

HABILIDADES PARA EL ÉXITO

Guillermo Ballenato Prieto

Psicólogo - Formador. Asesoría de Técnicas de Estudio - Programa de Mejora Personal de la Universidad Carlos III de Madrid.

El sistema educativo, y en especial la formación universitaria, debe dar respuesta a todo un conjunto de necesidades formativas que finalmente van a resultar fundamentales para la adecuada integración y el eficaz desempeño posterior en el ámbito laboral. Para ello es necesario garantizar que los estudiantes reciban una capacitación que complemente aquellos contenidos específicos que constituyen el núcleo central de la formación que reciben en cada una de las diferentes carreras.

La Universidad Carlos III de Madrid realiza diferentes acciones que contribuyen de manera decidida a la formación integral de los estudiantes. En 1997, a través del Programa de Mejora Personal, se inició la impartición de diferentes ciclos de formación que abordan contenidos dirigidos al desarrollo personal integral de los alumnos. Estos cursos contemplan temáticas diversas, entre las que destacan como eje central la comunicación, la oratoria, el trabajo en equipo, las técnicas de estudio y la gestión del tiempo. Estos cursos han pasado a formar parte de la oferta de Humanidades, dentro del área de herramientas para el aprendizaje.

Otros cursos del programa, que también cuentan con el reconocimiento de créditos, abordan contenidos más personales y próximos a la psicología. Se imparten desde el Servicio de Información Juvenil y Actividades Culturales y Deportivas, dentro del Área de Información y Orientación Juvenil. En ellos se abordan temas como la creatividad y la solución de problemas, la psicología aplicada al desarrollo personal, las estrategias para argumentar y debatir, la modificación de la conducta, las habilidades sociales.

Desde el año 2000 se puso en marcha la Asesoría de Técnicas de Estudio, con objeto de persona-

lizar los contenidos del Programa de Mejora Personal más relacionados con el aprendizaje, y de adaptarlos a las necesidades individuales y puntuales de los estudiantes. El asesoramiento psicopedagógico es un servicio gratuito en el que se realizan entrevistas individuales dirigidas a ofrecer apoyo personal a los alumnos y a optimizar sus técnicas de estudio. En ellas se abordan dificultades tales como la desmotivación, los problemas de ansiedad o de concentración, o la baja autoestima, y se dan orientaciones de cara a la realización de una adecuada programación del estudio, al aprovechamiento del tiempo, la mejora del aprendizaje, el razonamiento y la memorización, o la adecuada preparación de los exámenes. En el ámbito académico el alumno debe poder desarrollar plenamente su capacidad de razonamiento, su sentido crítico, su curiosidad y su deseo de conocer, de explicar y de intervenir sobre la realidad. En la base de todas estas acciones está el objetivo de potenciar una actitud positiva hacia el estudio, poner de relieve el papel activo y protagonista del estudiante en el proceso de enseñanza-aprendizaje, y transmitir la importancia de vivir plenamente los años de formación académica.

La universidad es un importante espacio abierto al conocimiento, a la investigación, a la ciencia y a la cultura. Y la educación va más allá de la mera asistencia a clase, la superación de una serie de exámenes y la obtención de un título. Es una oportunidad única para el crecimiento personal, para desarrollar valores de solidaridad, cooperación, respeto y valoración de las diferencias, y para recibir una formación que permita contribuir en el futuro de forma decidida al progreso y a la mejora social. Ese es un objetivo esencial y apasionante de nuestra labor.