

## **Impacto de Programas de Entrenamiento en Desarrollo Personal como estrategia de intervención para el logro del éxito académico y profesional de los alumnos de la generación 2013 - 2015 de la carrera de Tecnologías de la Información y Comunicación**

MES. Cristina Barba Martínez<sup>1</sup>, MPSc. Susana Ivonne Bueno Carlos<sup>1</sup>, Dra. Raquel Alejandra Castro Cuesta<sup>1</sup>, LES. Manuel

Antonio Hernández Carmona<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Universidad Tecnológica de Chihuahua

### **Resumen**

En la búsqueda de estrategias para fortalecer la formación integral (personal, social, académica) de los estudiantes de la Universidad Tecnológica de Chihuahua (UTCh), se constituye un grupo de 23 alumnos para participar en el Programa de Entrenamiento en Desarrollo Personal (PEDP). Consiste en prepararlos a través de un curso-taller que incluye temáticas de crecimiento humano, la práctica de herramientas para generar hábitos positivos y la elaboración de un proyecto de vida y carrera. Posteriormente se brinda seguimiento para fortalecer lo aprendido en los estudiantes y conocer los resultados académicos y decisiones trascendentales durante su trayectoria en la institución. A pesar de ciertas dificultades, diversos datos demuestran la efectividad del programa y de sus características particulares.

Palabras clave: Desarrollo personal, Formación integral, Plan de vida

### **Introducción**

La Universidad Tecnológica de Chihuahua (UTCh), como toda institución de educación superior, se enfrenta a diversos problemas con sus estudiantes: deserción, falta de interés en los estudios, deficientes habilidades académicas y sociales, bajo consumo cultural, entre otros. Además, la gran parte de los docentes no se encuentra preparados para resolver los retos de las generaciones jóvenes que inician su formación profesional.

Las materias formativas, la tutoría y el modelo centrado en el aprendizaje bajo el enfoque basado en competencias, son acciones que la universidad implementa para atender dichos retos. Otras estrategias extracurriculares han apoyado la formación integral de los estudiantes. No se puede asegurar si ellas han tenido algún efecto en las situaciones antes mencionadas.

En este documento se describe la experiencia que se diseña, se implementa y registra como

parte del Programa de Entrenamiento en Desarrollo Personal; estrategia que busca implementar elementos novedosos con respecto a las actividades de apoyo a la formación integral realizadas en la UTCh. El programa consta de tres etapas: sensibilización, intervención y seguimiento con una duración de cinco cuatrimestres, periodo que cursan los estudiantes de una generación de Técnico Superior Universitario en las instalaciones de la institución para el turno matutino.

En las siguientes páginas se describe el programa. Primero se explica el contexto de aplicación (universidad, programa educativo de los involucrados, forma de trabajo) y los antecedentes que dan origen al proyecto. Posterior se presentan sus características particulares, metodología, dificultades y resultados. En la parte final del documento se mencionan las conclusiones de esta experiencia y los retos a seguir.

## Desarrollo

### Contexto

Las universidades tecnológicas (UT) son organismos públicos descentralizados de los gobiernos de los estados e integrados a la Coordinación General de Universidades Tecnológicas (CGUT) y Politécnicas, dependientes de la Subsecretaría de Educación Superior de la Secretaría de Educación Pública (SEP). Las UT constituyen un subsistema de educación superior de reciente creación en el país, ya que es en 1991 cuando se fundan las tres primeras universidades tecnológicas en Nezahualcóyotl, Estado de México; Tula-Tepeji, Hidalgo y Aguascalientes, Aguascalientes (CGUT, 2006a).

De acuerdo con Mir, González y Castillo (2005:23) “La finalidad de las UT es formar en un programa más corto (dos o tres años, dependiendo del plan cursado) individuos que sean productivos en el desempeño profesional que realicen, ya sea como

empleados en empresas establecidas, ofreciendo sus servicios de manera independiente o bien, creando su propia empresa”.

La CGUT (2006a:27) menciona que “Saber, hacer, ser e innovar son los cuatro ejes fundamentales que orientan el modelo educativo que las sustenta y la fórmula 30% de teoría y 70% de práctica es el hilo conductor de sus planes de estudio. Éstos incluyen un 80% de asignaturas comunes a todos los programas educativos del Subsistema y un 20% de materias relacionadas con los requerimientos específicos de la región. El total de asignaturas en la modalidad escolarizada se desarrolla durante más de 3,000 horas, distribuidas en siete horas diarias, cinco días a la semana, 15 semanas por cuatrimestre, tres cuatrimestres por año, es decir, dos años”

Desde el primero y hasta el quinto cuatrimestre, los alumnos combinan los

estudios en el aula, el taller y los laboratorios con actividades relacionadas con el sector empresarial, como visitas a empresas o conferencias impartidas por profesionistas. Su carrera culmina cuando en el sexto cuatrimestre realizan estadías profesionales en una empresa relacionada con el ámbito de estudio de su programa educativo. El modelo educativo propone una formación tecnológica con visión humanista; mira a los alumnos como seres integrales, cuyas vocaciones, aptitudes, conocimientos y destrezas deben ser incitados armónicamente para que puedan florecer a plenitud (Romero, 2009).

No solo su modelo educativo distingue a las UT, sino también los orígenes socioeconómicos de sus estudiantes. Según datos de la CGUT (2006b), alrededor de 90% de los egresados representan la primera generación de su familia con acceso a la educación superior.

Actualmente el subsistema cuenta con 104 universidades y 21 unidades académicas en 31 estados de la república.

En el transcurso de 22 años, el subsistema ha logrado la formación de 246 mil técnicos superiores universitarios y 42 mil 800

ingenieros. Para este año se cuenta con una matrícula de 170 mil estudiantes y una eficiencia terminal promedio de 63%, así como una tasa de colocación a los seis meses de egreso del 80% (Reunión de Rectores, Chihuahua, 2013).

