



CARRERA DE PSICOLOGIA

**ESTUDIO DESCRIPTIVO DE LOS PROCESOS GENERADOS A PARTIR DE UN
PROGRAMA DE DESARROLLO DE COMPETENCIAS LABORALES EN
ESTUDIANTES DE PRE GRADO DE LA CARRERA DE PEDAGOGÍA EN LENGUA Y
CULTURA INGLESA DE LA UNIVERSIDAD CENTRAL DE CHILE**

Profesor Guía	Melvin Anabalón S.
Metodólogo	Raúl Zarzuri
Profesor Informante	Francisco Kaman
Alumno	Edgardo Guajardo E.

Tesis para optar al grado de Licenciado en Psicología y

Título de Psicólogo

Santiago, 10 de Septiembre, 2007

RESUMEN

El presente estudio nace a raíz del interés de las organizaciones y el autor por indagar en la temática del desarrollo de competencias genéricas, como una alternativa de modelo de desarrollo del recurso humano. El objetivo fue realizar una descripción de los procesos vividos por un grupo de alumnos de pre grado de la carrera de Pedagogía en Lengua y Cultura Inglesas de la Universidad Central que participaron de un taller de desarrollo de competencias – comunicación efectiva, trabajo en equipo y liderazgo- y las implicancias que tienen los procesos individuales vivenciados. El procedimiento a seguir fue la construcción de un marco teórico contingente y sustentable. Posteriormente, y bajo la guía de la metodología cualitativa se realizaron entrevista de incidentes críticos y en profundidad a los sujetos de la muestra, a fin de conocer en profundidad la percepción que tienen los individuos de los procesos vividos durante el desarrollo del programa, y más específicamente, cuales han sido las implicancias de dichos procesos en el desarrollo de competencias.

En general, y a partir de los discursos de los entrevistados, se reconocen los procesos vividos y se destacan las áreas en que han sido más significativos. El análisis de la información da cuenta de la implicancia de dichos procesos en el ámbito afectivo; relacional, autopercepción y la vivencia del proceso de insight. Además, se valida la instancia del taller como una herramienta metodológica efectiva para el desarrollo de competencias genéricas. Sin embargo, y basados en los procesos vividos, resultaría

aconsejable acompañar un programa de estas características con sesiones de consejería individual para abordar temáticas más personales que se gatillan producto de las acciones realizadas dentro de l taller.



EN TU FUTURO LA UNIVERSIDAD ES CENTRAL
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA EN LENGUA Y CULTURA INGLESAS
PEDAGOGÍA EN INGLÉS (V)



AUTORIZACIÓN

El Sr. Rubén Muñoz V., Director de la Carrera de Pedagogía en Lengua y Cultura Inglesas, autoriza al Sr. Edgardo Guajardo, Cédula de Identidad N° 07.812.674-4, a desarrollar su proyecto de Tesis “ESTUDIO DESCRIPTIVO DE LOS PROCESOS GENERADOS A PARTIR DE UN PROGRAMA DE DESARROLLO DE COMPETENCIAS LABORALES EN ESTUDIANTES DE PRE GRADO DE LA CARRERA DE PEDAGOGÍA EN LENGUA Y CULTURA INGLESA DE LA UNIVERSIDAD CENTRAL DE CHILE” , en esta Casa de Estudios.-

Ruben Muñoz
Director
Pedagogía en Lengua y Cultura Inglesas
rmunozv@ucentral.cl
56-2-5826709
Sta. Isabel 1278
Edificio VK II , 3° Piso
Santiago Centro – Santiago

INDICE

	Páginas
I. INDICE	4
II. INTRODUCCIÓN	7
• Antecedentes y Planteamiento del Problema	7
• Formulación del Problema y Pregunta de Investigación	15
• Aportes y Relevancia de la Investigación	18
• Objetivos Generales y Específicos	21
III. MARCO TEÓRICO	23
• Origen de las Competencias	23
• Las Competencias en la Psicología Organizacional	25
• Conceptos de Competencias	27
• Teoría de los Rasgos	34
• Tipología de Competencias	39
• Caracterización de las Competencias	44

• Enfoques de Competencias	46
○ Enfoque Conductual	46
○ Enfoque Funcional	47
○ Enfoque Constructivista	48
• Formas de Desarrollar Competencias	49
IV. MARCO METODOLÓGICO	51
• Enfoque Metodológico	51
• Tipo De Investigación	53
• Delimitación del Campo a estudiar	54
○ Universo de Estudio	54
○ Muestra	54
○ Técnicas e Instrumentos de Recolección de la Información	56
• Plan de Análisis de Datos	62
• Detalle del Plan de Análisis	64
V. CATEGORIAS DE ANALISIS	65
• Tabla de Categorías	66
• Presentación de Resultados	67
○ Categoría N° 1 Elementos Afectivos	69

○ Categoría N° 2 relación con el mundo	80
○ Categoría N° 3 Autopercepción	88
○ Categoría N° 4 Vivencia del Proceso	97
VI SINTESIS Y CONCLUSIONES	106
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	128

I. INTRODUCCION

ANTECEDENTES Y PLANTEAMIENTOS DEL PROBLEMA

Todos sabemos ya de la importancia de la formación y de la necesidad de mantenernos actualizados, aceptando que ello implica estar inmersos en un proceso de continuo reciclaje, puesto que los conocimientos que hoy nos resultan útiles mañana pueden quedar obsoletos.

Pero, para tener éxito profesional, necesitamos algo más que actualizar nuestros conocimientos, también es imprescindible desarrollar nuestras competencias y mantenerlas alineadas a las necesidades del rol y del entorno organizacional, desde la integración de nuestra vida profesional y personal.

Las transformaciones que han tenido lugar en nuestra sociedad en estas últimas décadas han traído consigo una serie de ajustes en prácticamente todos los ámbitos del quehacer humano.

La consolidación del proceso de globalización de los mercados ha tenido un fuerte impacto en todos los sectores productivos los que deben esforzarse para dar respuesta de nuestra necesidad de ser productivos, eficientes, competitivos y mejorar constantemente la calidad de nuestros bienes y servicios, frente a la evolución de la

tecnología, la producción y, en general, la sociedad, y elevar así el nivel de competitividad de las empresas y las condiciones de vida y de trabajo de la población.

Lo anterior implica demandas no sólo al sistema productivo sino también al sistema educacional y de formación. En este nuevo paradigma la educación se entiende como un proceso que se desarrolla a lo largo de todo el ciclo vital del individuo, es decir, estamos frente a un sistema de educación continua.

La formación basada en competencias, a simple vista, parece ser un tema que recién está emergiendo en nuestra sociedad. Sin embargo, sus inicios se remontan a principios del siglo XX en Estados Unidos en trabajos realizados en las escuelas en las áreas de trabajos manuales. El año 1973, el Departamento de Estado Norteamericano decidió llevar a cabo un estudio para mejorar la selección de su personal que fue dirigido por David McClelland, profesor de la universidad de Harvard y experto en motivación. McClelland desarrolló un marco de características que diferenciaban a los distintos niveles de rendimiento de los trabajadores a partir de una serie de entrevistas y observaciones realizadas en terreno.

Mediante este análisis pretendía detectar las características presentes en los candidatos a seleccionar, que podrían predecir el desempeño en un puesto de trabajo determinado. Se utilizó como variable el desempeño en el puesto de trabajo de un grupo de personas consideradas eficientes y eficaces laboralmente. Posterior a un análisis se llegó a la conclusión que un buen desempeño en un puesto de trabajo está

más relacionado con características propias del individuo, a sus competencias, que a aspectos propios del conocimiento y habilidades.

A partir de las transformaciones económicas que experimentó nuestra sociedad desde inicios de la década del 80, el modelo de desarrollo de competencias se comenzó a aplicar en Inglaterra y Australia, quienes han sido los precursores en la implementación de este modelo. Lo vieron como una herramienta útil de gestión para mejorar las condiciones de eficiencia, pertinencia y calidad de la capacitación laboral, y así incrementar la productividad de sus recursos humanos como estrategia competitiva.

La adopción del enfoque de competencias en la educación superior surge de la necesidad de responder más adecuadamente a los cambios sociales y tecnológicos, como también a la organización del trabajo para adaptarse al cambio, en particular por la casi extinción del ejercicio profesional individual. Específicamente, los universitarios deben desarrollar competencias de planificación y aplicación de recursos (humanos, tecnológicos, financieros y materiales) a la solución de nuevos problemas en cada una de las profesiones y en función de las demandas del medio social, natural y cultural, trabajando en forma multidisciplinaria.

Esta transformación del sistema educativo comienza a originarse en Europa los años 2002 -2003 a partir del proceso iniciado por La Sorbona – Bolonia – Praga – Berlin, a través del cual los políticos de los países pertenecientes a la Comunidad Económica

Europea aspiran a crear un área de educación superior integrada en todos los países miembros siempre en el trasfondo de un área económica europea. Latente está la necesidad de los estudiantes europeos de compatibilidad, comparabilidad y competitividad de la educación superior en Europa, necesidad que se ve reflejada en las posibilidades de movilidad educacional y laboral dentro de los países miembros.

La preocupación por definir estándares compartidos da origen, a fines del año 2000, del proyecto Sócrates – Erasmus Tuning Educational Structures in Europe, más conocido como Proyecto Tuning. El proyecto Tuning se centra básicamente no en los sistemas educativos sino en las estructuras y contenidos de los estudios que son responsabilidad de las instituciones de educación superior y no de las autoridades gubernamentales.

“A este respecto si bien las competencias relacionadas con cada área de estudio son cruciales para cualquier título y se refieren a la especificidad propia de un campo de estudio, las competencias genéricas identifican los elementos compartidos que pueden ser comunes a cualquier titulación, tales como la capacidad de aprender, de tomar decisiones, de diseñar proyectos, las destrezas administrativas, etc., que son comunes a todas o a la mayoría de las titulaciones. En una sociedad cambiante donde las demandas tienden a hallarse en constante reformulación, esas competencias y destrezas

genéricas son de gran importancia” (Tuning Educational Structures in Europe. Proyecto Piloto Fase I, p. 34.)

Siguiendo el modelo europeo, surge el Proyecto Tuning para Latinoamérica en la IV Reunión de Seguimiento del Espacio Común de Enseñanza Superior de la Unión Europea, para América Latina y Caribe (UEALC) el mes de Octubre 2002. Chile al ser un país miembro, se integra a trabajar en el proyecto a partir del año 2003, cuando fueron convocados 18 países y 62 universidades en total. Las universidades chilenas que participaron en dicha comisión fueron representadas por las pertenecientes al Consejo de Rectores de Educación Superior.

El gobierno de Chile, al asumir el compromiso de participar en esta gran transformación educacional, incorpora a otras organizaciones a nivel local para comenzar la implementación de las grandes transformaciones en el sistema. Mediante la participación de la Fundación Chile se viabiliza el mandato del Estado de incorporar los módulos de competencias al sistema productivo. Los nuevos tratados de libre comercio firmados por Chile con la Unión Económica Europea nos demandan subir nuestros estándares de producción para poder así competir con nuestros pares europeos. Surgen así los programas de desarrollo incentivados por el estado a través del Programa Chile Califica.

Lo anterior impacta como una exigencia al Ministerio de Educación que traspasa el tema de la formación en base a competencias a las entidades de formación técnica y las universidades.

Frente a este nuevo escenario, las universidades, tanto estatales como privadas, comienzan un arduo proceso de rediseño curricular para adaptar sus mallas curriculares tradicionales a mallas que incorporan la formación basada en competencias.

El sistema universitario nacional está casi en su totalidad inserto en estas transformaciones de sus currículas, con el fin de transformar sus ofertas curriculares a un modelo de enseñanza basado en competencias.

En la actualidad varias han sido las Universidades que están llevando a cabo procesos de rediseños curriculares dentro de un enfoque curricular basado en competencias. Entre estas casas de estudio se destacan la Universidad de Talca y la Universidad Central de Chile.

La Universidad de Talca, para el trabajo de rediseño curricular basado en el enfoque de competencias, ha desarrollado paneles de expertos, no superior a doce ni inferior a ocho personas, quienes representaron diversos estratos relacionados con las áreas de desempeño profesional más comunes ejercidas en el país. El resultado ha sido la

elaboración de cartas de perfiles de competencias profesionales para cada carrera de pregrado de la universidad.

El proceso de rediseño curricular en que se encuentra la Universidad de Talca adquiere respaldo desde el año 2001 en el proyecto Mecesup Talo101 denominado “Construcción e Instalación de una Visión Renovada de la Formación de Pregrado. Rediseño y Validación de los Currícula de las Carreras Profesionales.” Durante el año 2002-03 se prepararon los estudios de diagnóstico que permitieron establecer una estrategia focalizada en tres fases: construcción de perfiles profesionales, desarrollo de matrices de análisis de las competencias por carrera y construcción del currículo.

Al optar por una formación basada en un currículo por competencias y por un acercamiento a las propuestas de la Declaración de Bolonia, en ámbitos atingentes a nuestra realidad, ha llevado a la Universidad de Talca “a definir un perfil genérico de las carreras de pregrado equivalente al grado de Licenciado en un período de cuatro años, para posteriormente pasar a un proceso de titulación variable según los requerimientos del perfil de egreso de las distintas carreras.” (Oscar Corvalán Vásquez y Gustavo Hawes Barrios, 2003)

La Universidad Central inicia su proceso de rediseño curricular a comienzos del año 2004, con el objetivo de tener una oferta de carreras de pre grado enmarcado en el modelo de competencias laborales a partir del ingreso 2005. Para realizar el proceso de rediseño curricular se conforman comisiones de expertos por facultad, dedicados a

determinar las competencias técnicas, propias de cada carrera, y determinar aquellas competencias transversales enmarcadas en los perfiles de egreso definidos para la titulación. Los acuerdos alcanzados por las distintas facultades son luego estandarizados por un panel de expertos a nivel central, que ha determinado los componentes claves de la formación de todo alumno de pre grado de la Universidad Central.

A nivel gubernamental el concepto de competencias trasciende a las empresas y organizaciones para asentarse como política pública. A mediados de julio del 2004 la Cámara de Diputados aprobó el Proyecto de Ley que crea el Sistema Nacional de Certificación de Competencias -presentado al Congreso por el Presidente Lagos el año 2005. Este es uno de los programas más modernizadores y relevantes en torno a capital humano, que se inserta en un gran sistema de educación y capacitación permanente, con miras a consolidar nuestra competitividad mundial. El Proyecto Nacional del Sistema de Certificación de Competencias Laborales, que -a su vez- se enmarca en la articulación de un gigantesco y ambicioso proyecto de formación y capacitación continua, involucra al Estado, a los sectores productivos y también a cada chileno, y su fin es elevar la calidad de nuestro capital humano a la altura de los líderes mundiales.

FORMULACION DEL PROBLEMA Y PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

En atención a lo expuesto en la página 7, un número considerable de universidades nacionales está inmersa en un proceso de rediseño curricular basado en competencias laborales. Estas acciones se basan en el supuesto que es posible desarrollar competencias genéricas y técnicas en un plan sistemático de estudio, es decir acotado a un cierto contexto de formación.

De hecho, las universidades tienen legítimas expectativas de responder a esas exigencias del mercado laboral en esta materia, adecuando sus mallas curriculares para satisfacer de mejor manera dichas demandas y necesidades.

Lo anterior lleva a preguntarnos si las acciones emprendidas por las casas de estudios son realmente efectivas para el desarrollo de determinadas competencias, toda vez que la revisión bibliográfica parece indicar que existe acuerdo entre los distintos autores que las competencias se desarrollan en un proceso de formación continua a lo largo de la vida del individuo, que es un aprendizaje logrado en espacios formales e informales y no en ambientes exclusivamente de corte académico. Además, la mayoría de los autores dan cuenta que, siendo las competencias un término mucho más inclusivo que sólo el saber, su génesis está más ligada al hacer y esta simple condición presenta un elemento no menor si es que un plan de desarrollo de competencias está inserto en un medio académico que tiende a privilegiar el saber por sobre el hacer. Por el contrario, si la apuesta epistemológica de una institución de

educación superior evidencia cambios en las metodologías para conjugar el saber y el hacer de las distintas disciplinas, obviamente el escenario es distinto.

Siguiendo este razonamiento, al investigador le resulta interesante determinar qué ocurre con esas iniciativas que han sido implementadas por instituciones universitarias precisamente para desarrollar las competencias antes que sus estudiantes egresen y se incorporen al mundo laboral.

Esta inquietud es consistente con lo señalado por Ibarra al sostener que la competencia es la “capacidad de un individuo que se define y mide en términos de desempeño, en determinado contexto laboral, y no solamente de conocimientos, habilidades o destrezas en abstracto; es decir, la competencia es la integración entre el saber, el saber hacer y el saber ser”. (Ibarra, .2000, p.35)

Cabe entonces preguntarse si es posible sostener que lo que no se desarrolló en un periodo extenso de la vida de un sujeto, se desarrollará en un régimen curricular breve, generalmente acotado a un programa de cuatro años de estudio, de corte más académico que experiencial.

En esta lógica, además, otra línea de investigación podría interesarse en discutir y precisar cuales son las metodologías más adecuadas para desarrollar en forma exitosa las competencias en los alumnos que se integran a un modelo de enseñanza basado en competencias.

Ante la duda del nivel de efectividad para desarrollar las competencias a través de estas acciones, la presente investigación se centrará en describir los fenómenos que comienzan a producirse en este espacio formal, intentando discriminar si constituyen cambios sustanciales que dan cuenta de la instalación de una competencia o sólo son acciones paliativas, que intentan suplir en cierta medida las falencias del sistema educacional y social.

Por lo anterior esta tesis no se centrará en evaluar la pertinencia de una metodología determinada para desarrollar competencias, pero sí su foco será la descripción del proceso de desarrollo de competencias que experimenta un número de estudiantes de pre grado que participan de un programa destinado a ese fin. Por lo tanto, describirá los fenómenos cognitivos y emocionales que experimentan los sujetos, y cómo esto podría reflejarse en sus comportamientos.

Por todo lo anterior la pregunta de investigación de esta tesis es

¿Cuáles son los procesos de atravesar los estudiantes que están sometidos a un programa de desarrollo de competencias y qué relación guardan con la posibilidad real de desarrollo de la competencia?

APORTES Y RELEVANCIAS DE LA INVESTIGACIÓN

La pregunta por los procesos que atraviesan los sujetos que participan de un programa de desarrollo de competencias para alcanzar y superar los criterios del perfil de egreso establecidos por instituciones de educación superior, es una preocupación constante de los profesionales que participan en la formación universitaria, entre ellos los psicólogos organizacionales. Al respecto se han dado diversas respuestas sobre qué procesos forman parte del desarrollo de competencias, llegando a la conclusión que las características personales de los individuos guían su comportamiento en un sentido particular y comprometido, por lo tanto, los procesos vividos por los estudiantes es un determinante principal del desempeño que muestren a futuro.

Por esta razón se ha decidido realizar esta investigación, considerando los distintos aportes que pueda proporcionar.

Así entonces, y en primer lugar, su **relevancia teórica** nos vincula a los procesos psicológicos que experimentan los sujetos al tomar conciencia de sus propias realidades en término de los aspectos abordados. Hay conexiones con la psicología del desarrollo si entendemos el desarrollo de competencias como un proceso que se da durante todo el ciclo vital del sujeto y también nos relaciona con la psicología del aprendizaje y las condiciones en que éste se lleva a cabo.

