Televisor, proyector de película (VHS), película “El Ojo del Espectador”</p>
<p>Criterios de Evaluación: Por medio de un acta, que será realizada por una de las responsables del programa, se obtendrá el punto de vista del estudiante con referencia a la percepción que se tiene sobre las personas y si esa percepción esta subordinada por los valores de cada uno.</p>
<p>ACTIVIDAD 2</p>
<p>INTELIGENCIA INTERPERSONAL</p>
<p>Nombre de la Actividad: Mujer joven – Mujer Vieja.</p>
<p>Objetivo Especifico</p> <ul style="list-style-type: none"> • Concientizar a los participantes de la importancia que tiene las reacciones acerca de una situación especifica donde los sentimientos manejan los mensajes que se den.
<p>Procedimiento</p> <p>Se forman grupos de tres personas y se les entrega un texto, donde se les solicita que elijan el gerente de ventas de una empresa de cosméticos. (Apéndice A2)</p> <p>A continuación se proyecta en el tablero la foto en acetato de la mujer (Apéndice A3) y luego se hará una socialización acerca de las razones que los llevaron a tomar la decisión de elegir o no la mujer para el cargo, se cerrará la actividad reflexionando acerca de cómo las primeras impresiones nos pueden llevar a realizar juicios mal fundamentados.</p>
<p>Estrategia metodológica: Socialización y mesa redonda</p>
<p>Recursos: Acetatos, texto y foto.</p>

<p>Criterio de Evaluación: Por medio de la sustentación escrita que cada grupo haga sobre la decisión tomada, se comprobará el cumplimiento del objetivo de la sesión.</p>
<p>ACTIVIDAD 3</p> <p>INTELIGENCIA INTRAPERSONAL</p>
<p>Nombre de la Actividad: Conocimiento de Mí mismo.</p>
<p>Objetivos Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reflexionar acerca de la importancia de conocerse a uno mismo • Fortalecer por medio del cuestionario el conocimiento de sí mismo, sus emociones, sentimientos, orientación de su vida, posibilidades y limitaciones.
<p>Procedimiento: Se le pide a cada uno de los participantes que contesten las frases del cuestionario (Apéndice A4) lo más rápido que puedan; que escriban la primera cosa que se les viene a la mente. Luego se les indicará que coloquen una X al lado del aspecto que más los hizo sentir orgullosos y un + al frente de aquellas cosas que desea mejorar.</p> <p>Posteriormente se les pide que comenten que grado de dificultad tuvieron al contestar las preguntas, si alguna vez ellos se habían planteado estos mismos interrogantes y por último si sienten que se conocen más a ellos mismos después de contestar el cuestionario.</p>
<p>Estrategia metodológica: Auto-análisis, Socialización y mesa redonda.</p>
<p>Recursos: Formato de preguntas y un lápiz.</p>
<p>Criterios de evaluación: Se realizara al final de la actividad una pregunta que deberá ser contestada al respaldo del formato que fue entregado al comienzo de la sesión. ¿Cree usted que es importante conocerse a sí mismo y porque?</p>
<p>ACTIVIDAD 4</p> <p>INTELIGENCIA INTRAPERSONAL</p>
<p>Nombre de La Actividad: Línea de la Vida.</p>
<p>Objetivo Especifico</p> <ul style="list-style-type: none"> • Concientizar acerca de la importancia de conocer la orientación que cada uno le da a su vida.
<p>Procedimiento: Se le entrega a cada participante el cuestionario “La Línea de la Vida” (Apéndice A5) y se les pide que contesten de la manera más reflexiva posible.</p>

Se cierra la actividad cuestionando a los participantes acerca de que tan difícil fue contestar los interrogantes, si el cuestionario les permitió conocerse un poco más a ellos mismos y que importancia le dan para su vida el reflexionar acerca del conocerse a ellos mismos.

Estructura Metodológica: Reflexión

Criterio de Evaluación: Se obtendrá por medio del formato diligenciado anteriormente.

MODULO 3 INTELIGENCIA LINGÜÍSTICA

Objetivo General

- Estimular el sentido crítico, la capacidad de argumentar y de analizar para desarrollar el lenguaje en todos sus aspectos. de desarrollar habilidades en la lectura y escritura.

**ACTIVIDAD 1
ARGUMENTAR**

Nombre de la Actividad: Argumentación.

Objetivos Específicos

- Crear e identificar argumentos por medio de premisas, conclusiones y aseveraciones.
- Facilitar el empleo del lenguaje como medio de convencer a otros de una idea.

Procedimiento: Se le dará a los alumnos la siguientes frase escrita: Se decide aumentar el número de requisitos académicos de ingreso exigidos para ingresar a la universidad de la ciudad donde vives.

Los alumnos deberán suponer que son los aspirantes a estudiar a la universidad, y que van a conversar con las respectivas autoridades de la universidad que desean limitar la entrada de alumnos.

Posteriormente se le entrega a los alumnos una hoja (Apéndice A6) donde deberán generar y escribir tres argumentos a favor y tres en contra de la medida tomada. A continuación se le pide a los participantes que uno por uno comente los argumentos propuestos frente a la medida tomada por la universidad y cual fue el proceso que los llevo a llegar a estos. Se hace el cierre de la actividad haciendo una retroalimentación sobre la capacidad de argumentar y cual es el proceso para realizarla efectivamente.

Estrategia Metodológica: Taller

Recursos: Hojas, lápices y Papelógrafo.

Criterio de evaluación: Identificar los argumentos elaborados, basados en la actividad anterior.

ACTIVIDAD 2

FONÉTICA

Nombre de la actividad: Juego de Palabras.

Objetivo Especifico:

- Fomentar mediante ejercicios la creatividad y originalidad en el uso del lenguaje.
- Concientizar que gran parte de las enseñanzas y aprendizajes que se tiene en la vida ocurre por medio el lenguaje.

Procedimiento:

1. Oralmente: Ejercicios de fonética:

Se le pide a los participantes que cada uno vaya diciendo alguna palabra donde salga la combinación de fonemas propuesta.

Por ejemplo: mb: comba, cambio, hambre, hombre

mp: campo, siempre, hampa, trompeta...

z final: voz, vez, capaz, tapiz. capaz...

d final: salud, virtud, Madrid, alud...

Encadenar palabras:

Por la sílaba final: Cada alumno pronuncia una palabra y el siguiente continúa la serie con otra que contenga la sílaba final del anterior.

Por ejemplo: casa-sapo-potro-tropa-pareja-jamón, etc.

Alternando una doble serie a un determinado gesto o palmada del profesor:

Por ejemplo: Nombres masculinos y femeninos: río, niño, banco, rosa, mesa, libro, lápiz, caballo, pelo, blusa, casa y luna.

Nombres de ayer y de hoy

Proponer que vayan diciendo en orden una serie de nombres propios modernos – de los chicos actuales- o antiguos de tiempo de los abuelos:

Ejemplo: Noemí, Nereida, Jaime, Borja, Jennifer, Actor. Petronila, Sinforosa, Metodio, Teódulo, Ceferino.

Mis palabras favoritas:

Se les indica a los participantes que vayan enumerando una serie de palabras que les resulten

agradables o por el contenido o por que son eufónicas y agradables al oído. Algunas que han salido:

Palabras preferidas por el contenido:

Amor, paz, madre, amistad, casa, mar, vida...

Palabras eufónicas:

Luciérnaga, brisa, ternura, amigo, arroyo, lágrima, sonrisa...

Inventar palabras y definir las: Cada uno de los alumnos propone una nueva palabra que no figura en el diccionario y da su propia definición.

Por ejemplo: *Solifando*: especie de laúd con cinco cuerdas que se tocaba en las fiestas cortesanas en la Edad Media, *Tamugo*: dicese de una silla de tres patas usada por los árabes.

Carire: divinidad venerada junto a los ríos por los indios.

Animales Combinados: Se trata de dar vida una serie de animales que surgen por la combinación de otros animales existentes. Por ejemplo:

De jirafa, tigre caimán: *Jigremán*: animal que tenía cuello de jirafa, cuerpo de tigre y cola de caimán. De buitre, cebra, hipopótamo: *Buicepótamo*: especie de paquidermo con la piel del cuerpo a rayas, dotado con alas de buitre. De rinoceronte, cocodrilo, elefante: *Rinodrilofante*: mezcla de reptil y paquidermo que habitaba en las selvas del África tropical.

Después de que cada alumno haya realizado los anteriores ejercicios se les preguntara si encontraron dificultad para realizarlos y como se sintieron frente a esta experiencia. Se cierra la actividad haciendo énfasis en la importancia que tiene el comprender y hacer uso adecuado de las partes que conforman el lenguaje para que las demás personas entiendan lo que queremos expresar.

Estrategia Metodológica: Juegos

Recursos: Un texto con los respectivos ejercicios y una cartulina.

Criterio de Evaluación: Se anotarán las palabras que los alumnos expresen rápida y voluntariamente.

MODULO 4
LÓGICA Y CREATIVIDAD
<p>Objetivo General</p> <ul style="list-style-type: none"> • Incentivar el desarrollo de las diferentes áreas de la inteligencia, con el fin de que los estudiantes, adquieran y desarrollen habilidades y herramientas que permitan construir un mejor estilo de pensamiento en el ámbito lógico y creativo.
ACTIVIDAD 1 CREATIVIDAD
<p>Nombre de la actividad: Construcción.</p>
<p>Objetivo Especifico</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lograr que el estudiante reflexione en la capacidad creadora a partir de diferentes elementos, realizando ejercicios donde desarrolle alternativas que generen un pensamiento inventivo.
<p>Procedimiento: Se les indica a los participantes que creen una casa a partir de los siguientes elementos: marcadores, papeles, revistas, palos, tijeras y pegante. Posteriormente se les pide que diseñen una estrategia publicitaria para venderla, se tendrá en cuenta el uso de recursos, el nivel de complejidad, la iniciativa, la ergonomía (consistencia, tamaño y comodidad), originalidad y dedicación y esfuerzo frente a la tarea. Se cierra la actividad preguntando si hubo dificultad para realizar el ejercicio y reflexionando acerca de si es conveniente que siempre se utilice un solo método para realizar las cosas o si es mejor probar diferentes alternativas para hallar la solución.</p>
<p>Estrategia Metodológica: Taller</p>
<p>Recursos: Marcadores, papeles, revistas, palos, tijeras y pegante</p>
<p>Criterio de Evaluación: Todos los grupos que hicieron las casas expondrán porque es importante tener una buena capacidad creadora y esas apreciaciones se tomaran por escrito por una de las responsables del programa; lo cual validará las reflexiones hechas.</p>
ACTIVIDAD 2
LÓGICA
<p>Nombre de la Actividad: Juego de Análisis.</p>
<p>Objetivo Especifico</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reflexionar sobre la capacidad de argumentar, analizar y proponer en el área de la lógica.

<p>Procedimiento: Para iniciar, se le solicita a los participantes que consideren y piensen en una situación específica (Apéndice A7). Para el problema propuesto anteriormente se recomienda a los estudiantes que dramaticen, o construyan, según lo que se facilite más, la situación descrita en el enunciado y así encuentren la solución al planteamiento. Finalmente se observara el método mediante el cual cada grupo encuentre la solución y se les pedirá que expliquen la razón por la que escogieron dicho método.</p>
<p>Estrategia Metodológica: Dramatización.</p>
<p>Criterio de Evaluación: Se le preguntará a los estudiantes después de realizada la actividad porque es importante argumentar, analizar y proponer en la vida diaria. Sus apreciaciones se tomaran por escrito por una de las responsables del programa.</p>

<p>MODULO 5</p> <p>HABITOS DE ESTUDIO</p>
<p>Objetivo General</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dar a conocer herramientas que le permitan a los participantes conocer sus hábitos en el estudio.
<p>ACTIVIDAD 1</p> <p>ATENCIÓN</p>
<p>Nombre de la Actividad: Control de la Atención.</p>
<p>Objetivos Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reflexionar acerca del tipo de preguntas que nos hacemos constantemente y cómo determinan la forma en que percibimos la realidad. • Identificar sobre qué aspectos de nuestra vida estamos enfocando nuestra atención. • Propiciar cambios importantes que contribuyan a la optimización de los procesos de aprendizaje en función de un crecimiento integral.
<p>Procedimiento: Se lee a los participantes el texto (Apéndice A8). Después el texto se les pide a los participantes que escriban cuales son las preguntas que determinan la percepción en sus vidas constantemente y que nos expliquen por que razón. Finalmente se pedirá comentarios y se reflexionara acerca de la importancia que tiene donde centrar nuestra atención porque esta influye en nuestras percepciones.</p>

Estrategia metodológica: Ejercicio de concentración, atención y memoria.
Recursos: Lectura.
Criterio de Evaluación: Preguntas determinan en cada alumno la percepción que influye en sus vidas constantemente y porque razón. Esto confirmara la reflexión hecha en la actividad realizada.
ACTIVIDAD 2 HABITOS DE ESTUDIO
Objetivo Especifico
<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer los métodos y las claves con las que los estudiantes llevan de forma satisfactoria sus aprendizajes
Procedimiento: Se le entrega a cada participante el Cuestionario de Hábitos de Aprendizaje (Apéndice A9) Después de contestar el cuestionario se le preguntara a cada participante si en ocasiones anteriores se han preguntado cuales son sus preferencias o métodos al estudiar y si consideran que son correctos, se aclara que el fin del cuestionario es que tomen conciencia de lo anterior.
Estrategia metodológica: Cuestionario.
Recursos: Hojas
Criterio de Evaluación: Se generará a través del formato diligenciado por cada estudiante.

