

Que el estudiante tome sus decisiones de manera fundada y en congruencia con sus deseos y proyecto de vida, que sea autónomo y resiliente, son los principales objetivos del trabajo en tutorías. Un camino que se hace posible...

Guía del tutor Universitario

Asociación Civil Grupo Puentes


PUENTES

Contenido

Unidad I “El comienzo”	2
Reseña histórica	3
¿Qué es un tutor?.....	6
Rol del tutor	9
Encuadre	12
Cuatro pilares fundamentales.....	15
UNIDAD II Primer año de la facultad: “El mundo de la Universidad”	17
Inscripción	18
Organización.....	20
Planificación	21
Metodología de estudio	22
Procrastinación.....	25
“Meses típicos, meses difíciles”	28
Temor a enfrentar los exámenes	29
Técnicas de relajación sencillas.....	31
UNIDAD III “La Comunicación, todo un mundo a descubrir”	32
Comunicación verbal y no verbal.	32
La comunicación en el espacio de la tutoría	33
UNIDAD IV “El mundo del Trabajo”	35
Construir demanda de trabajo. Adaptarse a estudiar y trabajar	36
UNIDAD V “Nuevas estrategias de intervención”	40
¿Por qué hablamos de Tutoría Motivacional?	41
Creatividad	42
UNIDAD VI “Problemas típicos”	45
Crisis evolutivas.....	45
Contexto.....	47
Casos graves	48
Reflexión final sobre el éxito	50

Unidad I

El comienzo

Reseña histórica. Qué es un tutor. Rol del tutor. Encuadre. Cuatro pilares fundamentales.

Reseña histórica*

Entre 1830 y 1920, coincidiendo con los comienzos de la primera Guerra Mundial, surgen los *estudios experimentales* en relación a la investigación de los procesos psicológicos elementales. El objeto de estudio se construía a partir de tales procesos como emergentes de las propiedades fisiológicas que provenían de los órganos sensoriales. *El método era la introspección*, es decir, la percepción de la conciencia. El principal referente de estos estudios fue *Wilhem Wundt*, en Alemania.

En 1912 esta etapa experimental comienza a tener un anclaje específico. La metodología se utilizaba para comparar la conducta animal con la conducta humana. El objeto de estudio estaba centrado en entender a la conducta. Este movimiento surge en Estados Unidos de la mano de su principal referente, *John B. Watson*. Sus principales influencias fueron: los estudios de Pavlov sobre “los reflejos condicionados” y el lineamiento de Darwin sobre “La continuidad de las Especies”. Watson inaugura así *“La escuela psicológica Conductista”*.

El objeto de estudio estaba basado en el *Esquema Reflejo Condicionado*, bajo las conexiones E – R (Estímulo Respuesta) y viene a sustituir a las “producciones sensoriales” que eran el eje principal de la escuela de Wundt, anteriormente mencionada.

El Conductismo, con el tiempo fue recibiendo críticas, sobre todo por el reduccionismo que implicaba estudiar los procesos psicológicos como si fueran estados de conciencia. De esta forma el esquema postulado por Watson comenzó a perder influencia y nitidez.

* *Es importante destacar que el recorte histórico y las corrientes mencionadas en este desarrollo no es el único. El criterio tomado y la corriente, es la posición que toma esta organización y a modo de amplios ejes es lo que nos interesa transmitir a quienes se desarrollan como tutores.*

En respuesta y como sustento a estas críticas emerge el **“Estructuralismo”**. El planteo eje fue poder disociar los procesos mentales propios de los animales, por un lado; y de los humanos por el otro, planteando que hay formas superiores de comportamiento, que son la resultante del pertenecer a una “Cultura”. Proponiendo así la elaboración de un método nuevo que explique la **Construcción de las funciones psicológicas** y no su estado final en la etapa adulta. Tomando preponderancia **“el desarrollo”** de los procesos mentales.

Este movimiento denominado **Construccionista**, tuvo múltiples referentes. Con tal lineamiento, pero con algunas diferencias conceptuales.

Sus principales pioneros:

***Jean Piaget:** Precursor de la **Psicología Genética**. Ginebra. Se dedica al estudio de las formas más complejas de los procesos racionales. Es un modelo biológico al que se le suma la lógica y la interpretación.

***Jerome Bruner:** Teoría del **aprendizaje significativo**. Estados Unidos. Comienza a aparecer el concepto de hábitat, de ambiente, para la construcción del aprendizaje.

*** Neisser y Chomsky:** **Teoría psicolingüística**. Estados Unidos. Neurociencias cognitivas.

*** Lev Vigotsky:** **Teoría Histórico Cognitiva**. Rusia. Continúa con la línea de incluir a la Cultura y al contexto como determinantes de la conducta, en concordancia con el desarrollo biológico- psicológico. El trabajo central **“zona de desarrollo próximo”**

Estas perspectivas y destacando la de Lev Vigotsky dejan importantes huellas que de una forma u otra se encuentran presentes a día de hoy, teniendo en cuenta los avances propios de la evolución y del surgimiento de nuevas teorías y tendencias.

s del siglo se produce el surgimiento de un movimiento innovador que se mantiene vigente hasta nuestros días, conceptualizando así la evolución de las diferentes teorías. Comenzando con *“la teoría General de los Sistemas”*, como una

práctica que solo pertenecía al campo del funcionamiento familiar, tomando en cuenta a la familia como un sistema de relaciones con dinámica propia. La teoría surge de la mano de *Paúl Watzlawick* como su principal pionero.

El movimiento Sistémico fue evolucionando hacia otros campos de acción y otras esferas de intervención, en este camino viene a aportar una noción más además de la inclusión de la cultura en el proceso de desarrollo del aprendizaje. Suma y enfatiza *las relaciones de los elementos*. La idea eje, es comprender la relación de estos elementos en interacción contextual y entre sí.

Posiciona al psiquismo humano como una entidad en la que los elementos están íntimamente relacionados. Un movimiento en un sistema generará efectos indefectiblemente en otro.

Sus constructos más importantes son: *La mirada holística, la focalización, la construcción de una trama y conocer las tramas preexistentes* (conocer el sistema mismo imperante en alguna esfera de nuestro psiquismo) es por ello que *el abordaje es multicausal*.

Las fuerzas de estos enfoques y la evolución de las miradas sobre el psiquismo, el aprendizaje y las conductas, dieron paso al advenimiento de las tutorías.

Si bien la figura del tutor se viene construyendo desde la Edad media como responsable de situaciones que son producto de contextos bien determinados; esta figura a lo largo de la historia fue pasando por diversos estadios.

Para
poder

rastrear el origen del concepto de tutoría es necesario acudir a la historia misma de la educación y al recorrerla es interesante como se encuentran denominaciones distintas para el rol: orientador, guía, instructor... En la antigüedad, el tutor es un personaje sabio de gran prestigio e influencia sobre su tutelado. En la Edad Media, se mueve en torno a los monasterios y prepara a sus tutelados con un sentido espiritual. Luego la figura y el rol del tutor surge un

decaimiento, pero hacia finales del siglo XX el tutor cobra una gran relevancia y es una pieza fundamental en todo proceso educativo, este crecimiento sigue su curso positivo y se extiende hasta nuestros días.

¿Qué es un tutor?

Las funciones de un tutor no son fijas, sino versátiles según el contexto y con el objeto que se realicen. Esto tiene que ver con el contexto e influencia institucional, cultural, familiar, personal etc.

Hoy en día son diversas las funciones que cumple un tutor. De manera general, se presenta como un acompañante que teniendo en cuenta: factores de personalidad del tutelado, su contexto socioeconómico y cultural, sus formas de procesamiento, contexto familiar, culturas familiares (sistema, mandatos, ejes educativos) y todos los atravesamientos intervinientes en una persona... tratará de promover actitudes y valores positivos que se encuentran de forma potencial en el sujeto mismo.

Se
trata

en gran parte de captar las potencialidades de ese sujeto y promover que afloren a la superficie, trabajando sobre emociones, pensamientos, acciones, contexto y aportando diversos puntos de vista, contextualizando y analizando.

Colabora como agente externo en la organización, planificación, planeamiento de objetivos generales y específicos, proyecto de vida, siempre en consonancia con las especificidades del encuadre, la particularidad de su función, el marco institucional, el motivo de consulta y la particularidad de ese encuentro de dos.