La Universidad Tecnológica de Chihuahua se crea a partir del decreto publicado en el *Diario Oficial del Gobierno del Estado de Chihuahua* el día 27 de mayo del 2000. Ofrece el nivel de técnico superior universitario en dos planes de estudio: uno intensivo con duración de dos años, dirigido principalmente a recién egresados de nivel medio superior (actualmente se ofrece solo en el turno matutino) y un plan flexible con duración de tres años dirigido preferentemente a personas que trabajan, al cual se le conoce como despresurizado. A partir de septiembre del 2009 se amplía la oferta educativa con la apertura de la continuidad a nivel licenciatura (nivel 5A) (ver figura 1). Ese mismo año, con la finalidad de cumplir con la pertinencia de sus programas educativos y el compromiso integral de sus estudiantes, adopta un modelo educativo basado en competencias profesionales.

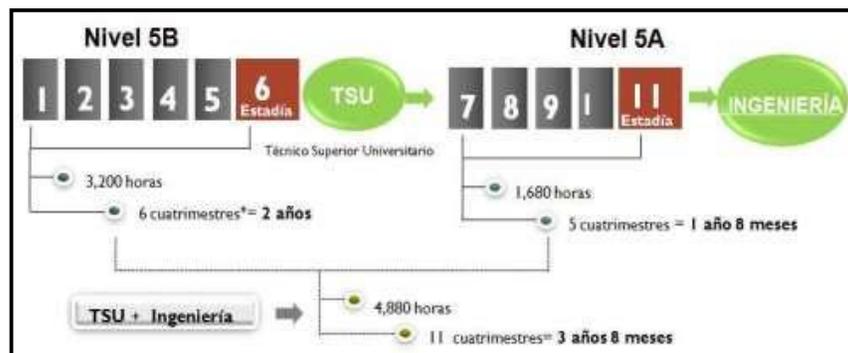


Figura 1. Niveles educativos según CINE en la UTCh

En la actualidad se ofertan seis carreras: Desarrollo de Negocios área mercadotecnia; Mantenimiento área industrial; Mecatrónica área automatización; Energías Renovables; Procesos Industriales áreas manufactura, cerámicos y plásticos; Tecnologías de la Información y Comunicación áreas sistemas informáticos, redes y telecomunicaciones y multimedia y comercio electrónico, y sus respectivos programas de nivel ingeniería con una matrícula total a mayo del 2013 de 3 mil 770 alumnos.

Los alumnos no eligen sus materias opcionalmente, sino que el diseño curricular marca que en cada cuatrimestre se curse un paquete de asignaturas establecidas y no pueden ingresar al siguiente hasta no acreditarlas todas. Los grupos, generalmente, tienen los mismos integrantes desde que ingresan hasta que egresan de la universidad.

El programa educativo en Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) se genera como una respuesta a la demanda del sector productivo a nivel nacional. Este requiere de profesionistas capaces de aplicar la tecnología informática como herramienta de apoyo en la toma de decisiones, manejar diferentes ambientes de procesamiento de datos y sus equipos operativos para el desarrollo de sus aplicaciones, implementar mejoras de hardware y software de acuerdo con las actividades que desempeñan en las organizaciones. Así como diseñar, habilitar, manejar y administrar redes informáticas. Con base en el estudio de factibilidad elaborado por instancias educativas y gubernamentales, se dan los resultados

propicios para la oferta del programa educativo en la localidad el cual tiene operando 15 años. Los estudiantes cursan 16 materias de tronco común y después de ello eligen una especialidad: (1) Sistemas Informáticos, (2) Redes y Telecomunicaciones o (3) Multimedia y Comercio Electrónico.

### **Antecedentes**

La visión humanista, que es uno de los factores que caracterizan al modelo educativo de las UT, tiene la finalidad de formar al estudiante para que llegue a ser un profesionista integral, capaz de resolver problemas en el aspecto técnico operativo y a través de relaciones interpersonales asertivas, sanas y con compromiso ético y social.

Para incidir en este aspecto, la tutoría grupal e individual es un recurso primordial donde un profesor de tiempo completo apoya durante la trayectoria de los estudiantes, tanto individual como grupalmente en los aspectos personal, académico y laboral. Además, el currículo de los programas educativos de las UT incluye materias transversales denominadas formación sociocultural. A través de los cuatro cuatrimestres en que se imparten, se pretende que los alumnos formen competencias reflexivas y de trabajo de equipo a través de diversas temáticas: globalización, desarrollo sustentable, crecimiento humano, proyecto de vida y carrera, trabajo de equipo, liderazgo, manejo de conflictos, toma de decisiones, creatividad y ética.

Estas asignaturas están programadas para trabajarse en clase 2 ó 3 horas a la semana. Los profesores y profesoras, que imparten dichas materias, comentan que en la mayoría de las ocasiones el tiempo asignado únicamente alcanza para generar un conocimiento teórico en el alumno. En el mejor de los casos se logran reflexiones acerca de la temática o se llega a dotarlo de herramientas para que pueda ponerlas en práctica en otros contextos. Sin embargo, es difícil que la materia resulte en la formación de desempeños integrales (articulando saber, saber hacer y saber ser) para resolver problemas que se les pueden presentar en un futuro a los estudiantes en el ámbito laboral, social y/o personal.

Por esta razón, desde el año 2003 y con el objetivo de fortalecer la tutoría, se han propuesto e implementado varias estrategias que apoyen la formación del “saber ser” en los estudiantes a través de programas,

talleres, cursos, semanas culturales y deportivas, campañas altruistas, conferencias motivacionales, comités de estudiantes, grupos ecologistas, entre otros. De estas actividades no se cuenta con datos confiables acerca de su efectividad, ya que no se les ha evaluado sistemáticamente o no se realiza un seguimiento de su impacto en las problemáticas y retos del alumnado. Cabe mencionar que ningún programa o actividad, de los mencionados anteriormente, ha permanecido durante varios cuatrimestres, probablemente debido a:

La constante rotación de alumnos (pues solo permanecen dos años los estudiantes del turno matutino).

Los cambios en las estructuras, procesos y autoridades de departamentos y direcciones.