MODULO 3
ESTILOS DE VIDA SALUDABLES
Objetivo General:
<ul style="list-style-type: none"> • Generar en todos los participantes una concepción adecuada frente a los estilos de vida que se deben poseer.
ACTIVIDAD 1 ESTILOS DE IMAGEN PERSONAL
Nombre de la Actividad: Imagen Personal

Objetivos Específicos:

- Fomentar conciencia en los adolescentes acerca de la importancia que tiene su ser físico
- Reconocer la imagen de sí mismo y como esa imagen afecta su conducta y por ende su salud
- Incrementar un concepto de autoimagen más integral

Procedimiento: Se empieza la actividad dividiendo el grupo en dos subgrupos del mismo sexo.

A cada participante de cada subgrupo se le da un pedazo de papel y un marcador, dándoles instrucciones de realizar una lista nombrando las partes del cuerpo que a los miembros de su sexo no les gustan.

Se dan 5 minutos para que los grupos preparen sus listas de cosas que a las mujeres no les gustan de sus cuerpos y que a los hombres no les gustan de sus cuerpos.

Luego se deben dar a los grupos instrucciones adicionales para que busquen en las revistas ejemplos de personas del sexo opuesto que encuentran atractivos.

Cada grupo debe elaborar un collage del hombre atractivo o la mujer atractiva.

Se exhiben las listas y el collage enfrente del salón, y se reúnen a los participantes en los mismos grupos para discutirlos.

Comenten los puntos de vista de discusión.

Puntos de discusión:

¿Están satisfechos los hombres y las mujeres con sus formas corporales? ¿Quiénes están más satisfechos con sus formas corporales?

¿Cómo se forma en nosotros la idea del cuerpo atractivo?

¿Son realistas las imágenes de belleza que recibimos de los medios masivos o son estereotipos?

¿La forma en que nos sentimos con respecto a nuestros cuerpos esta influenciada por lo que los miembros del otro sexo encuentran interesante o atractivo?

¿Existen partes de nuestro cuerpo que podemos cambiar? Encierre en un circulo las de ambas listas.

¿Y las partes que no podemos cambiar? ¿Afectan nuestro cuerpo, nuestro humor, nuestra inteligencia, nuestra amabilidad o nuestra capacidad de amar y ser amados?.

¿Existen cosas en nuestras vidas que están afectadas por nuestros cuerpos? Den ejemplos.

Estrategia metodológica: Taller
Recursos: revistas, periódicos, tijeras, pegante, papel bond y marcadores
Criterio de Evaluación: el collage realizado por los diferentes grupos permitirá reconocer la imagen que tienen y esperan físicamente de las personas que les gusta al igual que la de sí mismos.
ACTIVIDAD 2 FAMILIA
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> • Concientizar acerca de aquellos mandatos impartidos por los padres y familiares, que se convirtieron en creencias y formas de vida que han sido en algún momento limitantes en la vida de cada uno.
Procedimiento: <p>En primer lugar se le pide a los participantes que cada uno escriba en una hoja las cosas que recuerdan que decían sus padres acerca de lo que estaba mal en cada uno. Cuales eran los mensajes negativos que escuchaban constantemente, que les decían acerca de su cuerpo, del dinero, de la salud, del amor? Se dispondrá del tiempo suficiente para el ejercicio. Luego se les pide que en otra hoja recuerden y escriban las recomendaciones o mensajes positivos que les decían acerca de su cuerpo, dinero, salud, amor, etc.</p> <p>Teniendo las dos hojas, cada uno tratará de identificar cuales de esas creencias aún conserva y como se ven reflejadas en sus relaciones y en el concepto que tiene de sí mismo. Luego determinan que creencias quisieran cambiar y por cuales las modificarían. En parejas comentan sus conclusiones acerca de la reflexión anterior y se expondrán ante todo el grupo.</p>
Estrategia metodológica: Retroalimentación en grupo y cierre.
Recursos: Hojas en blanco.
Criterio de Evaluación: se recogerán las impresiones manifestadas durante la discusión al igual que las preguntas que desarrollaron en la hoja que cada uno recibió.

CONCEPTUALIZACIÓN

RESISTENCIA AL CAMBIO

En la actualidad sé esta viviendo una etapa de cambio. El cambio es equivalente a la vida, la vida es cambio y el cambiar es signo de vitalidad. Se trata de un cambio evolutivo a través del cual la persona crece y madura. La persona vital es aquella que tiene la capacidad de vivir y procurarse nuevas experiencias, nuevos valores, nuevos trabajos, nuevos estilos y formas de vida congruentes con sus deseos y posibilidades. En este punto cobra singular importancia el tema de la resistencia al cambio, que se transforma en una incapacidad para fomentar o aceptar la innovación en los diversos planos de la vida humana. La gestión del cambio supone desprenderse de antiguas creencias y formas de percibir la realidad, es un trabajo que requiere esfuerzo, y estar en constante apertura, ante las nuevas posibilidades de acción que trae la experiencia vital.

INTELIGENCIA INTERPERSONAL

La inteligencia interpersonal es la que nos permite entender a los demás. Es mucho más importante en nuestra vida diaria que la brillantez académica, porque es la que determina toda la red de relaciones, la elección de la pareja, los amigos y, en gran medida, nuestro éxito en el trabajo o en el estudio. La Inteligencia Interpersonal se fundamenta en la empatía que facilita la capacidad de manejar las relaciones interpersonales. Esta es importante para todo alumno, porque le permite hacer amigos, trabajar en grupos, o conseguir ayuda cuando la necesita. Y es todavía más importante desde el punto de vista del profesor, porque sin ella no podría entender a sus alumnos, sus necesidades y sus motivaciones.

La empatía: La empatía es el conjunto de capacidades que nos permiten reconocer y entender las emociones de los demás, sus motivaciones y las razones que explican su comportamiento.

Cuando entendemos al otro, su manera de pensar, sus motivaciones y sus sentimientos podemos elegir la manera más adecuada de presentarle nuestro mensaje. Además la empatía no sólo me permite entender al otro, cuando me pongo en el lugar del otro sino que aprendiendo a pensar como él, puedo entender entre otras cosas, la impresión que yo le causo. Todo lo anterior se puede resumir en la siguiente frase:

“Primero, trata de entender al otro, después trata de hacer que te entiendan a ti”.

Stephen Covey

INTELIGENCIA INTRAPERSONAL

La inteligencia intrapersonal consiste en la habilidad para entenderse a sí mismo. La persona está consciente de sus fortalezas y debilidades, para la reflexión y el control de los pensamientos y sentimientos, así como ser capaz de plantearse diferentes objetivos y la generación de muchas respuestas para su logro, es aprender a ver las cosas desde muchos puntos de vista.

Si siempre haces lo mismo, siempre tendrás los mismos resultados, si siempre analizas las cosas desde el mismo punto de vista, siempre se te ocurrirán las mismas ideas.

INTELIGENCIA LINGÜÍSTICA

Gardner (1998), habla de la inteligencia lingüística como una de las inteligencias múltiples y la define como la capacidad de desarrollar el lenguaje en todos sus aspectos. El lenguaje es el conjunto de signos y reglas que permite que el hombre comunique o manifieste lo que piensa o siente.

Hay cuatro aspectos del conocimiento lingüístico, que han probado su gran importancia en la sociedad humana. El primero es el aspecto teórico del lenguaje, el cual consiste en la habilidad para emplearlo con el fin de convencer a otros individuos acerca de un grupo de acción. El segundo importante factor es el poder mnemotécnico, que consiste en la capacidad de emplear el lenguaje para ayudar a recordar información. El tercer aspecto se refiere al papel de explicación; el cual explica que gran parte de la enseñanza y aprendizaje ocurre por medio el lenguaje, permite a los individuos ordenar palabras, como recibir y dar instrucciones orales y dar explicaciones. La última facultad del lenguaje es la habilidad para emplearla, esto significa reflexionar y empeñarse en el análisis metalingüístico.

El lenguaje comprende toda una serie de componentes que se utilizan para poder entenderlo y emplearlo, es por eso que a continuación se definen estos componentes que más adelante serán de utilidad para desarrollar las actividades propuestas.

Fonética: Pertinente a la voz humana o al sonido en general. Dícese de todo alfabeto o escritura cuyos elementos o letras representa sonidos, de la combinación resultan las

palabras.

Fonema: Cada uno de los sonidos del lenguaje. Unidad distintiva mínima. El conjunto de fonemas de una lengua constituye un sistema de unidades abstractas definibles más por su oposición mutua e identificable porque su conmutabilidad que repercute en el plano del significado.

Fonología: Objetivos propios de la investigación fonológica, son el establecimiento del número concreto de unidades fónicas con valor distintivo, esto es de los fonemas y la determinación de las funciones asumidas.

Aseveración: Es una afirmación mediante la cual se establece una relación entre dos conceptos o clases. Uno de dichos conceptos funciona como sujeto y otro como predicado. Existen dos características fundamentales de las aseveraciones, una se relaciona con la validez lógica y la segunda con la verdad empírica. Toda aseveración tiene un cuantificador, un verbo y dos conceptos. Los conceptos se representan en clases de objetos o situaciones y cambian de una aseveración a otra, es decir, son variables.

Argumentación: El Razonamiento, formal e informal, se basa en dos procesos inducción y deducción. La lógica formal trata del razonamiento deductivo y proporciona modelos que permiten comprobar o sustentar su validez, mientras que el razonamiento deductivo informal es una aproximación razonable del razonamiento deductivo formal. La estructura fundamental del razonamiento deductivo es el argumento y las unidades que lo conforman son las aseveraciones. Estas, de acuerdo con su fuerza lógica, pueden servir para sustentar argumentos lógicos y convincentes. Se distingue entre argumentos lógicos y convincentes, se infiere que en un argumento lógico la conclusión se deriva lógicamente de las premisas que lo sustentan (suponiendo que el argumento es válido) mientras que en un argumento convincente las aseveraciones de soporte hacen que la aseveración clave sea más confiable, a pesar de que no se deriva lógicamente las aseveraciones. Por otro lado, se define el argumento como un enunciado formado por un conjunto de ideas que sustentan un punto de vista o una posición ante un hecho o situación, se utiliza para convencer a otros. Formado por dos o más aseveraciones. Los argumentos son de uso frecuente en el lenguaje cotidiano y por esta razón es importante saber como reconocerlos, analizarlos y evaluarlos.

CREATIVIDAD

Se define como el estado de conciencia que permite generar una red de relaciones para identificar, plantear, resolver problemas de manera relevante y divergente.

La creatividad implica flexibilidad, imaginación, originalidad, libertad interior, perseverancia, intuición, capacidad de correr riesgos... y por eso, hay que verla como un método o sistema de resolución de problemas y como una herramienta de comportamiento y de actitud, fundamental en la metodología de la invención, con acciones concisas y concretas.

Flexibilidad: Es la característica de la creatividad mediante el cual se transforma el proceso para alcanzar la solución del problema o el planteamiento de éste. Involucra una transformación, un cambio, un replanteamiento o una reinterpretación.

Fluidez: Es la característica de la creatividad o la facilidad para generar un número elevado de ideas.

Ergonomía: Las técnicas de creatividad tienen la importante virtud de permitir el desarrollo de muchas alternativas a la vez (una de las características comunes a esas técnicas es la de no juzgar anticipadamente las alternativas planteadas y considerarlas a todas sin que sean mutuamente excluyentes); en realidad, deben plantearse en ergonomía todas las alternativas de estructuración Pero luego de haberse planteado, estructurado y experimentado en lo posible las diversas alternativas ergonómicas, debe pasarse a la etapa de elección entre ellas y "elección" significa siempre una previa evaluación entre las mismas. Llegamos así al fundamental tema de la evaluación de las alternativas ergonómicas. Una característica de la evaluación de alternativas ergonómicas, que surge directamente de la necesidad de satisfacer varios objetivos distintos simultáneamente es la de ser multidimensional; y ello por la simple razón de que los objetivos se refieren a diversas variables que sólo pueden ser cuantificadas en distintas dimensiones. La evaluación multidimensional de alternativas ergonómicas obliga a un muy saludable ejercicio mental para el decidido, al que habitualmente se descuida o aún ignora totalmente: plantearse explícita y claramente sus factores de decisión (criterios de evaluación), que utiliza realmente en su actividad profesional.

Los objetivos se traducen fácilmente a factores de decisión, de los cuales es requisito imprescindible poder cuantificar adecuadamente sus dos características básicas: las relevancias (asignadas por el decido) y los efectos (medidos en cada una de las alternativas en evaluación).

Originalidad: Es la característica que define a la idea, proceso o producto como algo único o diferente.