En el caso de la tutoría Motivacional, hay un eje puesto que estará determinado por la directriz determinada por la organización. Por ej, si el foco está puesto en

favorecer y fortalecer calidad de estudio en busca de resultados satisfactorios, la tutoría motivacional se encargará de tratar los temas que se encuentren entramados dentro de las esferas de la vida del tutoreado que se asocien directa o indirectamente a la vida estudiantil de ese joven.

Claro está que el estudio se verá afectado si esa persona se encuentra atravesando conflictos familiares, económicos, habitacionales, de salud u otros factor que influyan negativamente sobre la calidad de vida de esa persona. Continuando con el ejemplo, si durante un encuentro se trabaja sobre lo que genera un conflicto familiar, estaremos indirectamente trabajando sobre la mejora en su calidad de estudio también. En este sentido es válido reiterar que la tutoría no es terapia, por tanto presenta limitaciones en el tratamiento de ciertas conflictivas. Con lo cual el tutor puede acercarse a esos problemas pero asociando y anexando la influencia de ese conflicto al tema eje como puede ser la calidad de estudio. Puede permitirse dar una mirada que sobrevuele toda la situación planteada y pueda “devolverle” un ángulo diferente en la mirada del problema y un abanico de posibles maneras de encarar el asunto a fin de sobrellevarlo mejor,

contri
buir a

un acercamiento a la solución y que por orden transitivo mejore el tema eje que los convoca, el estudio.

El trabajo tutorial y los cambios que opere el individuo, se dan en ese “entre”, en la construcción que se vaya haciendo en ese espacio subjetivo que posibilita ese encuentro. Espacio subjetivo hace referencia a esa “posibilidad” de que surjan los conflictos nodales en el tutorado, emergiendo en el marco de un espacio que lo posibilita. En otras palabras, es claro que se deben respetar ciertas pautas desde lo formal que garanticen el acercamiento, la discreción, la intimidad, la calidez y la confidencialidad. Pero estas condiciones no son suficientes (si necesarias) para que el joven sienta que puede depositar allí sus conflictos que pueden ser íntimos en mayor o menor medida. Dentro de ese espacio formal con las condiciones

mencionadas se deben sentar las bases para que se pueda trabajar y eso se construye en presencia de ambos. Lleva tiempo construir un espacio simbólico, pero es un recorrido inexorable para arribar a buen puerto en un trabajo tutorial.

La evolución de la tutoría tiene que ver con la tendencia a su propia desaparición ya que uno de los principales objetivos es *“la autonomía”*.

Es decir, en cierto sentido el éxito de la tutoría está íntimamente relacionado con generar herramientas que tiendan a que la presencia del tutor no sea tan fuerte y necesaria y que a medida que se va avanzando se promueva a la desaparición. El cambio y dicha evolución es propia de cada espacio de trabajo, del contexto y de la persona.

El tutor tiene un rol educativo, por lo tanto todas las acciones que se desprendan de su rol deben tener un anclaje educativo. Cada movimiento, cada gesto, cada palabra tiene un impacto en el otro, con lo cual nada debe dejarse librado al azar. Si bien es un encuentro entre dos personas y hay un grado de espontaneidad natural y esperable, la tutoría debe estar signada por la *estrategia educativa*, una vez que se ha generado la empatía y el marco adecuado. De lo contrario no habrá trabajo posible.

Por eso el rol es específico y con eso decimos con limitaciones. En pos de un trabajo profesional y responsable, que genere las herramientas buscadas y adecuadas para tal fin y tal contexto.

Para comenzar a delimitar el rol del tutor, algunas especificidades claras y concretas:

-No es un amigo: La escucha del tutor es una escucha activa. La mirada que el tutor aporte sobre el problema o inquietud que traiga el tutoreado, será una mirada nueva reconociendo todos los aspectos de su contexto, su pensamiento, su deseo y sus actividades. Es un aporte que se prevé le permitirá al joven evaluar alguna opción que no había pensado o reformular algunas cuestiones que se venían pensando. Asimismo contribuir en procesos de toma de decisión.

-No es quien resuelve los problemas: Los problemas los resuelve el tutoreado ayudado con las herramientas generadas en el espacio de tutorías. Pero siempre valiéndose de ellas, en el momento que así lo requiere. Por otro lado, los consejos, puntos de vista etc. que le dé el tutor sobre algún tema en particular

puede
n ser

tomados en cuenta o no por el joven. Cabe destacar que uno de los propósitos más importantes de una tutoría es generar autonomía, esto va de la mano de responsabilizarse por las tomas de decisiones y abordajes de los problemas.

-No es quien hace las cosas por el tutorado - No es quien dice lo que se tiene que hacer: Siguiendo con los lineamientos del punto anterior y apuntando a la autonomía, es el joven quien se encarga del “hacer”. En el espacio de tutorías se pueden proveer herramientas que se acerquen a la necesidad del tutorado, pero la decisión de “hacer” y la forma de ejecución queda absolutamente bajo la responsabilidad del mismo. Por ej. Si es un becario y necesita saber cómo debe inscribirse en la facultad, se puede dar información sobre la existencia de algunas páginas web que existen en las que se puede extraer información, pero ir en busca de ellas o no, ya es parte de la autonomía del joven. Es dable destacar que toda acción de tutorías tiene un fin pedagógico – educativo y es de vital importancia que desde lo más temprano posible se comprenda que educar y/o ayudar tiene que ver con que el otro aprenda a hacer, a tener, a decir, a decidir, a

pensar etc. y particularmente de ello debe encargarse la tutoría motivacional, generar herramientas que sirvan para todo ámbito, para siempre.

-No está disponible full time: Bajo las principales premisas de la “Tutoría Motivacional” se considera como eje primero la “no dependencia” como eje principal del concepto Autonomía, aunque suene redundante no es tan claro en su práctica. Es por ello que la disponibilidad del tutor debe ser encuadrada en tiempos y formas ceñidas por el sentido común y los códigos comunes a ese ejercicio en particular, contexto, encuadre... etc. Las reglas en ese sentido deben ser claras para ambos y deben estar justificadas en su totalidad. De todos modos,

la
prese

ncia simbólica debe ser mucho más fuerte y flexible a su vez que la física y concreta. Qué se quiere decir con esto, que sobre todo si se trabaja con personas en situación de vulnerabilidad, el tutorado debe saber que el tutor “está”, simbólicamente hablando. Saber que cuenta con el otro y con ese espacio que solo es posible porque está sostenido por ambas partes.

En ese camino, poco a poco irá haciendo que se fortalezca y cada vez necesite registrar menos que el tutor está, ya que al ir transitando el camino del fortalecimiento y autonomía, es con si mismo con quien irá contando. Por todas estas cuestiones es de fundamental importancia no estar disponibles el 100% del tiempo.

Por otro lado, y también es importante señalar, que ante una situación de real emergencia y ante el requerimiento de nuestro tutorado estamos en la obligación profesional y ética de tender ayuda, herramientas que estén a nuestro alcance o tan solo a través del medio de comunicación que fuere brindar un momento de contención y escucha. Esto también debe dejarse en claro al comienzo, para que el tutorado se sienta acompañado y sepa en qué momentos tiene la posibilidad de comunicarse con su tutor y ante que situaciones.

-No es el profesor: El tutor no dice lo que “hay que hacer”. Tampoco se ajusta esencialmente a las reglas o normas preestablecidas socialmente o por la organización para la que trabaja. En otras palabras, no baja una línea de conducta correcta u otra incorrecta. El tutor acompaña a los procesos propios del adolescente o joven. Abre algunos interrogantes y posibilita el encuadre para encontrar algunas respuestas, esto no quiere decir que se encuentren o que el tutorado quiera abrir esos interrogantes. El tutor puede tener una mirada que sobrevuele de manera externa a las conductas, pensamientos o emociones. Es

esta
mirad

a de afuera, más el expertise y el conocimiento de su tutoreado, lo que hace que pueda elaborar una opinión o consejo que se ajuste a la realidad del joven y éste es quien tiene el poder de tomarlo, aceptarlo, rechazarlo o modificarlo.