Desde esa perspectiva, la relevancia teórica se sustenta, además, a partir de la información ya existente sobre la importancia de las competencias y su desarrollo sobre el desempeño de los profesionales. Es decir, los datos que se obtuvieron de la revisión bibliográfica y antecedentes existentes sobre esta temática señalan que los efectos de un desempeño competente permite, en primer lugar, una inserción laboral adecuada, una posterior permanencia en el puesto de trabajo y finalmente mayor movilidad laboral. Sin embargo, no se han encontrado descripciones de los diferentes procesos que experimentan los sujetos en el desarrollo de las competencias ni de las características individuales que pudiesen facilitar o dificultar el desarrollo de éstas. Es en relación a este punto que este estudio adquiere valor teórico al intentar precisar y describir los procesos que subyacen y dirigen el comportamiento de estos sujetos y, a través de ello, proporcionar más información que complemente las investigaciones, teorías o postulados existentes.

A su vez, posee una **relevancia práctica**, que se encuentra en la información y datos concretos que se obtienen a través de la descripción de los procesos y las características de la influencia de programas de desarrollo de competencias sobre el desempeño futuro de los sujetos. En este caso concreto, permitirá a la Facultad de Educación de la Universidad Central, programar futuras instancias y programas de desarrollo de competencias en función de las características reales de sus estudiantes. Es decir, el proceso de selección de contenidos y metodologías, se realice en función de la realidad organizacional, las características de sus estudiantes y la dinámica de los procesos que se ponen en juego, logrando así obtener mayor efectividad,

cohesión, atención y reconocimiento hacia los programas de desarrollo, llegando a potenciar la entrega, adquisición y manejo no sólo de contenidos, sino de las competencias necesarias según sus perfiles de egreso.

Desde el punto de vista de la **relevancia social**, la presente investigación es aportadora en tanto logra conocer los distintos procesos que experimentan los estudiantes, esencialmente, sus mayores deficiencias y necesidades, para así poder implementar procesos que mejoren las competencias de los alumnos en el caso que estas se encuentren en un nivel bajo de desarrollo o mantener las ya existentes. El impacto social que ello implica es incalculable toda vez que favorece la entrega de profesionales al mundo del trabajo con mejores herramientas para su desempeño. En este sentido, la presente investigación aportará evidencia que servirá para mejorar, rediseñar u optimizar espacios y acciones concretas de apoyo al desarrollo de competencias.

De esta manera, la organización tendrá mejores y mayores posibilidades de trabajar con sujetos que muestran un nivel óptimo de desarrollo de competencias genéricas lo cual, en el caso de la Facultad de Educación, se traducirá en egresados más competentes y que realizarán un trabajo profesional más ad hoc a los requerimientos de mundo laboral.

En síntesis, los resultados que se pueden obtener en esta investigación, pueden ser un gran aporte a la psicología organizacional y que puede permitir sistematizar

programas de apoyo al desarrollo de competencias, mirado desde una psicología comprensiva e inclusiva, consciente de las características individuales de los sujetos y como éstas juegan un rol preponderante al momento de instalar programas para proveer al mundo laboral de profesionales competentes.

OBJETIVOS GENERALES Y ESPECIFICOS

El objetivo general de esta investigación es:

- Levantar información que permita describir de manera objetiva los procesos que experimentan los sujetos de la muestra en el desarrollo de competencias genéricas en estudiantes de pre grado próximos a insertarse en el mercado laboral.

Como objetivos específicos se han definido los siguientes:

- Describir el proceso de desarrollo de competencias genéricas dentro de un formato académico establecido (taller).

- Determinar, respecto de dicha acción, como se concreta / expresa el nivel de desarrollo de las competencias abordadas, materializadas en un desempeño específico de los estudiantes participantes.
- Aportar elementos para una posterior evaluación y discusión de la pertinencia metodológica de este tipo de acción y sus implicancias.

III MARCO TEORICO

ORIGEN DE LAS COMPETENCIAS

El mundo del trabajo ha experimentado cambios sustanciales al pasar de un modelo “fordista – taylorista de producción, al modelo económico de tecno-globalización, la economía informacional y la desregularización de los mercados.” (F. Vargas; F. Casanova; L. Montanaro, 2001; p. 21). Estos cambios han llevado a las organizaciones a prepararse para participar de un estado continuo de competencia no sólo en el ámbito local, sino internacional. En este nuevo paradigma de la gestión es fundamental llevar a cabo procesos de capacitación constante de los trabajadores y profesionales para desarrollar y consolidar sus competencias.

Todas las organizaciones, indistintamente del rubro de su accionar, están cambiando para adaptarse a las nuevas dinámicas sociales y económicas imperantes. Lo anterior demanda contar con profesionales que posean un “alto grado de flexibilidad para adecuarse a los nuevos procesos laborales y ajustar su desempeño a los requerimientos del cliente.” (F. Vargas; F. Casanova; L. Montanaro, 2001; p. 23) Los sistemas de producción y el surgimiento de nuevas ofertas de servicios dependen cada vez más del trabajo mancomunado de todos los miembros de la organización, lo que está llevando al establecimiento de organizaciones con características más horizontales en términos de gestión,

Lo anterior guarda relación con lo planteado por Hyland (1994), que argumenta que las competencias surgieron desde la década de los años 60, cuando se empezó a implementar nuevos procesos de trabajo. Esta idea es coincidente con lo planteado por Martens (2000) al postular que el enfoque de competencias surgió producto del requerimiento al interior de las empresas de promover el aprendizaje organizacional, la competencia y la movilidad laboral.

En la década de los 80 se inicia un proceso con el fin de mejorar de las condiciones productivas, y es en este escenario donde las competencias comienzan a estar en primer orden. Empresas Inglesas dan un gran impulso al enfoque de competencias para mejorar la eficiencia y calidad del sistema productivo, para así contar con empresas competitivas en el concierto mundial. Lo mismo ocurre en Estados Unidos y Alemania, tradicionalmente preocupados de contar con organizaciones productivas competitivas, donde el desempeño competente de los trabajadores, profesionales, y equipos directivos ha sido esencial.

La década del 90 trae la consolidación de la gestión del talento humano basado en competencias, lo que trae consigo el desarrollo de metodologías específicas que permitan realizar los procesos de selección, capacitación y evaluación, entre otros, basados en este enfoque.

LAS COMPETENCIAS EN LA PSICOLOGÍA ORGANIZACIONAL.

En el área de la psicología organizacional, el término de competencias tiene sus orígenes como una manera de determinar aquellas características que deben poseer los trabajadores para que las organizaciones logren alcanzar altos niveles de productividad y rentabilidad. El concepto de competencia laboral fue implementado por McClelland en la década del 70. “Estudiar las competencias no es nada nuevo. En la psicología industrial y organizacional norteamericana, especialmente, ha habido un movimiento real hacia las competencias, desde finales de la década de 1960 y principios de 1970” (Spencer, 1991, en Fernández, Cubeiro, 1996).

En esta época, y con algunas excepciones, el interés por los rasgos de personalidad no estaba de moda en la psicología Norteamericana. Autoridades como Ghiselli (1966) y Mischel (1968) afirmaban que los rasgos comprobables de personalidad rara vez mostraban correlaciones superiores a 0,33 (10% de la varianza) con el desempeño en el trabajo.

Se publicaron un creciente número de estudios, en los que se demostraba que los tradicionales tests de aptitud y contenido de conocimientos, así como los títulos y meritos académicos:

- no servían para predecir la actuación en el trabajo o el éxito en la vida (McClelland, 1973 en Fernández, Cubeiro, 1996)

- muchas veces estaban sesgados en contra de las minorías, las mujeres y las personas de los estratos socioeconómicos inferiores (Fallows, 1985 en Fernández, Cubeiro, 1996).

“Estos descubrimientos condujeron a Mc Clelland (1973) a identificar los principios con que llevar a cabo la investigación para descubrir unas variables que sirviesen para predecir la actuación en el trabajo, y que no estuviesen sesgadas (o que estuviesen menos sesgadas) por factores de raza, sexo o socioeconómicos” (Fernández, Cubeiro, 1996).

McClelland plantea que las pruebas tradicionales que se basan en la medición de conocimientos y aptitudes no logran predecir el éxito que tendrá el sujeto en situaciones concretas del mundo laboral.

En las entrevistas personales con quienes tenían un desempeño promedio o deficiente, se manifestó una diferencia en algunas de las facultades humanas que no medían los tests de personalidad ni el coeficiente intelectual. Con este procedimiento, el año 1973 Mc Clelland descubrió que la variable que diferenciaba entre desempeños promedios y deficientes, de aquellas personas que eran reconocidas por sus desempeños brillantes, era la capacidad de reconocer de manera acertada las emociones de las personas con quienes hablaban.

Este descubrimiento lo lleva a generar las teorías de las competencias, constituyéndose en el primer investigador en generar una definición y sistematización del concepto, en el sentido y contexto en el que actualmente se conoce (Mc Clelland, 1973, en Casanova, C. 2002). Las competencias, en cambio, tienen mayor relación con el desempeño en tareas propias del ámbito laboral y toman como referencia a los empleados exitosos frente a quienes presentan un rendimiento promedio. Así, al hablar de competencias nos referimos a aquellas características que son factor de éxito laboral y no a todas las características relacionadas con el trabajo, como sucedía con el sistema tradicional.

CONCEPTOS DE COMPETENCIA LABORAL

Numerosos autores han trabajado el concepto de competencias en forma particular, entre ellos se encuentran:

Marelli (2004) define competencia como “una capacidad laboral medible, necesaria para realizar un trabajo eficazmente, es decir, para producir los resultados deseados por la organización. Está conformada por conocimientos, habilidades, destrezas y comportamientos que los trabajadores deben demostrar para que la organización alcance sus metas y objetivos. Son capacidades humanas, susceptibles de ser

medidas, que se necesitan para satisfacer con eficacia los niveles de rendimiento exigidos en el trabajo. (F. Vargas; F. Casanova; L. Montanaro, 2001; p. 23)

Richard Boyatzis (1982) propuso una definición explícita del concepto de Competencia: "las características de fondo de un individuo que guarda una relación causal con el desempeño efectivo o superior en el puesto. Bajo esta óptica competencias pueden ser motivos, características de personalidad, habilidades, aspectos de autoimagen y de su rol social, o un conjunto de conocimientos que un individuo está usando" (CINTERFOR, 2003).

Spencer y Spencer (1993) consideran que es "una característica subyacente de un individuo, que está causalmente relacionada con un rendimiento efectivo o superior en una situación o trabajo, definido en términos de un criterio" (CINTERFOR, 2003), en donde,

1. Característica subyacente está referida a que la competencia como tal es profunda y es parte de la personalidad de la persona y además puede predecir la conducta de la misma en un amplio rango de situaciones y tareas
2. Causalmente relacionada en esta definición, expresa que la competencia causa o predice el comportamiento y el desempeño

3. y criterio de desempeño representa a su vez, que la competencia realmente predice quien hará algo bien o más pobremente, en relación con un criterio específico o estándar definido anteriormente.

Siguiendo lo planteado por Spencer y Spencer, las competencias son características fundamentales de la persona y representan “formas de comportamiento o de pensar, que generalizan diferentes situaciones y perduran por un largo período de tiempo.” (citado en Alles 2004).

A partir de sus estudios, Spencer y Spencer determinan dos grupos centrales de competencias:

A. Más fáciles de observar:

Habilidad entendida como la capacidad para desempeñar una determinada tarea ya sea física o mental. Las competencias mentales o cognitivas incluyen el pensamiento de tipo analítico y el pensamiento conceptual.

Conocimiento definido como la información que una persona posee sobre un tema, es decir, lo que una persona sabe sobre un área específica.

Rol social es la imagen que proyecta una persona, él yo externo, refleja los valores que posee y pone en juego en determinadas situaciones determinado

por la función de su rol. Este comportamiento es reforzado por el grupo de referencia que posee la persona.

B. Más difíciles de observar

Concepto propio o concepto de si mismo. Se refiere a la imagen que la persona tiene de si misma, el yo interno, o el concepto interno de identidad y valor.

Rasgos entendidos como pautas conductuales, aspectos típicos del comportamiento de la persona que son relativamente constantes en su comportamiento. Pueden ser de carácter cognitivo y de relación.

Motivación entendida como los intereses que una persona considera o desea intensamente; se reflejan en pensamientos recurrentes y constantes. Las motivaciones de una persona dirigen y seleccionan un determinado comportamiento hacia determinadas acciones u objetivos, y al alejamiento o descarte de otros.

Las competencias de conocimiento y habilidad tienden a ser características visibles y estarían en una zona más superficial. Por otro lado, las competencias de concepto de si mismo, las características y la motivación estarían en una zona más profunda de la

estructura de personalidad del individuo, y por consiguiente, son más difíciles de evaluar.

Siguiendo el planteamiento anterior, son estos autores quienes introducen el “Modelo del Iceberg” (Spencer y Spencer, 1993) que presenta gráficamente la división de las competencias en dos grandes grupos:

- **Visibles:** aquellas más fáciles de detectar y desarrollar, por ejemplo las destrezas y conocimientos. Estas se encontrarían más en la superficie de la estructura de personalidad.
- **No visibles:** aquellas que resulta más difícil de detectar y desarrollar, como el concepto de uno mismo, actitudes, valores y el concepto de si mismo y corresponderían a rasgos más profundos de personalidad.

Levy Leboyer (1996) considera que las competencias "son repertorios de comportamientos observables que algunas personas dominan mejores que otras, lo que las hace eficaces en una situación determinada".(Vargas, Casanova, Montanaro, 2001, p. 23). Las competencias representan, pues, un trazo de unión entre las características individuales y las cualidades requeridas para llevar a cabo misiones profesionales precisas.

Guy Le Boterf las define como “una construcción a partir de la combinación de recursos (conocimientos, saber hacer, cualidades o aptitudes), y recursos del ambiente (relaciones, documentos, información, etc.) que son movilizados para lograr un desempeño esperado.” (Cinterfor, 2003, p. 10)

Leonard Mertens establece en primer lugar una distinción entre calificación y competencia. En primer lugar, define calificación como el “conjunto conocimientos y habilidades que los individuos adquieren durante los procesos de socialización y formación.” Por otro lado, plantea que la competencia “se refiere a ciertos aspectos del acervo de conocimientos y habilidades los necesarios para llegar a ciertos resultados exigidos en una circunstancia determinada; la capacidad real para lograr un objetivo o resultado en un contexto dado.” (Cinterfor, 2003, p. 10)

Martha Alles (2004) propone que las competencias

“son la sumatoria de conocimientos prácticos y técnicos especializados, además de disciplina profesional, capacidades de integración y coordinación de los más diversos niveles organizacionales; habilidades como carisma, relaciones interpersonales, el feeling que hace la diferencia de las personas que resaltan; todas estas se han adquirido de diversas formas (desarrollo profesional o personal), requerido para desempeñar satisfactoriamente un cargo”. (Alles, 2004, p. 26).

Australia concibe la competencia como una compleja estructura de atributos necesarios para el desempeño de situaciones específicas. Es una compleja combinación de atributos (conocimiento, actitudes, valores y habilidades) y las tareas que se tienen que desempeñar en determinadas situaciones.

SENAI, en Brasil define el concepto de competencia como la capacidad de movilizar los conocimientos, habilidades y actitudes necesarias para alcanzar los resultados pretendidos en un determinado contexto profesional, según patrones de calidad y productividad. (Cinterfor, 2004)

En nuestro país, el Ministerio del Trabajo plantea que las competencias laborales “consisten en la capacidad de un individuo para desempeñar una función productiva en diferentes contextos, de acuerdo a los requerimientos de calidad esperados por el sector productivo.” (Cinterfor, 2004)

TEORIA DE LOS RASGOS

La mayoría de los autores revisados, al definir el concepto de competencia hacen mención a que la presencia de características subyacentes en un individuo que se manifiestan en comportamientos observables en la realidad cotidiana de las personas, en ámbitos personales y laborales. Por lo tanto al analizar los procesos que viven los individuos al participar de un programa que intenta desarrollar competencias genéricas, se analizará la teoría de los rasgos planteada por Gordon Allport.

De acuerdo a Allport, una de las cosas que motiva a los seres humanos es la tendencia a satisfacer necesidades biológicas de supervivencia, lo cual Allport llama funcionamiento oportunista, que se caracteriza por su reactividad, orientación al pasado y que posee connotación biológica.

Pero Allport (19667) creía que el funcionamiento oportunista era algo relativamente poco importante para entender la mayoría de los comportamientos humanos. La mayoría de los comportamientos humanos, decía, están motivados por algo bastante diferente -- funcionamiento como forma expresiva del self -- lo cual llamó funcionamiento propio proprium- La mayoría de las cosas que hacemos en la vida es son una manifestación de lo que somos. El funcionamiento propio se caracteriza por su tendencia a la actividad, su orientación al futuro y que es psicológico.

El concepto de funcionamiento propium consiste en hacer aquellas cosas que son coherentes con lo que somos.

Allport define el concepto de propium desde dos direcciones, fenomenológica y funcionalmente.

Primero, desde una perspectiva fenomenológica, sería el Self como algo que se experimenta, que se siente. Allport sugirió que el Self está compuesto por aquellos aspectos de la experiencia que percibimos como esenciales (algo opuesto a lo incidental o accidental), cálido (o “querido”, opuesto a emocionalmente frío) y central (como opuesto a periférico). (<http://www.psicologia-online.com/ebooks/personalidad/allport.htm>)

Su definición funcional postula que el Self tiene 7 funciones, las cuales tienen a surgir en ciertos momentos de la vida. (Allport, 1967)

- **Sensación del cuerpo:** Se desarrolla en los primeros años de vida. Tenemos un cuerpo, sentimos su cercanía y su calidez. También se desarrolla en los dos primeros años de vida de la persona.
- **Identidad propia:** Nos vemos como entes individuales, separados y diferenciados de los demás.

- **Autoestima:** Nos reconocemos como seres valiosos para otros y para nosotros mismos. Se desarrolla entre los dos y cuatro años.
- **Extensión de uno mismo:** (extensión del Self) se desarrolla entre los cuatro y seis años de edad. Algunas cosas, personas y eventos a de nuestro entorno pasan a ser centrales y cálidos; esenciales para nuestra existencia.
- **Auto imagen:** Se desarrolla entre los cuatro y seis años. Este sería “el reflejo de mí”; aquel que los demás ven. Esta sería la impresión que proyecta en los demás.
- **Adaptación racional:** El niño, entre los seis y doce años, empieza a desarrollar sus habilidades para lidiar con los problemas de la vida de forma racional y efectiva.
- **Esfuerzo o lucha propia:** Generalmente no empieza hasta después de los doce años. Sería la expresión de mi Self en términos de metas, ideales, planes, vocaciones, demandas, sentido de dirección o de propósito

Rasgos o Disposiciones

Si el funcionamiento Proprium se desarrolla de acuerdo a las etapas enunciadas, también desarrollaremos rasgos personales o disposiciones personales. Al principio,

Allport define una disposición personal se define como “una estructura neuropsicológica generalizada (peculiar del individuo), con la capacidad de interpretar y manejar muchos estímulos funcionalmente equivalentes, y de iniciar y guiar formas consistentes (equivalentes) con un comportamiento adaptativo y estilístico”. (Allport, 19667, p. 443)

Una disposición personal produce equivalencias en función y significado entre varias percepciones, creencias, sentimientos y acciones que no son necesariamente equivalentes al mundo natural o a la mente de cualquier otro. Otra forma de decirlo sería que las disposiciones son concretas, fácilmente reconocibles y consistentes en nuestro comportamiento.