Elaboración: Es el nivel de detalle, desarrollo o complejidad de las ideas creativas.

LÓGICA

Se define lógica como el estudio de la estructura y las formas del conocimiento en general y del conocimiento científico en particular, se ocupa únicamente de su forma prescindiendo de su contenido. Es el estudio del concepto, el juicio y el razonamiento, especialmente el deductivo, análisis del lenguaje en el cual se hallan contenidos los conocimientos.

Argumentar: Las personas necesitan desarrollar habilidades de razonamiento que les permita aceptar o rechazar puntos de vista o sustentar los propios. Estas actividades tienen que ver con el uso de argumentos y el desarrollo de habilidades para analizarlos. La estructura fundamental del razonamiento deductivo es el argumento y las unidades que lo conforman son las aseveraciones (afirmación acerca de hechos o de situaciones). Éstas, de acuerdo con su fuerza lógica, pueden servir para sustentar argumentos lógicos y convincentes. Se infiere que en un argumento lógico la conclusión se deriva lógicamente de las premisas que lo sustentan (suponiendo que el argumento es válido), mientras que en un argumento convincente las aseveraciones de soporte hacen que las aseveraciones clave sea más confiable. Para razonar con efectividad se necesita desarrollar la habilidad de encadenar los pensamientos o las ideas lógicamente; esto lo proporciona la capacidad de argumentar. Los argumentos además de facilitar la comunicación de las ideas, reflejan las creencias y acciones, y al mismo tiempo influyen en estos

Opinión: Juicio o parecer que se forma de una cosa cuestionable. Proposición aceptada y de cuya validez no se tiene certeza absoluta, aunque haya razones para admitirla. Implica una cierta actitud afirmativa sobre algo que no se puede demostrar o fundamentar suficientemente

Inferencia: Paso discursivo de una proposición o grupo de proposiciones a otra llamada conclusión. Sacar consecuencia, deducir una cosa de otra.

Abducción: Abducción es el proceso por el que se forma una hipótesis explicativa. Es la única operación lógica que introduce una idea nueva. La abducción puede ser entendida como una forma de inferencia lógica; consiste en examinar una masa de hechos y en permitir que estos hechos sugieran una teoría, de este modo ganamos nuevas ideas. La diferencia específica entre la inducción y la abducción es que la abducción forma parte

del proceso de descubrimiento, mientras que la inducción forma parte del proceso de probar los descubrimientos. Empiece (1984) es una inferencia hipotética susceptible de ulterior confirmación o refutación por la vía inductiva.

Análisis: Descomposición, resolución de un todo en sus partes constituyentes.

Actitud crítica: La actitud crítica consiste en la disposición auténtica de búsqueda de la verdad; ejercer responsablemente la crítica implica dominar el campo en el cual se está discutiendo.

Hipótesis: Lógicamente hipótesis es aquel enunciado o conjunto de enunciados, que se aceptan como punto de partida para realizar una demostración, que así queda estructurada en forma condicional. Metodológicamente es un enunciado que de manera condicional, intenta explicar, razonar un fenómeno. Es una explicación sugerida por la observación de un fenómeno determinado. Este enunciado producto de la creatividad del investigador, dirige la investigación. Esta hipótesis ha de ser contrastada, es decir, probada, por la experiencia. La hipótesis una vez probada, pasa a ser un enunciado tesis. Una buena hipótesis debe ser adecuada al fenómeno que intenta explicar.

Bajo esta categoría agrupamos a todos aquellos problemas cuya solución requiere más imaginación y creatividad que el uso de conocimientos formales; para participar de discusiones que incluya habilidades cognitivas de alto nivel como comparar, contrastar, proveer de causas y consecuencias, analizar, formular hipótesis y sintetizar la información.

HÁBITOS DE ESTUDIO

Cualquier cosa que, en cierta forma, se hace por costumbre, con frecuencia como rutina o en determinadas ocasiones, constituye un hábito. Es un patrón de comportamiento recurrente, con frecuencia inconsciente, que a menudo se adquiere mediante la repetición. Los llamados malos hábitos adquieren este título porque pueden evitar que se alcancen metas importantes y provocan problemas obvios. Hay que pensar bastante para reconocer un hábito como problemático, porque, en ocasiones, el problema parece no venir directamente del hábito. Para cambiar los hábitos primero se debe tomar la decisión de cambiar, luego empezar inmediatamente porque si se pospone se corre el peligro de no hacerlo, se debe cambiar un hábito a la vez, premiarse por los pasos

positivos que logre y nunca desanimarse. El estudio es la acción de recoger información acerca de algo, asimilarla, relacionarla, reflexionar sobre ella y aplicarla. Busca asimilar e incorporar unos contenidos o formas de pensar, actuar o sentir. El estudio es una actividad que fatiga, exige dedicación y esfuerzo y requiere un propósito. Cuando se hace sin ninguna metodología y sin motivación o interés, conduce al aburrimiento, pero si se utilizan técnicas adecuadas para estudiar se puede aprender más en menos tiempo y con menos esfuerzo. No se trata de estudiar más sino de estudiar mejor. Las conductas de estudio son las actividades observables que el estudiante realiza con el fin de obtener su aprendizaje de tal manera que la repetición de determinadas conductas de estudio, constituyen la mejor manera para aprender a estudiar. Con frecuencia, el rendimiento del estudio en la tarde se verá influido por factores como el grado de iluminación en la habitación, la clase de silla utilizada, la ventilación, distractores presentes, y en general las condiciones físicas en las que se encuentre inmerso. Aún en el caso del desempeño obligatorio de otras actividades, debe hacerse una composición mental en la que el estudio ocupe una posición de privilegio y no solo los minutos restantes de las demás obligaciones, trabajos o distracciones. Salvo raras y justificadas excepciones se deberá estudiar siempre dentro del mismo horario y no permitir en esas horas ser requeridos por otros intereses. Lo ideal es saber elegir ese espacio de tiempo, conociendo cuál es el momento del día en que gozamos de mayor lucidez y poder de penetración. Es prudente, a demás, distribuir convenientemente ese tiempo, dedicando a cada tema o asignatura el espacio que requiere, sin tratar de asimilar demasiado de una vez; la consecuencia de esto último sería la pérdida de la eficacia en la labor. Fomentar un hábito de estudio es adquirir habilidades o destrezas para tratar o realizar convenientemente las tareas implicadas en la adquisición y asimilación de la información o contenidos de las asignaturas. El estudiante debe estar convencido de que para realizar bien una tarea necesita dominar las técnicas, destrezas o estrategias necesarias para asimilar los contenidos que pretende aprender. Esto hace referencia a los métodos de estudio, que cómo ya se ha planteado anteriormente, son el eje fundamental del éxito o fracaso del estudiante.

ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

El Estilo de Vida Saludable es la manera como la gente se comporta con respecto a la exposición a factores nocivos que representan riesgo para la salud, (Desjarlais, 1997). Los comportamientos o conductas son determinantes decisivos de la salud física y mental y del estado de la salud pública, estando fuertemente vinculados al bienestar. Según FAO(1998) se calcula que un tercio de las enfermedades en el mundo pueden prevenirse mediante cambios en el comportamiento. La manera como la gente se comporte determinará el que enferme o permanezca sana, y en caso de que enferme, su papel va a ser decisivo en la recuperación y en la velocidad a que ésta se produzca. Los comportamientos que tienen impacto en la salud se denominan habitualmente "Modos o Estilos de Vida" y quiere decir que la persona es libre de elegir la forma de vivir que le guste.

Los comportamientos tienen una influencia profunda en la salud, algunos de ellos tan directos como lavarse o no las manos, empezar a fumar o dejar de hacerlo, decidir qué comer y cuándo, elegir con quién, cuándo y cuán a menudo tener relaciones sexuales y optar o no por trabajar con seguridad. OPS-OMS argumenta que el comportamiento influye en los riesgos de enfermar y también en las posibilidades de sanar, porque la conducta de una persona determina que se exponga a agentes causantes de enfermedades y luego si se enferma debe procurar asistencia, y si la enfermedad es larga debe continuar al tratamiento.

Los estilos de vida, los comportamientos con respecto a la salud, son difíciles de cambiar. Pero a no ser que se cambien las conductas que implican altos riesgos, persistirán muchas enfermedades evitables y seguirán las muertes prematuras. Los comportamientos que más influyen en el estado de salud, tanto física como mental, son las pautas sobre alimentación, el hábito de fumar, las actividades de trabajo, la higiene personal, la actividad sexual y el abuso de sustancias.

Corporeidad: El cuerpo es un instrumento de la expresión de nuestro ser, como todo en la vida es un espejo de nuestras ideas y creencias. El cuerpo está siempre hablándonos; solo falta que nos molestemos en escucharlo. Cada célula del cuerpo responde a cada una de las cosas que pensamos y a cada palabra que decimos. Cuando un modo de hablar y de pensar se hace continuo termina expresándose en comportamientos y posturas

corporales en forma de estar y de “malestar”. De tal forma que las enfermedades físicas no son más que la manifestación de desequilibrios emocionales y ataduras de diversas experiencias aún no resueltas o superadas en las distintas etapas del desarrollo del ser humano. Los cambios rápidos que se dan en nuestro medio ambiente hacen que la persona fácilmente entre en crisis, que muchas veces se ha denominado “crisis de la mitad de la vida”, aunque en realidad nadie sabe cuál es la mitad de la vida y además encontramos que se da esta crisis a muy diversas edades en la etapa de la adultez.

Equilibrio Vital: El reto más importante del ser humano es lograr y mantener un equilibrio vital que le permita alcanzar su plenitud, el máximo de su desarrollo físico, emocional y espiritual. Esto no es fácil. Desde luego, este desarrollo se fundamenta en el conocimiento de uno mismo, en el descubrimiento de sus principales fuerzas. La sabiduría del hombre en la construcción de sí mismo está en fincar su propio ser en sus potencialidades y en sus fuerzas, no en sus debilidades. Este equilibrio, no significa construirse un poco acá y otro poco allá; si no en el compromiso total que asegure vivir en plenitud sus distintas facetas humanas. El equilibrio vital es el compromiso de energía de inteligencia, de capacidades y de tiempo que se traduce en la conexión con el propio ser. El cuidado de la energía óptima se relaciona directamente con la energía vital en las diversas áreas o dimensiones del ser. Cuando descuidamos o debilitamos el enriquecimiento de una dimensión experimentamos la frustración consecuente de no estar satisfaciendo las necesidades humanas. De ahí la importancia de lograr armonía en todas las dimensiones del ser: un cuerpo sano, fuerte y sensible; una vida de pertenencia familiar y amorosa, un conocimiento de sí mismo que nos permita sentirnos dueños de nuestro funcionamiento general y hacernos conscientes de todos los movimientos de la mente, las emociones y del cuerpo nos dará mayores posibilidades de crecimiento.

Familia: La familia puede llegar a ser un ambiente de crecimiento que favorece el desarrollo más íntimo de la persona. Es la prolongación más cercana de uno mismo, donde se da el proceso trascendente de crear y promover la vida y de estructurar e integrar el propio sentido de vida con el de los seres que más se quiere y con quienes convivimos íntimamente.

Apéndice B

PRE TEST

INTELIGENCIA INTERPERSONAL

Para poder identificar sus conocimientos acerca de la inteligencia interpersonal, responda, de la manera más exacta y sincera el siguiente cuestionario.

1. ¿Qué es la inteligencia interpersonal?
 - a. Es la que nos permite conocernos a nosotros mismos.
 - b. Es la que nos permite entender a los demás y manejar asertivamente las relaciones.
 - c. Es la que nos permite ser más extrovertidos.

2. En que situaciones **no son importantes** las relaciones interpersonales:
 - a. Al presentar una prueba de personalidad.
 - b. La universidad.
 - c. Al relacionarse con otras personas.

3. ¿Cuál cree usted que es el elemento más importante para crear relaciones con otras personas de manera adecuada?
 - a. La sonrisa.
 - b. La presentación personal.
 - c. La empatía.

4. ¿ En que forma podría manifestarse la inteligencia interpersonal en su vida universitaria?
 - a. Al presentar trabajos en equipo.
 - b. Al presentar exámenes finales.
 - c. Al asistir a clase.

5. ¿Qué tan importantes son las relaciones interpersonales para usted?
 - a. Muy Importantes
 - b. Poco importantes
 - c. importantes

INTELIGENCIA INTRAPERSONAL

Para poder identificar sus conocimientos acerca de la inteligencia intrapersonal, responda, de la manera más exacta y sincera el siguiente cuestionario:

1. ¿Qué considera usted que es la inteligencia intrapersonal?
 - a. La habilidad para conocer y entender a los demás.
 - b. La que me permite expresarme adecuadamente.
 - c. La habilidad para entenderme a mí mismo.

2. ¿Cuales cree usted que son los aspectos fundamentales que se deben tener en cuenta para el conocimiento de sí mismo?
 - a. Conocer las propias fortalezas y debilidades.
 - b. Conocer físicamente lo más bonito que tengo.
 - c. Comprender las necesidades y emociones de los demás.