-No se presenta como mediador en ninguna situación: El tutoreado es el responsable de sus interacciones con las demás personas en todos los planos de la vida. La comunicación, la capacidad de diálogo, la capacidad de escucha, comprensión, empatía... etc. son cualidades que pueden ser observadas y trabajadas en el espacio de tutorías, pero nunca el tutor mediará situaciones, por pedido de nadie, ni siquiera por su propio deseo de hacerlo. Lo que puede suceder y en caso que todos estén todas las partes de acuerdo es conversar con algún referente significativo algún aspecto puntual, a modo de informar o esclarecer algún punto específico y nodal del trabajo con ese tutoreado.

No se debe perder de vista que por concepto y definición, la tutoría busca **“generar herramientas”** hacer emerger en el individuo herramientas que se encontraban en potencial y con ello persigue la **Autonomía y la Resiliencia**, como ejes centrales que atraviesan a todo encuentro de tutoría.

Encuadre

Una de las primeras tareas del tutor

El encuadre es establecer un marco, un límite que sea lo suficientemente claro para ambos. Con reglas claras. Son pocas reglas, pero bien definidas. Si bien en un contexto tutorial el encuadre es flexible, tal laxitud dependerá del perfil del tutoreado y del tiempo que lleve desarrollándose ese espacio. Es importante rever

las
caract

erísticas del encuadre y no perder de vista que es susceptible de ser modificado.

A partir del establecimiento de las normas que determinen ese espacio, lo primero que se debe hacer es generar un clima de confianza, empatía para comenzar a entablar un buen vínculo. Esto puede llevar más o menos encuentros. Pero la clave es que no se puede trabajar en una tutoría si estas condiciones no están dadas. Comienza a construirse desde el primer momento y continúa para siempre que dure el vínculo tutorial.

Las pautas más formales que se deben establecer son: Lugar, hora y días pautados, duración, estilo de enfoque, tipo de encuentros y todo lo que el profesional considere pertinente.

- La frecuencia de encuentros estará determinada de acuerdo a necesidad, situación particular del joven, predisposición frente a la tutoría y consideración profesional. Los encuentros deben ser regulares y planificados con anticipación.
- El encuentro debe tener una duración aprox. establecida (no menos de 1/2 hora, no más de 1 h y 1/2)
- Los espacios deben garantizar intimidad, nadie debe interrumpir el encuentro, ese espacio es para esa persona y es un tiempo de construcción mutua.

Situaciones que posibilitan modificar el encuadre:

- El tiempo que viene desarrollándose la tutoría
- Avances claros y concretos en los objetivos fijados al comienzo del trabajo
- Ante una situación de emergencia

El marco también puede ser flexible, en otros sitios donde siempre se conserve la intimidad del sujeto, donde no haya otros significativos.

Duran

te los primeros encuentros y una vez contextualizado el encuadre, será la fase de sondeo. Es esta fase, se comenzará a sobrevolar los diferentes aspectos de la vida de ese joven.

Ej. En el trabajo con un estudiante, y si el acompañamiento tiene como objetivo mejorar y mantener su calidad de estudio, se debe entender: ¿qué concepción tiene su familia sobre el estudio? ¿y sobre la carrera específica que el joven haya elegido?, su grupo de amigos... ¿estudian?, ¿qué distancia tiene a la Universidad?, ¿tiene los medios suficientes para sostener el estudio?; si ¿tiene en su casa un espacio tranquilo para estudiar?; ¿qué tipo de procesamiento tiene? , relacionarlo con el estilo de contenidos de la carrera elegida, sondear el nivel de claridad en cuanto a la elección de la carrera, ¿qué capacidad de planificación y organización tiene?, si ¿sus hábitos de estudio son nocturnos o diurnos?; ¿qué tipo de alimentación lleva...? etc. Al inicio tendremos como tutores piezas sueltas de la vida general de esa persona, aquello que nos irá aportando el joven de manera más o menos desordenada y que con nuestra escucha activa iremos contextualizando, asociando con el joven. Esto quiere decir armar la trama, ubicar cada esfera de la vida de un sujeto en un mapa general.

Por otro lado, la tutoría supone una direccionalidad, el estudio. Por lo tanto los datos que el joven nos vaya aportando debemos asociarlos entre sí, y con la columna vertebral de nuestro trabajo, **el estudio**. Que tengamos un tema directriz, no significa que siempre haya que hablar de ello, por eso debemos tener presente

la idea de “**trama**” y poder ver influencias y conexiones con ideas, pensamientos, vivencias y contexto de ese joven.

Por
tanto,

en ese nivel evaluaremos, cuáles aspectos serán **favorecedores** y cuáles factores serán **obstaculizantes**, para sostener de manera sana el estudio.

Cuatro pilares fundamentales...

De este trabajo surgirá la identificación de *puntos de conflicto* y los *temas eje* a trabajar. Asimismo es importante identificar, ¿cuáles son los puntos de apoyo del joven?, (*ej, puede ser un punto de apoyo, algún familiar significativo o un amigo o creencias religiosas o la actividad física o desarrollar algún arte*). Es decir, todo aquello que le haga bien, que sostenga su individualidad, que lo tranquilice, etc. De esa identificación emergerán los *cuatro pilares* que se necesitan para determinar

la dirección de la tutoría:

- El objetivo principal (que puede ser un motivo de consulta o un objetivo institucional)
- Identificación de puntos de conflicto - obstáculos
- Identificación de los facilitadores (puntos de apoyo, creencias, referentes)
- Identificación de hábitos cotidianos (capacidad de planificación, organización, orden, horarios, rutinas)

Resumiendo, el trabajo de los primeros encuentros estará determinado en encontrar estos cuatro pilares que serán los determinantes de la dirección que tomará la tutoría. Cada tutoría es única, se construye con cada tutoreado en un

encuentro único que será sello de ese vínculo construido e irrepetible.

UNIDAD II

Primer año de la facultad: “El mundo de la Universidad”

Inscripción. Organización. Planificación. Metodología de estudio. Exámenes.

Procrastinación. Meses típicos, meses difíciles. Temor a enfrentar los exámenes. Técnicas de relajación rápidas.

Inscripción

El momento de la inscripción a la Universidad para cualquier joven está dotado de sentimientos encontrados. Por un lado, satisfacción por haber concluido un ciclo, uno de las más importantes de la etapa y por el otro una pérdida. Es lo que denominamos un duelo “sano”, propio de la etapa evolutiva. Esto quiere decir que en esta etapa hay dos trabajos psíquicos importantes que hacer al mismo tiempo: ***Duelar aquello que se perdió y disfrutar y recibir con alegría aquello nuevo que se acerca.*** Luego de recibirlo, poder apropiarse de ese nuevo espacio, de esa nueva posición subjetiva “ser estudiantes universitarios” y avanzando por ese camino ir naturalizando esta posición. Por supuesto que es un trabajo que puede ser conciente o inconciente en mayor o menor medida. Y dependiendo de las características de personalidad, del contexto y de los acontecimientos particulares, los jóvenes perciben o no, estas vertientes. En algunos se observa con mayor claridad el trabajo del duelo y mayor energía psíquica puesta al servicio de la pérdida, y en otros la mirada está particularmente sobre lo nuevo que se avecina.

Es en esta transición y bajo estas condiciones inherentes a todos, que debe cumplimentarse la inscripción a la Universidad. Asimismo se agrega la ansiedad típica del desconocimiento real de las cuestiones vinculadas al: ¿Cómo se hace?, ¿Dónde se hace?, ¿Qué documentación es necesaria?, ¿Cuáles son las fechas?, ¿Dónde se encuentra el Centro de Estudiantes, Dpto. de alumnos, fotocopiadoras? ¿Ante qué casos recurrir? Estos interrogantes, entre otros son los que movilizan ansiedades en los jóvenes y corremos el riesgo de que se genere una resistencia y no lo lleven a cabo o que no lo realicen de manera adecuada.

Nosotros como tutores debemos tener presente fuertemente estas cuestiones que se dan como telón de fondo mientras estamos acompañando a jóvenes o adolescentes en proceso de inscripción.