Escaso involucramiento en actividades extracurriculares en los alumnos de los turnos vespertino y despresurizado.

## **El Programa de Entrenamiento en Desarrollo Personal**

El Programa de Entrenamiento en Desarrollo Personal (PEDP), de manera general, busca el mismo propósito de contribuir al crecimiento personal de los discentes para que aprendan conductas y mantengan actitudes que les permitan insertarse con éxito en su vida laboral. Sin embargo, no pretende ser la panacea que resuelva el déficit de habilidades intra e interpersonales que presenta la mayor parte del alumnado, ni se propone como una estrategia de mejor nivel en comparación a ningún programa o

actividad realizada con anterioridad en la UTCh.

Lo que se espera es demostrar si un programa en condiciones diferentes a las ya probadas y con un seguimiento sistemático tiene efectos positivos y cuáles de éstos se pueden tomar en cuenta en la toma de decisiones para buscar mejorar la calidad de los servicios y eventos extracurriculares que se ofrecen a los estudiantes.

El programa persigue objetivos muy claros: conocer la efectividad de las estrategias de intervención con enfoque humanista en el éxito o fracaso escolar y social; fortalecer la autoestima del alumno y por lo tanto incrementar la asertividad en sus relaciones interpersonales y en su toma de decisiones; incrementar las posibilidades de influenciar positivamente en la vida personal del alumno de primer cuatrimestre al modificar la metodología que se utiliza para impartir la segunda unidad de la materia Formación sociocultural I y generar y fortalecer la unión entre compañeros del grupo que recibe el programa para observar su impacto a lo largo de su trayectoria educativa.

El PEDP se diseña e implementa con elementos clave de los cuales no se tiene registro en ningún otro proyecto de intervención de enfoque humanista en la universidad:

Sensibilización previa de las autoridades y del alumnado.

Libertad de decisión del alumno para integrarse al grupo.

Impartición de curso-taller en entrenamiento de uso de herramientas concretas para lograr equilibrio en todos los aspectos de su vida y en la elaboración de proyecto de vida y carrera a través de la técnica de grupo maratón en un contexto alejado de la rutina, la universidad y la familia.

Didáctica apoyada siempre en el aprendizaje significativo con variedad en los estilos de aprendizaje.

Libertad de expresión de ideas y sentimientos durante el curso-taller y sesiones de seguimiento.

Claridad y compromiso con las reglas a seguir durante todo el programa.

Seguimiento del grupo a través de varias estrategias, muchas de ellas llevadas a cabo por los mismos alumnos del grupo.

Documentación de experiencias y resultados del grupo.

La idea surge a partir de una charla informal con la autoridad máxima de la Secretaría Académica de la UTCh en el año 2011. La premisa a tratar, en ese momento, es que los alumnos que cursan en el primer cuatrimestre la asignatura de Formación sociocultural I y que realizan en la segunda unidad su plan de vida y carrera le dedican poco tiempo y atención. Por esta razón se conjetura que tiene escaso impacto real.

La propuesta es trabajar este proyecto de vida y carrera a través de un programa que no tenga precedente en la institución y que se maneje más que un simple curso de motivación, preparándose y documentándose desde el inicio hasta su cierre. Se plantea empezar con un grupo de estudiantes del primer cuatrimestre de la carrera de Técnico Superior Universitario en Tecnologías de la Información y Comunicación por ser la de mayor cercanía con la coordinadora del proyecto.

## Metodología del programa

### **Etapa 1. Sensibilización: invitación e identificación del grupo de intervención.**

En esta etapa se elabora un plan de acción, el cual se muestra a las autoridades involucradas (dirección académica, dirección de la carrera de TIC) y a los tutores de los grupos de primer cuatrimestre. Una vez mostrado y autorizado se diseña la estrategia para elegir a los participantes (alumnos) del programa.

Para formar a un grupo de 25 personas se realiza la invitación abierta en cada uno de los salones de clases que ocupan los cuatro grupos de primero. Esto, por parte de la coordinadora del programa y el tutor del grupo que corresponde.

Los requisitos para ser parte del grupo son: pertenecer a la generación 2013-2015 del turno matutino de la carrera de TSU en TIC; asistir los días y horas programadas (sin excepción); estar dispuestos a recibir el programa y a colaborar siempre que se le solicite con entrevistas, llenado de cuestionarios, sesiones grupales de seguimiento, etcétera.

A los alumnos seleccionados se les explica la metodología y los beneficios del curso en que participarán. A partir de ahí se extiende un plazo para que los interesados se inscriban. Al cerrar la fecha de inscripción la coordinadora muestra la lista de sus estudiantes a cada tutor y ellos con base en sus entrevistas y observaciones eligen a aquellos que presentan condiciones de alta vulnerabilidad emocional, familiar, social,

etcétera. Luego se publica la lista de los aceptados al programa, se les realiza una entrevista y se les solicita llenar una ficha de diagnóstico así como firmar una carta compromiso (aceptación de reglas, disposición y confidencialidad). Más adelante se les proporcionan instrucciones sobre lo que sucederá en las siguientes etapas.

Un elemento clave de este programa es la libertad de decisión. Es decir, todo alumno(a) que desea participar deberá decidirlo por él (ella) mismo(a) y sin ninguna presión o imposición. De ahí la importancia de proporcionar información clara, atractiva y veraz sobre la experiencia a la que se le invita.

### **Etapa 2. Intervención: curso-taller de entrenamiento en desarrollo personal.**

Previo gestión de los recursos necesarios entre la Secretaría Académica, Rectoría y las áreas administrativas de apoyo, se realiza un curso-taller con la técnica de grupo maratón. Consiste en un proceso de grupo que se mantiene por varias horas hasta 4 días para intensificar y acelerar la autoexposición emocional, desarrollar deliberadamente la presión y apoyo del grupo durante largo tiempo (González, et. al., 1999). En este caso tiene una duración de 20 horas efectivas de trabajo distribuidas en tres días de un fin de semana.