3. En que circunstancias es importante tener un buen conocimiento intrapersonal?
 - a. Cuando voy a una fiesta.
 - b. Cuando voy a cine.
 - c. Cuando trato de entender claramente por lo que estoy pasando.

4. ¿Porque es importante para su carrera el conocimiento intrapersonal?
 - a. Porque me permite trabajar en equipo.
 - b. Porque me permite conocer lo que quiero para mi vida.
 - c. Porque me permite entender apropiadamente la vida de otras personas.

5. ¿Cree que el conocimiento intrapersonal hace parte de la inteligencia?
 - a. De acuerdo.
 - b. Indiferente.
 - c. En desacuerdo.

INTELIGENCIA LINGÜÍSTICA

Para poder identificar sus conocimientos acerca de la inteligencia lingüística, responda, de la manera más exacta y sincera el siguiente cuestionario:

1. ¿Para usted que es el lenguaje?
 - a. Él último músculo de la lengua.
 - b. La habilidad para comunicarse.
 - c. La capacidad de hacer giros con la boca.

2. ¿Para usted argumentar es?
 - a. Es sustentar un punto de vista con enunciados lógicos.
 - b. Es aumentar mi punto de vista.
 - c. Es convencer a los demás.

3. ¿Cuál cree que es la diferencia entre aseveración y argumentación?
 - a. Que una defiende y la otra ataca una afirmación.
 - b. Que una ataca y la otra admira una afirmación.
 - c. Que una compara y la otra sustenta una afirmación.

4. ¿Qué desarrolla la inteligencia lingüística?
 - a. Es la que me permite desarrollar habilidades en matemáticas.
 - b. Es la que me permite desarrollar habilidades en literatura.
 - c. Es la que me permite desarrollar el lenguaje en todos sus aspectos.

5. El conocimiento lingüístico me permite a:
 - a. Conocer personas a través de gestos.
 - b. Conocer personas por medio del lenguaje.
 - c. Conocer y convencer a otras personas por medio del lenguaje.

LOGICA Y CREATIVIDAD

Para poder identificar sus conocimientos acerca de la lógica y la creatividad, responda, de la manera más exacta y sincera el siguiente cuestionario.

1. ¿La creatividad es?
 - a. La que me permite interactuar con otras personas.
 - b. La que me permite resolver problemas de manera diferente.
 - c. La que me permite resolver problemas de forma usual.

2. ¿Qué características cree que tiene una persona creativa?
 - a. Flexibilidad, fluidez y originalidad.
 - b. Sencillez, normalidad y continuidad.
 - c. Ergonomía, comodidad y pasividad.

3. ¿Cómo definiría la lógica?
 - a. La que me lleva a actuar correctamente.
 - b. La combinación entre el concepto, el juicio y el razonamiento.
 - c. La argumentación de la realidad.

4. Las características de la lógica son:
 - a. Argumentar, inferir, abducción, hipótesis y actitud crítica.
 - b. Flexibilidad, elaboración, opinión, originalidad y organización.
 - c. Abducción, coherencia, intuición, racionalización y proposición.

5. La lógica y la creatividad se manifiestan:
 - a. Al imitar las acciones asertivas de otros en determinadas circunstancias.
 - b. Al resolver problemas de la manera que siempre ha resultado
 - c. Al generar ideas y seleccionar nuevas soluciones a problemas

HABITOS DE ESTUDIO

Para poder identificar sus conocimientos acerca de los hábitos de estudio, responda, de la manera más exacta y sincera el siguiente cuestionario:

1. ¿Un hábito es?
 - a. Generar una nueva solución ante un problema
 - b. Patrón de comportamiento recurrente
 - c. Patrón que determina lo que se debe hacer

2. ¿Los denominados malos hábitos son?
 - a. Aquellos comportamientos que me permiten cumplir las metas y actuar efectivamente.
 - b. Comportamientos frecuentes en los que se tiende a perfeccionar una actividad.
 - c. Comportamientos que pueden evitar que se alcancen metas importantes y provocan problemas.

3. Un hábito de estudio se adquiere:
 - a. Estudiando de la misma forma todo el tiempo.
 - b. Estudiando con un método de estudio que lo encamine a administrar correctamente el tiempo, la atención y la reflexión personal.
 - c. Repitiendo y memorizando los contenidos sin profundizar, con el fin exclusivo de aprobar los exámenes.

4. El hábito de estudio influye dentro de la vida universitaria para:
 - a. Comprometerse y profundizar en los conocimientos con relación a lo que se estudia.
 - b. Aprobar las evaluaciones de cada materia.
 - c. Aceptar las demandas que llegan del medio y las imposiciones de los profesores.

5. Dentro de los hábitos adecuados de estudio se incluye:
 - a. Memorización.
 - b. Control de la atención.
 - c. Reproducción de hechos.

ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

Para poder identificar sus conocimientos acerca de los estilos de vida saludables, responda, de la manera más exacta y sincera el siguiente cuestionario.

1. Salud es:

- a. Alteraciones del organismo que perturban su funcionamiento normal.
- b. Prevenir la enfermedad.
- c. Estado del organismo en el que el funcionamiento es normal.

2. Un estilo de vida saludable es:

- a. La manera como la gente se comporta para evitar riesgos que atenten contra la salud.
- b. Comportarse de una manera en la que no parezca enfermo.
- c. Vivir de la forma que más me gusta.

3. Los estilos de vida saludables son importantes porque:

- a. Permiten formar hábitos adecuados que conllevan a una calidad de vida mejor.
- b. Proveen bienestar y desarrollo individual en forma solidaria a nivel biopsicosocial.
- c. Todas las anteriores.

4. La corporeidad es:

- a. el estudio de las partes del cuerpo.
- b. La expresión corporal del estado mental.
- c. Ejercicios que se realizan para fortalecer el cuerpo.

5. Equilibrio vital es:

- a. Vivir en armonía y plenitud todas las dimensiones del ser.
- b. Compensar el placer con el trabajo.
- c. Tener cuidado con el oído porque maneja el equilibrio.

POST TEST

INTELIGENCIA INTERPERSONAL

Para poder identificar sus conocimientos acerca de la inteligencia interpersonal, responda, de la manera más exacta y sincera el siguiente cuestionario.

1 ¿Que es la inteligencia interpersonal?

- d. Es la que nos permite conocernos a nosotros mismos.
- e. Es la que nos permite entender a los demás y manejar asertivamente las relaciones.
- f. Es la que nos permite ser más extrovertidos.

2. En que situaciones **no son importantes** las relaciones interpersonales:

- d. Al presentar una prueba de personalidad.
- e. La universidad.
- f. Al relacionarse con otras personas.

3. ¿Cuál cree usted que es el elemento más importante para crear relaciones con otras personas de manera adecuada?

- d. La sonrisa.
- e. La presentación personal.
- f. La empatía.

4. ¿ En que forma podría manifestarse la inteligencia interpersonal en su vida universitaria?

- d. Al presentar trabajos en equipo.
- e. Al presentar exámenes finales.
- f. Al asistir a clase.

5. ¿Qué tan importantes son las relaciones interpersonales para usted?

- d. Muy Importantes
- e. Poco importantes
- f. importantes

INTELIGENCIA INTRAPERSONAL

Para poder identificar sus conocimientos acerca de la inteligencia intrapersonal, responda, de la manera más exacta y sincera el siguiente cuestionario:

1. ¿Qué considera usted que es la inteligencia intrapersonal?.

- d. La habilidad para conocer y entender a los demás.
- e. La que me permite expresarme adecuadamente.
- f. La habilidad para entenderme a mí mismo.

2. ¿Cuales cree usted que son los aspectos fundamentales que se deben tener en cuenta para el conocimiento de sí mismo?.

- d. Conocer las propias fortalezas y debilidades.
- e. Conocer físicamente lo más bonito que tengo.
- f. Comprender las necesidades y emociones de los demás.

3. En que circunstancias es importante tener un buen conocimiento intrapersonal?.

- d. Cuando voy a una fiesta.
- e. Cuando voy a cine.
- f. Cuando trato de entender claramente por lo que estoy pasando.

4. ¿Porque es importante para su carrera el conocimiento intrapersonal?

- d. Porque me permite trabajar en equipo.
- e. Porque me permite conocer lo que quiero para mi vida.
- f. Porque me permite entender apropiadamente la vida de otras personas.

5. ¿Cree que el conocimiento intrapersonal hace parte de la inteligencia?

- d. De acuerdo.
- e. Indiferente.
- f. En desacuerdo.

INTELIGENCIA LINGÜÍSTICA

Para poder identificar sus conocimientos acerca de la inteligencia lingüística, responda, de la manera más exacta y sincera el siguiente cuestionario:

1. ¿Para usted que es el lenguaje?

- d. Él último músculo de la lengua.
- e. La habilidad para comunicarse.
- f. La capacidad de hacer giros con la boca.

2. ¿Para usted argumentar es?

- d. Es sustentar un punto de vista con enunciados lógicos.
- e. Es aumentar mi punto de vista.
- f. Es convencer a los demás.

3. ¿Cuál cree que es la diferencia entre aseveración y argumentación?

- d. Que una defiende y la otra ataca una afirmación.
- e. Que una ataca y la otra admira una afirmación.
- f. Que una compara y la otra sustenta una afirmación.

4. ¿Qué desarrolla la inteligencia lingüística?

- d. Es la que me permite desarrollar habilidades en matemáticas.
- e. Es la que me permite desarrollar habilidades en literatura.
- f. Es la que me permite desarrollar el lenguaje en todos sus aspectos.

5. El conocimiento lingüístico me permite a:

- d. Conocer personas a través de gestos.
- e. Conocer personas por medio del lenguaje.
- f. Conocer y convencer a otras personas por medio del lenguaje.

LOGICA Y CREATIVIDAD

Para poder identificar sus conocimientos acerca de la lógica y la creatividad, responda, de la manera más exacta y sincera el siguiente cuestionario.

1. ¿La creatividad es?

- d. La que me permite interactuar con otras personas.
- e. La que me permite resolver problemas de manera diferente.
- f. La que me permite resolver problemas de forma usual.

2. ¿Qué características cree que tiene una persona creativa?

- d. Flexibilidad, fluidez y originalidad.
- e. Sencillez, normalidad y continuidad.
- f. Ergonomía, comodidad y pasividad.

3. ¿Cómo definiría la lógica?

- d. La que me lleva a actuar correctamente.
- e. La combinación entre el concepto, el juicio y el razonamiento.
- f. La argumentación de la realidad.

4. Las características de la lógica son:

- d. Argumentar, inferir, abducción, hipótesis y actitud crítica.
- e. Flexibilidad, elaboración, opinión, originalidad y organización.
- f. Abducción, coherencia, intuición, racionalización y proposición.

5. La lógica y la creatividad se manifiestan:

- d. Al imitar las acciones asertivas de otros en determinadas circunstancias.
- e. Al resolver problemas de la manera que siempre ha resultado
- f. Al generar ideas y seleccionar nuevas soluciones a problemas

HABITOS DE ESTUDIO

Para poder identificar sus conocimientos acerca de los hábitos de estudio, responda, de la manera más exacta y sincera el siguiente cuestionario:

1. ¿Un hábito es?

- d. Generar una nueva solución ante un problema
- e. Patrón de comportamiento recurrente
- f. Patrón que determina lo que se debe hacer

2. ¿Los denominados malos hábitos son?

- d. Aquellos comportamientos que me permiten cumplir las metas y actuar efectivamente.
- e. Comportamientos frecuentes en los que se tiende a perfeccionar una actividad.
- f. Comportamientos que pueden evitar que se alcancen metas importantes y provocan problemas.

3. Un hábito de estudio se adquiere:

- d. Estudiando de la misma forma todo el tiempo.
- e. Estudiando con un método de estudio que lo encamine a administrar correctamente el tiempo, la atención y la reflexión personal.
- f. Repitiendo y memorizando los contenidos sin profundizar, con el fin exclusivo de aprobar los exámenes.

4. El hábito de estudio influye dentro de la vida universitaria para:

- d. Comprometerse y profundizar en los conocimientos con relación a lo que se estudia.
- e. Aprobar las evaluaciones de cada materia.
- f. Aceptar las demandas que llegan del medio y las imposiciones de los profesores.

5. Dentro de los hábitos adecuados de estudio se incluye:

- d. Memorización.
- e. Control de la atención.
- f. Reproducción de hechos.

ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

Para poder identificar sus conocimientos acerca de los estilos de vida saludables, responda, de la manera más exacta y sincera el siguiente cuestionario.

1. Salud es:

- d. Alteraciones del organismo que perturban su funcionamiento normal.
- e. Prevenir la enfermedad.
- f. Estado del organismo en el que el funcionamiento es normal.

2. Un estilo de vida saludable es:

- d. La manera como la gente se comporta para evitar riesgos que atenten contra la salud.
- e. Comportarse de una manera en la que no parezca enfermo.
- f. Vivir de la forma que más me gusta.

3. Los estilos de vida saludables son importantes porque:

- d. Permiten formar hábitos adecuados que conllevan a una calidad de vida mejor.
- e. Proveen bienestar y desarrollo individual en forma solidaria a nivel biopsicosocial.
- f. Todas las anteriores.