Nuestra presencia en esos momentos debe ser concreta, activa y con un fuerte sentido del acompañamiento. Siempre con la mirada puesta en brindar herramientas para que ellos lo hagan solos, de manera autónoma. Podemos darles información que los aliviará y les permitirá moverse sobre un terreno más seguro como ser, webs donde está la información (quizá también hacerlo con ellos, asegurándonos que esté incorporando la herramienta) buscar juntos dónde se halla cada punto a buscar, explicarle que función cumple cada departamento o área de la Universidad para que sepa donde recurrir en cada caso, conectarlo con algún otro joven que lleve más tiempo en esa facultad para que le cuente, invitarlo a que recorra la facultad antes del día del ingreso de modo tal de que su primer día de clase sea con menos ansiedad y ya tenga cuestiones edilicias y de información saldadas.

Cabe destacar que el nivel de presencia que tomaremos, dependerá de la demanda implícita o explícita del joven. Es de vital importancia que sondeemos los niveles de necesidad y acompañamiento, así como también las necesidades reales de la situación para determinar nuestro nivel de injerencia. En este punto es importante comprender que tanto el defecto de presencia como el exceso pueden generar efectos adversos, por eso se torna de importancia máxima determinar el grado de acompañamiento justo y adecuado.

Organización

Las ansiedades movilizadas en esta etapa, deben estar acompañadas y canalizadas bajo el trabajo concreto de: Organización del tiempo, planificación, metodología de estudio, regulación estudio – cursada – descanso.

Transitar la tutoría en esta etapa va a significar que debemos armar un plan de acción con nuestro tutoreado y trabajar paso a paso. Es claro que a esta altura tenemos identificados los cuatro pilares fundamentales. Esto quiere decir que sabemos a grandes rasgos con que contamos y con que no, a la hora de entender como este joven se maneja con las cuestiones concomitantes al estudio.

En primer lugar, poder escribir juntos en un cuadro (a modo horario) qué cosas hace ese tutoreado desde que se levanta, hasta que se acuesta día por día. La finalidad es poder ver, cómo está utilizando su tiempo, cuánto tiempo real tiene para estudiar, cómo maneja sus descansos y distracciones.

Una vez confeccionado el cuadro, insertamos los tiempos de estudio variándolo con el tiempo de descanso y/o recreación.

Nuestra tarea (tutor y tutoreado) es observar con atención como se pueden implementar los baches y los tiempos muertos a fin de darle un sentido y una finalidad. Por supuesto que en ese plan estarán incluidos tiempos libres para esparcimiento, hobbies y/o deportes por fuera de lo académico.

El objeto de este trabajo, es que aprendan a organizarse y a planificar, que puedan aprender a organizar su tiempo y que esto les permita rendir al máximo con la mayor salud y placer posible, evitando estrés y objetivos no posibles para la realidad de ese momento.

Con el tiempo, a medida que se van internalizando ciertos métodos ya se va retirando “el cuadro” y quedará en lo abstracto y en lo subjetivo de cada uno. Claro está que hay personas con mayor y menor nivel de organización y deseamos que esta individualidad esté siempre presente, intentando manejarnos con un adecuado criterio de realidad y que la planificación esté determinada por las características individuales más las exigencias de la vida diaria.

Es importante que como tutores transmitamos la importancia de estar organizados: Como el orden puede simplificar nuestras tareas, podemos tener una mejor calidad de estudio, más tiempo de descanso y recreación cuando esto está planificado.

Planificación

Una vez que la organización marcha y en mayor o menor medida el joven cumple con los parámetros establecidos con su tutor. Puede planificar el año y establecer así objetivos que trazarán su dirección en ese año. Es importante poder quitarle relevancia a los planteos que tiendan a hablar de objetivos más macros. Si bien los proyectos son centrales en la vida de una persona, también los proyectos grandes, a veces hacen que nos olvidemos de lo que tenemos que hacer hoy, nos saca energía y disposición. Entonces, tomaremos como gran proyecto macro, la carrera en sí misma, luego las materias que cursa en el cuatrimestre, cada materia como un objetivo en sí misma, cada examen de cada materia, cada día de estudio para ese examen. En ese terreno y conociendo la organización y el perfil de ese joven, es que se va a planificar un plan de acción que abarque objetivos de ese año. Por ej. Cantidad de materias que se prevé que aprobará. Cátedras u horarios que elegirá el próximo cuatrimestre. Los lugares dónde estudiará. Si lo hará solo o acompañado... etc.

Lo importante es realizar una planificación posible, que sea adecuada con el perfil del tutoreado, con el tipo de actividad que realiza y con el contexto general del mismo. La planificación se confecciona en el espacio de tutorías entre los dos.

Metodología de estudio

Es importante que una de nuestras primeras tareas como tutores de jóvenes en el primer año de facultad, sea trabajar con Metodología de estudio. Para ello tenemos que tener bien en claro los cuatro pilares fundamentales, sobre todo el último punto, aquel que nos aporta datos sobre los hábitos del estudiante.

En este paso tenemos que prestar especial atención al estilo de carrera, al estilo de materias que está cursando: si son exactas, de lógica, teóricas, prácticas, volumen, si es del agrado del estudiante, con que otras materias la está combinando.

Por otro lado, a esta altura ya tenemos armada la organización semanal, el “horario”; así como también la planificación anual. Por tanto, ya conocemos con cuanto real cuenta el estudiante para estudiar. Debemos ir chequeando a lo largo de los encuentros en qué medida ese plan es llevado a cabo.

Es clave que establezcamos un plan de acción teniendo en cuenta todo el material de manera integral y se pueda pensar variables tales como:

- Hábitos de comida, por ejemplo que si va a tener una prolongada tarde de estudio debe almorzar liviano
- Hábitos horarios – en qué franja del día se siente más apto para el estudio o está más tranquilo el espacio de estudio -
- Hábitos de descanso – cantidad de horas de sueño, la importancia de la siesta, (en medio de la tarde cuando es necesaria y debe ser corta, no más de cuarenta minutos)

- El lugar de estudio con las condiciones necesarias para concentrarse, con adecuada iluminación en lo posible con luz natural
- Optimizar tiempos en la forma de resumir
- Cómo estudiar materias que necesitan de memorización de datos y fechas como por ej. historia
- Cómo estudiar de una guía de ejercicios y en qué momento integrar la información haciendo parciales resueltos, la importancia de la autocorrección

Las características citadas anteriormente no son más que aspectos generales. A ellos es de vital importancia comprender las particularidades contextuales y personales del joven. Tener bien en cuenta los parámetros generales y particulares es clave a la hora de elaborar la metodología porque dará lugar a un plan posible tendiente al logro, al bienestar y al aprendizaje.

Exámenes

El ingreso a la facultad implica también el manejo de nuevos códigos, que son específicos del mundo universitario. Así como también una nueva cultura de estudio, de organización institucional. Estas cuestiones se van aprehendiendo a medida que el joven va transitando, y dependiendo del contexto sociofamiliar estará más o menos familiarizado con la terminología, de ello también dependerá nuestro trabajo previo al elaborar cada punto de los cuatro pilares fundamentales. Lo interesante no es replicar información, sino completar información, es decir tener bien en claro con que herramientas previas contamos. Es muy frecuente

escuchar en los ingresantes que aún avanzado su primer cuatrimestre siguen denominando a los parciales como “pruebas”, eso nos habla de una falta de identificación y apropiación con su nueva posición subjetiva, académica y con los nuevos códigos. Asimismo con dificultad en el corte con la etapa escolar anterior. Esto se presenta como habitual y es esperable que por un tiempo convivan los dos subsistemas, hasta que poco a poco el segundo vaya desplazando al primero.

Debemos tener en cuenta, en líneas generales los siguientes factores:

- Indicadores que den cuenta de la posición subjetiva en el pasaje de la escuela a la universidad (por ej. Desde el lenguaje, la forma de estudiar, el tiempo que se destina al estudio previo al examen)
- Significado y diferencias entre: parcial, final, trabajo práctico, defensa de trabajo práctico, examen integrador, etc.)
- Insistencias, justificadas, injustificadas, cuando es porcentaje esclarecer que número incluye ese porcentaje, qué sucede cuando faltamos a un parcial, etc.
- La importancia de tener y seguir el programa de una materia, cuando tener más en cuenta la bibliografía ampliatoria, lectura de la fundamentación de la materia y los objetivos de las unidades
- Formas de tomar apuntes, cómo registra el joven las clases
- Cómo se realiza el seguimiento de las materias aprobadas, seguramente la facultad cuente con un sistema de logueo web, sondear si el estudiante está al tanto de esta forma de seguimiento de su carrera. Si no lo está comentarlo y encomendarle que lo vea y que se registre, solo si él o ella nos pide ayuda concreta y directa, lo haremos juntos.