El número definitivo de participantes es de 23, ya que dos alumnas presentan un

contratiempo de último momento que no les permite asistir.

El lugar elegido para realizar el grupo maratón es un complejo de cabañas y espacios abiertos situado a 27 Kilómetros de la ciudad de Chihuahua. Las ventajas de elegir este lugar, en particular en esa época del año son: hospedaje con comodidades de un hotel tres estrellas, con exclusividad para el grupo de alumnos y las personas de apoyo, salón equipado con mobiliario adecuado para impartir el curso (espacio cerrado), áreas abiertas rodeados de naturaleza para aplicar dinámicas y momentos de esparcimiento, ofrecimiento de alimentos dentro de las mismas instalaciones.

La etapa de sensibilización tiene sus frutos en particular en el compromiso con la participación en las actividades y las reglas a seguir. Los alumnos ejecutan todo el tiempo las instrucciones y se apoyan unos a otros en cualquier necesidad que se presenta durante el curso. No se presenta ningún problema de conducta, faltas de respeto, malos tratos o discusiones. Incluso son acomodados y ordenados, lo que sorprende al personal del lugar. Las consecuencias son una convivencia armónica y aprovechamiento del tiempo, así como un ambiente relajado, de energía e interés.

El curso-taller se diseña e imparte por la coordinadora del programa. Los recursos necesarios se proporcionan por la UTCh. Para poder llevar un control de todas las actividades y sus requerimientos, así como el manejo del tiempo, se invita a un par de alumnos de la misma carrera pero de la generación anterior (2012-2014) para que funjan como equipo de apoyo (auxiliares en el control del tiempo, enlace con personal de cocina, observadores del orden, organización del material, resguardo de teléfonos celulares, entre otros). Ellos no solamente realizan sus labores tal como se les instruye, sino que forman parte del grupo como “generadores de energía”.

La metodología del curso-taller, de manera general, es una combinación de actividades de enseñanza-aprendizaje de informaciones de alto impacto e interés personal, sensibilización, técnicas grupales de reflexión, compromiso y activación física. Es más que nada un diseño ecléctico de teorías psicológicas y de la personalidad, técnicas didácticas modernas y estrategias de manejo de grupo con las cuales se ha tenido entrenamiento y acercamiento por parte de la instructora (y coordinadora del programa). Las cuales se mencionan en la siguiente tabla.

Horas de trabajo efectivo	20
Temas	Emociones. CI, CE y principios básicos. Estructuras cerebrales, mecanismo de adicción a las emociones.

	<p>Relación de las emociones con el cuerpo y medio ambiente. Ciclo de la experiencia y bloqueos.</p> <p>Personalidad. Necesidades, formación del sí mismo verdadero vs. el sí mismo falso.</p> <p>Mecanismos de defensa, conductas evasivas y codependencias.</p> <p>Proyecto de vida, proyecto de carrera.</p> <p>Herramientas para la autorregulación y compromisos.</p>
Teorías psicológicas en las que se basa y sus autores	<p><i>Gestalt</i> (Wertheimer, Köler y Koffka, 1910)</p> <p><i>Inteligencia emocional</i> (Salovey y Mayer, 1990), (Goleman, 1995)</p> <p><i>Psicopedagogía de las emociones</i> (Bisquerra, 2009)</p> <p><i>Programación neurolingüística</i> (Bandler y Grinder)</p> <p><i>Neurociencia</i></p> <p><i>Logoterapia</i> (Frankl, 1980)</p> <p><i>Psiconeuroinmunología</i> (Ader, 1981)</p>
Estrategias prácticas en las que se basa y sus autores	<p><i>Terapia Gestalt</i> (Perls, 1942)</p> <p><i>Programación neurolingüística</i> (Bandler y Grinder)</p> <p><i>Aprendizaje acelerado</i> (Kasuga, 2004)</p> <p><i>Gimnasia cerebral</i> (Ibarra, 2008)</p> <p><i>Ley de la atracción</i></p> <p><i>Psicodrama</i> (Moreno, 1959)</p> <p><i>Focusing</i> (Gendlin, 1960)</p>
Didáctica utilizada	<p>Establecimiento de la relación instructor-participante basada en la aceptación positiva incondicional</p> <p>Presentación del tema a través de recursos multimedia</p> <p>Expresión libre de ideas y sentimientos</p> <p>Corrección del lenguaje verbal y no verbal</p> <p>Ejercicios de respiración y meditación</p> <p>Visualización</p> <p>Activación física</p>

	Dinámicas grupales Lectura comentada Análisis de videos Análisis de reflexiones escritas Afirmaciones Música (en especial barroca)
--	---

Tabla 1. Descripción del curso-taller para el PEDP

### Etapa 3. Seguimiento y evaluación

No basta con la experiencia vivida durante tres días. Los aprendizajes logrados a nivel cognitivo y afectivo se deben poner en práctica en la vida real. Practicar las herramientas que los mismos estudiantes eligen durante el curso-taller, requiere la generación de hábitos.

Todo conocimiento que no se practica se olvida. Toda reflexión que sirve de base para un cambio de actitud debe ser constantemente recordada y asociada a los estímulos que inicialmente la generaron. Para esto el alumno debe utilizar técnicas de repaso y metacognición, que es la estrategia que busca mejorar la actuación al emplear la reflexión continua en las diferentes actividades (Tobón, 2010).

Aunque en el curso-taller, el participante es entrenado para realizar este proceso de rectificación y mejora continua a través de los ejercicios y compromisos realizados, no es suficiente, ya que muchos de ellos no están acostumbrados a fortalecer su voluntad y constancia. Se requiere, entonces, de un acompañamiento por parte de los compañeros del grupo y, por supuesto, de la

instructora o facilitadora. Esta fase se denomina seguimiento y tiene una duración de 17 meses y se realiza a través de las siguientes estrategias:

Apoyo del grupo de contención. Esta actividad no es precisamente planeada, sino que se da de manera informal a través de las pláticas y muestras de afecto que los participantes tienen dentro y fuera de las instalaciones universitarias después de realizado el curso-taller. Algunos tienen más afinidad con ciertos miembros y constantemente se localizan para poder compartir desde situaciones cotidianas hasta las personales.