Allport (1967) defiende que los rasgos son esencialmente únicos de cada persona. Aún así, Allport reconoce que dentro de cualquier cultura particular, existen rasgos comunes o disposiciones; unas que son parte de esa cultura y que cualquiera reconocería y nombraría.

El autor defiende también que algunos rasgos están mucho más atados al *proprium* (el propio yo de cada uno) que otros. Los rasgos centrales son la piedra angular de tu personalidad. Cuando describimos a alguien, con frecuencia usaremos palabras que se referirán a los siguientes rasgos centrales: listo, tonto, salvaje, tímido, chismoso.

También existen los llamados rasgos secundarios, aquellos que no son tan obvios o tan generales, o tan consistentes. Las preferencias, las actitudes, los rasgos situacionales, son todos secundarios. Por ejemplo, “él se pone rabioso cuando intentas hacerle cosquillas”; “aquella tiene unas preferencias sexuales muy inusuales”; o “a este no se le puede llevar a restaurantes”. (Allport, 1967, p. 458).

Una segunda categoría la conforma los rasgos cardinales, entendidos como aquellos rasgos que tienen algunas personas que prácticamente definen sus vidas. Con frecuencia, usamos personajes históricos específicos para nombrar estos rasgos cardinales: Relativamente pocas personas desarrollan un rasgo cardinal y si lo hacen, es en un período bastante tardío en la vida.

Madurez psicológica

La madurez psicológica se alcanza cuando la persona posee un propium bien desarrollado y un rico y adaptativo grupo de disposiciones. Establece siete características de la madurez psicológica:

- Extensiones del Self específicas y duraderas como el compromiso.
- Técnicas de relacionarse cálidamente, orientadas a la dependencia de los demás (confianza, empatía, sinceridad, tolerancia)
- Seguridad emocional y aceptación propia.

- Hábitos encaminados hacia una percepción realista (contrario a defensividad).
- Centramiento en los problemas y desarrollo de habilidades centradas en la solución de problemas.
- Objetivación del Self o lo que es lo mismo, desarrollar la introspección; reírse de uno mismo, etc.
- Una filosofía unificada de la vida, que incluya una particular orientación hacia la valoración; sentimientos religiosos diferenciados y una conciencia personal.

TIPOLOGÍA DE COMPETENCIAS

En la actualidad se consideran diversas dimensiones del concepto de competencia, lo que da cuenta de su origen múltiple. Existe una amplia gama de tipologías o clasificaciones de competencias.

La clasificación de competencias laborales más ampliamente utilizada es la proporcionada por Leonard Martens (1997). Este autor las clasifica en:

- a) **Competencias Básicas:** son las competencias que se adquieren en la formación básica, y que posibilitan la inserción al mundo del trabajo. Habilidades para la lectura y escritura, comunicación oral, cálculo

matemático, entre otras. “Son las competencias fundamentales para vivir en sociedad y desenvolverse en cualquier ámbito laboral”. (Tobón, 2006, p. 66)

Este tipo de competencias se caracterizan por:

- Constituyen la base sobre la que se desarrollan las demás competencias.
- Se desarrollan en la educación formal, en el ciclo básico y medio.
- Posibilitan el análisis, la comprensión y resolución de problemas de la vida cotidiana.

b) **Competencias Genéricas:** Entendidas como “competencias comunes a varias ocupaciones o profesiones”. (Tobón, 2006, p. 71) Se relacionan con las actitudes y comportamientos laborales, propios de diferentes ámbitos de producción. Como por ejemplo, la capacidad para el trabajo en equipo, habilidades de liderazgo, etc. Son aquellas competencias comunes a varias ocupaciones o profesiones.

De acuerdo a lo planteado por Tobón (2006), las competencias genéricas se caracterizan por:

- Aumentar la posibilidad de empleabilidad de la persona porque le permiten cambiarse de un trabajo a otro de manera fácil;

- Favorecen la gestión, obtención y conservación del empleo;
- Facilitan la adaptación a diferentes entornos laborales;
- No están relacionadas a una actividad profesional u ocupación en particular;
- Se adquieren mediante procesos sistemáticos de enseñanza - aprendizaje;
- Su evaluación y desempeño puede ser evaluado rigurosamente.

c) **Competencias Específicas o Técnicas:** se relacionan directamente con los aspectos propios de una ocupación y no son tan fácilmente transferibles a otros contextos laborales (ejemplo, la operación de maquinaria especializada).

Este tipo de competencias posee un alto grado de especialización, generalmente desarrolladas en programas técnicos, de formación para el mundo laboral y de formación profesional. (Tobón, 2006, p. 73)

Otra de las clasificaciones relevantes del concepto de competencias es la realizada por CONOCER de México. Definen la competencia como la capacidad productiva que se define y mide en términos de desempeño en un determinado contexto laboral, y no solamente de conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes; éstas son necesarias pero no suficientes por si mismas para un desempeño efectivo.

Dentro de este enfoque, existen tres elementos claves:

a) **Saber:** Conjunto de conocimientos relacionados con los comportamientos implicados en la competencia. Pueden ser de carácter técnico (orientados a la realización de tareas) y de carácter social (orientados a las relaciones interpersonales).

La experiencia juega un papel esencial como "conocimiento adquirido a partir de percepciones y vivencias propias, generalmente reiteradas".

b) **Saber Hacer:** Conjunto de habilidades que permiten poner en práctica los conocimientos que se poseen. Se puede hablar de habilidades técnicas (para realizar tareas diversas, por ejemplo, realizar una clases o seleccionar personal), habilidades sociales (para relacionarnos con los demás en situaciones variadas, trabajar en equipo, ejercer liderazgo, hablar en público), habilidades cognitivas (para procesar la información que nos llega y que debemos utilizar para analizar situaciones, tomar decisiones, etc.).

Lo habitual es que estas distintas habilidades interactúen entre si; por ejemplo, hablar en público implica no sólo el acto en sí de dirigirse a una audiencia y hablarle de algún tema (habilidad social), sino también, analizar sus reacciones, anticipar preguntas o críticas, estructurar mentalmente el contenido (habilidades cognitivas), reducir la ansiedad que le crea la situación (por medio de estrategias que implican

habilidades motoras y cognitivas) y utilizar medios audiovisuales de apoyo a la charla (habilidades técnicas).

c) **Saber Estar:** Conjunto de actitudes acordes con las principales características del entorno organizacional y/o social (cultura, normas, etc.). En un sentido amplio, se trata de tener en cuenta nuestros valores, creencias y actitudes en tanto elementos que favorecen o dificultan determinados comportamientos en un contexto dado.

En síntesis todos los elementos ya descritos llevan, en conjunto a la competencia, al "hacer", que resulta observable para los demás y que permite establecer diferentes niveles de desempeño (regular, bueno, excelente) de las personas en su ámbito personal y/o profesional, ya sea durante la realización de tareas diversas o en sus interacciones sociales.

Para efectos de esta investigación se utilizarán las definiciones de R. Boyatzis y Spencer & Spencer ya que incorporan elementos subyacentes a la personalidad del individuo y no se centran en la realización de una tarea determinada. Desde la psicología interesa indagar sobre los diferentes procesos que participan en el desarrollo de las competencias y como éstos pueden facilitar la instalación de las mismas.

CARACTERIZACIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Las definiciones del concepto de competencias anteriormente enunciadas, no son tratados exhaustivos sobre el tema, sino que evidencian el hecho que el concepto de competencia posee en la actualidad un “atractivo singular”. (Le Boterf, 1996): la dificultad para definirlo, aumenta con la necesidad de utilizar el concepto. Dicho de otro modo, es un concepto en vías de construcción.

No debemos concentrarnos en las dificultades que presenta la definición del concepto, sino que es necesario especificar y concretar algunos puntos importantes de la definición necesarios para nuestro quehacer.

1. El concepto de competencia conlleva la idea de todo un conjunto de conocimientos, procedimientos, y actitudes combinados, coordinados e integrados, en el sentido que la persona ha de “saber hacer” y “saber estar” para un ejercicio profesional competente. Sólo el dominio de estos saberes lo hacen realmente capaz de actuar eficazmente en determinadas situaciones profesionales (Fernández, 1999). Las competencias así entendidas, implican las capacidades del propio individuo, sin las cuales resulta imposible llegar a ser competente.
2. Las competencias sólo son definibles en la acción. Siguiendo la línea de Fernández, las competencias no pueden reducirse sólo al saber ni al saber hacer, por lo tanto no son asimilables a lo adquirido por la persona durante el proceso de

formación. El sólo hecho de poseer unas determinadas capacidades no hace a una persona competente. Es decir, la competencia no reside en las capacidades o recursos que se posean sino en la movilización de éstos. Por lo tanto, una persona competente es aquella que posee la capacidad de desempeñar efectivamente una actividad de trabajo movilizando los conocimientos, habilidades, destrezas y comprensión necesarios para lograr los objetivos que tal actividad supone.

3. Para el desarrollo de competencias no es suficiente el proceso de formación sino que la experiencia constituye un factor ineludible. El proceso de adquisición de competencias posee un carácter dinámico, es decir, pueden ser adquiridas a lo largo de toda la vida activa de una persona, constituyendo, por lo tanto,, un factor de flexibilidad y de adaptación a la evolución constante del mundo del trabajo. En síntesis, el concepto de competencias es indisociable de la noción de desarrollo (Levy-Leboyer, 1997).
4. Finalmente, el contexto en que se manifiestan las competencias es un elemento clave. Si seguimos la idea que sólo hay competencias cuando estas se ponen en acción, éstas no pueden entenderse en forma aislada del contexto particular en donde se ponen en juego. No podemos separarlas de las condiciones en las que se evidencian. Lo anterior no significa necesariamente que cada contexto determinado demanda una competencia particular, sino que es la situación la que exige una respuesta contextualizada. De lo contrario, diríamos que cada contexto demanda una competencia determinada.

ENFOQUES DE COMPETENCIAS

Existen tres enfoques de competencias: conductista, funcionalista y constructivista. Para efectos de esta investigación serán descritos los dos primeros con sus principales características.

Enfoque Conductual

La gran característica de éste, es que el análisis conductista "parte de la persona que hace bien su trabajo de acuerdo a los resultados esperados, definiendo el puesto en términos de las características de dichas personas". Pone el acento en el desempeño superior, siendo las competencias las características de fondo que causan la acción de una persona. Además, en este enfoque se identifican las características de la persona que causan las acciones de desempeño deseado.

“El desempeño efectivo es un elemento central en la competencia y se define a su vez en cómo alcanzar resultados específicos con acciones específicas en un contexto dado de políticas, procedimientos y condiciones de la organización. En este sentido la competencia es sobre todo, una habilidad que refleja la capacidad de la persona y describe lo que él o ella puede hacer y no necesariamente lo que hace ni tampoco lo que siempre hace independiente de la situación o circunstancia" (CINTERFOR, 2003).

Según Mc Clelland (1973) las competencias diferenciadoras son las que distinguen a un trabajador con actuación superior de un trabajador con actuación mediana. Las competencias genéricas o esenciales son necesarias para lograr una actuación media o minimamente adecuada. Las competencias diferenciadoras, para un determinado cargo, provocan un patrón y norma para la selección del personal, para la planificación de la sucesión para la evaluación de la actuación y para el desarrollo del personal, ya que son éstas las que producen un desempeño superior.

"Generalmente se aplica a los niveles directivos en la organización y se circunscribe a las capacidades que le hacen destacar ante circunstancias no predefinidas" (Mertens, en Foro Mundial INLAC, 2000).

Enfoque Funcional

Este modelo analiza las diferentes relaciones que existen en las empresas entre los resultados y habilidades, conocimientos y aptitudes de los trabajadores, comparando unas con otras. Busca aquellos elementos de habilidades y conocimientos relevantes para la obtención de un resultado o solución de un problema. Cuanto más diversas sean las circunstancias que pueden confirmar las habilidades y conocimientos requeridos por los trabajadores, los resultados del análisis proporcionarán un mayor conocimiento de la función.

“En este modelo se describen los productos y no los procesos, lo más importante son los resultados, no cómo se hacen las cosas. Así se desarrollan normas basadas en resultados, conocidos como normas duras. El sistema educativo formativo está orientado al rendimiento real en el trabajo" (CIDEDEC, 2002, en Casanova, 2002).

"Generalmente se usa este modelo a nivel operativo y se circunscribe a aspectos técnicos, convirtiéndolo en la plataforma de los desempeños mínimos esperados del personal" (Mertens , en Foro Mundial INLAC, 2000).

Enfoque Constructivista

El enfoque constructivista tiene su base en el modelo de formación desarrollado por Bertrand Schwartz. De acuerdo con los conceptos del Schwartz, la relación entre las condiciones y demandas de las situaciones concretas en el trabajo y las necesidades de sistematización del conocimiento o teoría es más significativa para el individuo si estas últimas cobran sentido a partir de las primeras, es decir, si el abordaje de conocimientos «teóricos» se hace en función de las condiciones de trabajo que podemos identificar como situaciones originales.(Vargas, Casanova, Montanaro, 2001, p. 28)

La competencia en este caso se construye no sólo a partir de la función que nace del mercado, sino que concede igual importancia a la persona, a sus objetivos y

posibilidades. La preocupación de la metodología constructivista incluye, a propósito, en el análisis a las personas de menor nivel educativo. En este sentido, esta metodología busca la participación activa del sujeto en los proceso de enseñanza-aprendizaje, retomando su experiencia concreta y concibiendo la formación como continua y permanente.

Para la finalidad de este estudio se utilizarán los enfoques conductista y funcionalista debido a que se ajustan a las características de las competencias a desarrollar en los alumnos de pre grado de la carrera de Pedagogía en Lengua y Cultura Inglesas de la Universidad Central de Chile.

FORMAS DE DESARROLLAR LAS COMPETENCIAS

El papel de la experiencia, tanto personal como laboral, es innegable en la adquisición y desarrollo de las competencias. “Si tradicionalmente se da una gran importancia a títulos o diplomas obtenidos en lo referente a formación previa, el concepto de competencia ha puesto el acento en la idea de que la experiencia profesional es el único medio de adquirir competencias no reconocidas por títulos, pero cuya evaluación objetiva es necesaria para que el individuo pueda beneficiarse de ellas y para que la empresa pueda utilizarlas" (Levy Leboyer, C. 1996).

Existen tres formas de desarrollar las propias competencias: en la formación previa, antes de la vida activa; a través de cursos de formación, durante la vida activa; y por el ejercicio mismo de una actividad profesional, es decir, mediante la vida activa.

Las personas "nunca cesan de aprender, a lo largo de la existencia. o, por lo menos, todas las experiencias son susceptibles de construir ocasiones de aprendizaje" (Levy Leboyer, C. 1996). Por lo tanto, el desarrollo de las competencias no se realiza sólo en actividades de aprendizaje formales o dentro del trabajo, involucran también actividades fuera de éstos, como por ejemplo familiares, sociales, etc.

La experiencia en terreno es valiosa y permite adquirir competencias únicas. Las experiencias obtenidas de la acción, de la toma de responsabilidad real y del enfrentamiento a problemas concretos aportan realmente competencias que la mejor enseñanza nunca será capaz de proporcionar.

Las organizaciones conceden cada vez más relevancia a este tipo de competencias diferentes de los conocimientos adquiridos en la formación tradicional. Debido a que los entornos laborales son específicos y requieren la adquisición de competencias precisas. El papel de las competencias de dirección y de las competencias de relación, de la capacidad para trabajar en equipo, de resolver conflictos, de mantener la sangre fría en situaciones de estrés..., no pueden enseñarse en la escuela y tienen un peso cada vez importante en las listas de exigencias definidas para caracterizar un puesto a cubrir (Levy Leboyer, C., 1996).

IV. MARCO METODOLOGICO

ENFOQUE METODOLÓGICO

El enfoque metodológico de la presente investigación se enmarca dentro de los parámetros de la investigación cualitativa definida como “el tipo de investigación que produce datos descriptivos: las propias palabras de las personas, habladas o escritas, y la conducta observable.” (Taylor y Bogman, 1992, p. 20). La elección de este tipo de metodología se sustenta en la necesidad proveniente de la realidad a estudiar, centrada en el interés de comprender los procesos vividos por los sujetos desde el marco de referencia de quien actúa. (Rodríguez, G., Gil Flores, J. y García, E., 1996, p. 58)

Para Hernández Sampieri el enfoque cualitativo utiliza la recolección de datos sin medición numérica para descubrir o afinar preguntas de investigación en el proceso de investigación.” (Hernández, Fernández y Baptista, 2006, p. 8)

Mediante el uso de este tipo de metodología, el investigador intenta estudiar los procesos experimentados por los alumnos participantes de un taller de desarrollo de competencias genéricas, es decir, acercarse a la realidad vivenciada por estos alumnos. Estudio centrado en las emociones, sentimientos, relaciones significativas y la vivencia del proceso de insight el posible cambio de comportamiento con respecto a un número determinado de competencias.

"Los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis" (Dankhe, 1986 en Hernández, Fernández, 1998). Miden o evalúan diversos aspectos, dimensiones o componentes del fenómeno a investigar.

Desde el punto de vista científico, describir es medir; esto es, en un estudio descriptivo se selecciona una serie de cuestiones y se mide cada una de ellas independientemente, para así describir lo que se investiga.

Siguiendo el planteamiento de Hernández, "los estudios descriptivos miden de manera independiente los conceptos o variables a los que se refieren, aunque, desde luego, pueden integrar las mediciones de cada una de dichas variable para decir cómo es y se manifiesta determinado fenómeno de interés, el objetivo no es indicar cómo se relacionan las variables medidas" (Hernández, R., Fernández, 1998).

El tipo de investigación cualitativa permite la interacción de los actores y el/los investigadores lo que lo diferencia del método cuantitativo donde existen hipótesis y procedimientos determinados. De este modo, la metodología cualitativa asume que el objeto de estudio se construye durante el proceso de investigación tomando en consideración el espacio en que esta se realiza.

La presente investigación pretende describir qué fenómenos aparecen en los estudiantes que participan de un taller de desarrollo de competencias genéricas y

cómo ocurren dichos procesos en alumnos de pre grado de la carrera de Pedagogía en Lengua y Cultura Inglesas, de acuerdo al perfil de egreso definido por la Universidad Central.

TIPO DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación se caracteriza por ser un estudio de tipo exploratorio descriptivo. En primer lugar es de carácter exploratorio porque de acuerdo a la bibliografía revisada y a los antecedentes obtenidos, el tema de los procesos generados a partir de un programa de desarrollo de competencias en estudiantes de pre grado de la Universidad Central, no posee datos concretos, es decir, el lugar donde se realizó este proceso, no existe ninguna investigación formal al respecto, y como señala Hernández, Fernández y Baptista (1998) “únicamente hay guías no investigadas e ideas vagamente relacionadas con el estudio” (Hernández, Fernández y Baptista, 1998, p. 58). A su vez es descriptivo por que se analizó como se comporta y manifiesta el fenómeno definido, en los estudiantes que participaron de la investigación. El estudio descriptivo de un determinado fenómeno tiene como objetivo, especificar las propiedades y o características de las personas, grupos que participan del estudio. Los estudios descriptivos “pretenden medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a

las que se refieren, estos es, su objetivo es indicar como se relacionan las variables medidas. (Hernández, Fernández y Baptista. 2006, p. 102).