Tal como se viene mencionando a lo largo de la guía, tomaremos estos indicadores como generales, aquellos que no pueden faltar. Por otro lado sumaremos a ello la individualidad del joven y su contexto.

Por otro lado, no hay que perder de vista que la tendencia siempre será a la autonomía. Por tanto los temas se abordarán y se construirán entre los dos, en ese espacio siempre y cuando algún tema urgente no se haga presente, es importante dejar en claro que aquello que le suceda y preocupe al tutorado estará en primer lugar, la guía describe los temas típicos a la hora de abordar al estudiante, de ninguna manera es una línea de trabajo rígida, la idea es siempre acompañar y eso implica estar al lado del sujeto y sus vicisitudes. Por otro lado, las acciones específicas son siempre ejecutadas por el joven.

Procrastinación

En este momento de grandes cambios es probable que nos enfrentemos a distintos tipos de ansiedades, que dependiendo de quien se trate y de su contexto particular, esta ansiedad puede manifestarse a través de la procrastinación.

La procrastinación es la postergación, retrasar el cumplimiento de un objetivo, de una obligación o el desarrollo de una acción. No solo es demorar, sino reemplazar por otra actividad (menos importante y más agradable, o sea que brinde satisfacción instantánea), que a sabiendas de estar postergando la responsabilidad, se percibe la incapacidad de dejar de hacerlo para poder efectuar aquello que tenemos que hacer.

Básicamente la causante de la procrastinación es la ansiedad. La ansiedad normal es la que nos mueve, la que nos permite apasionarnos y/o realizar nuestras tareas de todos los días. Cuando la ansiedad es patológica, en líneas muy generales,

esto quiere decir exceso o ausencia, puede ser que una de sus manifestaciones sea la procrastinación, postergar indefinidamente una responsabilidad, por una tarea de menor relevancia y con una satisfacción inmediata.

La ansiedad debemos trabajarla en conjunto con la motivación, se van trabajando ambos aspectos a la vez, procurando que se equilibren a modo entrópico y así disminuya el síntoma. La motivación, en el espacio de tutorías podemos trabajarla de manera concreta y visible con la Pirámide de las jerarquías de Maslow.

Además de ir entretejiendo la motivación desde lo simbólico, desde la construcción verbal en sintonía con la acción.

Los puntos más concretos de abordaje y los objetivos más primarios para trabajar la procrastinación, son los siguientes:

- Fijar objetivos a corto plazo
- Realizar las tareas de responsabilidad primero, es decir ordenar las tareas en orden de prioridad y dificultad
- Las tareas más complejas o largas, hacerlas por segmentos establecidos. Esto quiere decir, evitar llegar al momento de la distracción y pautar cuando vamos a descansar de esa tarea y cuando la vamos a retomar, nos vamos a procurar al finalizar el segmento que proyectamos, un descanso, esparcimiento y por un tiempo también pautado de antemano nos vamos a disponer a disfrutarlo.
- Registrar (escribir – hacer cuadros – la forma de registro que mayor comodidad le dé al estudiante) lo hecho, lo postergado y lo que proponemos para el día siguiente

- Aprender a decir no. No, a una tarea cuando sabemos que podemos elegir y que ello derivará en más pendientes (los pendientes son grandes causantes de procrastinación) y No, a las distracciones y a las invitaciones a las mismas
- Trabajar sobre hacer un buen uso de nuestra energía, esto implica, conocernos y saber bien como ordenar nuestras tareas, según complejidad y longitud y cuán cerca o lejos esté de nuestro disfrute y habilidad
- Trabajar en tutoría los efectos de la procrastinación
- Abrir la posibilidad de que el joven se junte a estudiar con dos o tres personas que él reconozca como responsables
- Eliminar las posibles distracciones – en general son las redes sociales, ir construyendo a lo largo de los primeros encuentros cuáles son los distractores para ese estudiante.
- Premiarnos cuando cumplimos con un plan. El premio también debe ser disfrutado, planificado y debe tener un principio y un fin.

Cabe destacar que el tiempo y la profundidad del trabajo, dependerá del tipo de personalidad del joven, la dirección de la tutoría, el contexto y las variables específicas que intervengan. Claro está que dentro la tutoría y sobre todo de los dos primeros años de acompañamiento, se van trabajando al unísono todos los temas mencionados anteriormente.

“Meses típicos, meses difíciles”

Es de fundamental importancia que estemos atentos a los meses típicos, esos meses en los que las problemáticas de la vida universitaria se aúnan y todos pasan por las mismas dificultades, ansiedades. Momentos en los que tenemos que hacer más foco en el abordaje de las cuestiones bien específicas de los requerimientos universitarios. Sin perder de vista como telón de fondo o no tanto (dependiendo del caso) las concomitancias de la vida bien individual de cada uno, es decir también, como se articulan con el acercamiento a los exámenes, estudio integrador, materias pendientes, finales. Para ello lo importante es “calendarizar”, en primer lugar tenemos que tener un calendario general y luego específicamente ir construyendo un calendario específico para cada estudiante dónde tengamos en claro las fechas de examen y todos los puntos concretos y claves del desarrollo de ese cuatrimestre.

El calendario debe ser una herramienta dinámica que nos permita: modificar datos, marcar cuando algo se ha concretado, ponderar estimativamente cuál fue el resultado de aquello que se realizó, agregar datos, sacar datos.

Sobre todo en los meses de dificultad típica debemos tener el calendario bien presente y empezar a construirlo ni bien el estudiante comience a obtener datos, fechas, temas para estudiar. Sería ideal si también podemos sumarle al calendario, micro objetivos a fin de planificar cantidad – tiempo de estudio con el objeto de llegar en tiempo y forma a la fecha del examen.

Ej. Se puede plasmar, que desde el 10/04 hasta el 17/04 estará dedicándole a los textos xxxxxx de las unidades xxxxxx. Y así a modo de planificación es más visible y cuando arribamos a las fechas claves donde es factible que se pierda un poco el foco tenemos bien claro “qué hacer”, asimismo es una forma de hacer un acompañamiento más exhaustivo, el tutor debe ir chequeando con el joven los avances de ese calendario, en caso de no haber podido cumplir con los objetivos propuestos, trabajar el “por qué” y ver dónde estuvo el inconveniente. El propósito siempre es apuntar a la autonomía, el aprendizaje y la libertad con responsabilidad. Nunca el control. Partiremos de la base de la confianza en los que nos dice ese joven y nunca iremos a “buscar” los datos objetivos a no ser que sea el mismo estudiante el que los quiera proveer, hay que tener siempre presente que lo que nos importa es lo que le pasa a ese joven pero a través de sus pensamientos y sentimientos.

En esta etapa lo fundamental también es a medida que vamos armando el calendario, ir profundizando los aspectos que se trabajan en la primera etapa, explicitados anteriormente: Organización, planificación, metodología de estudio, procrastinación, hábitos... etc. Detenemos especialmente en aquellos aspectos en los que hace falta incorporar.

Temor a enfrentar los exámenes

Durante todo ese abordaje, estaremos atentos a alguna manifestación que denote las sensaciones que le surgen por la etapa evaluativa, tal como: ansiedad, miedo, tensión, dolor de estómago, aceleración, sueño, insomnio, falta de apetito...etc. Lo importante es verificarlo y tratar de acercarle tranquilidad a través de la palabra o de las técnicas que el tutor conozca. Por ej, técnicas de respiración.