Una herramienta básica que ha ayudado en este aspecto es la creación de un grupo exclusivo para los alumnos del proyecto en la red social Facebook, el cual se crea un día después del curso y es administrado por uno de los participantes. En el que se inscriben el 100% de los alumnos, así como los dos estudiantes de apoyo (ahora egresados) y la coordinadora del proyecto. A pesar de las distancias o tiempo, esta aplicación informática ayuda a mantener la comunicación y sobre todo a exponer

situaciones de importancia personal de cada uno de los miembros.

Las indicaciones para brindar este tipo de respaldo son: evitar aconsejar, no dar acuerdo a las situaciones donde un participante se justifica o queja; simplemente escuchar y alentar. Lo anterior tiene la finalidad de tomar la propia responsabilidad de las consecuencias de las acciones, analizar las situaciones objetivamente y mantenerse motivado.

Aceptación positiva incondicional por parte de la coordinadora del programa. La instructora o facilitadora del curso-taller, es responsable de mantenerse informada acerca de los avances, dificultades y principales cambios que se presentan en la vida de cada uno de los participantes. Esto lo hace a través de observación directa, pláticas informales y entrevistas. Aunque no se trata de ofrecer una terapia psicológica formal, el conocimiento de aspectos de la vida académica, laboral (en algunos casos) social, familiar y personal busca dos propósitos: el primero se relaciona con el punto anterior, donde se ofrece al alumno un apoyo o contención para que por él (ella) mismo(a) salga delante ante situaciones adversas o se mantenga motivado(a) a seguir obteniendo resultados positivos derivados de la puesta en práctica de las herramientas aprendidas en el curso-taller. El segundo es para identificar un problema o inquietud que requiera atención más puntual, tal como una terapia de emergencia, tratamiento médico o apoyo económico para cubrir una situación de urgencia a aquellos que viven en situación de bajos recursos.

Se aclara que el método utilizado de ninguna manera incluye solaparlos y/o sobreprotegerlos. En el momento en que ellos se acercan a solicitar su ayuda se les escucha atentamente y se les orienta a que por ellos mismos encuentren solución a sus situaciones a través de la toma de decisiones y responsabilidad de sus actos.

La figura del facilitador en este tipo de programas es de gran importancia, ya que no solamente posee los conocimientos u ofrece las técnicas del programa de entrenamiento, sino que se convierte en líder en el que los alumnos del grupo confían. La imagen de esta persona debe ser de autoridad, de fortaleza, pero a la vez debe tener un trato cálido, cordial y de disponibilidad. Es un referente de todo lo aprendido durante el programa, por lo que siempre debe ser un ejemplo.

Sesiones de seguimiento. Desde la etapa de sensibilización se les informa a los estudiantes sobre las sesiones grupales de seguimiento. La propuesta inicial es llevar a cabo por lo menos dos sesiones cada cuatrimestre hasta que la generación termine su formación de técnico superior universitario (agosto del 2015). Sin embargo, los tiempos intensivos que marca la institución y los compromisos personales y académicos de los mismos alumnos no permiten que se realicen con tanta frecuencia. Cinco de los 23 son estudiantes foráneos y generalmente no se encuentran en la ciudad los fines de semana. Así como los cinco alumnos inscritos en el Programa de Movilidad a Francia se ocupan constantemente entre semana en las clases de francés.

De manera general, las actividades que se realizan en estas sesiones son:

Expresión de situaciones vividas desde la última sesión. El grupo y la facilitadora, tratan de reorientar a cada uno hacia sus objetivos propuestos en el curso, se corrige el lenguaje y se guía a que la persona tome responsabilidad de sus propias acciones.

Revisión del cumplimiento de las herramientas para lograr el equilibrio y de las metas del plan de vida y carrera. Generalmente se realiza por pares.

Exposición y análisis de un tema de interés derivado de los tratados en el curso-taller. Los alumnos responsables de la sesión son quienes preparan una presentación y dinámicas acerca de dicho tema.

Comida. Ya que las sesiones generalmente son entre semana durante la tarde, los alumnos no tienen oportunidad de llegar a sus casas a alimentarse y volver por la falta de tiempo, las condiciones climáticas e incluso económicas. La gestión de recursos para realizar esta comida está a cargo de uno o dos miembros del grupo quienes preparan la actividad con semanas de anticipación. En algunas de las sesiones esta parte se aprovecha para celebrar los cumpleaños de los participantes.

Nombramiento de los alumnos responsables de la siguiente sesión y acuerdos generales.

La organización, gestión de recursos y temática de reflexión para estas sesiones corre por cuenta de los mismos alumnos apoyados por la coordinadora (excepto la primera sesión donde aún no se acuerda la metodología). A pesar de que es difícil que

coincidan todos los alumnos en un espacio extraclase como éste, siempre se cuenta con la asistencia de la mayoría del grupo. En total se realizan siete sesiones entre diciembre del 2013 y abril del 2015. Se describen a continuación:

Sesión de seguimiento n. 1

Número de participantes: 17 (74%)

Fecha: jueves 15 de diciembre del 2013

Lugar: Sala de Usos Múltiples del Edificio “D”.

Tema: mecanismos de defensa, herramientas para lograr el equilibrio y revisión del plan de vida.

Sesión de seguimiento n. 2

Número de participantes: 14 (61%)

Fecha: sábado 28 de enero del 2014

Lugar: aula K21

Tema: duelos, revisión de cumplimiento de herramientas y revisión del plan de vida.

Sesión de seguimiento n. 3

Número de participantes: 17 (74%)

Fecha: jueves 29 de marzo del 2014

Lugar: Audiovisual del Edificio K, aula K26

Tema: las relaciones de pareja.

Sesión de seguimiento n. 4

Número de participantes: 15 (71%)\*

Fecha: jueves 21 de junio del 2014

Lugar: audiovisual del edificio K, aula K26

Tema: las relaciones familiares, revisión de cumplimiento de herramientas y revisión del plan de vida.