DELIMITACIÓN DEL CAMPO A ESTUDIAR

UNIVERSO

El universo considerado en este estudio se define en función de los alumnos que cursan segundo y tercer año del plan de estudios de la Facultad de Educación.

Para efectos de la investigación se trabajará con un grupo de 30 alumnos que se presentaron a la convocatoria para realizar el taller de desarrollo de competencias.

MUESTRA

La muestra de un determinado estudio cualitativo se define como “un subgrupo de la población de interés. (Hernández, Fernández y Baptista, 2006, p.236), es decir, el conjunto poblacional a ser investigado corresponde a un subconjunto el que será seleccionado según determinadas características establecidas de ante mano por el

investigador, y deberá ser representativo de la población, y que conformará la unidad de análisis del presente estudio.

La presente investigación ha formulado como tipo de muestra a utilizar el no probabilística, también denominado muestra dirigida, donde la selección de los sujetos no depende de la probabilidad sino de causas relacionadas con las características del investigador, quien realiza una selección cuidadosa y controlada de sujetos de determinadas características, especificadas previamente en el planteamiento del problema (Hernández, Fernández y Baptista, 2006, p. 262). Además, se intentó seleccionar sujetos representativos ya que ofrecen gran riqueza, profundidad y calidad para la recolección y análisis de datos (Hernández, Fernández y Baptista, 2006, p. 262).

CARACTERÍSTICAS DE LA MUESTRA

El criterio para seleccionar la muestra de participantes del taller fue el tener todas sus asignaturas de sus planes de estudio aprobadas al momento de iniciar el taller y no tener experiencia laboral en áreas afines a la educación, y que estuviesen dispuestos a comprometerse a participar en forma voluntaria de las actividades programadas.

Al analizar el universo, la muestra quedará conformada por aquellos alumnos que cumplan los requisitos anteriormente señalados.

TÉCNICA E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

La investigación se realizará en términos descriptivos e intenta indagar las vivencias de los alumnos en un momento determinado en el tiempo y se centrará en la descripción de los procesos que se producen en los participantes de un taller optativo que se diseñó para desarrollar competencias genéricas establecidas en el perfil de egreso de los alumnos de dicha Facultad.

El estudio se desarrollará con una muestra de alumnos participantes del taller ofrecido a los alumnos de las carreras de Pedagogía y está inserto dentro del contexto de Rediseño Curricular en que se encuentra la Universidad.

El taller tuvo una duración de 12 sesiones realizadas semanalmente, en sesiones de 90 minutos cada una. La metodología utilizada en cada sesión fue una exposición de los elementos teóricos pertinentes a cada una de las competencias a desarrollar y luego se procedió a realizar discusiones ampliadas, role playing por parte de los participantes de situaciones relacionadas y la expresión libre de los procesos, sentimientos y experiencias relacionadas a los temas en cuestión.

El objetivo del taller es desarrollar las siguientes competencias genéricas:

- **Comunicación Efectiva:** Entendida como la capacidad de escuchar, hacer preguntas, expresar conceptos e ideas en forma efectiva, y exponer aspectos

Positivos. La habilidad de saber cuándo y a quién preguntar para llevar adelante un Propósito. Es la capacidad de escuchar al otro y entenderlo. Comprender la dinámica de grupos y el diseño efectivo de reuniones Incluye la capacidad de comunicar por escrito con concisión y claridad.

- **Trabajo en equipo:** Implica la capacidad de colaborar y cooperar con los demás de formar parte de un grupo y de trabajar juntos; lo opuesto a hacerlo individual competitiva mente. Para que esta competencia sea efectiva, la actitud debe ser genuina. Es conveniente que el ocupante del puesto sea miembro de un grupo que funcione en equipo. Equipo, en su definición más amplia, es un grupo de personas que trabaja en procesos, tareas u objetivos compartidos. Si la persona es un número uno de área o empresa, la competencia "trabajo en equipo" no significa que sus subordinados serán pares sino que operarán como equipo en su área/grupo.
- **Liderazgo:** Entendida como la habilidad necesaria para orientar la acción de los grupos humanos en una dirección determinada, inspirando valores de acción y anticipando escenarios de desarrollo de la acción de ese grupo. La habilidad para fijar objetivos, el seguimiento de dichos objetivos y la capacidad de dar *feedback*, integrando las opiniones de los otros. Establecer claramente directivas, fijar objetivos y prioridades, y comunicarlos. Tener energía y transmitirla a otros. Motivar e inspirar confianza. Tener valor para defender o

encarnar creencias, ideas y asociaciones. Manejar el cambio para asegurar competitividad y efectividad a largo plazo.

Estas competencias surgen del estudio realizado a partir del Proyecto Tunning realizado en los países miembros de la comunidad europea para determinar las competencias genéricas comunes a todo profesional que egresa de estudios universitarios de pre grado.

La universidad utilizó la técnica de panel de expertos para determinar qué competencias eran las más relevantes para el perfil de egreso de sus alumnos. Este panel lo conformaron los Directores y Secretarios de Estudio de las carreras que conforman la Facultad de Educación – Pedagogía en Enseñanza Básica, Pedagogía en Educación Física, Educación Parvularia, Educación Diferencial y Pedagogía en Lengua y Cultura Inglesas. Además participaron dos profesores en representación de cada una de las escuelas.

Las personas que integraron el panel de expertos fueron consultadas con una técnica de lluvia de ideas (Brainstorm), acerca de las competencias genéricas que creen que debería poseer el alumno de la Escuela, tanto para obtener un desempeño adecuado o promedio, como para uno superior al momento de realizar su proceso de práctica profesional y su posterior desempeño profesional.

Definidas las competencias más relevantes, se procedió a seleccionar la muestra que participaría del programa. El criterio para seleccionar la muestra de participantes del taller fue en primer lugar tener todas las asignaturas de sus planes de estudio aprobadas al momento de iniciar el taller y no tener experiencia laboral en áreas afines a la educación, y que estuviesen dispuestos a comprometerse a participar en forma voluntaria de las actividades programadas.

Una vez realizada la selección de los participantes se procedió a realizar una entrevista en profundidad a los seleccionados para determinar el nivel de desarrollo de las competencias definidas. El taller quedó finalmente constituido por 20 alumnos que cumplieron con los criterios mencionados por la Facultad de Educación.

Dado que la implementación de este programa de desarrollo de competencias en modalidad de taller corresponde a la experiencia piloto que se espera replicar el próximo año, se estimó oportuno que el investigador se integrara al equipo de desarrollo de este Plan Piloto de la Facultad para levantar la información que permita desarrollar el estudio en cuestión.

De acuerdo a este cronograma realizado ya por la Universidad, y en función de los requerimientos de información del presente estudio, las técnicas de recolección de información que se utilizarán serán:

1. Entrevista en Profundidad

Se utilizará la entrevista en profundidad como técnica de recopilación de información por que cumple con los objetivos de la investigación, a saber, conocer la realidad de los alumnos participantes del programa de desarrollo de competencias para indagar sus sentimientos, estados de ánimo, vivencias, entre otros. En resumen, conocer cómo ha resultado la experiencia del taller desde su vivencia y los efectos que ha tenido en sus vidas.

Esta técnica consiste en que un entrevistador solicita información a un individuo a a un grupo para obtener datos sobre una problemática específica. Galindo, J., plantea que la entrevista en profundidad es un “tipo de entrevista cualitativa de carácter holístico, en la que el objeto de investigación está constituido por la vida, experiencias, ideas, valores y estructura simbólica del entrevistado aquí y ahora. (Galindo, J., 1998, p. 299).

2. Entrevista de Incidentes Críticos

El método de la “Entrevista de Incidentes Críticos” se trata de recoger incidentes que, a los ojos de los expertos interrogados son "críticos", es decir, muy importantes para la actividad descrita. Estos incidentes deben haber sido realmente observados, deben ser puestos en su contexto, es decir, descritos en función de un problema a resolver,

en relación con las intenciones y con los objetivos de las persona afectadas y de tal manera que las consecuencias de los diferentes comportamientos adoptados puedan ser evaluadas, o por lo menos descritas, con precisión" (Levy-Leboyer, 1996).

La Entrevista de Incidentes Críticos consiste en una entrevista altamente estructurada, profunda y detallada del desempeño pasado del alumno. Permite identificar y medir el grado de recurrencia, consistencia y solidez de las competencias del sujeto, que se evidencian en el repertorio de comportamientos que éste ha utilizado en su actuación exitosa en una situación particular.

En la EIC, a través de una serie de preguntas abiertas, el entrevistador pide al entrevistado que le describa lo que hizo, dijo, pensó y sintió durante una experiencia concreta. El entrevistador debe invitar a los entrevistados a narrar las acciones concretas que tuvieron lugar en el pasado. De esta forma logra obtener las experiencias del entrevistado tal y como fueron y como él las vivió.

La entrevista de incidentes críticos es una entrevista dirigida o estructurada en la cual el objetivo final es evaluar el nivel de desarrollo de competencias del entrevistado. Es una entrevista dirigida en la cual se pueden utilizar diferentes técnicas, por lo tanto podemos comenzar con una pregunta abierta para formarnos una idea sobre los conocimientos técnicos y la experiencia del entrevistado, para luego continuar con un formato estructurado de preguntas para indagar la manera en que el entrevistado ha

actuado en una situación determinada y cómo ha puesto en práctica una competencia determinada.

PLAN DE ANALISIS DE LA INFORMACIÓN

La estrategia que se utilizará como técnica de recolección de datos requiere de un análisis de contenido del repertorio de los incidentes críticos, para lograr construir una lista de aquellos comportamientos implicados para, posteriormente, clasificarlos a fin de presentar los resultados en una lista de comportamientos, precisando su frecuencia e importancia.

Esta estrategia de análisis de contenido busca captar en su totalidad el contenido implícito de la lectura e interpretación, para realizar inferencias del texto a su contexto. En este sentido, un texto cualquiera equivale a un soporte en el que y dentro del cual, existen datos que poseen un sentido simbólico no siempre manifiesto ni único, pues se da en función de la perspectiva de quién lo lee e interpreta. (Ruiz, J. 1996).

De acuerdo a la definición entregada por Halles (2005) el análisis de contenido “es una técnica para estudiar y analizar la comunicación de una manera objetiva, sistemática y cuantitativa”, del cual es posible a su vez, realizar inferencias válidas y confiables de datos con respecto a su contexto.

El análisis de contenido se efectuará a través de la codificación, proceso mediante el cual, las características relevantes del contenido de un mensaje son transformadas a unidades que permiten su descripción y análisis preciso, facultando que lo importante del mensaje se convierte en algo susceptible de describir y analizar. Desarrollar un esquema de análisis explícito y objetivo reside en que este permite la cuantificación y la medición.

Este análisis de la información es lo pertinente dado el tipo de información que se obtendrá a través de entrevistas, y sesiones de counselling individual y porque se quiere ser fiel al relato y discurso de los propios participantes

Las operaciones realizadas para llevar a cabo el análisis de contenidos se reducen a tres pasos específicos:

1. **Segmentación y División:** En primer lugar se realizó una reducción de los datos, en unidades de contenidos, las que hacen mención a “fragmentos que expresan una misma idea” (Gill Flores, 1994, p. 72, específicamente en categorías estipuladas previamente).
2. **Codificación:** Se estableció un código distintivo a los fragmentos de las distintas entrevistas realizadas que se relacionan con un tema en específico, es decir, es un “agrupamiento conceptual, de las unidades, en función de la afinidad en los temas que aluden” (Gill Flores, 1994, p. 74)

3. **Selección de Datos:** Se seleccionaron los datos, basándose en los objetivos de la investigación, en otras palabras, es decir, se “reducen los datos a aquellos que conviene recoger” (Gill Flores, 1994, p. 83)

De los datos brutos a la categorización inicial: durante esta etapa, se procede a una primera revisión de la totalidad de fragmentos que componen cada entrevista, para lograr así categorizarlos de acuerdo a su contenido, es decir, obtener una codificación común para cada fragmento o frase que se enmarque dentro de una determinada temática. El trabajo realizado en esta primera etapa se denomina codificación abierta, debido a la indagación necesaria para poder obtener los datos significativos.

DETALLE DEL PLAN DE ANÁLISIS

Análisis de las entrevistas

Para realizar el proceso de análisis de la información recabada en las entrevistas realizadas se siguió el siguiente procedimiento:

1. Reproducción y Transcripción de las cintas: En primer lugar, se procedió a escuchar y transcribir total y literalmente el contenido de las cintas que contenían las entrevistas realizadas.

2. Segmentación de la información: Como segundo paso, se procedió a segmentar los discursos arrojados en las entrevistas en fragmentos que expresan ideas similares.
3. Categorización y codificación de la información: Con la información ya segmentada se procedió a categorizar el discurso en temas comunes, a los que se les asignó un código específico.
4. Finalmente, se procedió a una reducción de los datos que resultaron relevantes para el presente estudio.

VI CATEGORIAS DE ANALISIS

Para llevar a cabo el análisis de los datos obtenidos, se han utilizado una tabla compuesta por determinadas categorías, las que han sido establecidas en función de la información obtenida en las entrevistas realizadas en la investigación, y en conjunto con algunos de los planteamientos teóricos relevantes y analizados en el marco teórico. La tabla de categorías desarrollada para conocer los procesos que experimentaron los participantes de la investigación durante el transcurso del proceso de desarrollo de competencias.

Los distintos autores al abordar el tema de las competencias, proponen distintos elementos constituyentes. Sin embargo, la mayoría coincide en destacar la existencia de características propias del individuo que representan determinados comportamientos, rasgos o maneras de pensar y actuar permanentes en el tiempo, que permiten la unión y movilización de recursos para lograr un desempeño determinado dentro de un contexto específico.

La tabla de categorías ha utilizado estos planteamientos para intentar comprender los procesos que experimentan los estudiantes durante el proceso de desarrollo de competencias.

TABLA DE CATEGORIAS

N°	Categoría	Subcategoría
1	Elementos Afectivos	Sentimientos positivos
		Sentimientos negativos
2	Relación con el medio	Relaciones familiares
		Relaciones Académicas
3	Autopercepción	Respecto de su personalidad
		De si mismos basado en percepción social

4	Vivencia del Proceso	Vivencia del Insight
		Vivencia del cambio de comportamiento

PRESENTACION DE RESULTADOS Y ANALISIS

El interés de esta investigación radica en las ideas, pensamientos, sentimientos y emociones relacionadas con el desarrollo de competencias genéricas que experimentan los alumnos que participan del taller y así conocer cómo se ha vivenciado el proceso y los efectos que ha tenido en la vida de cada uno de ellos.

Para llevar a cabo el presente trabajo y cumplir con los objetivos trazados, se optó por la entrevista en profundidad, como la principal técnica de recolección de información. Se aplicó entrevistas en profundidad a nueve de los participantes que conformaron la muestra de estudio, mediante la grabación de sus relatos; el paso siguiente fue la transcripción las grabaciones con el objetivo de obtener las categorizaciones correspondientes que representaran la experiencia vivida por los alumnos

La entrevista en profundidad fue la técnica adecuada para recuperar los relatos de los alumnos, pero existió al inicio la dificultad que la mayoría de los alumnos se

concentraron en las temáticas abordadas en las sesiones del taller más que en los procesos vividos producto de dichas sesiones. Es por ello que actualizar las vivencias en el transcurso de la entrevista, provocaba la evocación de experiencias, sentimientos y emociones experimentadas, lo que les permitía focalizar y continuar el relato. Es por ello que algunas entrevistas resultan más extensas y cualitativamente cuentan con un valioso material esencial para el análisis.

Una vez realizada las entrevistas a cada uno de los participantes, es posible determinar mediante el discurso de éstos un número de categorías que permiten reflejar los contenidos más relevantes que se rescatan de las experiencias de los alumnos que participaron de la experiencia del taller de desarrollo de competencias genéricas.

Antes de realizar la presentación de los resultados del análisis e las ideas más relevantes a través del discurso de la muestra del estudio, es importante establecer claramente que el objetivo de la investigación es el estudio descriptivo de los procesos generados, elemento común que permitirá entender de manera cabal la experiencia de cada uno de los alumnos participantes.

CATEGORIA N° 1 Elementos afectivos

Estos elementos se entienden como la manera que tienen los sujetos de reaccionar tanto física como psíquicamente, frente a situaciones que permiten desplegar sentimientos, emociones que surgen al realizar el insight.

Para entender los elementos afectivos presentes en las vivencias de los participantes del taller, es importante consignar el concepto de emoción sobre el que sustentan.

Se entiende por emoción a los sentimientos positivos o negativos producidos por situaciones específicas vivenciadas por los participantes durante y posterior al proceso de desarrollo de competencias.

Análisis de la Sub Categoría Sentimientos Positivos

Sentimientos positivos: Entendidos como algo beneficioso, alejado de la crítica, que permite crecer en perspectivas de un futuro desarrollo orientado a otros; lo que se espera a futuro; respecto a lo que haré y podrá ocurrir. Estos sentimientos pueden guiar el desarrollo de una determinada conducta o competencia futura.

En primer lugar, es posible apreciar que los alumnos que participaron de la instancia del taller, manifiestan sentimientos positivos especialmente en relación a la

percepción de los logros alcanzados en este proceso, lo que ha traído bienestar a sus vidas y que estaría manifestándose en acciones concretas.

“Como ya lo expresé, estoy contenta porque creo que día a día me voy fortaleciendo”.

“Estoy bastante contenta con los logros que he experimentado este último tiempo”

Los sentimientos positivos surgen en la mayoría de los casos al percibir ciertos cambios en sus relaciones, producto de las temáticas abordadas y las actividades realizadas en las sesiones del taller. Los relatos no hacen mención a ningún comportamiento o competencia específica, sólo manifiestan su bienestar personal frente al proceso realizado en el taller.

“estoy contenta porque el taller me ha ayudado harto”

“feliz porque siento que estoy mejor preparado en estos momentos”

En segundo lugar, se presentan sentimientos positivos al percibir un cambio en la imagen que tienen de ellos mismos, lo que en consecuencia trae consigo una mejor relación con el medio proporcionando una instancia de crecimiento personal hacia

una edad adulta más madura y consciente de sus propias capacidades, dentro de un ánimo de alegría y sensación de bienestar consigo mismos.

“Estoy contenta conmigo misma”

“Estoy contento con mi cambio de actitud en la universidad”

Esta visión positiva de la experiencia podría ser la manifestación de la aceptación de la identidad propia, del self, es decir, los individuos se ven a sí mismos como entes individuales, separados y diferenciados de los demás.

Se puede señalar que para los alumnos de la muestra es de gran significación la valoración que dan a esta experiencia, con esto nos referimos a una percepción positiva asociada a sus ámbitos de relaciones significativas.

“La relación con la familia está cambiando para mejor y esto me tiene tranquilo y contento”

En tercer lugar, la expresión de sentimientos positivos dice relación con si mismos y respecto a la relación con sus pares y familia.