Ante estos casos sobre todo, pero en todos en general, las recomendaciones básicas son:

- Dormir entre 7 y 8 horas durante la etapa de preparación de exámenes y sobre todo la noche anterior al examen
- No estudiar hasta último momento, si el examen es a la mañana, antes de la cena dar por finalizado el estudio, se haya abordado todo el contenido o no. Si es a la tarde o noche tratar de dejar por lo menos 4 horas sin estudiar previos al examen
- Comer liviano la noche anterior y previo al examen
- Durante el examen, si los dejan, tener a mano agua o una bebida que le guste al joven y algo dulce que sea de mucho agrado
- Si sabe técnicas de respiración, que las practique antes y también durante el examen
- Cuando el examen termine, que ese día haga ejercicio (para liberar del cuerpo las tensiones ocasionadas por la situación de evaluación) y luego haga un buen descanso para que el cerebro y los músculos del cuerpo, se aflojen y por último un rato de recreación, lo que le guste hacer a la persona (ver amigos, tocar algún instrumento, ver televisión...) cuanto más alejado de la tarea universitaria, mejor
- Cuando se termina la etapa de evaluación general, se recomienda que entre 2 y 7 días solo cursen (si el año continúa) pero que haya un descanso del estudio, que se descansen bien durante esos días para volver a empezar cuando sea necesario

Para tener en cuenta, los meses difíciles son:

- **Marzo/Abril:** Cierre de materias de verano. Inscripción. Comienzo
- **Mayo/Junio:** Parciales. Fechas para finales pendientes o libres.

- **Julio:** Segundos parciales. Finales. Libres. Cierre de cuatrimestre.
- **Septiembre/Octubre:** Parciales. Fechas para finales pendientes o libres.
- **Diciembre:** Finales. Cierre de año

Técnicas de relajación sencillas

Se pueden realizar en todo momento, antes de dormir para descansar mejor, antes de un examen, durante el examen...

El joven deberá aprender a llevar el aire lo más profundo que pueda, las primeras veces deberá colocar una mano en su pecho y otra en el abdomen, la mano que está en el pecho debe permanecer quieta durante la inhalación y el abdomen deberá inflarse. El aire ingresa siempre por nariz y sale por la boca, la exhalación deberá ser mucho más larga que la inhalación, deberemos desinflarnos por completo.

Para mayor entrenamiento, recordaremos las siguientes ecuaciones 3-9-12 y 4-12-16. Esto quiere decir, inhalamos en 3 tiempos internos, retenemos en 9 tiempos internos y soltamos el aire en 12 tiempos internos. Para mayor profundidad en personas que ya manejen las técnicas anteriores, se puede hacer la ecuación de 4-12-16.

Es importante transmitirle al tutorado que logre una buena postura para estudiar, que haya comodidad, pero su vez que adopte posturas saludables, la altura del libro, la posición para escribir, que no coloquen tensión en los hombros, que la silla sea relativamente cómoda, etc. La idea es evitar contracturas por vicios posturales, dolores, molestias y sumar a la situación de estrés un inconveniente más.

UNIDAD III

La Comunicación, todo un mundo a descubrir

Comunicación verbal y no verbal. Comunicación en el espacio de tutoría.

La comunicación verbal y no verbal

Como parámetros generales de la comunicación no verbal, hay que tener en cuenta algunos aspectos generales e importantes para poder ir recabando la información tan valiosa que de allí se desprende.

En primer lugar tener en cuenta:

El lenguaje corporal: Estos son los gestos del rostro, la gesticulación con las manos, la posición del cuerpo, la proximidad o distancia con la figura del tutor, posición de las manos y brazos... etc.

El paralenguaje, todo lo relacionado al “como se dice”, tiene que ver con el ritmo de la voz, con el tono, el volumen...

Cabe destacar tres porcentajes que resultan muy interesantes a la hora de observar al individuo. En una expresión completa, es decir, cuando una persona dice algo: ***el 55% de lo que dice está en su lenguaje corporal. El 38% es el paralenguaje. Y el 7% está expresado en las palabras.*** Con lo cual si hay dedicación en la escucha y en la observación fina, es posible entender con mayor profundidad, que están diciendo los sujetos.

La comunicación en el espacio de la tutoría

La comunicación es uno de los aspectos más importantes en la sociedad y cultura. En la tutoría es la más fuertes de las herramientas. Desde la comunicación verbal, el tutor puede y debe cumplir con estos 7 aspectos que esquematizan y esclarecen los límites y posibilidades de nuestro campo de acción a la hora de comunicarnos con nuestros tutoreados

Intervenciones necesarias para el desarrollo de una buena tutoría

- 1 Proporcionar información
- 2 Rectificar y confirmar lo que el tutorado dice respecto de su situación
- 3 Clarificar y formular el relato
- 4 Señalar relaciones entre datos, ideas, secuencias, conductas manifiestas o latentes
- 5 Sugerir actitudes determinadas
- 6 Indicar conductas a modo de prescripción (intervención directiva)

Es de fundamental importancia comprender que los datos más importantes los vamos a extraer de la comunicación no verbal, por eso la escucha del tutor debe ser muy activa y debe estar con todos los sentidos atentos y abiertos, debemos ser muy observadores de los gestos, los movimientos musculares del rostro, de las manos, la postura, la mirada tanto en su dirección como en su brillo y expresión, la voz, sus tonos, ritmo, limpieza de la voz, fluidez... entre muchas más. Todo aquello que provenga de la comunicación no verbal es lo que nos dará la pauta de qué emoción y sensación acompaña a aquello que se dice, por ejemplo, *puede estar diciendo que la situación de examen no le genera nervios y a su vez en ese momento notamos un cambio en el ritmo de su vos, entonces ese es el momento de frenar y repreguntar y seguir desglosando ya que obtuvimos información más directa que ni el mismo tutorado percibió. Asimismo si está contándonos algo de su vida personal y se pone muy brillante su mirada, sabemos que allí hay algo para abrir (si el tutorado quiere), pero siempre debemos pensar en los pilares fundamentales, debemos detectar mínimamente como incide eso en nuestro objetivo principal y si es facilitador u obstáculo.*

UNIDAD IV

El mundo del trabajo

Construir demanda de trabajo. Adaptarse a estudiar y trabajar

Construir demanda de trabajo

Promediando la carrera, a partir del tercer año se considera que hay un fuerte proceso de apropiación del espacio, de los códigos universitarios y hasta de conocimiento específico y técnico. Asimismo, el estudiante ya logró una metodología de estudio apropiada a su forma de ser, a sus deseos y habilidades y a su contexto. Ya puede predecir con claridad cuanto esfuerzo y cuánto tiempo le va a llevar preparar tal o cual materia, así como también cual es la mejor forma de abordarla.

En condiciones ideales, éste es el momento indicado para comenzar a trabajar en un puesto acorde a la carrera elegida. Esto quiere decir que, por un lado imprima un desafío porque lo invite a preguntar, estudiar o formarse en las especificidades del empleo y por el otro que el joven lleve conocimiento adquirido al empleo para aportar y además sea atractivo para el puesto. La idea es encontrar un complemento entre el conocimiento que se adquiere en la facultad que lo podríamos ubicar en el “que” y el conocimiento que se adquiere y se aplica en el trabajo, la experiencia que lo podríamos ubicar en el “como” y el “para qué”. Entonces, tener el “que” (qué es lo que hay que saber) y el “cómo” y “para que” (cómo se aplica y para qué) es fundamental.

Comienza el joven en ese momento a construir el camino profesional y empieza la formación profesional. Que también y dependiendo de las cargas horarias se puede ir combinando con talleres, cursos cortos, seminarios de temas específicos que necesite profundizar según intereses, capacidades, deseos o requerimientos laborales.

Es importante aclarar que ésta, es una etapa de gran esfuerzo físico, psíquico y emocional. Implica un gran gasto de energía. Por supuesto bajo el manto del sentido común y si las posibilidades así lo permiten, con jornadas de trabajo part time o free lance. Pero de todos modos, nos vamos a encontrar con un proceso de nueva adaptación.

Es por ello que con que nuestro tutoreado nos manifieste el deseo de trabajar, no alcanza. Una vez que ello aparece, debemos comenzar a construir esa demanda de trabajo. Eso significa que las inquietudes del “cómo y para qué” sean más fuertes o tan fuertes como el “qué”. Asimismo se relaciona como el deseo y la maduración de “construir” el “ser profesional”. Construir la demanda, es también sostener el deseo de trabajar en el tiempo y ello implica que el joven se prepare y pueda encontrar el trabajo adecuado para él.