4. la corporeidad es:

- d. el estudio de las partes del cuerpo.
- e. La expresión corporal del estado mental.
- f. Ejercicios que se realizan para fortalecer el cuerpo.

5. equilibrio vital es:

- d. Vivir en armonía y plenitud todas las dimensiones del ser.
- e. Compensar el placer con el trabajo.
- f. Tener cuidado con el oído porque maneja el equilibrio.

Apéndice A1
“Empuje la Vaquita”

“Un maestro de la sabiduría paseaba un día con su fiel discípulo, cuando vio a lo lejos un sitio de apariencia pobre, y decidió hacer una breve visita al lugar. Durante la caminata le comentó al aprendiz sobre la importancia de las visitas, también de conocer personas y las oportunidades de aprendizaje que tenemos de esas experiencias.

Llegando al lugar constato la pobreza del sitio: sus habitantes eran una pareja y tres hijos que vivían en una casa de madera, vestidos con ropas sucias y rasgadas, sin zapatos, entonces se aproximó el señor, aparentemente el padre de familia y el sabio le preguntó: en este lugar no existen posibilidades de trabajo, ni puntos de comercio ¿cómo hacen usted y su familia para sobrevivir aquí?, el señor calmadamente respondió: amigo mío, nosotros tenemos una vaquita que nos da varios litros de leche todos los días; una parte del producto la vendemos o la cambiamos por otros alimentos en la ciudad vecina y con la otra parte producimos queso, cuajada, para nuestro consumo y así es como vamos viviendo.

El sabio agradeció la información, contemplo el lugar por un momento, luego se despidió y se fue. En medio del camino volteo hacia su fiel discípulo y le ordeno: “busque la vaquita, llévela al precipicio, de ahí enfrente empújela al barranco”. El joven espantado vio al maestro y le cuestiono sobre el hecho de que la vaquita era el medio de subsistencia de aquella familia. Mas como percibió el silencio absoluto del maestro fue a cumplir la orden así que empujo la vaquita y la vio morir. Aquella escena queda grabada en la memoria de aquel joven durante algunos años.

Un día el joven decidió abandonar todo lo que había aprendido y regresar a aquel lugar y contarle todo a la familia y pedir perdón y ayudarlos. Así lo hizo, y a medida que se

aproximaba al lugar veía todo muy bonito, con árboles floridos, todo habitado, con carro en el garaje de una casa enorme y algunos niños jugando en el jardín.

El joven se sintió triste y desesperado imaginando que aquella familia tuviese que vender el terreno para sobrevivir, acelero el paso y llegando allá, fue recibido por un señor muy simpático, el joven pregunto por la familia que vivía allí hacia unos cuantos años. El señor le respondió que seguía viviendo allí, espantado el joven entro corriendo en la casa y confirmó que era la misma familia que visito con el maestro. Elogio al señor por el lugar y le pregunto ¿cómo hizo para mejorar este lugar y cambiar de vida? El señor entusiasmado le respondió: nosotros teníamos una vaquita que cayó por el precipicio y murió. De ahí en adelante nos vimos en la necesidad de hacer otras cosas, desarrollar otras habilidades que no sabíamos que teníamos. Así alcanzamos lo que tenemos hoy”.

Una situación difícil quizá sea la mejor oportunidad de descubrir nuestro inmenso potencial interior para desarrollar grandes soluciones y salir adelante. Todos necesitamos que nos empujen la vaquita alguna vez en la vida.

Apéndice A2

Texto mujer joven mujer vieja

Texto:

Ustedes son el comité del área de recursos humanos de la empresa de cosméticos Maybelline, sucursal Medellín y deben tomar la decisión de nombrar la Vicepresidente Comercial, por un error en el correo no llegaron los documentos a tiempo y su decisión solo se debe fundamentar en la foto que ven.

Sustente su decisión por escrito para dicho nombramiento y mencione la edad de la persona en cuestión. No se puede tocar el acetato de la foto.

Apéndice A3

Fotografía Mujer joven mujer vieja

Apéndice A4

Yo soy una persona

Yo soy una persona que me gusta.....

Yo soy una persona que puede.....

Yo soy una persona que tiene.....

Yo soy una persona que odia.....

Yo soy una persona que siempre.....

Yo soy una persona que nunca.....

Yo soy una persona que debe.....

Yo soy una persona que sueña.....

Yo soy una persona que logra.....

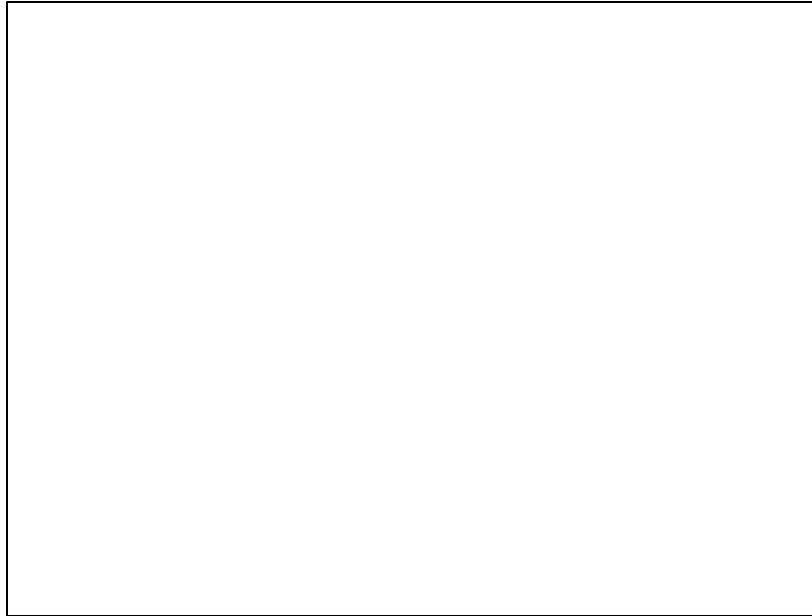
Yo soy una persona a la que no le gusta.....

Yo soy una persona que teme.....

Apéndice A5

La línea de la vida

Haz un dibujo de ti mismo



¿Qué dice de mí mismo este dibujo?

¿Qué dice de mi actitud hacia la vida?

¿Qué ha tenido sentido en mi vida y qué no?

¿Qué elementos aprecio de mí mismo y cuáles necesito cambiar?

Diagnostico e inventario personal

¿Quién he sido?

¿Quién quiero ser?

<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>

¿Cuándo me he sentido más yo mismo? (Eventos concretos, etapas, situaciones. Describa en detalle.

Las diez actividades que más me gusta realizar

- | | |
|----------|-----------|
| 1. _____ | 6. _____ |
| 2. _____ | 7. _____ |
| 3. _____ | 8. _____ |
| 4. _____ | 9. _____ |
| 5. _____ | 10. _____ |

Las 10 cosas (objetos materiales, tangibles) más significativas para mí. No es necesario que las tenga, sino que para usted sean muy importantes en su vida o trabajo futuros y las desearían tener:

- | | |
|----------|-----------|
| 1. _____ | 6. _____ |
| 2. _____ | 7. _____ |
| 3. _____ | 8. _____ |
| 4. _____ | 9. _____ |
| 5. _____ | 10. _____ |

Las 10 situaciones o ambientes que son más significativos en su vida. (Situación es un ambiente que lo rodea, el clima, un lugar determinado, determinadas comodidades, un ambiente físico o social, libertades, limitaciones, calidad de vida.

- | | |
|----------|-----------|
| 1. _____ | 6. _____ |
| 2. _____ | 7. _____ |
| 3. _____ | 8. _____ |
| 4. _____ | 9. _____ |
| 5. _____ | 10. _____ |

Repase lo escrito y anote reflexiones y preguntas que le sugiera la comparación de lo que ha sido con lo que quiere ser: lo que le gusta y lo que no le gusta de usted mismo, sus miedos. ¿Qué puede cambiar? ¿Qué es esencial para usted? ¿Qué le hace sentir usted mismo?

Apéndice A6

Argumentos a favor y en contra

A favor: _____

En contra:

Apéndice A7

Problema de tres mujeres y tres colores

Tres mujeres se encuentran en la calle: la señora blanca, la señora rosa y la señora violeta.

¿Se dan cuenta que uno de nosotras va vestida de rosa, otra de blanco y otra de violeta?- preguntó la señora rosa - pero, sin embargo, ninguno lleva el traje del color de su nombre.

Pues es verdad - dice la señora de blanco. ¿ Podría decir de qué color va vestida cada una?.

Apéndice A8

Control de la atención

Texto.

¿Qué significa esto del control de la atención? Si nosotros cambiamos el cómo percibimos las cosas, podemos cambiar el cómo nos sentimos.

En realidad, lo que hacemos constantemente es filtrar nuestra atención hacia los eventos que nos interesa, o en otras palabras lo que hacemos es ignorar la gran mayoría de lo que está ocurriendo en nuestro interior y en nuestro alrededor durante todo el tiempo. El resultado es que andamos con la creencia o la ilusión de que estamos percibiendo cómo la realidad es, cuando en verdad no es así.

Mi punto es que si usted mira su calidad de vida se dará cuenta que está no es más que el resultado de lo que experimenta diariamente y de lo que ha querido vivir. Es lo que siente cada día lo que determina como se trata a sí mismo y la forma como trata a las demás personas.

No importa lo bueno que sea usted, usted siempre tendrá la oportunidad de enfocar su atención en algo que no es perfecto, algo que no cubre sus expectativas y esto es en realidad el verdadero fracaso en la vida. Déjeme le digo lo que yo creo que es el éxito en su vida. El éxito es crear constantemente el placer de crecer; fracaso es la habilidad de encontrar el dolor sin importar lo bueno que usted haya hecho.

Lo que en este momento determina en dónde enfoca su atención es la forma cómo esté evaluando las cosas. Usted dirá, qué es una evaluación. La evaluación no es más que preguntas. Su cerebro está constantemente evaluando y haciendo dos preguntas básicas: qué significa esto y qué debo hacer. Imagínese que el cerebro es la

computadora más potente que existe y que en esa computadora está la respuesta a cualquier pregunta que usted le haga. Valga la pena recalcar que esta es la forma como trabaja su mente. La única forma de obtener respuesta en la computadora es sentarse frente a ella y preguntarle. Por lo tanto, ella le devuelve las respuestas en la pantalla. Lo diferente entre la computadora común y la que usted tiene en las orejas es que sin importar la pregunta que usted le haga, usted siempre va a obtener una respuesta. Sí, sí, aún si la respuesta no tenga base en la realidad. Esta computadora buscará en sus bancos de memoria y hará todo lo necesario para darle a usted una respuesta.

Por esto si usted tiene una serie de sentimientos y emociones que experimenta regularmente y que no le gusta debe comprender que esos sentimientos son producto de la forma cómo está enfocando su vida y como está elaborando sus preguntas de manera regular.

Si usted se pregunta ¿Cómo es posible que no puedo aprender nada? O si se pregunta ¿por qué no puedo aprender nada? Esta es aún peor porque lleva él por qué y lo llevará a respuestas innumerables, más no precisas o exactas y caerá en el círculo vicioso del por qué las cosas suceden, el cual jamás tiene una respuesta final. Lo que hice fue que cambié la pregunta que me estaba haciendo y en vez del por qué utilicé el qué. Es decir, que me pregunté ¿qué puedo hacer para aprender algo más rápido de este tema?.

Como ven cada una de estas preguntas lo dirige a un área completamente diferente. Él por qué lo utilizamos cuando estamos molestos. Es importante que nos demos cuenta de las preguntas que nos estamos haciendo. Por lo tanto, cambiar la pregunta a qué es lo que puedo hacer para no sentirme mal de esta manera, nos dará respuestas exactas, concretas, que nos permitirán crecer. El por qué lo único que hará es buscar una explicación que pueda ser completamente falsa.

La forma de cambiar el foco de atención es por medio de las preguntas. Esta es la forma más sencilla y más eficiente de cambiar la forma de cambiar su atención. Déjeme decirle que las preguntas hacen básicamente tres cosas.

Cuando usted le hace una pregunta a alguien, éste instantáneamente cambia su foco de atención y cambia a su vez la forma como usted se siente. Por ejemplo, si usted se está sintiendo muy mal y yo le pregunto: <<cuénteme, qué es bueno en estos momentos en su vida>>. Usted todavía molesto me dirá nada. Pero, si yo le digo, <<yo sé que nada, pero si tuviera algo bueno en su vida, dígame qué sería>>. Si, en este momento logro que su mente vaya a su memoria a buscar momentos agradables, personas con las que usted disfruta estar, se dará cuenta que no importa lo mal que esté en su vida, siempre hay algo bueno que le está pasando.

Es sacar su atención de las cosas negativas que están sucediendo en su vida. Cualquiera de nosotros puede interrumpir esa serie de pensamientos y cambiarlo por aquello que nos haga sentir gran placer. Puede enfocarla en cualquier cosa y eventos que lo haga sentirse bien.