“Estoy contento por que me he dado cuenta que me estoy haciendo cargo de mis propios actos y estoy más autónomo”

“estoy mejor con mis hermanos, hablamos más”

*“en la universidad me he relajado más y ya no discuto tanto,
todo bien”*

Al referirse a la relación con sus padres, dan cuenta que está en un proceso de cambios asociado tal vez a la posible desarrollo de competencias tales como la comunicación efectiva, asertividad y empatía. El manejo de ciertos conceptos relacionados a estas áreas y la posterior puesta en práctica en situaciones concretas planteadas en el taller, ha permitido la toma de conciencia de su relevancia y originado un cambio en los comportamientos de los sujetos. La relación con sus pares parece también dar cuenta del mismo proceso. La manera de relacionarse con los demás está en un proceso de transformación básicamente por los cambios de comportamiento que están evidenciando los alumnos. En este ámbito podemos pensar que las competencias abordadas en el taller están siendo desarrolladas, sin embargo, no contamos con una evaluación del nivel desarrollo de las mismas.

En cuarto lugar, los sujetos de la muestra manifiestan sentimientos positivos con características de esperanza, dan cuenta de comportamientos que les permitirán crecer y percibir el futuro de forma más positiva.

*“tengo fe de mejorar y poder ser lo más clara posible a la hora
de expresarme con cualquier persona”*

“Espero que con el tiempo tener una actitud más relajada en el tema de los celos”

“a decir verdad, estoy bastante confiada que puedo ser una mejor persona cada día”

Si analizamos estos ejemplos del discurso de los participantes del taller, podemos precisar que estos sentimientos se relacionan principalmente con un deseo de mejorar ciertas características que llevan a determinados comportamientos, que en estos momentos les impiden relacionarse de manera armónica consigo mismos y con los demás. Este sentimiento está presente ante la posibilidad de modificar determinadas características individuales de comportamiento, ciertos rasgos de personalidad que estarían ubicados en una zona más periférica de la personalidad y por lo tanto serían susceptibles de modificar.

“Espero que mi forma de comportarme cambie con el tiempo”

Además, es recurrente la presencia de este sentimiento de esperanza en relación a la competencia de comunicación efectiva. Hay una expresión explícita de mejorar el manejo de esta competencia en la casi totalidad de los sujetos de la muestra.

“espero poder cambiar por que realmente no deseo seguir sufriendo”.

“tengo fe de mejorar y poder ser lo más clara posible a la hora de expresarme con cualquier persona”

Podríamos hipotetizar que la competencia de comunicación efectiva, a cuyo desarrollo no se presta mucha atención en el sistema educacional, da cuenta de una necesidad verdadera de los jóvenes de ser capaces de comunicarse efectivamente con su entorno. Esta competencia es una habilidad que pareciera de fácil desarrollo, sin embargo, como psicólogos nos veremos enfrentados en muchas oportunidades a la dificultad de desarrollarla adecuadamente, ya que en ella se ponen en juego no sólo la facilidad para expresar verbalmente nuestros mensajes, sino también entran en juego componentes no verbales que en el proceso comunicativo que establecen los jóvenes juega una papel tan importante como lo verbal. Esto se observó durante el desarrollo del taller especialmente en las sesiones dedicadas al desarrollo de esta competencia ya que se evidenció en la muestra dicotomía entre la forma de expresar verbalmente un mensaje y la corporalidad que lo acompaña.

Desde el enfoque de competencias, ambos ámbitos de la comunicación son factibles de desarrollar, siempre que no comprometan a elementos más profundos de la personalidad, en cuyo caso, estaríamos enfrentados a una dificultad mayor.

En quinto lugar, el relato de los alumnos también da cuenta de un sentimiento de esperanza al referirse a sus rasgos más profundos de personalidad y que estarían abordando la integralidad de la persona, no sólo sus disposiciones personales: Esta

esperanza se expresa en casos en que los alumnos están consientes de determinados aspectos de su personalidad con los que no están conformes y esperan que mediante el desarrollo de competencias, estas características cambien o mejoren a futuro.

.”espero con el tiempo tener una actitud más relajada”

“espero que mi forma de comportarme cambie con el tiempo.”

“a decir verdad, estoy confiada en que puedo ser una mejor persona.”

De esta manera, los procesos vividos por los individuos han permitido que surjan sentimientos positivos que conllevan una clara mirada optimista respecto al futuro, pero mediando eso sí cambios en sus comportamientos, es decir, ciertas competencias debieran desarrollarse para que éstos se concreten en el futuro.

Análisis de la subcategoría Sentimientos Negativos

Sentimientos negativos: Entendidos como todos aquellos sentimientos que denotan malestar frente a una conducta o experiencia determinada.

Al analizar la sub categoría de sentimientos negativos, en algunos de los sujetos de la muestra dichos sentimientos se manifiestan al darse cuenta de que las competencias a desarrollar en el taller no estaban presentes o aún no se habían desarrollado.

“ en algunos momentos me daba un poco de “lata” el no tener las competencias que se trabajaban en el taller”

“era a veces un poco frustrante el no poseer ciertas competencias para desarrollarlas en el trabajo diario en la universidad y en el desarrollo de trabajos grupales”

La instancia del taller ha permitido que los jóvenes tomen conciencia de la relevancia de dicha competencia e intenten desarrollarla a partir del proceso vivenciado en el taller.

En segundo lugar, los jóvenes manifiestan malestar al darse cuenta que no poseen un conocimiento determinado. La ausencia del conocimiento se asocia a la imposibilidad de evidenciar la competencia, por lo tanto, valoran positivamente los elementos teóricos aportados por el taller en pos del desarrollo de la competencia a futuro.

“Me amurré cuando ví que no sabía nada”

“Es frustrante sentirse ignorante frente a cosas simples”

El conocimiento adquiere una relevancia sustantiva al momento de desarrollar determinadas competencias ya que los alumnos vivenciaron que el sentido común no basta para poder realizar cambios de comportamiento concreto. Además surgió un interés por ciertas temáticas, por ejemplo liderazgo y trabajo en equipo, lo que los llevó a informarse sobre determinados temas. Este interés en estas dos áreas surgió principalmente porque se asoció al trabajo que deben realizar en su calidad de alumnos universitarios y en especial por asociarlos a un buen desempeño futuro en el ejercicio profesional.

“No sabía nada de trabajo en equipo. Incluso leí un libro sobre el tema durante el verano”

“estoy leyendo sobre liderazgo. Fue frustrante ver que no era líder como creía.”

“a pesar de la lata y rabia, igual continué asistiendo”

En tercer lugar, los sentimientos negativos también pueden aparecer cuando se abordan esferas más profundas de la persona, cuando los alumnos se enfrentan con su propia realidad o su manera de ser.

“recuerdo cuando la Cata y Nadia me dijeron que hacia de dictadora, me dio rabia, lata, me dolió harto.

“me da mucha rabia la situación, dan ganas de mandar todo a la punta del cerro”

“he pasado días enteros sufriendo y llorando por que no soy capaz de comunicar lo que siento realmente”

En estos relatos no se aprecia una posibilidad de cambio de comportamiento que pueda llevar al sujeto a una solución de su problemática, más bien vemos una cierta pasividad frente a la situación determinada. Esta cierta pasividad puede deberse al hecho que ciertas competencias aún no han sido debidamente desarrolladas y por lo tanto el sujeto se ve imposibilitado de realizar cambios concretos.

En relación a lo anterior, podríamos hipotetizar que esta conducta da cuenta de características más inherentes al individuo y por lo tanto serían más difíciles de modificar y traducir en la evidencia de un comportamiento determinado.

En cuarto lugar, la aparición de sentimientos negativos podría deberse a la imposibilidad de algunos alumnos de manejar adecuadamente ciertos procesos propios de la edad adulta en busca de una consolidación de su posición en el mundo. Por ejemplo, está presente el esfuerzo por intentar independizarse de los padres porque se considera que es el momento adecuado, o ya se tiene edad suficiente para enfrentar el mundo. Sin embargo, al confrontarse con la realidad, se ven enfrentados

que aún no es momento indicado para ello y continúan con su vida dentro del núcleo familiar.

“estoy grande, tengo un hijo y todo, pero me frustra no contar con las condiciones necesarias para irme de la casa”

“uno de los últimos conflictos fue cuando les conté a mis viejos que quería irme de la casa, pero no pedo todavía.”

“me dijeron si te vas no hay mas plata para la universidad,.tenían razón, y aquí estoy.”

En este caso se aprecia el intento por independizarse y comenzar un nuevo camino, pero aún no cuentan con una independencia de carácter económica que les permita valerse por sí mismos, a pesar de percibirse como capaces de hacerlo.

Si consideramos el proceso que estas personas están viviendo, podemos hipotetizar que han tomado conciencia que poseen ciertas características propias de la edad adulta, una visión más realista de su persona, establecen relaciones más armónicas con los otros, sin embargo manifiestan su disconformidad frente a condiciones ambientales que les impiden evidenciar el cambio.

CATEGORIA N° 2 Relación con el mundo

Esta categoría es entendida como la manera en que los alumnos que conforman la muestra del estudio se relacionan con su entorno, a nivel familiar y social. Comprende los distintos modos de establecer y mantener relaciones.

Análisis de la Subcategoría Relaciones Familiares

Relaciones Familiares: Entendidas como la manera en que se dan las relaciones al interior del núcleo familiar y el modo en que éstas se establecen.

La familia conforma el grupo más significativo en el mundo de las relaciones de los seres humanos. Es en el seno de familia en que el individuo comienza su proceso de socialización que le permitirá paulatinamente insertarse en su mundo social y es en el núcleo de la familia donde el individuo comienza a desarrollar su personalidad, los rasgos característicos que la conformarán. Es así como la manera de relacionarnos con sus integrantes nos permite hipotetizar sobre los posibles modos de relacionarnos con el mundo.

Un primer elemento referido al tema de las relaciones familiares, al analizar los elementos del discurso, dice relación con comportamientos o competencias aún no

desarrolladas del todo, a saber, la comunicación, y que son las que generarían las dificultades:

“con mi familia nunca ha habido grandes problemas, peleas o cosas por el estilo; a pesar de ser bastante reservado con mis cosas”

“Mis papás siempre me preguntaban que contaba, como estaba, y mis respuestas siempre eran evasivas o “estoy bien; no pasa nada”

Estos relatos evidencian ciertos rasgos o características en los sujetos de la muestra que de una u otra manera entorpecen el desarrollo fluido de las relaciones al interior de la familia. La manera de ser de los individuos traba, por ejemplo, la comunicación con sus padres lo que puede haber generado ciertos conflictos. Si esta competencia se desarrolla de manera efectiva, las relaciones debieran mejorar.

Un segundo elemento que surge, es el modo de relacionarse con sus padres. Esta relación es descrita como distante, quizás en un intento por mantener el mundo privado a resguardo de la mirada de los padres. Este comportamiento puede estar dando cuenta de un rasgo determinado de personalidad del individuo, y que debería abordarse con más detención para determinar si es un rasgo característico de la persona, es decir, siguiendo a Allport, una disposición personal respecto a manera en

que nos comunicamos, o podría estar dando cuenta e una característica propia de la edad adulta, etapa en la cual buscamos independencia de nuestros progenitores y estamos construyendo nuestro propio mundo privado.

“La relación con mis padres ha cambiado, ahora que estoy más grande los entiendo más”

“A mis papás, les cuento más las cosas, es una relación que poco a poco se ha convertido en una cosa más relajada y abierta, somos más amigos”.

“En lo que respecta a las relaciones familiares, ha habido momentos de tensión, por ejemplo cuando les dije que quería irme a vivir solo”

“Creo que en cuanto a las relaciones familiares siempre se ha presentado la discordia existente entre mi madre y yo, sobre todo en lo que respecta a mi hija.”

Los anteriores relatos pueden ayudar a confirmar lo anteriormente planteado. Con la entrada a la etapa adulta no sólo cambia la forma de relacionarnos con nuestros padres, sino que también cambia la imagen que tenemos de ellos. En la infancia, los individuos tienen una imagen idealizada de nuestros progenitores, ellos son los

poseedores de la verdad. Esta imagen se ve refutada con la rebeldía propia de la adolescencia, etapa en que suelen ser abiertamente criticados. Sin embargo, en la etapa adulta, podríamos decir que estos jóvenes los comienzan a ver como personas más cercanas por lo tanto se relacionan de manera diferente.

La edad promedio de los alumnos que participaron de la muestra es de 22 años, en otras palabras, la muestra corresponde a personas que están iniciando su etapa de edad adulta, lo que Allport denomina una personalidad madura. Es característico, según el autor, que en esta etapa, la adaptación social de la personalidad madura se denota principalmente por dos clases de relaciones emocionales que se establecen. En virtud de la extensión de sí mismo, la persona puede establecer relaciones de gran intimidad en su capacidad de amar, tanto a nivel familiar como social. En esta etapa la persona rehuye de sus intentos de dominar a los demás, incluso a los miembros de su propia familia. Las relaciones se dan en un plano de mayor desprendimiento que le permite respetar y considerar a los otros. (Allport, 1967, p. 349)

Un tercer elemento que aparece en esta subcategoría da cuenta del modo de establecer relaciones familiares, con base a características de personalidad más profundas, en que el joven se relaciona de determinada manera porque se percibe de una manera determinada.

“con mis hermanos soy bastante autoritario”

“No puedo conversar con mi mamá; ambas somos intransigentes”

Si el modo de relacionarse con los demás está condicionado por nuestra manera de ser, un modelo de competencias que pretenda desarrollarlas quizás no logré los cambios de comportamiento deseados por corresponder a rasgos existentes en el núcleo de la estructura de personalidad y que de acuerdo a los autores consultados, son características más permanentes y difíciles de modificar.

“mi madre me desautoriza constantemente cuando se trata de mi hija y lo que usualmente causa conflictos entre ella y yo”

Análisis de la Sub Categoría Relaciones Sociales

Relaciones sociales: Entendidas como la manera en que se establecen las relaciones fuera del núcleo familia y el modo como estas se mantienen.

A través de los relatos entregados por los alumnos, ha sido posible comprender la manera en que perciben sus relaciones sociales. En términos generales, vivencian las relaciones sociales que establecen con el medio, en el ámbito académico, universidad, y fuera de ella en forma positiva

“Mi relación con mis compañeros es buena;”

*“Con mis amigas me pasa lo mismo, tenemos una buena relación
creo por ser en el grupo un poco la líder”*

*“en clases siempre doy mi opinión, y me relaciono bastante
bien con todos”*

*“Socialmente tengo peores problemas. Me llevo bien con
mucha gente”*

Las relaciones son vistas como positivas, sin conflictos aparentes. Sin embargo, no es posible determinar claramente que características o competencias se ponen en juego al establecer este tipo de relación.

Segundo, al enfrentarse los sujetos a situaciones sociales que conlleven un cierto grado de conflicto, salen a la superficie elementos más profundos de la personalidad, y las relaciones que en términos generales podrían catalogarse como armoniosas, se transforman en su opuesto.

*“He tenido problemas con algunos compañeros, puede ser por
mi sarcasmo, pero en general me llevo bien con todos”.*

“Somos super amigos, pero la verdad no supe como reaccionar en un principio, luego le contesté de mala manera, y aumentó mi nivel de agresividad”.

Estos conflictos surgen cuando se relacionan con su círculo social más cercano, con aquellas personas que son consideradas significativas en el mundo relacional de estos jóvenes. En la mayoría de los sujetos de la muestra no hay conflictos relevantes cuando las personas con las que se están relacionando no tienen mayor significación dentro de su mundo.

“en la universidad no me pasan muchas cosas, porque no tengo gente que yo quiera”

“En clases no tengo problemas con nadie, me relaciono bien con todos”

Un tercer elemento, pareciera ser que en el mundo de las relaciones sociales con conocidos, el manejo de determinadas competencias no presenta dificultades. La mayoría de los alumnos manifiesta relacionarse de manera armoniosa.

En la etapa adolescente, el círculo de amigos es bastante amplio-. Los jóvenes están interesados en establecer nuevas relaciones sociales que les permita ampliar los círculos en los que se mueven. Sin embargo, al adentrarnos a la etapa de madurez,

pareciera ser que este círculo comienza a estrecharse, el número de los considerados amigos es más reducido, y con ellos, que son los significativos, ponemos en juego una mayor número de disposiciones personales al momento de relacionarnos. Es dentro de este círculo de amigos, donde pareciera se ponen en juego las competencias que poseemos y es en este mismo círculo donde surgen los conflictos ya que es aquí donde los jóvenes se dan la libertad de expresarse más libremente, y por lo tanto, las actitudes, valores o imagen que cada persona posee de sí misma y de los demás, son motivos reactivos que corresponden a predicen cómo se desempeñaran a corto plazo y en donde dichos recursos sean necesarios.

Un cuarto elemento dice relación con la aparición de una inconsistencia entre la situación y el comportamiento que se observa. Las respuestas debieran ser acordes con el contexto en que se desarrollan Sin embargo, esto no se da en todos los casos. Algunos de los alumnos se alteran, se molestan o tienen reacciones que quizás pudiesen considerarse sobre dimensionadas para el contexto determinado, lo que puede indicar la falta de una determinada competencia, una competencia aún no desarrollada del todo, o simplemente la manifestación de un rasgo o característica de personalidad más arraigado en el sujeto.

“con la Cata, mi mejor amiga, pierdo el control bastante seguido”

“cuando no me interesa la persona, o no me sirve, simplemente no la pesco”

CATEGORÍA N° 3 Autopercepción

Para este investigador, la autopercepción es entendida como la descripción que el sujeto tiene de sí mismo, incorporando características de personalidad que le hacen ser lo que es en este momento. En esta investigación se conjuga la imagen que el individuo tiene de su persona con la imagen que el medio tiene de ellos

Análisis de la Sub categoría Autopercepción respecto de características de personalidad

Autopercepción respecto de características de personalidad: Entendida como la percepción que los individuos que componen la muestra tienen de sí mismos; la imagen de su personalidad que los hacen ser lo que son.

El concepto de sí mismo que posea el individuo nos permitirá predecir su comportamiento en determinadas situaciones en el corto plazo.

Según Allport, la identidad propia (del SELF; de uno mismo) se desarrolla en los dos primeros años de vida, en esta etapa, la persona se ve a sí misma como un ente individual, separado y diferenciado de los demás.

Para este mismo autor, la autoimagen se desarrolla entre los cuatro y seis años. Allport define la autoimagen como “el reflejo de mí”; aquel que los demás ven. Esta sería la impresión que proyecta en los demás; mi “tipo”, mi estima social o estatus, incluyendo mi identidad sexual. Es el principio de la conciencia, del Yo ideal y de la persona. Esta imagen que la persona desarrolla de sí mismo, en la etapa adolescente es dependiente de los demás, de quienes conforman el mundo significativo de la persona. Durante esta etapa de la vida, el joven frecuentemente no se atreve a oponerse a las costumbres que rigen entre sus pares. “La imagen de sí mismo y su sentido de identidad no son suficientemente firmes para resistir el esfuerzo.” (Allport, 1967, p. 158).

La forma en que los alumnos se perciben a sí mismos se aprecia claramente al analizar el discurso de algunos de los jóvenes que conforman la muestra, surgen dos miradas que se contraponen. .

En primer lugar, la autopercepción de características positivas da cuenta de ciertos rasgos de personalidad constante en los individuos, que podrían estar más cercanos al núcleo de la personalidad.

“muchas veces pensaba que al entregarme mi opinión y ser participativa, podía contribuir a un mejor trabajo y comunicación”

Por más que uno busque la instancia del diálogo, por que siempre converso las cosas, por que soy directa y honesta, existe una negativa de parte de ellos.

