

Vocacional



ORIENTACION

De las habilidades a las competencias y más...

¿Cómo definimos estos términos: competencias, capacidades, aptitudes, habilidades, destrezas, actitudes?

Hemos escuchado muchas veces estos términos que aparentemente significan lo mismo para muchas personas; como parte de nuestro desarrollo personal, debemos saber cuáles son nuestras competencias, habilidades, destrezas, etc. Sólo teniendo claro los conceptos y su importancia podremos conocernos mejor y al conocernos, nos podremos evaluar y de ser necesario, modificar lo que sea conveniente para nuestro crecimiento personal.

Competencia es:

Una capacidad efectiva (real y demostrada) para llevar a cabo exitosamente una actividad laboral plenamente identificada.

La competencia integra un conjunto de capacidades, habilidades, destrezas y actitudes, vinculadas con el trabajo concreto y el desempeño en un puesto determinado.

Capacidad es:

El conjunto de habilidades cognitivas que posibilita la articulación de saberes para actuar e interactuar en determinadas situaciones. Se considera que los sujetos son elaboradores o procesadores de la información.

Aptitud es :

La capacidad para ejercer o desempeñar una determinada tarea, función, empleo, etc.

Habilidad es:

El potencial que el ser humano tiene para adquirir y manejar nuevos conocimientos y destrezas. Destrezas adquiridas con los conocimientos y la práctica es decir el background de la persona.

Destreza es:

El conjunto de habilidades prácticas vinculadas en las tareas concretas en las que se ponen en juego los sentidos y la motricidad.

Actitud es:

La forma en la que un individuo se adapta de manera activa a su entorno y es la consecuencia de un proceso cognitivo, afectivo y conductual.

Ahora es el momento de evaluarse y recuerde que saber es tener poder y de acuerdo con el potencial y forma de ser que tiene cada uno, es que se puede emprender la ruta para el logro de las metas esenciales.

Algunos alcances para el desarrollo y la aplicación de estos conceptos

En esta época es indispensable considerarlos y desarrollarlos, no solo desde el punto de vista personal sino también para la futura inserción al mundo del trabajo:

HABILIDADES

1- Creatividad: capacidad de ser original, innovador, descubridor, inventor. El sentido del humor, el chiste y su comprensión son buenas ayudas para desarrollar la creatividad, como también mantener una mente abierta, dinámica y con capacidad de adaptarse rápidamente a los cambios, como así también el desarrollo del pensamiento divergente.

2- Habilidad para investigar: habilidad para definir y delimitar el problema a solucionar, para encontrar el hilo conductor, definir su espacio y las fuentes a consultar. Para desarrollar esta habilidad nada mejor que ser personas curiosas, intentar conocer y no quedarse con lo superficial, es favorable.

3- Pensamiento convergente, lógico, convencional o racional: permite la integración focalizada de los datos y el establecimiento de prioridades en las elecciones. Mediante ésta, la persona selecciona de un gran conjunto de datos, aquellos que están relacionados con un determinado problema y desecha los demás.

4- Pensamiento divergente: es la capacidad para descubrir más de una respuesta correcta a una pregunta determinada. Muchas personas quedan satisfechas cuando encuentran una solución a un problema. Al desarrollar esta habilidad, se pueden proponer otras soluciones, además de la inicial. Para ejercitarlo es bueno buscar siempre alternativas de resolución o respuestas diferentes ante una situación o problema.

5- Capacidad analítica: descomponer un todo en sus partes, establecer las relaciones entre ellas, extraer las variables principales del sistema, relacionar síntomas con causas, etcétera, son acciones que desarrollan en grado extremo esta capacidad analítica.

6- Trabajar en grupo: habilidad muy importante en el mundo moderno, en el que los problemas son tan complejos que no es posible imaginar equipos de una sola persona. Aunque no pareciera tan difícil trabajar en equipo, culturalmente somos individualistas. Sin embargo, la formación de grupos no es una tarea fácil; es necesario evaluar a las personas que van a conformar los grupos y así poder reunir individuos con características complementarias. Por ejemplo, hay personas que trabajan dirigidas constantemente por el hemisferio izquierdo del cerebro: son racionales, críticas, "frías". Otras viven discutiendo cualquier cosa sin llegar necesariamente a nada concreto; son las creativas, en las que el hemisferio derecho del cerebro toma el mando. Si se arman los equipos con sólo personas de este tipo no se alcanzarán a menudo resultados positivos; se discutirá todo, incluso el por qué haber formado el grupo. Aparecerán ideas maravillosas, pero costará llegar a algo concreto. De otro lado, grupos formados exclusivamente por personas 100% racionales, darán como resultado respuestas concretas a preguntas concretas; todo dentro de los términos estipulados. Pero las soluciones alcanzadas serán las que ya se preveían; no habrá mayor grado de originalidad. El grupo que se busca es el formado equilibradamente por personas de uno y otro tipo; los unos pondrán la originalidad y los otros la canalizarán para llegar a los resultados deseados dentro de los parámetros fijados. Para desarrollar esta capacidad el primer paso es conocerse a uno mismo, reconocer las posibilidades y las limitaciones que se poseen, es lo que permite hacer una buena elección de un grupo.