Le ayudan a encontrar recursos que existen dentro de usted. Yo creo firmemente para que cualquier cosa que usted desea, se dé. Usted tiene que darse cuenta que dentro de usted ya existen los elementos, ya existen los recursos. Eso no quiere decir que usted no necesite aprender nada de nadie. Lo que estoy diciendo es que todos los elementos que necesita para lograr lo que desea en usted ya están, lo que necesita es tener acceso a esos elementos. Esto lo logra haciendo mejores preguntas. Por ejemplo, si yo digo ¿será que yo puedo hacer esto? En cambio, cómo puedo hacer para que esto me suceda ahora, con más fuerza de lo que alguna vez soñé y poder disfrutar en hacerlo. Si constantemente hago esta pregunta en mi cerebro me dará acceso a recursos en mí. En

otras palabras, mi mente me dará lo que pregunte que me dé. Las preguntas son las que controlan nuestra atención, son las que nos permiten cambiar nuestro estado emocional.

“La fuerza de la atención” Juan José Agudelo

Apéndice A9

Cuestionario de Hábitos de Aprendizaje

A continuación encontrarás una serie de afirmaciones con dos opciones de respuesta. Encierra en un círculo la afirmación que más se acomode a tu forma de hacer las cosas. Debes contestar todas las afirmaciones y en el caso en que ambas respuestas le parezcan apropiadas, debes elegir la que apliques con mayor frecuencia:

1. Estudio mejor:
 - a. En un grupo de estudio
 - b. Solo o con un compañero

2. Me considero más:
 - a. Realista
 - b. Imaginativo

3. Al recordar lo que hice en el día anterior, es más probable que recuerde:
 - a. Fotografías / Imágenes
 - b. Palabras / descripciones verbales

4. Por lo general, pienso que el material nuevo es:
 - a. Más fácil al principio pero se va poniendo difícil después.

b. Casi siempre confuso al principio pero se va volviendo más fácil cuando comienzo a comprender el sentido de cada tema.

5. Cuando me dan una actividad nueva para aprender, prefiero primero:

a. Hacer el intento

b. Pensar en cómo voy a realizarla

6. Si fuera profesor, preferiría dictar una materia:

a. Que maneje situaciones de la vida real y que hacer al respecto.

b. Que maneje ideas y que motive a los estudiantes a pensar en éstas

7. Prefiero recibir información nueva en forma de:

a. Imágenes, diagramas, gráficas o mapas

b. Instrucciones escritas o información verbal

8. Aprendo:

a. A un ritmo bastante regular. Si estudio mucho, capto el mensaje y sigo adelante

b. Poco a poco. Puedo sentirme por completo confundido y de repente todo tiene sentido.

9. Comprendo mejor algo después de:

a. Tratar de hacerlo solo

b. Darme tiempo para pensar como funciona

10. Considero que es más fácil:

- a. Aprender hechos
- b. Aprender ideas / conceptos

11. En un libro con muchas imágenes y tablas, es probable que:

- a. Revise con detenimiento las imágenes y las tablas
- b. Me concentre en el texto escrito

12. Para mí es más fácil memorizar hechos de:

- a. Una lista
- b. Una historia o un ensayo completo con los hechos incluidos

13. Recordaré algo con mayor facilidad:

- a. Algo que hice yo mismo
- b. Algo sobre lo que pensé o leí

14. Por lo general:

- a. Estoy consciente de lo que me rodea. Recuerdo personas y lugares y casi siempre recuerdo donde puse las cosas.
- b. No estoy consciente de lo que me rodea. Olvido personas y lugares y con frecuencia pierdo las cosas.

15. Me agradan los profesores:

- a. Que elaboran muchos diagramas en el tablero
- b. Que pasan mucho más tiempo explicando

16. Una vez que comprendo:

- a. Todas las partes, entiendo el concepto general
- b. El concepto general, entiendo las partes

17. Al aprender algo nuevo, prefiero:

- a. Hablar sobre el tema
- b. Pensar en el tema

18. Soy hábil para:

- a. Cuidar los detalles de mi trabajo
- b. Tener ideas creativas sobre como hacer mi trabajo.

19. Recuerdo mejor:

- a. Lo que veo
- b. Lo que escucho

20. Al resolver problemas que comprenden operaciones matemáticas, por lo regular:

- a. Busco las soluciones realizando un paso a la vez
- b. Veo las soluciones, pero después tengo que luchar a fin de imaginarme los pasos para llegar a esta

21. En una cátedra, en ocasiones prefiero:

- a. Sesiones de discusión, análisis o de solución de problema de grupo
- b. Pausas que dan la oportunidad para pensar o escribir las ideas que se presentan en la cátedra

22. En un examen de opción múltiple, es más probable que:

- a. Se me acabe el tiempo
- b. Pierda puntos por no leer con detenimiento o cometer errores por descuido

23. Cuando solicito instrucciones para ir a un lugar desconocido para mí, prefiero:

- a. Un mapa
- b. Indicaciones escritas

24. Cuando pienso en algo que leí:

- a. Recuerdo los incidentes y trato de unirlos a fin de comprender los temas
- b. Solo sé cuáles son los temas al terminar de leer, y después tengo que retroceder y buscar los incidentes que los demuestran

25. Cuando compro una computadora o un VHS nuevo, tiendo a:

- a. Conectarla y oprimir botones
- b. Leer el manual y seguir las instrucciones

26. Cuando leo por placer, prefiero:

- a. Algo que me enseña hechos nuevos o me indique cómo hacer algo

b. Algo que me proporciones ideas nuevas en que pensar

27. Cuando veo un diagrama o un esquema en clase, es más probable que recuerde:

a. La imagen

b. Lo que el profesor dijo sobre éste

28. Para mí es más importante que un profesor:

a. Presente el material en pasos claros y secuenciales

b. Me proporcione una idea general y relaciones el material con otros temas.

Apéndice C

Señores Comité de Trabajo de Grado
Universidad de La Sabana
Facultad de Psicología
La ciudad

Por medio de la presente nos dirigimos a ustedes con el fin de soportar que el instrumento utilizado en la presente tesis cumple con los requisitos y criterios para evaluar los conocimientos que los estudiantes tienen con relación a la inteligencia intrapersonal e interpersonal, la inteligencia lingüística, lógica y creatividad, los hábitos de estudio y los estilos de vida saludables.

Todo esto con el propósito de que el instrumento cumpla con su objetivo.

Esther Susana Martínez

Luis Enrique Gómez

EL DESARROLLO DEL PENSAMIENTO CIENTÍFICO EN JÓVENES QUE INICIAN LA UNIVERSIDAD BAJO LA CONDICIÓN DE MECANISMOS DE EXCEPCION: CINCO ALTERNATIVAS PARA LOGRARLO

Objetivo General

Diseñar y aplicar un programa que contribuya al desarrollo del pensamiento científico en jóvenes que inician la universidad bajo la condición de mecanismos de excepción, por medio de cinco alternativas: la inteligencia intrapersonal, la interpersonal, la inteligencia lingüística y creativa, la lógica y los hábitos de estudio, logrando que los estudiantes de segundo semestre de 2000 y 2001 de Psicología reciban una serie de pautas que puedan ser utilizadas en la aplicación de la vida diaria, buscando el desarrollo del pensamiento formal y post formal.

Objetivos Específicos

1. Generar un espacio de interacción y sensibilización frente al programa que se va a desarrollar.
2. Proporcionar herramientas que fortalezcan sus relaciones interpersonales y el conocimiento de sí mismo.
3. Concientizar acerca de la importancia de conocer la orientación que cada uno le da a su vida.
4. Estimular el sentido crítico, la capacidad de argumentar, de analizar, de desarrollar habilidades en la lectura y escritura.
5. Incentivar el desarrollo de las diferentes áreas de la inteligencia, con el fin de que los estudiantes, adquieran y desarrollen habilidades y herramientas que permitan construir un mejor estilo de pensamiento a nivel lógico y creativo.
6. Reflexionar sobre la capacidad de argumentar, analizar y proponer en el área de la lógica.
7. Dar a conocer herramientas que le permitan a los participantes conocer sus hábitos en el estudio.
8. Generar en todos los participantes una concepción adecuada frente a los estilos de vida que se deben poseer.

A continuación se encuentran las categorías y sus correspondientes subcategorías, que serán evaluadas en el instrumento que mide el conocimiento que los estudiantes tienen con relación a la Inteligencia Interpersonal, Inteligencia Intrapersonal, Inteligencia lingüística, Lógica y Creatividad, Hábitos de Estudio y Estilos de Vida Saludables.

CATEGORÍA: PERSONA

SUBCATEGORÍA: INTELIGENCIA INTERPERSONAL

Inteligencia Interpersonal

La inteligencia interpersonal es la que nos permite entender a los demás. Es mucho más importante en nuestra vida diaria que la brillantez académica, porque es la que determina toda la red de relaciones, la elección de la pareja, los amigos y, en gran medida, nuestro éxito en el trabajo o en el estudio. La Inteligencia Interpersonal se fundamenta en la

empatía que facilita la capacidad de manejar las relaciones interpersonales. Esta es importante para todo alumno, porque le permite hacer amigos, trabajar en grupos, o conseguir ayuda cuando la necesita. Y es todavía más importante desde el punto de vista del profesor, porque sin ella no podría entender a sus alumnos, sus necesidades y sus motivaciones.

La empatía

La empatía es el conjunto de capacidades que nos permiten reconocer y entender las emociones de los demás, sus motivaciones y las razones que explican su comportamiento.

Cuando entendemos al otro, su manera de pensar, sus motivaciones y sus sentimientos podemos elegir la manera más adecuada de presentarle nuestro mensaje. Además la empatía no sólo me permite entender al otro, cuando me pongo en el lugar del otro sino que aprendiendo a pensar como él, puedo entender entre otras cosas, la impresión que yo le causo. Todo lo anterior se puede resumir en la siguiente frase:

"Primero, trata de entender al otro, después trata de hacer que te entiendan a ti".

Stephen Covey

Inteligencia Intrapersonal

La inteligencia intrapersonal consiste en la habilidad para entenderse a sí mismo. La persona está consciente de sus fortalezas y debilidades, para la reflexión y el control de los pensamientos y sentimientos, así como ser capaz de plantearse diferentes objetivos y la generación de muchas respuestas para su logro, es aprender a [ver las cosas desde muchos puntos de vista](#).

Si siempre haces lo mismo, siempre tendrás los mismos resultados, si siempre analizas las cosas desde el mismo punto de vista, siempre se te ocurrirán las mismas ideas.

CATEGORÍA: LINGÜÍSTICA

Gardner (1998), habla de la inteligencia lingüística como una de las inteligencias múltiples y la define como la capacidad de desarrollar el lenguaje en todos sus aspectos. El lenguaje es el conjunto de signos y reglas que permite que el hombre comunique o manifieste lo que piensa o siente.

Hay cuatro aspectos del conocimiento lingüístico, que han probado su gran importancia en la sociedad humana. El primero es el aspecto teórico del lenguaje, el cual consiste en la habilidad para emplearlo con el fin de convencer a otros individuos acerca de un grupo de acción. El segundo importante factor es el poder mnemotécnico, que consiste en la capacidad de emplear el lenguaje para ayudar a recordar información. El tercer aspecto se refiere al papel de explicación; el cual explica que gran parte de la enseñanza y aprendizaje ocurre por medio del lenguaje, permite a los individuos ordenar palabras, como recibir y dar instrucciones orales y dar explicaciones. La última facultad del lenguaje es la habilidad para emplearla, esto significa reflexionar y empeñarse en el análisis metalingüístico.

El lenguaje comprende toda una serie de componentes que se utilizan para poder entenderlo y emplearlo, es por eso que a continuación se definen estos componentes que más adelante serán de utilidad para desarrollar las actividades propuestas.

Fonética: Pertinente a la voz humana o al sonido en general. Dícese de todo alfabeto o escritura cuyos elementos o letras representan sonidos, de la combinación resultan las palabras.

Fonema: Cada uno de los sonidos del lenguaje. Unidad distintiva mínima. El conjunto de fonemas de una lengua constituye un sistema de unidades abstractas definibles más por su oposición mutua e identificable porque su conmutabilidad que repercute en el plano del significado.

Fonología: Objetivos propios de la investigación fonológica, son el establecimiento del número concreto de unidades fónicas con valor distintivo, esto es de los fonemas y la determinación de las funciones asumidas.

Aseveración: Es una afirmación mediante la cual se establece una relación entre dos conceptos o clases. Uno de dichos conceptos funciona como sujeto y otro como predicado. Existen dos características fundamentales de las aseveraciones, una se relaciona con la validez lógica y la segunda con la verdad empírica. Toda aseveración tiene un cuantificador, un verbo y dos conceptos. Los conceptos se representan en clases de objetos o situaciones y cambian de una aseveración a otra, es decir, son variables.