“por que me siento cómoda la mayoría de las veces en mi posición, con mi forma de ser”

Se aprecia que los jóvenes se perciben a sí mismos como poseedores de ciertos rasgos centrales, que los caracterizan como, por ejemplo, sujetos comunicativos, honestos, bondadosos, etcétera. Estas características que se movilizan en un determinado comportamiento, que si bien, en algunos casos pareciera no lograr el resultado esperado, se manifiesta como una característica permanente. Ellos se definen diciendo “yo soy así”; “me siento cómodo con mi forma de ser”; etcétera. Lo anterior, nos permiten hipotetizar que existe una cierta definición de su forma de ser, del sí mismo, ya consolidado.

Esta autopercepción positiva, en algunos casos es idealizada, por ejemplo,

“Creo que soy buena para ayudar y guiar a las personas que me rodean”

“Se que soy una mujer integra y que tengo demasiado que entregar”

Por lo tanto, podemos decir que esta descripción aporta elementos sobre determinados características, rasgos o en definitiva competencias que llevarán a la persona a comportarse de una manera determinada, íntegra, y que podría manifestar dicho rasgo en su forma de comportarse no sólo a nivel social sino también profesional.

Sin embargo, puede suceder que esta autopercepción aún no haya sido confrontada con el mundo, es decir, la persona puede no haber vivido experiencias que le lleven a cuestionarse sobre determinados rasgos, determinadas características, por lo tanto, la percepción que puede poseer de sus competencias genéricas también puede estar teñida de esta suerte de solidez de dicha característica.

*“creo que soy capaz de llegar a la gente y de hacer que confíen en mí,
por que soy confiable.*

En segundo lugar, la autopercepción de los alumnos presenta una connotación negativa. Esta visión negativa de sí mismos está relacionada con una cierta disconformidad con su modo de ser, lo que genera malestar. Si esta disconformidad está dada por la ausencia de una competencia, podemos pensar que una vez desarrollada, la incomodidad sentida por el alumno desaparezca. Sin embargo, este malestar puede estar asociado a la forma de ser del sujeto y no relacionada con la evidencia de un determinado comportamiento en un contexto dado.

“en realidad no me siento tranquila con migo misma y con mi forma de se”

“ no soy capaz de comunicar lo que siento realmente por miedo a perder a las personas a las que quiero”

“me cuesta aceptar opiniones distintas a las mías, creo que soy poco intransigente”

Además, sus discursos dan cuenta de la evidencia de una determinada intención por no transparentar la verdadera imagen de sí mismos, ya que en ciertos casos esta percepción es de características negativas. Por lo tanto, evidencian una competencia que les permita complementar un determinado rasgo de su personalidad con el cual podrían no estar muy contentos.

“personalmente me guardo mucho todo lo que pasa en cuanto a mis sentimientos por miedo a mostrarme débil.

“no me siento tranquila con migo misma y con mi forma de ser., pero igual lo disimulo”

“Me he dado cuenta que por mi forma de ser, reservada y complaciente, mi grupo de compañeros más cercano se ha aprovechado de mí en ciertas ocasiones

“Creo que en términos generales soy una persona un poco rígida; si algo no me gusta, o si alguien no me sirve, simplemente lo deshecho.”

Si asumimos que estos jóvenes están iniciando la etapa de madurez, aún hay mucho que descubrir y experimentar para así poder tener una imagen de sí mismos más real y no teñida de percepciones negativas que se gatillan en sus relaciones con el mundo. Una vez consolidada la madurez, una vez alcanzada la autonomía que esta etapa de la vida supone, serán capaces de poseer una imagen de sí mismos cabal y consistente con sus características profundas de personalidad que de una u otra manera permitan que las disposiciones personales se manifiesten en comportamientos congruentes y consistentes con dichas características.

Recogiendo lo planteado por Allport al plantear que la mayoría de los comportamientos humanos están motivados por un funcionamiento como forma expresiva del self, lo que denomina funcionamiento propio o propium. Desde esta perspectiva, la mayoría de las cosas que realizamos en la vida están orientadas por nuestra forma de ser. Es decir, el comportamiento propio se caracteriza por su tendencia a la actividad, por su orientación al futuro.

Si la percepción de si mismos se consolida en la edad madura, la persona actuará de una determinada forma o ser de una manera determinada será porque verdaderamente sentimos que dichos comportamientos serán una expresión directa de quienes somos.

“no he sido capaz de aclarar las situaciones o decir que no cuando a mi me parece; parece que soy muy complaciente.”

“Por que me es imposible cambiar? Debe ser mi personalidad rígida.”

“Me es imposible explicarme a mi misma el ‘por qué’ de mi incapacidad para salir de la posición de debilidad ante la cuál me posiciono con la gente”

Análisis de la Subcategoría Autopercepción de si mismo basado en una percepción social:

Autopercepción de si mismo basado en una percepción social: Entendida como la percepción que los individuos desarrollan de sí mismos basados en la imagen que tienen de ellos quienes le son significativos en su medio.

En esta transición que están experimentando los sujetos de la muestra entre el inicio de la edad madura en camino a su consolidación, la percepción que los otros tienen de ellos es bastante significativa.

“me consideran líder por tener un carácter mas fuerte;

“Algo que me ha dado vuelta, es cuando me di cuenta que algunos de mis compañeros me ven como autoritaria.

“En la universidad mis compañeros siempre me ven como líder el que la lleva”

Una cuestión es que los otros no los ven como son. Al manifestar las percepciones que los otros tienen de ellos, pareciera que entre líneas manifiestan un sentimiento negativo al vivenciar que los demás no los ven como son realmente. Es decir, desde la perspectiva de las competencias planteadas por Spencer & Spencer, quizás estemos frente sólo a la parte visible de éstas y lo que ven los otros son ciertas destrezas que los alumnos evidencian en comportamientos determinados, pero que dan cuenta de sus rasgos de personalidad que están en la zona no visible del iceberg.

“Mis compañeras no logran verme como soy realmente. No hay mucho que hacer en este caso”

“Usualmente conozco gente que se aprovecha por que me ven débil”

Otra cuestión presente es una dicotomía entre como me percibo yo y como me perciben los otros. Si los otros logran ver sólo determinados comportamientos, puede presentarse una dicotomía entre la percepción que de sí mismos poseen y la percepción del medio. De no mediar un desarrollo efectivo de determinadas competencias quizás la verdadera imagen del individuo nunca sea percibida por los demás. Sólo consolidando la imagen de sí mismos está podrá emerger y ser vivenciada por los demás de manera armónica.

La personalidad del sujeto aún no está totalmente definida, por lo tanto, podemos inferir que esta dicotomía existente se puede deber a que existe una visión de mi mismo que se manifiesta de una manera determinada, pero hay otros elementos que aún no se manifiestan ya que están en su conformación.

“Últimamente he encontrado personas que reconocen mi manera de ser como algo ultra positivo y frágil, pero yo me considero una persona fuerte. ¿Será posible que me puedan ver como soy realmente?”

“los hombres por lo general tienden a sobreprotegerme por que me ven débil”

“siempre temo equivocarme y desilusionar a mis papás, y eso es lo que ellos me hacen sentir, que usualmente los desilusiono y que definitivamente no soy lo que ellos quieren que sea”

CATEGORIA 4 Vivencia del proceso

Esta categoría hace referencia a la forma en que los participantes del taller vivencian la experiencia del insight que se produce en el proceso. El insight propiamente tal puede llevar a la acción, manifestado en un cambio de comportamiento concreto o el hecho de tomar conciencia para realizar un cambio posterior.

Análisis de la Sub-subcategoría Cambio de Comportamiento Real:

Cambio de Comportamiento Real: Entendido como el proceso de cambio en el comportamiento del individuo, que se manifiesta en acciones concretas producto de la vivencia del insight.

Si entendemos la personalidad como “la organización dinámica, dentro del individuo, de aquellos sistemas psicofísicos que determinan sus ajustes únicos a su ambiente”

(Allport, 1967, p. 65), entendemos que la personalidad es algo que está en desarrollo, en un movimiento constante hacia su configuración total

Como ya se ha mencionado, Allport sostiene que dentro de cada cultura existen rasgos comunes o particulares, propios de aquella cultura y que serían reconocibles por cualquier individuo. Junto con estos rasgos comunes se encuentran los rasgos personales o disposiciones personales definida como “una estructura neuropsicológica generalizada (peculiar de un individuo) con la capacidad de interpretar y manejar muchos estímulos, funcionalmente equivalentes, y de iniciar y guiar formas conscientes con una disposición adaptativa y estilístico”. (Allport, 1967, p. 85)

Además sostiene que la personalidad no es estática; es decir, existen características que se van desarrollando o cambiando a medida que transcurre el tiempo en la vida de los sujetos.

En base a lo anterior, podemos inferir un primer elemento, que en los individuos que conforman la muestra del presente estudio la vivencia del insight ha permitido darse cuenta de ciertos rasgos personales, y se han producido cambios reales en el comportamiento que ellos guían.

*“ahora estoy intentando conversar más con ellos, mis padre,
cosa que antes no existía mucho”*

“Mi cambio de actitud fue para mejor, creo que soy un poco más tolerante que antes, escucho y se escuchar.

“En este tiempo me he dado cuenta que lo visto en el taller me ha servido mucho para aprender a controlar mi impulsividad al actuar, al menos eso trato”

La toma de conciencia de la ausencia de una determinada competencia conlleva un cambio de actitud concreto que ha permitido a los sujetos relacionarse de forma más armónica con el medio y consigo mismos.

Si este cambio se produce en el ámbito de los rasgos de personalidad más periféricos, estaremos frente a sujetos que pueden desarrollar nuevas habilidades, nuevas destrezas que permiten un desempeño más acorde con las situaciones que viven, y que pueden predecir un comportamiento más competente a futuro.

“El cambio más significativo es en la actitud más relajada con los celos y de a poco los voy controlando más”

Uno de los cambios más significativos para los participantes del taller es en con las competencias relacionadas con la comunicación efectiva. Los cambios reales en este

ámbito les ha permitido mejorar, tal vez de manera sustancial, el modo de relacionarse con sus familias, y producidos les

“En el ámbito familiar, cuando me di cuenta que no comunicaba lo que me pasaba, mi relación en especial con mis papás cambió”.

“ahora estoy intentando conversar más con ellos, y también con mi hermana”

“por medio de las herramientas del taller ya me es más fácil comunicarme y defender mi posición en las discusiones que sostengo con ellos”

Por lo tanto, el insight que se ha producido, ha permitido que estos alumnos relacionen el grado de desarrollo de una competencia genérica determinada y realizar un cambio de comportamientos que a su vez ha iniciado un proceso de transformación en aquellas disposiciones personales que las sustentaban. Por ejemplo, jóvenes que decían verse como personas reservadas sin una relación abierta y de confianza con sus padres, en la actualidad relatan que esa relación ha mejorado a partir del momento en que ellos han comenzado cambios en su forma de actuar.

“Afortunadamente, hoy he mejorado bastante ese punto aprendiendo a que las cosas las puedo decir de otro modo, y así lo estoy haciendo y me siento bien”

“Antes el taller me proveyó de ciertas herramientas para mejorar la comunicación sobre todo con mis padres, ya que en variadas discusiones perdía el norte de la discusión y esto ya no pasa.”

Estos cambios reales a partir de la toma de conciencia, acerca a estos alumnos a verse de manera más realista. Apreciamos que están poniendo la imagen de sí mismos y sus aspiraciones al nivel de la realidad, y su consolidación vendrá con la edad adulta.

En estos cambios reales de los alumnos se aprecia lo que Allport denomina el “esfuerzo orientado”, es decir, el darse cuenta les ha permitido tener un objetivo definido, desarrollar ciertas competencias que les reportará una mejor relación con su mundo interior y exterior. Para que esta intencionalidad hacia el cambio no requiere que el individuo se oriente a objetivos rígidamente definidos; sólo es necesaria la existencia de un tema central en los esfuerzos que realiza.

“falta harto que hacer al respecto pero confío que será para mejor”

“mi percepción y mi manejo en situaciones complicadas ha cambiado radicalmente”

En el proceso del desarrollo del sí mismo, el comportamiento de los individuos puede variar considerablemente según sientan la implicancia del yo, o simplemente la implicación en lo que están haciendo. En el caso de los jóvenes y como vivencian el proceso de insight y el posterior cambio real de comportamiento estaría sustentando lo antes planteado.

Analisis de la Subcategoría Percepción del Cambio:

Percepción del Cambio: Entendido como la percepción que hay que realizar un cambio de comportamiento, pero éste aún no se concreta. Esta percepción surge producto del insight experimentado.

Si entendemos el proceso de insight como el darse cuenta y tomar conciencia sobre algo, no siempre desencadena cambios reales. Al analizar el relato de los jóvenes, podemos encontrar numerosas ideas que sólo dan cuenta de la vivencia del insight sin dar cuenta de un cambio real de comportamiento.

Este darse cuenta y tomar conciencia quizás pueda estar más relacionado con rasgos más profundos de la personalidad por lo que podría ser más laborioso llevar a cabo

cambios de comportamiento concretos. Esta toma de conciencia podría estar remeciendo los pilares de lo que sustenta nuestra imagen de si mismos, por lo tanto, los cambios de comportamiento podrían bien presentarse a un mediano o largo plazo o bien quedarnos sólo en la vivencia del insight sin que se produzca cambio alguno.

“me he replanteado muchas situaciones que pensaba tenía solucionadas”

“He comprendido que la comunicación es el eje central de las relaciones humanas”

“lo que en muchas ocasiones me llevó a meditar y a reencontrarme conmigo, replantearme cosas”

“incluso con cada experiencia personal que se compartió en el taller, me dejaron claro que es necesario mejorar la forma que tengo de comunicarme con los demás”

Primero, en algunos relatos podemos apreciar que la toma de conciencia ha provocado malestar, ha gatillado sentimientos negativos sobre un determinado rasgo personal ya que se poseía una percepción distinta al respecto. Nuevamente estamos frente a la consolidación de una personalidad madura que les permitirá con el tiempo tener una imagen de si mismos más realista.

“También me incomodó el darme cuenta que no siempre tengo la razón”

“El darme cuenta de mi rigidez para enfrentar ciertas situaciones y lo poco claro que era, es decir, soy para comunicarme en la escuela me hizo sentir muy demasiado mal”

Para Allport, el desarrollo de si mismo estaría dando cuenta de una personalidad madura, la que se logra a través de la extensión de si mismo al establecer relaciones emocionales, tener seguridad emocional, aceptación de si mismo y una percepción realista. El proceso de insight experimentado por los participantes del taller, está facilitando que estos cambios se produzcan.

Finalmente, el insight está permitiendo el desarrollo de competencias genéricas que en el corto y largo plazo facilitará la puesta en marcha de los recursos con el individuo cuenta para así tener un desempeño competente en sus relaciones.

Segundo, desde la mirada de las competencias, también se podría hipotetizar que aunque el sujeto experimente el insight y se de cuenta que hay ciertos rasgos que se deben trabajar, aflora cierta conformidad ya que se percibe que por más esfuerzos que se realicen y por muy conciente que la persona esté de su comportamiento, hay determinados rasgos que resultaría imposible desarrollar o modificar ya que estos

estarían arraigados en la zona más profunda de la estructura de personalidad del individuo. Esto conformaría lo planteado por Spencer & Spencer sobre la existencia de determinadas competencias que son más difíciles de evaluar y desarrollar por encontrarse en el núcleo de la personalidad y que a pesar de participar de instancias de desarrollo de las mismas, éstas tienden a permanecer inmodificables ya que son un elemento constituyente de la personalidad del sujeto.

“Me di cuenta que aún hay mucho que avanzar, espero cambiar algunos comportamientos pero quizás hay algunas cosas que son parte de mi y no cambiarán”.

Me dolió el darme cuenta que no me comunicaba de verdad con mi familia, que la relación con mis padres era buena pero algo le faltaba, no nos conocíamos realmente.

SINTESIS Y CONCLUSIONES

La presente investigación se ha caracterizado por ser un estudio de tipo cualitativo, es decir, si interés fundamental radica en centrarse en la visión que las personas tienen del mundo y del contexto que les rodea, lo que implica enfocarse en la realidad tal y como la perciben los sujetos, intentando comprender los procesos internos subyacentes al comportamiento humano.

En función de lo anterior, se procede a realizar las conclusiones obtenidas a partir de los relatos y subjetividades entregados por los alumnos de la carrera de Pedagogía en Lengua y cultura Inglesas de la Universidad Central, en cuanto a los procesos vividos producto del taller de desarrollo de competencias genéricas. Además, cabe señalar, que para comprender de mejor manera esta síntesis, se ha optado por trabajar con dos de los postulados teóricos planteados en el marco teórico, estas son: la teoría de competencias de Spencer & Spencer y la teoría de personalidad y rasgos postulada por Gordon Allport.

Con respecto al objetivo general definido en el presente estudio, es posible concluir, a partir de los análisis realizados de los relatos de los jóvenes, que vivieron procesos significativos que involucraron aspectos internos de su personalidad y también vieron influenciados su comportamiento.

Categoría Elementos afectivos

En primer lugar es importante consignar que los jóvenes vivieron procesos que involucraron la vivencia y expresión de sentimientos. Esta área comprende la expresión de sentimientos positivos respecto al futuro con componentes de esperanza frente al manejo de las competencias y el posible cambio de comportamientos, y la expresión de sentimientos negativos frente a determinados comportamientos.

En función de esto y en términos generales, es posible deducir lo siguiente:

- El total de los alumnos señala de diversas maneras, que la expresión de sentimientos positivos se manifiesta en relación a los logros alcanzados producto de las sesiones del taller. Estos logros se manifiestan al tener una percepción positiva respecto a la experiencia y que ésta les ha aportado elementos concretos para poder tener mejores relaciones a futuro.
- La mayoría de los sujetos manifiestan sentimientos positivos frente a la percepción de cambios que se han producido en sus relaciones familiares y sociales, al poner en práctica las competencias desarrolladas. Los sentimientos positivos se expresan con mayor frecuencia respecto a las relaciones familiares.

- En su mayoría, los alumnos manifiestan expresiones de alegría y bienestar consigo mismos al percibir que están desarrollando ciertas competencias que les ayudan en el proceso de aceptación de si mismos, sin emitir juicios respecto de su comportamiento
- Otro elemento común en los relatos es la expresión de esperanza en relación a poder crecer y ser mejores personas producto de un cambio de comportamiento basado en la evidencia de las competencias abordadas en el taller. Esta esperanza en el cambio radica principalmente en la percepción que deben cambiar ciertos comportamientos para poder relacionarse de manera armoniosa con el mundo. Los cambios aludidos guardan relación con características profundas y periféricas de la estructura de personalidad.
- En su mayoría, los alumnos muestran disconformidad y descontento al darse cuenta de la ausencia de la competencia genérica que se abordaba. Este descontento se manifiesta con expresiones de frustración.
- Dentro de los alumnos entrevistados, algunos manifiestan descontento frente al hecho de no poseer el conocimiento necesario para poder desarrollar las competencias, e intentan explicar sus comportamientos basados en esta falta de conocimiento teórico. En dos casos de los alumnos entrevistados, se generó

necesidad de procurar mayor información relacionada con las temáticas abordadas.

- Se manifiesta malestar respecto a su forma de ser. Al confrontar la imagen de sí mismos con un análisis más objetivo de sus competencias, surgen expresiones de disconformidad frente a determinados comportamientos. La mirada más realista de la personalidad esta fundamentada en aspectos propios de la edad madura; características que los alumnos están tratando de consolidar.