Sesión de seguimiento n. 5

Número de participantes: 18 (86%)\*

Fecha: jueves 20 septiembre del 2014

Lugar: Sala de Usos Múltiples del Edificio “D”.

Tema: autoestima, revisión de cumplimiento de herramientas y revisión del plan de vida.

Sesión de seguimiento n. 6

Número de participantes: 13(62%)\*

Fecha: jueves 29 de noviembre del 2014

Lugar: Sala de Usos Múltiples del Edificio “D”.

Tema: el estrés y revisión del plan de vida.

Sesión de seguimiento y cierre n. 7

Número de participantes: 13(62%)\*

Fecha: miércoles 3 de abril del 2015

Lugar: domicilio de uno de los integrantes

Tema: revisión de herramientas, de logros y del plan de vida y carrera.

\*Para esta sesión, el grupo se ha reducido a 21 alumnos, ya que dos tramitaron su baja definitiva.

Aplicación de encuestas y recopilación de datos académicos. Para conocer la trascendencia de este programa es importante determinar indicadores que muestren sus principales efectos. Estos se describen en la sección de resultados.

Se elaboran y aplican tres encuestas una a la semana siguiente del curso-taller en la sesión de seguimiento del 29 de marzo y la última al cierre en la sesión del 3 de abril. Se solicitan, también, constantemente datos a los mismos alumnos acerca de su aprovechamiento académico y los programas en que se involucran. Cabe aclarar que en ningún momento se les presiona por parte del grupo o de la coordinadora del programa para que se inicien en actividades extracurriculares o en la toma de decisiones personales, académicas y/o laborales.

### Principales dificultades

A pesar de que el programa en un inicio recibe el apoyo necesario por parte de las autoridades de la Secretaría Académica y todos los recursos son aportados durante la primera y segunda etapa, durante el lapso de seguimiento se presentan serios contratiempos para gestionar tanto el refrigerio como el lugar donde se pretende

realizar las sesiones. Debido a esto los alumnos manifiestan no esperar que la institución cubra los gastos de las comidas que se realizan y buscan organizarse para reunir el dinero suficiente para este rubro, así como el material necesario. A pesar de que la gran mayoría de ellos tienen una situación económica adversa, no se tuvo problema en

la gestión de los mencionados recursos, gracias a que los mismos estudiantes aportan una cantidad extra a la solicitada, en efectivo o especie para compensar a los que no pueden cubrir el monto.

En cuanto a la gestión del lugar, en muchas ocasiones se niega el acceso al salón principal o se solicita al grupo abandone el espacio donde se encuentra trabajando para dar paso a alguna actividad de empresas con las que tiene convenio la universidad.

El escaso involucramiento de personal de la institución, desde el inicio del proyecto, es causa de que muy pocos profesores y autoridades conozcan acerca de él y por lo tanto no llegan a comprometerse ni a brindar apoyo.

El cambio de autoridades y el respaldo que se comienza a otorgar, a partir del año 2014, a un taller con temáticas similares, pero contratado por una compañía externa y que se ofrece a personal, docentes y alumnos son

factores clave para que la institución deje de centrar su atención en el PEDP.

Otras situaciones que se presentan, pero que de alguna manera se esperan porque forman parte de la dinámica universitaria son: la deserción de alumnos (que en este caso fueron dos a causa de motivos económico-laborales), los programas educativos bastante cargados de actividades y proyectos tecnológicos, así como los tiempos reducidos. Dinámica que se traduce en una carga excesiva de trabajo tanto para los alumnos como para la coordinadora del programa. Esta situación limita las posibilidades de crear nuevos espacios para continuar con el desarrollo del grupo y reduce la comunicación entre sus miembros.

A pesar de todo ello, aunque limitadamente, el grupo continúa con sus actividades y se pueden apreciar situaciones positivas y logros durante los 17 meses siguientes al curso-taller.

## Resultados cuantitativos

A través de las encuestas y la información solicitada a los alumnos, se realiza un compendio de los principales indicadores que muestran los logros que se obtienen con el programa.

Para comenzar, se muestran parte de los ítems de las encuestas y la manera en que el grupo responde a ellos a través del porcentaje de estudiantes del grupo que responde a cada opción de los reactivos

1. ¿Cómo calificarías el proyecto de desarrollo personal en el que tuviste la oportunidad de participar desde el año 2013?

Excelente	Muy bueno	Bueno	Regular	Pésimo
100%	0	0	0	0

2. ¿Cómo calificarías el curso-taller en el que participaste entre el 18 y 20 de noviembre (2013)?

Excelente	Muy bueno	Bueno	Regular	Pésimo
91.3%	8.7%	0	0	0

3. Enumera del 1 al 5 los siguientes aspectos de acuerdo con lo que tuvo para tu vida más utilidad (el número 1 es el más importante). Fueron elegidos los siguientes aspectos como primera opción:

El proyecto de vida y carrera	60.9%
Las dinámicas	34.8%
La convivencia entre compañeros	39.1%
La información que se presentó	30.4%
Las participaciones propias y/o de mis compañeros	30.4%

4. ¿En qué aspectos de tu vida ha tenido mayor utilidad el programa?

En mi relación conmigo mismo	78.3%
En la relación con algún o algunos miembros de mi familia	39.1%
En la relación con mi pareja	21.7%
En la relación con algún amigo o compañero de la universidad o trabajo	43.5%
En mi aprovechamiento académico	43.5%
En la toma de decisiones importantes	65.2%
En el cambio de hábitos, actitudes o estilo de vida	78.3%

5. ¿Realizaste las acciones que indicaste en tu proyecto de vida?

Sí, en su totalidad	41.2%
No exactamente como las planteé	56.6%
No	2.2%

6. ¿Utilizaste las herramientas o estrategias con las que te comprometiste para lograr un equilibrio en todos los aspectos de tu vida?