Debemos ser muy detallistas y cuidadosos a la hora de construir una demanda de trabajo, a modo de guía las siguientes características son las que debemos tener en cuenta y tendremos que ir viendo si están o debemos desplegarlas para fortalecerlas.

Como primera medida, es imposible construir una demanda de trabajo si la primera inquietud no viene del joven. Siempre la primera comunicación tiene que ser del tutoreado. Sin deseo o inquietud, no hay demanda real posible.

Partiendo de esa base tendremos en cuenta:

- Que la demanda se sostenga en el tiempo
- Trabajar los motivos por los cuáles el estudiante quiere trabajar
- Que los motivos se fortalezcan y vayan en aumento

- Evaluar diversas posibilidades y campos
- Afinar la búsqueda, es decir, establecer campo de búsqueda plantear límites de carga horario, tipo de tarea, zona de trabajo. Todo en función de todas las variables de la persona (cursada, distancias, deseos...etc)
- Dejar en claro que la ganancia más importante en esta etapa es la experiencia y los contactos que se generen, la ganancia económica es un segundo plano en esta etapa
- Establecer un plan de acción: Preparar un CV, aconsejar sobre estructura clásica de un cv, corregirlo y/o armarlo entre los dos
- Darle a conocer al joven los distintos portales de empleo que existen, invitarlo a que los visite y cargue sus datos
- Trabajar dinámicas de entrevista, que el estudiante pueda hablar de sus inquietudes acerca de la entrevista, se saque dudas etc. En este punto podemos practicar a modo de rolle playing, y que pueda sentirse en ese lugar y chequear fluidez en el lenguaje, velocidad, calidad de las palabras. Postura, seguridad... etc.
- También podemos aconsejarlo acerca del estilo de vestimenta y despejar demás inquietudes que traiga el joven
- Debemos ser muy claros transmisores de la importancia de una entrevista de trabajo, el carácter de seriedad y formalidad que tiene y que pueda responder a ello
- Trabajar en tolerar y disminuir la frustración cuando vayan a entrevistas y quizá luego no los llamen
- Aprender a decir “no” cuando les ofrecen puestos que de ninguna manera coincidan con la planificación trazada. Así como también abrir a la idea que

- el trabajo perfecto no existe y que debemos hacer una negociación entre “lo ideal” y las posibilidades que tenemos

Una vez conseguido el puesto de trabajo, debemos como tutores estar bien presentes ya que nuestro tutoreado va a tener que apropiarse nuevamente a un nuevo código: “el mundo del trabajo”, nuevos horarios y exigencias. Seguramente nos encontraremos con un fuerte cansancio, con cambios de horarios en las tutorías. Asimismo la facultad y el ritmo varían, toman mucha más preponderancia los fines de semana, los tiempos de estudios son muy valiosos y acotados y se resignifican los modelos que antes funcionaban bien. Quizás al principio se quiera aplicar el mismo modelo, pero con algunas materias funcionará y con otras no. Será tarea intensa para el joven encontrar ese punto de equilibrio que tenía (otra vez atravesando el camino de la adaptación) y será tarea intensa del tutor acompañarlo en este camino, siempre con la mirada puesta en el crecimiento y el deseo del otro y por sobre todo: la autonomía.

Es esta la última etapa en el que acompañemos a nuestro tutoreado, también superada esta etapa. Comienza a aparecer de manera natural y como producto de un buen trabajo, la necesidad de construir la “salida” el final de las tutorías.

Cuando la autonomía se hace presente como herramienta constante, fundada y arraigada al ser del joven, la tutoría comienza a desaparecer...

UNIDAD V

Nuevas estrategias de intervención

¿Por qué hablamos de tutoría motivacional? Creatividad.

¿Por qué hablamos de Tutoría Motivacional?

En primer lugar si se define por el negativo, porque no es una tutoría académica, siendo ésta un encuentro de apoyo académico que generalmente se proporcionan en instituciones educativas, si es en escuelas bajo el nombre de Apoyo Escolar. Si es en la Universidad es más frecuente el uso de la palabra Tutoría, cuando se hace apoyo sobre alguna materia.

En segundo lugar, porque desde la significancia que circula en esa construcción de a dos, surge el advenimiento de nuevas estrategias de afrontamiento, nuevas herramientas que propenden a la autonomía, a un mayor autoconocimiento y eso indefectiblemente lleva a un mayor resultado en los aspectos que originalmente se proponía trabajar y clara mejoría en los demás sistemas que se encuentran en directa conexión con el tema eje.

La motivación aparece en este contexto y sienta las bases para una adecuada autoconfianza, elevando la autoestima y construyendo así un círculo virtuoso.

Por otro lado, existen muchas posturas y referentes que han definido a la motivación, se mencionarán de manera general para seguir comprendiendo el marco en el que se desarrolla el encuentro tutorial y seguir entramando los objetivos generales que perseguimos.

Hay tres teorías sobre motivación que están íntimamente relacionadas con las tutorías:

- *Teoría de las jerarquías de las necesidades de Maslow* (plantea cinco escalas de necesidades de las cuales a medida que se van cumpliendo las

desde las bases, naturalmente el individuo quiere cumplir la que sigue en la pirámide)

- **Teoría del factor Dual de Herzberg** (ligado estrechamente con el ámbito laboral. Plantea dos factores de análisis: factores Higiénicos y factores Motivadores)
- **Teoría de los tres factores de Mc Clelland** (enfoca sus estudios en tres tipos de motivación: de logro, de poder, de afiliación)

Por otro lado, cabe agregar al estudio de la motivación, tener en cuenta que **la motivación es un proceso**, que si no se encuentra presente puede construirse y fomentarse y que además interviene en gran cantidad de procesos psicológicos. Independientemente de la teoría a la que se esté acogiendo, es importante tener en claro un concepto básico de motivación que es inherente a todas las áreas que se quieran trabajar.

La motivación es intrínseca o extrínseca, esto quedará determinado por la fuente, por aquello que la origine, si tiene que ver con recompensas externas ya tengan estatuto de tangibles o no. O si son auto recompensas intrapsíquicas, como el logro, el cumplimiento de un objetivo, el aprendizaje... etc.

Sabiendo que ambas coexisten, es preferible que la tendencia sea hacia la intrínseca por ser más duradera y con beneficios que intervendrán en muchos otros procesos psicológicos.

Creatividad

Otra herramienta fundamental en el proceso de la tutoría es la **Creatividad**, tanto del lado del tutor, que haga uso de la creatividad en las tutorías para poder trabajar más aspectos de una manera más integral, de una forma más divertida y

que promueva acceder a mayores niveles de intervención. Asimismo, fomentarla en los tutorados.

La creatividad, es un proceso que se da siempre ligado a la salud, condensa también varios aspectos: relaja, aumenta el nivel de empatía y funciona como un puente mediador en el vínculo. Es importante conocer bastante a la persona para tener un panorama más claro de las acciones creativas pueden ser de su interés o no. Y además no perder de vista que tiene que ser en determinados momentos, contextos y no aplicable a todas las personas. Son estrategias que se van evaluando y utilizando en el devenir.

Si nos situamos desde el punto de vista de la construcción de los cuatro pilares fundamentales, en la construcción de los puntos de conflicto en sincronización con los puntos de apoyo de ese joven en particular, es ahí donde podemos pensar en estrategias creativas de intervención. La idea es que sea disruptivo, que produzca interrupción de procesos que sean poco saludables o simplemente que sean conflictivos o interfieran en el natural desempeño de las acciones del joven. También es interesante que mueva prejuicios, y que lo que aquello de lo que pueda jugar en contra, pueda empezar a jugar a favor. Por ej: Si estamos trabajando con un joven inmigrante y ha padecido o padece discriminación, seguramente la tendencia será a ocultar o tratar de evitar sus orígenes y hasta quizás a tener sentimientos hostiles frente a sus orígenes. Sería interesante que en vez de abordar el tema desde el padecimiento, empezar a preguntarle especificidades de su cultura, que nos traiga fotos, revistas, ver juntos en internet y comenzar a poner valor en aquel lugar que hay o hubo vergüenza, odio, antipatía etc. Estos procesos se dan generalmente en la niñez, adolescencia y hasta un joven. Suelen estar más

Para ir finalizando estas breves puntualizaciones, también y como punto clave. Es importante tener como telón de fondo, cual es el *proceso psicológico imperante e inherente al momento evolutivo de esa persona en particular.*

UNIDAD VI

Problemas típicos

Crisis evolutivas. Contexto. Casos Graves. Éxito.