Categoría Relación con el Medio

Cabe señalar que las relaciones con el medio se circunscriben a los ámbitos familiares y sociales, esta última subcategoría abarca el espacio dentro de la universidad y fuera de ella.

En función de esto, y en términos generales, es posible concluir que:

- La mayoría de los alumnos da cuenta de relaciones familiares que presentan conflictos debido al poco desarrollo de competencias, tales como la comunicación efectiva, lo que dificulta entablar relaciones armónicas.

- Algunos entrevistados dan cuenta del modo de establecer relaciones con la familia. Este modo de relacionarse - autoritario, reservado - estaría dando cuenta de rasgos propios del individuo que se manifiestan en comportamientos concretos.
- Otros sujetos dan cuenta de conflictos familiares desencadenados por la transición que los jóvenes están viviendo producto del paso de la etapa adolescente a la edad madura. Se evidencian comportamientos asociados a la búsqueda de independencia y respeto por su privacidad.
- Las relaciones sociales son, en la mayoría de los casos, percibidas como buenas. Sin embargo, los conflictos se suscitan cuando aparecen comportamientos inadecuados para una determinada situación. Esto es percibido por los alumnos como la falta de desarrollo de las competencias abordadas en el taller.
- El modo de relacionarse socialmente también da cuenta de características propias de la personalidad de los sujetos.; características que emergen a pesar de percibir que la competencia, por ejemplo trabajo en equipo, está bien desarrollada.

Categoría Autopercepción

En relación a la autopercepción que los sujetos de la muestra poseen de sí mismos, es posible concluir:

- Dentro de los alumnos, hay algunos sujetos que manifiestan una autopercepción positiva respecto de su forma de ser y no asociada a una determinada competencia. Los jóvenes se perciben a sí mismos como poseedores de ciertas características personales que les permiten evidenciar un comportamiento satisfactorio en determinadas situaciones.
- Otros sujetos de la muestra dan cuenta de una autopercepción negativa al manifestar descontento a su manera de ser. Hay malestar al evidenciar características que en primer lugar dificultan la relación con su entorno ocasionando conflictos ya que evidencian comportamientos inadecuados en situaciones determinadas. En sus relatos no evidencian la ausencia de una competencia específica, sino más bien, los relacionan a características personales.
- La mayoría de los sujetos manifiesta una percepción positiva de los otros, dando cuenta que su núcleo familiar y su mundo social los percibe como

realmente son. Además, manifiestan que los otros perciben características positivas en su comportamiento.

- Dentro de los alumnos, algunos manifiestan una dicotomía entre la percepción que ellos tienen de sí mismos y como los ven los demás, Los sujetos se manifiestan como poseedores de determinadas características y competencias pero su entorno los ve de manera diferente sin percibir lo que realmente son. Esta hecho puede deberse a que en ciertas ocasiones los jóvenes de la muestra manifiestan comportamientos contrarios a la manera de auto percibirse, lo que genera la brecha entre la autoimagen y la imagen que los demás perciben.

Categoría Vivencia del proceso

En cuanto a la vivencia del proceso vivido por los alumnos, el número de sub categorías reconocidas al respecto, da cuenta del proceso de insight experimentado y que en algunos de los sujetos se ha manifestado solamente en la vivencia del darse cuenta de sus competencias y en otros ha movido a un cambio de comportamiento.

En función de lo anterior y en términos generales, es posible deducir lo siguiente:

- La vivencia del insight ha permitido a algunos alumnos tomar conciencia de ciertas características personales y realizar cambios en su comportamiento. Al darse cuenta que ciertos rasgos estaban entorpeciendo su relación con el mundo, han realizado cambios concretos en su manera de relacionarse. Estos cambios dan cuenta de un cierto grado de desarrollo de determinadas competencias lo que se ha traducido en comportamientos pertinentes a las distintas situaciones vividas.
- La gran mayoría de los sujetos de la muestra manifiestan la toma de conciencia de su individualidad en términos más realistas y consecuente con su forma de actuar. La vivencia del insight y el cambio de comportamiento respectivo conlleva una percepción de bienestar para los individuos que participaron del taller.
- La imagen que los sujetos tienen de sí mismos se ha visto en algunos casos reforzada producto del insight. Manifiestan un mayor conocimiento de si mismos y el cambio de comportamiento está dirigido a proyectar la imagen que poseen de si mismos.
- La mayoría de los sujetos de la muestra se manifiestan contentos con el proceso vivido y le otorgan características positivas.

- En algunos individuos, la vivencia del insight sólo ha permitido la toma de conciencia respecto de sí mismos y de las competencias que han desarrollado. Sin embargo, no manifiestan cambios concretos en su comportamiento.
- Un individuo manifiesta, que a pesar de la toma de conciencia sobre su inadecuación respecto de ciertas competencias, su comportamiento no se verá alterado ya que se percibe a sí misma de una manera determinada y esta autopercepción no cambiará.

La síntesis anteriormente realizada, ha permitido comprender los procesos vividos por los alumnos participantes del taller de desarrollo de competencias genéricas,

Los discursos de los alumnos dan cuenta de dichos procesos que les han permitido tomar conciencia de su manejo de las temáticas abordadas y como están se relacionan con la percepción que poseen de sí mismos, la imagen que los demás ven de ellos, y el proceso de toma de conciencia que les permitirá realizar cambios concretos en las áreas deficientes.

En la primera categoría han aparecido varias problemáticas La habilidad para manejar las propias emociones que se gatillan en determinadas situaciones, hace que surjan con ellas sentimientos positivos y negativos, que en algunos casos de la muestra son

canalizados de manera adecuada: El desarrollar de determinadas competencias, en este caso genéricas, puede ayudar a los alumnos a reconocer sus emociones, a ser conscientes de cómo las emociones influyen en su forma de comportarse y a manejarlas de manera más adecuada. Las emociones intensas, como la ira, la rabia, o la tristeza pueden tener efectos negativos en la persona si no respondemos a ellas en forma adecuada y acorde al contexto en que éstas se gatillan.

Desde la teoría de las competencias se plantea que las éstas se evidencian comportamientos adecuados y consistentes con los requerimientos de una situación determinada. Mediante la evidencia que arrojan los discursos de los sujetos de la muestra, podemos concluir que en determinados contextos las competencias se evidencian con una respuesta apropiada a la situación. Sin embargo, también podemos apreciar que en otros casos, a pesar que los individuos presentar un cierto grado de desarrollo de la competencia, el comportamiento parece descontextualizado, especialmente en los ámbitos significativos para la persona. Esto confirma el hecho que las competencias siempre se presentan dentro de un contexto determinado y no podemos establecer como regla general que una vez desarrollada la competencia ésta se manifestará dentro de los rangos esperados.

Spencer y Spencer plantean que una de las competencias principales dice relación con las características físicas y respuestas consistentes a situaciones determinadas. En la presente investigación no se trabajaron características físicas sino que surgieron las características de personalidad de los individuos. Por lo tanto, para los fines de este

estudio podemos homologar las características físicas a los rasgos de personalidad y podemos concluir que los rasgos propios de los individuos siempre están presentes en las competencias genéricas desarrolladas – comunicación efectiva, liderazgo y trabajo en equipo. Por ejemplo, el autocontrol es una respuesta consistente a una situación; el perder el control y las expresiones de rabia y frustración que aparecen en ciertas ocasiones desencadenan comportamientos inadecuados y que podrían predecir que si estas características no son trabajadas adecuadamente, el desempeño futuro de los individuos, tanto en lo personal como profesional se verá teñido de dichos comportamientos inadecuados.

Por otro lado, el conocimiento teórico que las personas poseen sobre una determinada cuestión es muchas veces dejado de lado al momento de desarrollar competencias. Sin embargo, en la muestra de este estudio, ha quedado de manifiesto que las personas pueden reaccionar de distintas maneras al tomar conciencia de la falta de un conocimiento específico. En algunos casos de la muestra este hecho no presentó dificultades, Sin embargo, en otros alumnos la toma de conciencia de la falta de la teoría provocó frustración al vivenciar que dicho fundamento teórico era parte importante para la adquisición y desarrollo de la competencia. Una vez más vemos como las características personales de los individuos son únicas y se manifiestan de manera única frente a los estímulos que les envía el medio.

El conocimiento es una competencia compleja, En general, al evaluar esta competencia se cae en la evaluación que mide memoria sobre determinados temas y

no como se utilizaría ese conocimiento en situaciones concretas. En la experiencia vivida por los alumnos se observó que la falta de conocimiento no generó frustración por no saber un concepto determinado, sino más bien es la frustración al valorar el conocimiento y su posterior puesta en práctica en la realidad, en situaciones que viven a diario en sus hogares y en la universidad. Valoran el conocimiento porque lo asocian al desarrollo de sus propias competencias y a mejora el desempeño futuro.

La gran mayoría de los sujetos participantes evidencia la importancia de desarrollar competencias, especialmente en el ámbito de la comunicación. A esta competencia se le dio una singular importancia ya que se percibe que un buen dominio de los distintos elementos que conforman la comunicación – comunicación verbal/no verbal, empatía y asertividad – puede lograr una mejor relación con su familia y su mundo social. Por tanto, podemos concluir, en relación a esta competencia en especial, que su desarrollo adecuado les permite solucionar conflictos y responder de manera adecuada cuando cumplen el rol deliberes o participan del trabajo grupal. Además, para el futuro desempeño profesional competente de los alumnos, en su rol de profesores, la comunicación cobra mayor relevancia.

El concepto propio o concepto de uno mismo es considerado por Spencer & Spencer (citado en Alles, 2004) como una competencia clave. La autopercepción que el individuo posee se traduce en comportamientos específicos. Por ejemplo los valores pueden ser motivos que se manifiestan en determinadas conductas que predicen como se desempeñará una persona en un determinado puesto en el corto plazo. En los

sujetos de la muestra existe una dualidad en las autopercepciones, ya que algunos individuos manifiestan una imagen positiva de sí mismos y están conformes con su manera de ser y hay otros que manifiestan su disconformidad, asociada principalmente con la dicotomía que muchas veces presenta su comportamiento, ya que manifiestan ser de determinada manera pero sus acciones muchas veces dan cuenta de una realidad distinta.

El proceso de tomar conciencia de sus imagen les ha permitido a la mayoría de los alumnos conformar una imagen de sí mismos más realista ya que debiera estar acompañada de comportamientos más consistentes con su manera de ser.

Un elemento que aporta elementos a lo anteriormente planteado, está relacionado con mi autoimagen y como los percibe el medio. En este ámbito existe la misma dicotomía anterior, es decir, los sujetos de la muestra manifiestan claramente ser de una determinada manera pero el medio los percibe de modo distinto. Esto está también relacionado con la disonancia existente entre lo que declaran ser y el comportamiento que tienen con las personas que se relacionan.

Podríamos concluir que la autopercepción y la percepción que los otros tienen de los individuos están en un proceso de transición. Ciertos rasgos de personalidad están en un proceso de cambio producto de la paso de la etapa adolescente a la edad madura, etapa en la cual se espera que el individuo tenga una imagen de sí mismo realista y consolidada.

En ambos casos, la instancia del taller les permitió desarrollar una autoimagen más realista, aceptando sus fortalezas y debilidades puestas al servicio de las competencias específicas trabajadas.

La vivencia del proceso de toma de conciencia presentó dos aristas en su análisis. En primer lugar, la mayoría de los sujetos de la muestra, tras el proceso de insight respecto de sus competencias, ha realizado cambios reales en su comportamiento; cambios realizados a la luz de los procesos vividos en el transcurso del taller. Estos cambios reales de comportamiento son percibidos como beneficiosos para su vida personal y profesional. Los cambios reales más significativos, basados en los relatos de los alumnos, se han dado en ámbitos en que la competencia de comunicación efectiva tiene un rol preponderante.

La otra arista del análisis se relaciona con los sujetos que sólo han realizado el insight pero que aún no manifiestan cambios reales. En estos casos, podemos concluir que la instancia del taller ha facilitado el proceso de toma de conciencia, pero tal vez los ámbitos involucrados están más relacionados con rasgos más profundos de personalidad por lo tanto requieren de un tiempo mayor de maduración para que el cambio se evidencie.

Las conclusiones anteriores han permitido reflexionar sobre los distintos procesos vividos por los alumnos durante y después del taller de desarrollo de competencias.

Basado en la información recogida, se puede concluir que la modalidad de taller ha sido efectiva para el desarrollo de las competencias planteadas en el programa de trabajo. Los procesos vividos por los alumnos dan cuenta de la utilidad de esta instancia en la toma de conciencia de sus propias competencias y ver en qué medida el desarrollarlas de las mismas les ha permitido relacionarse de manera más armónica consigo mismos y con el medio.

Cabe señalar, que los aspectos que más impacto produjo en los alumnos se relaciona con la toma de conciencia de su forma de ser y cómo esta tiñe todos sus comportamientos. Por lo tanto, el desarrollo de competencias genéricas no sólo ha permitido la toma de conciencia de la presencia o del grado de desarrollo de una competencia específica, sino que más importante aún, les ha ayudado a conocerse mejor y a entender los procesos que han vivido producto del taller.

Es importante destacar que las sesiones de taller abrieron, en algunos alumnos, espacios íntimos que decían relación con los temas abordados. Frente a esta realidad, se decidió incorporar sesiones de counselling para realizar la contención y abordar en un espacio más íntimo las problemáticas de los alumnos. En estas sesiones, los temas fueron abordados siempre en el ámbito relacionado con las competencias genéricas específicas tratadas ya que no se trataba de una instancia de trabajo terapéutico. Sin embargo, en los casos en que el investigador estimó necesario, se les sugirió a los alumnos buscar ayuda terapéutica para tratar ciertas problemáticas.

A su vez, y teniendo en consideración los resultados obtenidos, es preciso destacar que si una instancia de desarrollo de competencias genéricas, en que los individuos evidencien procesos más profundos, el programa en cuestión debiese estar acompañado de un complemento de contención y tratamiento más personalizado. Como psicólogos no podemos darnos el lujo de iniciar procesos en los individuos sin tener una instancia de trabajo de dichos procesos.

Así mismo, es indispensable indicar que los resultados obtenidos en virtud de la investigación realizada, no son concluyentes, ni tampoco factibles de ser generalizados, en el sentido que la cantidad de sujetos que conformaron la muestra es mínima. En función de ello, se sugiere y se deja abierta la posibilidad de seguir investigando sobre el tema, especialmente, profundizar más sobre el impacto ejercido mayoritariamente en los procesos de toma de conciencia y autopercepción de los individuos producto de un programa de desarrollo de competencias genéricas.

Por último, se considera importante el aporte de esta investigación a la psicología organizacional, pues le permite obtener mayor conocimiento sobre los procesos que viven los individuos y los efectos de dichos procesos en el resultado de los programas de desarrollo de competencias al interior de las organizaciones (que de alguna manera pueden ser caracterizados como indirectos), y además le otorga la posibilidad de acceder a nuevas alternativas, que en conjunto con otras, contribuirán a aumentar el bienestar de las personas, así como también sus competencias.

La mayoría de los autores revisados, al definir el concepto de competencia hacen mención a que la presencia de características subyacentes en un individuo que se manifiestan en comportamientos observables en la realidad cotidiana de las personas, en ámbitos personales y laborales. Por lo tanto al analizar los procesos que viven los individuos al participar de un programa que intenta desarrollar competencias genéricas, se analizará la teoría de los rasgos planteada por Gordon Allport.

De acuerdo a Allport, una de las cosas que motiva a los seres humanos es la tendencia a satisfacer necesidades biológicas de supervivencia, lo cual Allport llama funcionamiento oportunista, que se caracteriza por su reactividad, orientación al pasado y que posee connotación biológica.

Pero Allport (19667) creía que el funcionamiento oportunista era algo relativamente poco importante para entender la mayoría de los comportamientos humanos. La mayoría de los comportamientos humanos, decía, están motivados por algo bastante diferente -- funcionamiento como forma expresiva del self -- lo cual llamó funcionamiento propio proprium- La mayoría de las cosas que hacemos en la vida es son UNAM manifestación de lo que somos. El funcionamiento propio se caracteriza por su tendencia a la actividad, su orientación al futuro y que es psicológico.

El concepto de funcionamiento proprium consiste en hacer aquellas cosas que son coherentes con lo que somos.

Allport define el concepto de propium desde dos direcciones, fenomenológica y funcionalmente.

Primero, desde una perspectiva fenomenológica, sería el Self como algo que se experimenta, que se siente. Allport sugirió que el Self está compuesto por aquellos aspectos de la experiencia que percibimos como esenciales (algo opuesto a lo incidental o accidental), cálido (o “querido”, opuesto a emocionalmente frío) y central (como opuesto a periférico). (<http://www.psicologia-online.com/ebooks/personalidad/allport.htm>)

Su definición funcional postula que el Self tiene 7 funciones, las cuales tienen a surgir en ciertos momentos de la vida: (Allport, 1967)

- **Sensación del cuerpo:** Se desarrolla en los primeros años de vida. Tenemos un cuerpo, sentimos su cercanía y su calidez. También se desarrolla en los dos primeros años de vida de la persona.
- **Identidad propia:** Nos vemos como entes individuales, separados y diferenciados de los demás.
- **Autoestima:** Nos reconocemos como seres valiosos para otros y para nosotros mismos. Se desarrolla entre los dos y cuatro años.

- **Extensión de uno mismo:** (extensión del Self) se desarrolla entre los cuatro y seis años de edad. Algunas cosas, personas y eventos a de nuestro entorno pasan a ser centrales y cálidos; esenciales para nuestra existencia.
- **Auto imagen:** Se desarrolla entre los cuatro y seis años. Este sería “el reflejo de mí”; aquel que los demás ven. Esta sería la impresión que proyecta en los demás,
- **Adaptación racional:** El niño, entre los seis y doce años, empieza a desarrollar sus habilidades para lidiar con los problemas de la vida de forma racional y efectiva.
- **Esfuerzo o lucha propia:** Generalmente no empieza hasta después de los doce años. Sería la expresión de mi Self en términos de metas, ideales, planes, vocaciones, demandas, sentido de dirección o de propósito

Rasgos o Disposiciones

Si el funcionamiento Proprium se desarrolla de acuerdo a las etapas enunciadas, también desarrollaremos rasgos personales o disposiciones personales. Al principio,

Allport define una disposición personal se define como “una estructura neuropsicológica generalizada (peculiar del individuo), con la capacidad de

interpretar y manejar muchos estímulos funcionalmente equivalentes, y de iniciar y guiar formas consistentes (equivalentes) con un comportamiento adaptativo y estilístico”. (Allport, 19667, p. 443)

Una disposición personal produce equivalencias en función y significado entre varias percepciones, creencias, sentimientos y acciones que no son necesariamente equivalentes al mundo natural o a la mente de cualquier otro. Otra forma de decirlo sería que las disposiciones son concretas, fácilmente reconocibles y consistentes en nuestro comportamiento.

Allport (1967) defiende que los rasgos son esencialmente únicos de cada persona. Aún así, Allport reconoce que dentro de cualquier cultura particular, existen rasgos comunes o disposiciones; unas que son parte de esa cultura y que cualquiera reconocería y nombraría.