Argumentación: El Razonamiento, formal e informal, se basa en dos procesos inducción y deducción. La lógica formal trata del razonamiento deductivo y proporciona modelos que permiten comprobar o sustentar su validez, mientras que el razonamiento deductivo informal es una aproximación razonable del razonamiento deductivo formal. La estructura fundamental del razonamiento deductivo es el argumento y las unidades que lo conforman son las aseveraciones. Estas, de acuerdo con su fuerza lógica, pueden servir para sustentar argumentos lógicos y convincentes. Se distingue entre argumentos lógicos y convincentes, se infiere que en un argumento lógico la conclusión se deriva lógicamente de las premisas que lo sustentan (suponiendo que el argumento es válido) mientras que en un argumento convincente las aseveraciones de soporte hacen que la aseveración clave sea más confiable, a pesar de que no se deriva lógicamente las aseveraciones. Por otro lado, se define el argumento como un enunciado formado por un conjunto de ideas que sustentan un punto de vista o una posición ante un hecho o situación, se utiliza para convencer a otros. Formado por dos o más aseveraciones. Los argumentos son de uso frecuente en el lenguaje cotidiano y por esta razón es importante saber como reconocerlos, analizarlos y evaluarlos.

CATEGORÍA: LÓGICA Y CREATIVIDAD

Creatividad

Se define como el estado de conciencia que permite generar una red de relaciones para identificar, plantear, resolver problemas de manera relevante y divergente.

La creatividad implica flexibilidad, imaginación, originalidad, libertad interior, perseverancia, intuición, capacidad de correr riesgos... y por eso, hay que verla como un método o sistema de resolución de problemas y como una herramienta de comportamiento y de actitud, fundamental en la metodología de la invención, con acciones concisas y concretas.

Flexibilidad: Es la característica de la creatividad mediante el cual se transforma el proceso para alcanzar la solución del problema o el planteamiento de éste. Involucra una transformación, un cambio, un replanteamiento o una reinterpretación.

Fluidez: Es la característica de la creatividad o la facilidad para generar un número elevado de ideas.

Ergonomía: Las técnicas de creatividad tienen la importante virtud de permitir el desarrollo de muchas alternativas a la vez (una de las características comunes a esas técnicas es la de no juzgar anticipadamente las alternativas planteadas y considerarlas a todas sin que sean mutuamente excluyentes); en realidad, deben plantearse en ergonomía todas las alternativas de estructuración. Pero luego de haberse planteado, estructurado y experimentado en lo posible las diversas alternativas ergonómicas, debe pasarse a la etapa de elección entre ellas y "elección" significa siempre una previa evaluación entre las mismas. Llegamos así al fundamental tema de la evaluación de las alternativas ergonómicas. Una característica de la evaluación de alternativas ergonómicas, que surge directamente de la necesidad de satisfacer varios objetivos distintos simultáneamente es la de ser multidimensional; y ello por la simple razón de que los objetivos se refieren a diversas variables que sólo pueden ser cuantificadas en distintas dimensiones. La evaluación multidimensional de alternativas ergonómicas obliga a un muy saludable ejercicio mental para el decidido, al que habitualmente se descuida o aún ignora totalmente: plantearse explícita y claramente sus factores de decisión (criterios de evaluación), que utiliza realmente en su actividad profesional. Los objetivos se traducen fácilmente a factores de decisión, de los cuales es requisito imprescindible poder cuantificar adecuadamente sus dos características básicas: las relevancias (asignadas por el decidido) y los efectos (medidos en cada una de las alternativas en evaluación).

Originalidad: Es la característica que define a la idea, proceso o producto como algo único o diferente.

Elaboración: Es el nivel de detalle, desarrollo o complejidad de las ideas creativas.

Lógica

Se define lógica como el estudio de la estructura y las formas del conocimiento en general y del conocimiento científico en particular, se ocupa únicamente de su forma prescindiendo de su contenido. Es el estudio del concepto, el juicio y el razonamiento, especialmente el deductivo, análisis del lenguaje en el cual se hallan contenidos los conocimientos.

Argumentar: Las personas necesitan desarrollar habilidades de razonamiento que les permita aceptar o rechazar puntos de vista o sustentar los propios. Estas actividades tienen que ver con el uso de argumentos y el desarrollo de habilidades para analizarlos. La estructura fundamental del razonamiento deductivo es el argumento y las unidades que lo conforman son las aseveraciones (afirmación acerca de hechos o de situaciones). Éstas, de acuerdo con su fuerza lógica, pueden servir para sustentar argumentos lógicos y convincentes. Se infiere que en un argumento lógico la conclusión se deriva lógicamente de las premisas que lo sustentan (suponiendo que el argumento es válido), mientras que en un argumento convincente las aseveraciones de soporte hacen que las aseveraciones clave sea más confiable. Para razonar con efectividad se necesita desarrollar la habilidad de encadenar los pensamientos o las ideas lógicamente; esto lo proporciona la capacidad de argumentar. Los argumentos además de facilitar la comunicación de las ideas, reflejan las creencias y acciones, y al mismo tiempo influyen en estos.

Opinión: Juicio o parecer que se forma de una cosa cuestionable. Proposición aceptada y de cuya validez no se tiene certeza absoluta, aunque haya razones para admitirla. Implica una cierta actitud afirmativa sobre algo que no se puede demostrar o fundamentar suficientemente.

Inferencia: Paso discursivo de una proposición o grupo de proposiciones a otra llamada conclusión. Sacar consecuencia, deducir una cosa de otra.

Abducción: Abducción es el proceso por el que se forma una hipótesis explicativa. Es la única operación lógica que introduce una idea nueva. La abducción puede ser entendida como una forma de inferencia lógica; consiste en examinar una masa de hechos y en permitir que estos hechos sugieran una teoría, de este modo ganamos nuevas ideas. La diferencia específica entre la inducción y la abducción es que la abducción forma parte del proceso de descubrimiento, mientras que la inducción forma parte del proceso de probar los descubrimientos. Empierce (1984) es una inferencia hipotética susceptible de ulterior confirmación o refutación por la vía inductiva.

Análisis: Descomposición, resolución de un todo en sus partes constituyentes.

Actitud crítica: La actitud crítica consiste en la disposición auténtica de búsqueda de la verdad; ejercer responsablemente la crítica implica dominar el campo en el cual se está discutiendo.

Hipótesis: Lógicamente hipótesis es aquel enunciado o conjunto de enunciados, que se aceptan como punto de partida para realizar una demostración, que así queda estructurada en forma condicional. Metodológicamente es un enunciado que de manera condicional, intenta explicar, razonar un fenómeno. Es una explicación sugerida por la observación de un fenómeno determinado. Este enunciado producto de la creatividad del investigador, dirige la investigación. Esta hipótesis ha de ser contrastada, es decir, probada, por la experiencia. La hipótesis una vez probada, pasa a ser un enunciado tesis. Una buena hipótesis debe ser adecuada al fenómeno que intenta explicar.

Bajo esta categoría agrupamos a todos aquellos problemas cuya solución requiere más imaginación y creatividad que el uso de conocimientos formales; para participar de discusiones que incluya habilidades cognitivas de alto nivel como comparar, contrastar, proveer de causas y consecuencias, analizar, formular hipótesis y sintetizar la información.

CATEGORÍA : HABITOS DE ESTUDIO

Cualquier cosa que, en cierta forma, se hace por costumbre, con frecuencia como rutina o en determinadas ocasiones, constituye un hábito. Es un patrón de comportamiento recurrente, con frecuencia inconsciente, que a menudo se adquiere mediante la repetición. Los llamados malos hábitos adquieren este título porque pueden evitar que se alcancen metas importantes y provocan problemas obvios. Hay que pensar bastante para reconocer un hábito como problemático, porque, en ocasiones, el problema parece no venir directamente del hábito. Para cambiar los hábitos primero se debe tomar la decisión de cambiar, luego empezar inmediatamente porque si se pospone se corre el peligro de no hacerlo, se debe cambiar un hábito a la vez, premiarse por los pasos positivos que logre y nunca desanimarse. El

estudio es la acción de recoger información acerca de algo, asimilarla, relacionarla, reflexionar sobre ella y aplicarla. Busca asimilar e incorporar unos contenidos o formas de pensar, actuar o sentir. El estudio es una actividad que fatiga, exige dedicación y esfuerzo y requiere un propósito. Cuando se hace sin ninguna metodología y sin motivación o interés, conduce al aburrimiento, pero si se utilizan técnicas adecuadas para estudiar se puede aprender más en menos tiempo y con menos esfuerzo. No se trata de estudiar más sino de estudiar mejor. Las conductas de estudio son las actividades observables que el estudiante realiza con el fin de obtener su aprendizaje de tal manera que la repetición de determinadas conductas de estudio, constituyen la mejor manera para aprender a estudiar. Con frecuencia, el rendimiento del estudio en la tarde se verá influido por factores como el grado de iluminación en la habitación, la clase de silla utilizada, la ventilación, distractores presentes, y en general las condiciones físicas en las que se encuentre inmerso. Aún en el caso del desempeño obligatorio de otras actividades, debe hacerse una composición mental en la que el estudio ocupe una posición de privilegio y no solo los minutos restantes de las demás obligaciones, trabajos o distracciones. Salvo raras y justificadas excepciones se deberá estudiar siempre dentro del mismo horario y no permitir en esas horas ser requeridos por otros intereses. Lo ideal es saber elegir ese espacio de tiempo, conociendo cuál es el momento del día en que gozamos de mayor lucidez y poder de penetración. Es prudente, a demás, distribuir convenientemente ese tiempo, dedicando a cada tema o asignatura el espacio que requiere, sin tratar de asimilar demasiado de una vez; la consecuencia de esto último sería la pérdida de la eficacia en la labor. Fomentar un hábito de estudio es adquirir habilidades o destrezas para tratar o realizar convenientemente las tareas implicadas en la adquisición y asimilación de la información o contenidos de las asignaturas. El estudiante debe estar convencido de que para realizar bien una tarea necesita dominar las técnicas, destrezas o estrategias necesarias para asimilar los contenidos que pretende aprender. Esto hace referencia a los métodos de estudio, que cómo ya se ha planteado anteriormente, son el eje fundamental del éxito o fracaso del estudiante

CATEGORÍA: ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

El Estilo de Vida Saludable es la manera como la gente se comporta con respecto a la exposición a factores nocivos que representan riesgo para la salud, (Desjarlais, 1997). Los comportamientos o conductas son determinantes decisivos de la salud física y mental y del estado de la salud pública, estando fuertemente vinculados al bienestar. Según FAO(1998) se calcula que un tercio de las enfermedades en el mundo pueden prevenirse mediante cambios en el comportamiento. La manera como la gente se comporte determinará el que enferme o permanezca sana, y en caso de que enferme, su papel va a ser decisivo en la recuperación y en la velocidad a que ésta se produzca. Los comportamientos que tienen impacto en la salud se denominan habitualmente "Modos o Estilos de Vida" y quiere decir que la persona es libre de elegir la forma de vivir que le guste.

Los comportamientos tienen una influencia profunda en la salud, algunos de ellos tan directos como lavarse o no las manos, empezar a fumar o dejar de hacerlo, decidir qué comer y cuándo, elegir con quién, cuándo y cuán a menudo tener relaciones sexuales y optar o no por trabajar con seguridad. OPS-OMS argumenta que el comportamiento influye en los riesgos de enfermar y también en las posibilidades de sanar, porque la conducta de una persona determina que se exponga a agentes causantes de enfermedades y luego si se enferma debe procurar asistencia, y si la enfermedad es larga debe continuar al tratamiento.

Los estilos de vida, los comportamientos con respecto a la salud, son difíciles de cambiar. Pero a no ser que se cambien las conductas que implican altos riesgos, persistirán muchas enfermedades evitables y seguirán las muertes prematuras. Los comportamientos que más influyen en el estado de salud, tanto física como mental, son las pautas sobre alimentación, el hábito de fumar, las actividades de trabajo, la higiene personal, la actividad sexual y el abuso de sustancias.

Corporeidad: El cuerpo es un instrumento de la expresión de nuestro ser, como todo en la vida es un espejo de nuestras ideas y creencias. El cuerpo está siempre hablándonos; solo falta que nos molestemos en escucharlo. Cada célula del cuerpo responde a cada una de las cosas que pensamos y a cada palabra que decimos. Cuando un modo de hablar y de pensar se hace continuo termina expresándose en comportamientos y posturas corporales en forma de estar y de "malestar". De tal forma que las enfermedades físicas no son más que la manifestación de desequilibrios emocionales y ataduras de diversas experiencias aún no resueltas o superadas en las distintas etapas del desarrollo del ser humano. Los cambios rápidos que se dan en nuestro medio ambiente hacen que la persona fácilmente entre en crisis, que muchas veces se ha denominado "crisis de la mitad de la vida", aunque en realidad nadie sabe cuál es la mitad de la vida y además encontramos que se da esta crisis a muy diversas edades en la etapa de la adultez.