Sí, en su totalidad	30.8%
No exactamente como las planteé	69.2%
No	0%

7. ¿Recomendarías a otros compañeros participar en el programa?

Lo recomendaría ampliamente	90%
Sí, por supuesto	10%
Pudiera ser	0%
No, por ningún motivo	0%

Los siguientes datos del grupo son obtenidos de diversas fuentes a lo largo de los 17 meses del seguimiento. En esta parte solo se

describen y en la sección de conclusiones se analizan respecto a los propósitos del programa.

Perfil del grupo	Estudiantes inscritos en la carrera de TSU en Tecnologías de la Información y Comunicación en el primer cuatrimestre en septiembre del 2013. Inicialmente 15 hombres y 8 mujeres Edades de entre 17 y 23 años
------------------	---

Estatus de los alumnos que participaron en el programa	<p>De los 23 alumnos:</p> <p>2 tramitan baja definitiva durante el segundo cuatrimestre cursado, debido a su necesidad de dedicar más horas al trabajo por falta de ingresos económicos.</p> <p>5 se rezagan un cuatrimestre. Dos por reprobación (tienen que recurrar), 3 por esperar ingresar a la especialidad de multimedia y comercio electrónico que se ofrecería un cuatrimestre después.</p> <p>16 cursan regularmente el cuatrimestre que les corresponde durante todo el seguimiento.</p>
Porcentaje de asistencia a sesiones de seguimiento	70% del grupo en promedio.
Aprovechamiento académico	9.2 en promedio.
Elección de especialidad de la carrera	<p>52.4% Sistemas informáticos</p> <p>23.8% Redes y telecomunicaciones</p> <p>23.8% Multimedia y comercio electrónico</p>
Becas recibidas	<p>16 (76.2%) alumnos fueron becados en al menos un cuatrimestre.</p> <p>10 fueron acreedores a beca académica en diferentes ocasiones: 3 recibieron beca alimenticia, 4 beca universitaria, 2 beca Pronabe, 1 beca Fundación Chihuahua (algunos recibieron más de un tipo de beca).</p>
Participación en actividades extra curriculares:	
Académicas	<p>Certificación ICarnegie (certificación en programación de sistemas a nivel internacional): 6 alumnos (28.6%)</p> <p>Start Up Weekend (incubación de proyecto tecnológico en la Universidad La Salle con otras IES): 7 alumnos (33.3%)</p> <p>Programa de movilidad a Francia (organizado por la CGUT): 5 alumnos (23.8%). De los cuales 4 obtienen la beca para estudiar una licencia profesional en Francia entre cientos de participantes a nivel nacional. Estos 4 alumnos</p>

	corresponden al 50% de los que ganan la oportunidad entre los estudiantes del la UTCh. Creación de prototipos tecnológicos: 13 (62%)
Deportivas	Juegos intramuros de futbol o básquetbol: 2 (9.5%) Equipos representativos: 0
Culturales	Danza folklórica: 1 (4.7%) Baile Country: 1 (4.7%)
Social - altruista	Grupo Unión: 2 (9.5%)

Tabla 2. Datos del grupo de intervención

### Resultados cualitativos

El interés mostrado desde el inicio por parte de los alumnos para participar en el programa y las manifestaciones de alegría y compromiso al finalizar el curso-taller son un logro que, como una raíz, da inicio y vida a muchos más.

A pesar de que los alumnos a lo largo de su trayectoria cursan en diferentes grupos académicos (por lo tanto no siempre coinciden en el mismo espacio de clases) y presentan intereses personales muy diferentes, logran una cohesión grupal que se demuestra a través de los meses de seguimiento en acciones que van desde la convivencia y charlas informales entre ellos, hasta el buscar apoyo moral y económico para los que presentan una necesidad especial como una enfermedad o la muerte de un familiar. Gracias a la agrupación virtual formada en la red social Facebook, la mayor parte de los integrantes mantiene informado al resto sobre asuntos de relevancia personal o académica. Los comentarios de apoyo no se hacen esperar y comparten experiencias

sobre cómo han superado situaciones que mencionaron o atendieron durante el curso o sesiones de seguimiento.

En diferentes ocasiones los miembros del grupo manifiestan que el curso-taller, así como el apoyo entre ellos y de la coordinadora tienen un efecto en aspectos como los siguientes:

La decisión de no abandonar la universidad a pesar de los problemas personales o dificultades en alguna asignatura.

El acercamiento a uno o varios familiares con los que tenían problemas de comunicación o asuntos inconclusos adversos.

Concretar metas tanto personales como académicas gracias a la claridad de valores y propósitos en la que se trabaja durante el curso-taller. Especialmente a los alumnos que durante más de un año se preparan para concursar por una beca en Francia y la obtienen a pesar de un proceso largo y extenuante.

Superar miedos que no les permitían ser más libres o concretar sus metas.

Mejorar la comunicación con sus familiares, amigos o pareja.

Organizar su tiempo y recursos para poder participar en todas las actividades que se propongan dentro y fuera de la universidad.

Ser más reflexivos cuando: cometen errores, no siguen los aprendizajes logrados; su estado de ánimo les dificulta realizar sus actividades normales; tienen problemas con compañeros, profesores, familiares o amigos; entre otras situaciones.

Pedir ayuda a un compañero del mismo grupo, a la coordinadora del programa o incluso a la psicóloga de la carrera, cuando saben que por sí mismos no pueden salir de un conflicto emocional serio.

Los alumnos que asisten a la sesión de cierre manifiestan su deseo de continuar con sesiones o convivencias informales para conservar la comunicación y mantener en constante revisión los hábitos aprendidos, no olvidar los logros y fortalecer la amistad que tanto les ayuda a nivel personal e incluso académico.

## Conclusiones

A pesar de que el apoyo institucional hacia el proyecto va disminuyendo al paso de los meses, para los directamente involucrados (21 miembros del grupo y coordinadora) es una experiencia de vida única y de gran utilidad que tiene una influencia significativa en la vida de gran parte de ellos.