7- Interdisciplinariedad: es la capacidad para trabajar en grupos con individuos de diferentes disciplinas. No es lo mismo trabajo en grupo, en equipo, que interdisciplinariamente, para esto último se debe tener amplia capacidad de escucha, mente abierta y ansias de superación; ejercitar la paciencia, es un punto de partida.

8- Serendipia: es la facultad de encontrar una cosa mientras se busca otra. Desarrollar una actitud indagatoria para aprovechar los hallazgos brindados por el azar; aunque no responda a lo que nosotros buscamos. Esta facultad se encuentra altamente desarrollada entre los descubridores e inventores.

9- Actitud de Investigar: además de tener la habilidad para investigar es esencial la predisposición a hacerlo, poseer la curiosidad que nos lleva a querer saber y entender; es un reto a su capacidad profesional.

10- Superación: debe regir la vida profesional. La educación no acaba con la obtención del título tan codiciado, pues la tecnología avanza a pasos agigantados.

11- Perseverancia: el éxito siempre está acompañado de esta predisposición, "somos resultado de la perseverancia". El punto principal es tener VOLUNTAD y capacidad de HACER, jamás dejar las cosas para último momento y volver a intentar siempre lo que salió mal, aprender del error y no olvidar la meta que se tiene.

12. Positivismo: no dejarse vencer por los inconvenientes que se presenten. Tener claras las metas y anclar en la motivación. Sacar del foco el "no puedo", "no sirvo", "no me sale"

ACTITUDES

13- Comunicación: indispensable en un mundo moderno en el que la información está confirmando como el activo más importante. Esta comunicación debe poder realizarse de varias formas: escrita, habilidosos en la generación de informes técnicos; en forma oral, aprendiendo retórica, una de las tres disciplinas que conformaron el currículo de las primeras universidades en la Edad Media. Saber convencer a los demás mediante la palabra es muy importante; la defensa de un proyecto hecha por una persona convencida y con capacidad de convencimiento, es mucho más sencilla que llevada a cabo por una persona sin dotes de comunicador; gráfica, ágil en el uso de ayudas audiovisuales, computador; multimedia, etcétera. Se ha repetido múltiples

APTITUDES

veces que una imagen vale por mil palabras; pues bien, la calidad y complejidad de los documentos que pueden obtenerse por los medios modernos de expresión es tal, que el anterior dicho podría reformarse diciendo que una presentación en multimedia es equivalente a millones de palabras.

Ejercicios: no utilizar siempre las mismas palabras, intentar ampliar el vocabulario, esforzarse por hacer narraciones coherentes, practicar escribir un concepto, transcribir ejercicios o resultados en gráficos, interpretar gráficos. No acostumbrarse a la forma de escritura del chat o el celular, no depender de la computadora para tener ortografía.

14- Concentración: es el proceso por el que se inhibe las tomas de información irrelevante y se focaliza en las tomas de información hacia lo relevante. (Adaptado de Pineda y Lopera, 1997). Favorece la internalización de conceptos, se logra profundizar sobre una idea, ayuda a alcanzar la abstracción entre otras cosas.

La concentración se puede ejercitar: Intentar focalizar la observación atendiendo a todas las cosas que los rodean, por ejemplo en el camino del colegio a sus casas,

intentar recordar qué cosas forman parte del paisaje. Aprender a relacionar nombres con teléfonos o recordar direcciones de correo. Utilizar juegos también puede ayudar como: sopa de letra, juegos de memoria (auditiva o visual).

Básicamente empezar a PRESTAR ATENCIÓN a todo, será una manera de ejercitar la CONCENTRACIÓN.