Crisis evolutivas

Algunas puntualizaciones sobre el trabajo que se realiza con adolescentes-jóvenes. Tener en cuenta que ése es un momento de crisis vital, es decir, la crisis está dada por el momento evolutivo, el cambio, el crecimiento y allí se movilizan importantes procesos.

Prestar atención al dinamismo entre el crecimiento y el ambiente, es central, o sea, tener en claro que los procesos de crecimiento siempre están en plena interacción con el ambiente y es en esa interacción que se propende o no a que los procesos evolutivos afloren de la forma más saludable posible.

En consonancia con ello, el estatuto más importante es la lectura que el sujeto haga de ello y en caso que no proporcione en el espacio de tutoría lectura de ello, allí se puede estar presente para que la construya.

Las crisis por crecimiento o cambio, remiten a pérdidas, cambios y crecimientos en etapa anteriores y como se haya transitado ellas será determinante como transite la actual.

Es importante prestar atención sobre los procesos pasados para poder saber cómo trabajar en el presente.

En resumen, en todo proceso de cambio y de crecimiento, es importante trabajar:

- Sobre la base de los procesos anteriores
- Sobre la lectura que el mismo sujeto haga del proceso
- Sobre tres conceptos: que se gana, que se pierde y que se conserva

Estos ejes de análisis se presentarán como guías para desarrollar el trabajo de manera integral.

Contexto

Entramado familiar
Aspecto socio – cultural - económico

En el espacio de tutorías y como bien está especificado en el comienzo de esta guía. Se trabaja con la dinámica de los sistemas, nuestro objetivo es detectar el funcionamiento e implicancias entre sistemas. Por ejemplo, cómo influye el subsistema familiar en el subsistema estudio... y así entender que la vida de ese joven es una totalidad y que las cosas que hace, piensa, dice y le suceden influirán en mayor o menor medida en los demás aspectos. El principal que nos compete en este trabajo es el eje “estudio” pero los demás toma un carácter relevante a la hora de armar la trama.

Cabe aclarar que la trama se arma en presencia y con el otro. Y es el joven quien irá validando el entramado que en ese espacio se entreteje. Esto facilita mayor capacidad de comprensión, mayor nivel de control de la propia vida y facilitación de puntos de apoyo. Comprensión de la propia vida, de los mandatos familiares, de las posibilidades reales y potenciales con las que cuenta el sujeto y las que no.

Es muy importante que podamos detectar:

- Mandatos familiares, que cosas el joven cumple por genuinos y propios deseos y cuáles para cumplir deseos de otros
- Qué cosas se dicen familiarmente y son llevadas a cabo o que cosas se dicen y quedan allí en la incongruencia de los actos
- Cuáles son los verdaderos deseos del estudiante
- Con qué valores generales cuenta en función del contexto influyente (amigos, familia, compañeros de escuela, docentes, etc)
- Quiénes son los referentes y por qué
-

- Qué obligaciones tiene a nivel familiar/económico (cuidar hermanitos, llevar dinero a su casa, asear la casa...etc)
- Qué posibilidades económicas tiene y cómo influye esto en su vida cotidiana
- Cuánta pertenencia cultural tiene, dónde siente la mayor pertenencia cultural (sobre todo para trabajar con población inmigrante) qué fantasías culturales tiene

Es importante destacar que esta guía solo aborda las generalidades, pero no es acabada y los aspectos a detectar y trabajar pueden ser tantos como jóvenes que acompañemos.

Por otro lado, la importancia mayor al trabajar sobre estos puntos es lo que cada aspecto produce en el joven. Más que lo que verdaderamente sucede y además de que probablemente cuestiones tan fuerte como los entramados familiares son de difícil modificación, la clave está en lo que el joven pueda hacer con ello. Qué posición adopte. Claro está que al seguir trabajando la idea como subsistemas, si su posición cambia dentro de la trama, cambiará todo lo demás y esto lo tiene que aprender a hacer de la manera más saludable posible y en su favor.

Casos graves

Dependiendo de la calidad del caso y de lo que sienta el joven, será determinante para nuestra postura como tutores. Si se trata por ejemplo de embarazo o paternidad adolescente, debemos determinar de qué forma esto impacta sobre la persona, su familia y que lugar adoptarán los demás subsistemas. Si vemos que podemos llevar esta situación a un plano de tutorías, debemos llevarlo y modificaremos nuestro plan de acción diseñado de manera tal de hacer foco en el tema siempre y cuando haya deseos de mantener el eje principal de la tutoría, de lo contrario no habrá tutoría posible y tenemos que derivar al joven estudiante a un

trabajo psicoterapéutico. Este mismo trabajo lo podemos tener en cuenta al tratar con cuestiones ligadas por ejemplo a la muerte de un ser querido... lo importante es tener en claro que la tutoría tiene un campo de acción y una limitación y que el trabajo no es psicoterapéutico. Ni bien detectemos como tutores o sea por pedido de nuestro tutoreado, debemos hacer una derivación con un terapeuta y continuar en congruencia a tal trabajo haciendo foco en la mirada que nos compete.

Reflexión final

¿Qué es el éxito?

Una mirada sobre el éxito en tutorías motivacionales

En una reflexión sobre el sentido del éxito se pueden reconocer varias aristas.

Podemos pensar que es que el estudiante se reciba y finalice ese largo camino del recorrido universitario.

Pero también son exitosos aquellos chicos que ya tienen más del 70% de la carrera aprobada y han logrado posicionarse bien laboralmente y aunque a veces esta decisión demore un poco la graduación, el éxito pasa por aprehender otras alternativas de formación y darle un lugar preponderante a la experiencia.

También son casos de éxito aquellos jóvenes que comenzamos a acompañar y que en sus comienzos presentaban fuertes inconvenientes en los contenidos de cada una de sus materias o dificultades en la orientación y en la adaptación a la vida universitaria y que con un comprometido trabajo en tutorías y una actitud positiva,

lograron status universitario y un fluir en sus estudios que los posiciona en un lugar de fortalecimiento y seguridad que contribuye a un círculo virtuoso que los coloca en el camino que eligieron.

Asimismo pensamos que son casos de éxito aquellos chicos que gracias al camino que iniciaron se dan cuenta que eso no es lo que desean y logran encontrar una verdadera orientación, entendiendo que sus deseos y su proyecto de vida pasaba por otro lugar. Esos cambios, esas marchas y contramarchas son constitutivas, saludables y nunca es una pérdida de tiempo y ese es el fantasma en derribar en muchos casos cuando estamos sentados frente a un estudiante que desea cambiar de carrera o dedicarse a construir su futuro laboral/profesional de alguna otra manera (más ligado al hacer, a la creatividad a un oficio, a la independencia...etc) y nos plantea que cree que perdió el tiempo.

Cuando una tarea sea cual fuere se acerca a procesos creativos será una actividad que esté más ligada a la salud y por tanto será exitosa.

Son casos de éxito también los que adecúan la forma de encarar el proyecto de formación ajustado a su contexto, sin que esto sea someterse a él, pero tampoco negarlo. Entonces, el que puede de una manera creativa hacer algo diferente con lo que ya tiene dado y de esa forma se acerca a sus objetivos, es un caso de éxito.

Que el quehacer de cada uno, se adecúe a la situación y contexto actual y sea consecuente con el proyecto de vida, también lo consideramos un caso de éxito.

Que como tutores, podamos entender que no podemos cubrir toda la problemática que tare el joven y que hay casos en los que necesitamos hacer una derivación terapéutica. O pedir sugerir acompañamiento académico, etc. Y que el joven siga creciendo articulando los ejes de acompañamiento, es éxito.

Es importante reconocer la capacidad de reconocer los límites del campo de acción de la tutoría. Y consideramos de importancia fundamental hacernos cargo de dicho límite.

Que el estudiante tome sus decisiones de manera fundada y en congruencia con sus deseos y proyecto de vida, que sea autónomo y resiliente, es el principal propósito y objetivo más general del trabajo en tutorías.