No se cuenta con datos acerca del incremento en los alumnos de este grupo del nivel de autoestima o habilidades de inteligencia emocional obtenidos sistemáticamente a través de pruebas psicológicas u otros métodos con mayor rigor científico. Sin embargo, los datos analizados en las encuestas, observaciones y registros del seguimiento, reflejan, en la mayoría de ellos, éxito escolar, social y mejora de sus relaciones interpersonales y toma de decisiones escolares. Especialmente estos

estudiantes se involucran activamente en actividades académicas, lo que les permite potenciar sus talentos a favor de la obtención de mejores posibilidades en su carrera profesional y laboral. Es interesante ver la diferencia tan significativa entre la participación constante y frecuente en actividades de tipo académico y los pocos interesados en programas deportivos y culturales.

Dentro de los aspectos de este programa que se identifican como exitosos y que se sugiere puedan implementarse en siguientes proyectos de enfoque humanista y apoyo personal son:

*La atención al alumno.* Este primer momento del programa inicia desde que se le invita a participar y continúa hasta que se le toma en cuenta en cada sesión y actividad del

programa, así como el interés que compañeros y coordinadora manifiestan en él (ella) al cuestionarle sobre su vida o estado de ánimo. Es un factor por el cual cada estudiante se siente motivado y por lo tanto comprometido para lograr los propósitos que hace en su plan de vida.

*La sensibilización.* Ninguna persona puede involucrarse activamente y con alto grado de compromiso en cualquiera actividad si no se le explica a lo que se va a enfrentar, los beneficios y lo que se espera de él (ella). Es por eso que la sensibilización debe ser una etapa estructurada, que lleve tiempo y reflexión. Esto reduce la incertidumbre y aplica tanto a los alumnos que se involucren en un proyecto, como a los directivos, tutores y profesores aunque no estén involucrados directamente.

*La libertad de decisión de integrarse a un proyecto de este tipo.* Toda acción se realiza con más ánimo y mayor calidad si se decide por sí mismo a diferencia de si está es impuesta por alguien más. Así un programa tenga muchos beneficios, los alumnos siempre atenderán mejor a aquellos donde se les permita elegir ingresar y también abandonar cuando ya no les sea de utilidad. De esta manera le encontrarán menos defectos, buscarán la forma de hacer las cosas acertadamente y se involucrarán en corregir errores.

*El seguimiento.* Ya se mencionaba que todo aprendizaje requiere ser significativo, practicarse y realizar constantes repasos para evitar el olvido. El seguimiento lleva ese propósito, ayudar al alumno a fortalecer conductas más asertivas, cambios de actitud y apoyarlo para concretar sus metas. Pero

además, a través de éste, se puede realizar un registro de la efectividad del programa y un análisis del costo-beneficio. Es un hecho que esta etapa implica estructura, organización, tiempo, esfuerzo e inversión de recursos de diverso tipo. Sin embargo, permite que las actividades no se queden como “una más del montón” sin que se vea su trascendencia y por lo tanto se pierda la motivación institucional en apoyar a los estudiantes a través de ellas.

*La contención grupal.* Una de las necesidades del ser humano es la pertenencia. A todas las personas les gusta sentir que forman parte de algo, ya que de esta manera se sienten apoyados cuando se quiere alcanzar cualquier propósito (“si me equivoco o fracaso alguien brindará su ayuda para salir adelante porque no estoy solo”). No se trata de ofrecer información a un conjunto de personas, sino que ese mismo grupo se convierta en herramienta para que el alumno reflexione sobre las experiencias de los demás, se identifique, reelabore y atienda las propias; busque el bienestar personal, pero también el del compañero como individuo y del grupo como unidad social. Esto lo compromete consigo mismo porque sabe que con su experiencia de éxito apoyará al resto.

*Fomento de la responsabilidad y autonomía al permitirles realizar gestión.* Dentro de estos programas deben de asignárseles a los estudiantes actividades que realicen por ellos mismos (sin o con escasa ayuda del personal o autoridades de la institución), ya que esto se traduce en el fomento de habilidades sociales tales como: el trabajo colaborativo, la comunicación asertiva, el manejo de conflictos, la toma de decisiones, entre otras. De esta manera no solamente un programa de

este tipo apoyará el aspecto personal del estudiante, sino también el social, que lo prepara para el laboral.

Esta vivencia ha sido de muchos aprendizajes y deja retos por seguir. Colaborar a mejorar otros programas con las experiencias vividas, es uno de los principales. Otro es el poder identificar más elementos con los que a lo largo de los años se pueda verificar la efectividad de las acciones implementadas en el proyecto y que hasta este punto se han visto

como exitosas. Es importante seguir investigando, de manera sistemática, los aspectos de interés que han surgido en el grupo. Y más que nada, a pesar de que la duración del programa es la que tiene la carrera de TSU de estos estudiantes, se buscará seguir en contacto con ellos para estar al tanto de sus problemas, logros y cambios significativos de vida, solo por el hecho de ser seres humanos valiosos en la vida de la autora de este documento.

### Referencias bibliográficas

CGUT (2006). *15 años. Universidades tecnológicas*. México: Secretaría de Educación Pública.

CGUT (2006). *Las universidades tecnológicas mexicanas: un modelo eficaz, una inversión pública exitosa, un sistema a fortalecer*. México: Secretaría de Educación Pública.

González, J.: A. Monroy y E. Kupferman (1999). *Dinámica de grupos. Técnicas y tácticas*. México: Pax México.

Mir, A.; R. O. González y A. Castillo (2005). *Los egresados de las universidades*

*tecnológicas: formación profesional y situación laboral*. México: Secretaría de Educación Pública.

Romero, M.; D. M. Mendoza y N. Colín (agosto, 2009). Universidades tecnológicas mexicanas ante el cambio de nivel 5B al 5A. *Cuadernos de educación y desarrollo*, 1(6). Recuperado de <http://www.eumed.net/rev/ced/06/gmca.htm>

Tobón, S. (2010). *Formación integral y competencias. Pensamiento complejo, currículo didáctica y evaluación*. Bogotá: Ecoe E