Factores que deben evitar porque desfavorecen la concentración: ruidos, falta de horarios, excesiva dificultad del contenido e intentar resolverlo solo, excesiva facilidad sin lograr relacionar contenidos, monotonía, problemas personales, ansiedad, falta de interés, tareas acumuladas, cansancio físico o mental, poca voluntad, leer por leer, seguir leyendo cuando no se entiende, leer sin comprender o aplicar el contenido, permanecer sentado leyendo durante períodos demasiados extensos (más de 60 minutos.)



15- Abstracción: Es un proceso mental que se aplica al seleccionar algunas características y propiedades de un conjunto de cosas del mundo real, excluyendo otras no pertinentes. En otras palabras, es una representación mental de la realidad. Es fundamental para asimilar nuevos conceptos sobre todos los intangibles.

La abstracción se puede desarrollar: muchos juegos de mesa, incluso en la computadora nos permiten desarrollar la capacidad de abstraer solo hay que tomarse el tiempo y jugar un rato todos los días. A modo de ejemplo se citan algunos juegos: ajedrez, Go, Oca, Neutron, scrabble, cinco en raya, chaturanga, damas.

16- Investigación: lo investigado debe transformarse en un conocimiento y poder aplicarse a la solución de un problema de la vida diaria.

17- Superación: además de la predisposición a superarse (actitud) debe hacerse con una lógica aplicable al medio en el que nos desenvolvemos, logrando que el nuevo conocimiento adquirido tenga un beneficio

CAPACIDADES

18- Trabajo en grupo: la fortaleza o capacidad del trabajo en equipo radica en el poder superlativo que genera la sumatoria de conocimientos que es mayor que las sumas individuales (principio de sinergia).

19- Diseño conceptual: opuesto al diseño detallado. Se busca que la persona se dedique más a las especificaciones de un producto que a los detalles mínimos del mismo.

práctico y real.

20 Ámbito de Estudio: espacio destinado para el estudio, cuidar este espacio en el sentido de disponer de un lugar tranquilo cómodo iluminado ayuda a la hora de sentarse a estudiar, es importante destacar que no es la condición básica para que se desarrolle el aprendizaje. Salvando el punto aclaratorio se sugiere: elegir un lugar confortable donde se disponga de todos los artículos necesarios, mejor si es lejos de ruidos, música, TV. Con buena luz y aireado, con una adecuada temperatura.

21 Manejo del tiempo: lograr una planificación adecuada del tiempo que contemple horas de estudio, cursos o asignaturas, alimentación, esparcimiento y descanso favorecen al estudiante. Para una correcta planificación se debe estudiar diariamente haya o no evaluaciones. En época de examen diagramar el tiempo de estudio en días, horas y contenidos, dejando 3 días para el repaso final. Los módulos de estudio deben ser de 45 a 60 minutos alternando lectura con ejercicios y aplicando estrategias de estudio.

22 Hábito de Estudio: diferenciar entre el uso de una técnica y el desarrollo de una estrategia es un buen comienzo. Tener la constancia de estudiar diariamente, tomar apuntes en clases, conformar un buen grupo de estudio y respetar la planificación construida favorecen y maximizan tiempos y resultados a la hora de estudiar. No estar pendiente del teléfono, chat o celular durante ese tiempo.

23 Alimentación: una adecuada y balanceada alimentación es fundamental, no olvidemos que nuestro cuerpo es el sostén del proceso de aprendizaje. Un cuerpo descuidado no acompaña el proceso de estudio.

Es recomendable controles médicos periódicos, así como eliminar el uso de complejos vitamínicos sin una correcta prescripción médica, como también medicamentos o mezclas de sustancias perjudiciales para la salud.

24 Grupo de pares: el trabajo con compañeros favorece en varios aspectos el proceso de aprendizaje: acompañan, ayudan a generar límites, permiten saber si lo que decimos está bien, nos dan la posibilidad de ensayar exposiciones y nos resultan de gran ayuda cuando no comprendemos un contenido. Lo importante es saber elegir al compañero y conformar grupos de estudio de no más de tres personas.

25 Esparcimiento: es importante para el estudiante mantener una vida equilibrada también a la hora de la diversión. La planificación debe contar con tiempo dedicado a amigos, novias/os, salidas. Se debe tener en cuenta que lo malo es siempre la falta de equilibrio.

En otra edición del Periódico En la Cima veremos cómo llevar esto a la práctica desde el área de la Orientación Vocacional y muy de cerca con Recursos Humanos y lo que requieren los contratantes, ahora y en el futuro.

Referencia

Gabinete Psicopedagógico SAE/ Dpto. de Desarrollo Académico. Académica Profesional Responsable: Licda. Viviana Pasquale.