Equilibrio Vital: El reto más importante del ser humano es lograr y mantener un equilibrio vital que le permita alcanzar su plenitud, el máximo de su desarrollo físico, emocional y espiritual. Esto no es fácil. Desde luego, este desarrollo se fundamenta en el conocimiento de uno mismo, en el descubrimiento de sus principales fuerzas. La sabiduría del hombre en la construcción de sí mismo está en fincar su propio ser en sus potencialidades y en sus fuerzas, no en sus debilidades. Este equilibrio, no significa construirse un poco acá y otro poco allá; si no en el compromiso total que asegure vivir en plenitud sus distintas facetas humanas. El equilibrio vital es el compromiso de energía de inteligencia, de capacidades y de tiempo que se traduce en la conexión con el propio ser. El cuidado de la energía óptima se relaciona directamente con la energía vital en las diversas áreas o dimensiones del ser. Cuando descuidamos o debilitamos el enriquecimiento de una dimensión experimentamos la frustración consecuente de no estar satisfaciendo las necesidades humanas. De ahí la importancia de lograr armonía en todas las dimensiones del ser: un cuerpo sano, fuerte y sensible; una vida de pertenencia familiar y amorosa, un conocimiento de sí mismo que nos permita sentirnos dueños de nuestro funcionamiento general y hacernos conscientes de todos los movimientos de la mente, las emociones y del cuerpo nos dará mayores posibilidades de crecimiento.

Familia: La familia puede llegar a ser un ambiente de crecimiento que favorece el desarrollo más íntimo de la persona. Es la prolongación más cercana de uno mismo, donde se da el proceso trascendente de crear y promover la vida y de estructurar e integrar el propio sentido de vida con el de los seres que más se quiere y con quienes convivimos íntimamente.

Bogotá, Septiembre 16 de 2002

Psicólogo:
Gabriel Cadavid
Universidad de la Sabana
Chia

Cordial Saludo:

Los estudiantes que inician su vida universitaria, deben estar en capacidad de pensar más allá de realidad concreta, relacionar diferentes ideas, incluyendo las abstractas, el manejo lógico de enunciados verbales y proposiciones, generar crítica y argumentación de conceptos abstractos al igual que la creación de diferentes estrategias para la solución de problemas en su vida diaria. Al respecto Piaget (1975) concluye que en el caso del pensamiento formal puede existir un retraso en su formación ocurriendo entre los 15 y 20 años, cuando la frecuencia y la calidad de los estímulos intelectuales recibidos de los adultos no son los más adecuados. Se ha observado durante los últimos años que el desempeño intelectual de los estudiantes ha disminuido. Estudios realizados demuestran que las dificultades observadas aumentan conforme se alcanzan niveles más avanzados de escolaridad, se vuelven apremiantes en la universidad y a demás están presentes en el desempeño de las personas en su vida profesional y familiar. Es evidente que muchas de estas dificultades tienen relación con la carencia de habilidades, para procesar información, la forma de expresarla, de construirla y sintetizarla, las relaciones interpersonales, el conocimiento de sí mismo y el manejo de emociones. Ante este problema se buscan algunas posibilidades que permitan contribuir y corregir dichas situaciones.

El programa es un esfuerzo por contrarrestar esta necesidad, propiciando espacios que den a conocer herramientas que contribuyan a un aprendizaje más perdurable, significativo y de mayor aplicabilidad en la toma de decisiones y en la solución de problemas relacionados con las situaciones, que el individuo afronta en su interacción con el medio universitario.

Rogamos a usted calificar el instrumento que se le presenta a continuación, solicitándole que sea entregado lo más pronto posible, agradeciendo de antemano su colaboración en este proceso

Atentamente

Amparo García
Figueredo

Jimena Manchola

Marcela Parra

Sandra

FORMATO DE EVALUACIÓN DE JUECES EXPERTOS

TÍTULO DEL INSTRUMENTO A EVALUAR: Cuestionario que mide el conocimiento que los estudiantes tienen con relación a la Inteligencia Interpersonal, Inteligencia Intrapersonal, Inteligencia lingüística, Lógica y Creatividad, Hábitos de Estudio y Estilos de Vida Saludables (pretest-postest).

AUTORES DEL INSTRUMENTO A EVALUAR: Amparo García, Jimena Manchola, Marcela Parra Y Sandra Figueredo.

NOMBRE DEL EVALUADOR EXPERTO: Esther Susana Martínez y Luis Enrique Gómez.

Apreciado Evaluador: Para la evaluación del instrumento que encontrará a continuación, tenga en cuenta que la calificación que usted le de al ítem, corresponde a una toma de decisiones que se realiza según los siguientes criterio:

- ☞ Ítem que se califica como SI, SE CONSERVA.
- ☞ Ítem que se califica como NO; SE DESECHA.

PORFAVOR APLICAR LA CALIFICACIÓN PARA CADA UNO DE LOS SIGUIENTES CRITERIOS:

- ☞ **Pertinente/útil:** Si corresponde o no al tema y propósito de la prueba, es decir si el ítem propuesto esta altamente relacionado con la categoría que se pretende evaluar. La letra utilizada para representar este criterio es la **P**, la cual encontrara en el formato de evaluación.
- ☞ **Suficiencia:** Si el ítem esta altamente relacionado con el plan de prueba desarrollado y es coherente con la importancia porcentual que se la a dado en el mismo; dicha importancia se encuentra indicada en la definición operacional de cada categoría y subcategoría. La letra utilizada para representar este criterio es la **S**, la cual encontrara en el formato de evaluación.
- ☞ **Redacción:** si la conexión entre las palabras del enunciado es correcta y si existe una alta cohesión entre los distractores, la clave y el enunciado. La letra utilizada para representar este criterio es la **R**, la cual encontrara en el formato de evaluación.
- ☞ **Coherencia:** Si el ítem esta dirigido al tema especifico y su contenido es lógico, ordenado y se relaciona a la categoría que se va evaluar interpretándose fácilmente. La letra utilizada para representar este criterio es la **C**, la cual encontrara en el formato de evaluación.
- ☞ **Observaciones:** por favor escriba todas aquellas consideraciones que crea pertinente para el ítem correspondiente. Al final de la fila de cada ítem se encuentra esta casilla. Si necesita mas espacio hay una hoja anexa de observaciones la cual encontrara al final del formato de evaluación.

OBSERVACIONES

OBSERVACIONES

CATEGORIA: PERSONA

SUBCATEGORÍA: Inteligencia Interpersonal

No ítem	Ítem	Suficiencia	Coherencia	Pertinencia	Redacción
1	¿Qué es la Inteligencia Interpersonal' a. Es la que nos permite conocernos a nosotros mismos b. Es la que nos permite entender a los demás y manejar afectivamente las relaciones c. Es la que nos permite ser más extrovertidos				
2	En que situaciones no son importantes las relaciones interpersonales: g. Al presentar una prueba de personalidad. h. La universidad. i. Al relacionarse con otras personas .				
3	¿Cuál cree usted que es el elemento más importante para crear relaciones con otras personas de manera adecuada? g. La sonrisa. h. La presentación personal. i. La empatía.				
4	¿ En que forma podría manifestarse la inteligencia interpersonal en su vida universitaria? g. Al presentar trabajos en equipo. h. Al presentar exámenes finales. i. Al asistir a clase.				
5	¿Qué tan importantes son las relaciones interpersonales para usted? g. Muy Importantes h. Poco importantes i. importantes				

FIRMA

CATEGORIA: PERSONA

SUBCATEGORÍA: Inteligencia Intrapersonal

No item	Ítem	Suficiencia	Coherencia	Pertinencia	Redacción
1	¿Qué considera usted que es la inteligencia intrapersonal?. g. La habilidad para conocer y entender a los demás. h. La que me permite expresarme adecuadamente. i. La habilidad para entenderme a mí mismo.				
2	¿Cuales cree usted que son los aspectos fundamentales que se deben tener en cuenta para el conocimiento de sí mismo?. g. Conocer las propias fortalezas y debilidades. h. Conocer físicamente lo más bonito que tengo. i. Comprender las necesidades y emociones de los demás.				
3	En que circunstancias es importante tener un buen conocimiento intrapersonal?. g. Cuando voy a una fiesta. h. Cuando voy a cine. i. Cuando trato de entender claramente por lo que estoy pasando				
4	¿Porque es importante para su carrera el conocimiento intrapersonal? g. Porque me permite trabajar en equipo. h. Porque me permite conocer lo que quiero para mi vida. i. Porque me permite entender apropiadamente la vida de otras personas.				
5	. ¿Cree que el conocimiento intrapersonal hace parte de la inteligencia? g. De acuerdo. h. Indiferente. i. En desacuerdo				

FIRMA

CATEGORIA: INTELIGENCIA LINGÜÍSTICA

No ítem	Ítem	Suficiencia	Coherencia	Pertinencia	Redacción
1	¿Para usted que es el lenguaje? g. Él último músculo de la lengua. h. La habilidad para comunicarse. i. La capacidad de hacer giros con la boca.				
2	¿Para usted argumentar es? g. Es sustentar un punto de vista con enunciados lógicos. h. Es aumentar mi punto de vista. i. Es convencer a los demás.				
3	¿Cuál cree que es la diferencia entre aseveración y argumentación? g. Que una defiende y la otra ataca una afirmación. h. Que una ataca y la otra admira una afirmación. i. Que una compara y la otra sustenta una afirmación				
4	¿Qué desarrolla la inteligencia lingüística? g. Es la que me permite desarrollar habilidades en matemáticas. h. Es la que me permite desarrollar habilidades en literatura. i. Es la que me permite desarrollar el lenguaje en todos sus aspectos.				
5	El conocimiento lingüístico me permite a: g. Conocer personas a través de gestos. h. Conocer personas por medio del lenguaje. i. Conocer y convencer a otras personas por medio del lenguaje.				

FIRMA

CATEGORIA: LOGICA Y CREATIVIDAD

No ítem	Ítem	Suficiencia	Coherencia	Pertinencia	Redacción
1	<p>¿La creatividad es?</p> <ul style="list-style-type: none"> g. La que me permite interactuar con otras personas. h. La que me permite resolver problemas de manera diferente. i. La que me permite resolver problemas de forma usual. 				
2	<p>¿Qué características cree que tiene una persona creativa?</p> <ul style="list-style-type: none"> g. Flexibilidad, fluidez y originalidad. h. Sencillez, normalidad y continuidad. i. Ergonomía, comodidad y pasividad. 				
3	<p>¿Cómo definiría la lógica?</p> <ul style="list-style-type: none"> g. La que me lleva a actuar correctamente. h. La combinación entre el concepto, el juicio y el razonamiento. i. La argumentación de la realidad. 				
4	<p>Las características de la lógica son:</p> <ul style="list-style-type: none"> g. Argumentar, inferir, abducción, hipótesis y actitud crítica. h. Flexibilidad, elaboración, opinión, originalidad y organización. i. Abducción, coherencia, intuición, racionalización y proposición. 				
5	<p>La lógica y la creatividad se manifiestan:</p> <ul style="list-style-type: none"> g. Al imitar las acciones asertivas de otros en determinadas circunstancias. h. Al resolver problemas de la manera que siempre ha resultado i. Al generar ideas y seleccionar nuevas soluciones a problemas 				

FIRMA

CATEGORIA: HABITOS DE ESTUDIO

No ítem	Ítem	Suficiencia	Coherencia	Pertinencia	Redacción
1	¿Un hábito es? g. Generar una nueva solución ante un problema h. Patrón de comportamiento recurrente i. Patrón que determina lo que se debe hacer				
2	¿Los denominados malos hábitos son? g. Aquellos comportamientos que me permiten cumplir las metas y actuar efectivamente. h. Comportamientos frecuentes en los que se tiende a perfeccionar una actividad. i. Comportamientos que pueden evitar que se alcancen metas importantes y provocan problemas.				
3	Un hábito de estudio se adquiere: g. Estudiando de la misma forma todo el tiempo. h. Estudiando con un método de estudio que lo encamine a administrar correctamente el tiempo, la atención y la reflexión personal. i. Repitiendo y memorizando los contenidos sin profundizar, con el fin exclusivo de aprobar los exámenes.				
4	El hábito de estudio influye dentro de la vida universitaria para: g. Comprometerse y profundizar en los conocimientos con relación a lo que se estudia. h. Aprobar las evaluaciones de cada materia. i. Aceptar las demandas que llegan del medio y las imposiciones de los profesores.				
5	Dentro de los hábitos adecuados de estudio se incluye: g. Memorización. h. Control de la atención. i. Reproducción de hechos.				

FIRMA _____

CATEGORIA: ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

No ítem	Ítem	Suficiencia	Coherencia	Pertinencia	Redacción
1	Salud es: g. Alteraciones del organismo que perturban su funcionamiento normal. h. Prevenir la enfermedad. i. Estado del organismo en el que el funcionamiento es normal.				
2	Un estilo de vida saludable es: g. La manera como la gente se comporta para evitar riesgos que atenten contra la salud. h. Comportarse de una manera en la que no parezca enfermo. i. Vivir de la forma que más me gusta.				
3	Los estilos de vida saludables son importantes porque: g. Permiten formar hábitos adecuados que conllevan a una calidad de vida mejor. h. Proveen bienestar y desarrollo individual en forma solidaria a nivel biopsicosocial. i. Todas las anteriores				
4	La corporeidad es: g. el estudio de las partes del cuerpo. h. La expresión corporal del estado mental. i. Ejercicios que se realizan para fortalecer el cuerpo.				
5	Equilibrio vital es: g. Vivir en armonía y plenitud todas las dimensiones del ser. h. Compensar el placer con el trabajo. i. Tener cuidado con el oído porque maneja el equilibrio.				

FIRMA