El autor defiende también que algunos rasgos están mucho más atados al *proprium* (el propio yo de cada uno) que otros. Los rasgos centrales son la piedra angular de tu personalidad. Cuando describimos a alguien, con frecuencia usaremos palabras que se referirán a los siguientes rasgos centrales: listo, tonto, salvaje, tímido, chismoso.

También existen los llamados rasgos secundarios, aquellos que no son tan obvios o tan generales, o tan consistentes. Las preferencias, las actitudes, los rasgos situacionales, son todos secundarios. Por ejemplo, “él se pone rabioso cuando intentas

hacerle cosquillas”; “aquella tiene unas preferencias sexuales muy inusuales”; o “a este no se le puede llevar a restaurantes”.

Una segunda categoría la conforma los rasgos cardinales, entendidos como aquellos rasgos que tienen algunas personas que prácticamente definen sus vidas. Con frecuencia, usamos personajes históricos específicos para nombrar estos rasgos cardinales: Relativamente pocas personas desarrollan un rasgo cardinal y si lo hacen, es en un período bastante tardío en la vida.

Madurez psicológica

La madurez psicológica se alcanza cuando la persona posee un propium bien desarrollado y un rico y adaptativo grupo de disposiciones. Establece siete características de la madurez psicológica:

- Extensiones del Self específicas y duraderas como el compromiso.
- Técnicas de relacionarse cálidamente, orientadas a la dependencia de los demás (confianza, empatía, sinceridad, tolerancia)
- Seguridad emocional y aceptación propia.
- Hábitos encaminados hacia una percepción realista (contrario a defensividad).
- Centramiento en los problemas y desarrollo de habilidades centradas en la solución de problemas.

- Objetivación del Self o lo que es lo mismo, desarrollar la introspección; reírse de uno mismo, etc.
- Una filosofía unificada de la vida, que incluya una particular orientación hacia la valoración; sentimientos religiosos diferenciados y una conciencia personal.

BIBLIOGRAFIA

Alles, M. (2004). *Diccionario de Comportamientos. Gestión por Competencias*. Buenos Aires: Granica

Alles, M. (2005). *Desarrollo del Talento Humano. Basado en Competencias*. Buenos Aires: Granica

Allport, Gordon W. (1967). *Psicología de la Personalidad*. Buenos Aires. Paidós

Allport, Gordon W. (1967). *La Personalidad*. Buenos Aires. Paidós

Caracho, José M. (2005). *Un modelo General de Gestión por Competencias*. Santiago. Ril Editores.

Corvalán, O., Hawes, G., *Aplicación del enfoque de competencias en la construcción curricular de la Universidad de Talca, Chile*. Extraído el 24 de Agosto de 2006 desde <http://www.rieoei.org/deloslectores/1463Corvalan.pdf>

Cubeiro, J.C., Dalziel, M., Fernández, G., (1996) *Las Competencias: Clave para una Gestión Integrada de los Recursos Humanos*. Madrid. Deusto.

Gallart, M^a A., Jacinto, C., *Competencias laborales: tema clave en la articulación educación-trabajo*. Extraído el 25 de Septiembre de 2006 desde <http://www.campus-oei.org/oeivirt/fp/cuad2a04.htm>

González, J., Wagenaar, R., Benoitone, P., (2004). Tuning America Latina: Un proyecto de las Universidades. *Revista Iberoamericana de Educación*, 35, 151 – 164.

Hernández, R, Fernández, C. y Baptista, P. (1998). *Metodología de la Investigación*. 2da edición. México. McGraw Hill.

Ibarra, D. (2000). *Formación de RRHH y Competencias Laborales*, Mexico: McGraw Hill,

González, J., Wagenaar, R., (2003) Tuning Educational Structures in Europe. España: RGM.

Lévy-Leboyer, C., (1996). *Gestión de las Competencias*. Ediciones Gestión 2000. Barcelona- España.

Mertens, L. (1996). *Competencia laboral: sistemas, surgimiento y modelos*. Extraído el 24 de Julio de 2006 desde <http://www.cinterfor.org.uy/public/spanish/region/ampro/cinterfor/>

Rychen, D., Salganik, L., (2004). Definir y seleccionar las competencias fundamentales para la vida. México. Fondo de Cultura Económica.

Sierra Bravo, R. (1999). Técnicas de Investigación Social. México: Paraninfo Cook, T. &

Tobón, S. (2006). Formación basada en Competencias. Pensamiento complejo, diseño curricular y didáctica. Bogotá. Ecoe Ediciones

Vicerrectoría Académica. (2004). *Rediseño Curricular. Documento de Trabajo N° 002*. Universidad Central, Santiago.

ANEXOS

ENTREVISTA DE INCIDENTES CRÍTICOS

DANIELA BILBAO

Por favor describa una situación reciente que percibas como conflictiva. ¿Cuál fue la situación? ¿Qué lo condujo a ello?

Bueno, tiene que ver con la nueva relación de mi mamá. Le cuento, - por que, haber mi mama se separó cuando yo tenia como 5 u 6 años mas o menos y ahí empezó a pololear con mi actual padrastro que es viudo, que tiene dos hijos, pololearon como 13 años y ahí se casaron, se casaron ya cuando mi hijo había nacido en el 2005, entonces, claro nosotras éramos puras mujeres, hasta que nació mi hijo y ellos eran puros hombres, entonces... 13, 14 años viviendo sin hombres en la casa, y todas como, -si tu quieres algo, hazlo- cada quien hacia sus cosas, como bien independiente con los hijo, y llego mi padrastro y era como súper dependiente con los hijos que no hacían nada y entonces por eso el primer ha sido terrible

Terrible, ¿En que sentido?

-por que todo cambió, los hábitos alimenticios y bueno yo creo que le afecto mi mama mucho el casarse porque, por ejemplo yo creo que Raúl se ha mandado unas desconocidas, por que antes la sacaba de su rutina, entonces ella lo pasaba bien pero cuando se casaron como que ya no es lo mismo que antes sino que paso a ser rutina

de nuevo, aparte que nunca hubo muy buena, haber que como decirlo... yo siempre he criticado a mi mamá mucho por eso, es que ellos no se han preocupado de hacer familia con nosotros, siempre ellos fueron 2, entonces mi mamá nunca tuvo buena relación con sus hijos y nosotras tampoco buena relación con él y los hijos de él tienen la misma edad que nosotras, que mi hermana y yo, entonces podríamos haber sido hermanos poh!, en 13 años, entonces llegamos de un día pa otro por que como de un día pa otro, ya en septiembre mi mamá nos dice, -nos casamos en octubre-, chuta ya en octubre y era prueba solemne y todo el atao por que yo iba en la u, y ya, y vamos casarnos en octubre y había que aprender a vivir todos juntos, entonces mi mamá de un día pa' otro mi mamá se aburrió de cocinar por que decía que o le sobraba comida o le faltaba y entonces -que como era posible que durara-... no se poh, claro por que ella tenía todo considerado pa 3 mujeres y no... pa 3 mujeres y una guagua y no para 6 adultos y una guagua, entonces no entendía que por que comían tanto, por ejemplo y se enojaba y todo y era por que claro, son hombres y no comen ensalada como nosotras comíamos y no comían si no había bebida y no comían si la comida no estaba caliente, si no estaba la sal no se paraban a buscarla, entonces ha sido como... todo caótico.

¿y que pasó con esto de no hacer familia? Que te pasó a ti?

-que yo, cuando empecé a pololear, mi pololo no es el papa de mi hijo, entonces cuando yo empecé a pololear , yo no quise que eso se repitiera, entonces yo desde que conocí a Nicolás que..., nosotros llevamos casi un año y medio pololeando, siempre se lo planteo de esa manera, o sea que yo era con mi hijo para todos lados, o sea

tampoco es eso exagerado que yo, haber como te lo explico, por ejemplo durante el día nosotros hacemos actividades, pero que involucran a los 3, al Lucas yo siempre le tuve horario, entonces, cuando, una vez que se duerme y alguien nos puede cuidar al lucas y todo... ahí salimos y todo, pero por ejemplo, ir al cine, pero dejarlo a el solo un sábado en la tarde... no, o sea nosotros somos como amigos y un matrimonio puertas afuera, por que estamos todo día juntos el fin de semana por que el trabaja, no se poh, al zoológico, hacemos las tareas del Lucas, y vamos a comprar ropa y hacemos las compras del supermercado y toda la cuestión, pero en la noche, después cada uno para su casa

¿Qué te pasa a ti con esta situación?

-pero de eso no me eh preocupado, osea de involucrarlo, osea, yo veía a mi padrastro como el pololo de mi mama y había que quererlo por que era el pololo de mi mama, en cambio yo veo que de repente el lucas se enoja con nicolas y de repente pelean, y de repente lucas no quiere salir con nicolas o de repente nicolas esta sentido con el lucas y conversan, eso lo encuentro que esta bien

¿Puedes describir una situación en especial, en relación a la idea de hacer familia? ¿Cómo se siente Daniela con esta situación? ¿cómo te afecta?

-como me afecta a mi mmm..., es que ya, se casaron y de una día pa otro querían que... no se poh,-ay! Comamos todos juntos en la mesa, pero nunca en la vida habíamos comido juntos en la mesa o por ejemplo no se poh -ay! Que ustedes se creen pensionistas que nunca están en la casa-, pero ellos se casaron cuando ya todos

teníamos sobre 20 años y antes que pasaba, ellos salían el fin de semana, nosotros, no se poh, yo me quedaba con mi hermana en la casa, ellos se quedaban solos o, no se poh como que ya toda la vida teníamos un estilo de vida y trataron como de –ya ahora hay que quererse y estar juntos y ser familia-(relación familiar). -y eso como que no funcionó al principio, y de echo como que hasta el día de hoy que no funciona, y yo adopte por no hacerme mala sangre y pelear por tonteras, por que pa que?, entonces ya... por la manera, no es problema de ellos, pero si yo veo que no ponen de su parte entonces no. Creo que pasa por un problema de comunicación.

¿Puedes explicar esto último?

No nos comunicamos, la comunicación es super mala. es que no sé, yo encuentro que mi mamá, es que yo con mi mamá tenemos carácter super parecidos, , entonces como que no, porque somos de carácter muy fuerte, el problema con mi mamá es que no se puede conversar con ella, por que uno va a conversar y ella –ya ya ya, shu shu, que cállate,, no no no- y se va, entonces de repente dice-que tu eres tanto- ¿pero q? –no, no nada- pero dime-, entonces al final no la pesco, yo igual le digo las cosas, pero ella se enoja y la otra, bueno Raúl es mayor que mi mamá por 13 años, mi mamá tiene 44 y el 57 y ella como que lo que dice Raúl es ley, ni siquiera se lo cuestiona, pero con mi hermana ya optamos por no hacernos problema ni nada, en el fondo uno no saca nada planteando una situación o discutiendo, por que todo lo que opine o diga Raúl está bien, porque es Raúl.

¿Cómo te afecta esta situación?

-antes me afectaba más, pero ahora ya no, antes me afectó, por que por ejemplo antes toda la vida me llevaban al psicólogo, por que yo me llevaba mal con Raúl y yo era atrevida y pesada con el, pero por ejemplo yo me acuerdo que yo fui a un psicólogo, iba por que tenia problemas para vestirme por que me demoraba 3 horas, tenia 16. El problema yo creo que , antes de irme a USA yo tenia un problema de anorexia, que yo me encontraba gorda, yo creo que no era anorexia como tal, pero yo lloraba por que me sentia gorda y pesaba como 48 kilos y entonces como me encontraba gorda no sabia que ponerme, y estaba como 3 horas viendo que ponerme y al final no salía, por que me veía muy gorda, y ahí empezamos también a ver el problema de Raúl, también todo eso y teníamos que , a mi me daban unas tareas el psicólogo, yo tenia que cumplir, y una de las tareas era compartir a la mesa, todos y eso solo funciono 1 vez, por que después -que el Raúl le da lata, es que yo es ya-, entonces al final yo solucione mi problema de la vestimenta de no demorarme demasiado, pero el otro problema, si ellos no ponen de su parte no se podía resolver.

-es que después cuando fui a USA, subí como 40 kilos, yo me fui pesando 48 kilos y volví pesando 80 y ahí llego a un punto en que nunca mas pude bajar kilos, yo creo que en usa aprendí a aceptarme mejor y ser mas practica, no ser tan, es que yo antes estaba como muy dirigida como por mi familia, entonces por ejemplo, -es que una señorita si va con pantalones, la blusa va adentro y con cinturón- y en USA andaba como yo quería, la cosa es estar cómoda entonces yo llegue con esa postura y también llegue con un, si no me gusta no lo voy a hacer , y eso también provocó cuando yo volví un choque de nuevo porque era, -es que no me gusta como te vistes, es que no

es edad de vestirse así, ¿entonces cual es la edad?, “pero que eres pesada”, pero entonces dime el rango para poder vestirme así- y habían peleas por eso

Es que había un punto en que sabia que tenia que decidir yo, no el resto, claro de repente si conversaba, algunas cosas, no todo, por que con mi mamá no se puede conversar, ese es el problema.

¿Has intentado conversa con tu mamá?

-si un montón de veces, pero no se puede, y con mi padrastro tampoco, creo que se puede conversar más con él que con mi mamá, pero el es muy poco objetivo, de partida el no habla, grita, como que malentiende mucho, cuando uno está hablando con él, y lo otro, que mi mamá, cuando una habla con él y hace un comentario quizás negativo de él , mi mamá se siente atacada, entonces es como, no sé, y ahora tienen problemas con los hijos de él.

¿Qué respondes frente al comportamiento de tu madre?

-yo le digo las cosas a mi mamá, no a él, por ejemplo, mi mamá siempre reclama contra el resto, pero nunca le dice las cosas, por que habla contra Raúl contra Joaquín y yo le digo que le diga, pero es imposible.

¿Qué sientes frente a esta situación?

Me da pena y rabia por que dentro de esta casa en que se grita, la gente evade los temas.

¿Has tenido problemas para comunicarte? ¿Hay alguna situación específica en que no te ha resultado bien comunicarte con la gente?

-es que yo creo que en el principio fue así, yo creo que ahora no , porque ahora ya, el problema que yo pudiera tener es que ellos dicen que yo no dejo que compartan con mi hijo, por que mi mama me lo dijo, ahora lo que yo le planteo es que ellos no se hacen el tiempo para estar con el, esto me enoja harto

¿Cómo es Daniela cuando se enoja?

-es que depende, soy pesada, pero me pongo indiferente, me gusta que me escuchen, eso es lo que me pasa con mi mamá ella empieza-es que no no no – por que yo la escuche y que ahora me escuche ella, soy pesa.

¿Qué dices? ¿Cómo te comportas cuando estás enojada?

-me taimo. Por ejemplo, cuando peleo con mi pololo, es que no peleamos, son más discusiones, pero me pasa que cuando peleo con él, me dice pero por que siempre termino llorando, con mi mamá también trato de no por que empieza-llora llora- y entonces digo a...pero es una cosa que no puedo controlar,

.

¿Por qué te taimas?

Es que yo soy cuadrada, por ejemplo a mi me gusta que cuando uno programa algo, me carga que me lo cambien una hora antes y me he dado cuenta que a veces yo soy demasiado práctica y la gente no es así.

¿Y que te pasa cuando te sientes de esa manera?

Antes me daba un poco de pena, pero ya no. Creo que estoy asumiendo que soy así.

Sin embargo estoy trabajando para tratar de ser más flexible.

ENTREVISTA DE INCIDENTES CRÍTICOS

CATHERINE SUÁREZ

Por favor describa una situación reciente que percibas como conflictiva. ¿Cuál fue la situación? ¿Qué lo condujo a ello?

La verdad que no me cuesta mucho pensar en una situación determinada, ya que siempre son los mismos problemas con mi mamá. Tenemos una relación un poco conflictiva.

¿Puedes describir una situación en especial?

Bueno, el último conflicto fue cuando se enteró que estaba saliendo con una persona X. Llegó a la casa después de cerrar el negocio y me pidió explicaciones sobre unos comentarios que había escuchado de una vecina. Se había enterado que estoy andando con un joven que trabaja en Tele Pizza de repartidor. Se altero bastante y para variar comenzó a gritar que como se me ocurría andar con un tipo que era poca cosa para mí y que lo único que quería este gallo era aprovecharse de mí.

¿Cómo reaccionaste frente a esos comentarios?

Me puse a llorar al principio, pero luego traté de explicarle que esta vez no sería igual que con el papá de la Samanta, mi hija. Trate que entendiera que José es diferente. Sin embargo, siguió con sus típicas recriminaciones, que ya no cuidaría a mi hija, que

tendría que arreglármelas sola si metía la pata nuevamente. Intente decirle que yo había cambiado pero insistió y me dijo que por mi debilidad siempre las personas se aprovechaban de mí.

Me dolió mucho lo que dijo porque yo también creo que se han aprovechado de mí, porque siempre me entrego por completo en las relaciones. Debe ser porque como que no las quiero perder, o que algo o alguien me las quite, tampoco las quiero perder por escenas o comportamientos infantiles.

¿Qué respondiste a los argumentos e tu madre?

La verdad que después que traté de darle mis argumentos me quedé como paralizada y no supe que más decirle. No es la primera vez que me pasa lo mismo. La verdad que casi siempre me pasa esto con ella.

¿Qué fue lo primero que se vino a tu mente en dicha situación?

Me dieron ganas de salir arrancando de la casa. De irme de una vez por todas a vivir sola con mi hija. Sabe profe, es una sensación de impotencia que siento cuando no sé como reaccionar frente a ella.

¿Y que te pasa cuando te sientes de esa manera?

Nunca había pensado al respecto, pero creo que siento rabia por no poder comunicarme con mi mamá. Me dieron ganas de llorar pero me aguante ya que pensaba que tenía que mostrarme fuerte. Es la impotencia de no poder responderle de la manera que realmente siento. Además me da rabia que no valore cuanto la ayudo

en le negocio, ni siquiera me paga, Cada vez que quiero salir a carretear tengo que pedirle plata. Tengo ganas de buscar un trabajo distinto, con sueldo y todo pero me asusta enfrentarla, y sé que esto traería más problemas en la casa.

¿Tuviste algún otro tipo de reacción en esta situación concreta?

No, solo atiné a quedarme callada por un largo rato y después no le hable por un par de días. Lamentablemente mi hija y yo vivimos con mi familia lo que complica un poco más la relación con mi madre. Por lo tanto, consideré que era mejor quedarse callada y evitarla por un tiempo.

¿Cómo te sientes con este silencio de tu parte?

Me siento mal. No entiendo porque me descontrolo con ella y no sé que decirle. Creo que me comunico bien pero con ella es imposible, siempre peleamos. Creo que soy una mujer fuerte y que tengo buenas relaciones con todo el mundo, pero la cosa es distinta con mi mamá. Me da lata no poder comunicarme con ella. Si pudiésemos conversar creo que las cosas serían diferentes. Me da lata también que mi papá no se meta en el conflicto; nunca está en la casa cuando se le necesita, siempre está trabajando fuera de Santiago. Pero no creo que sirviera de mucho el contarle lo que pasa, aunque creo que cacha que hay problemas, ya que siempre ha sido distante y no se mete en las cosas que pasan en la casa.

¿Cuál fue el resultado de esta situación?

Bueno, me ha prohibido que siga saliendo con mi amigo, no quiere saber nada al respecto. Creo que tendré que mentirle para poder verlo ya que ella no entiende

razones; no se da cuenta que he cambiado. Todavía me ve como una niña chica. Sabe una cosa, me gustaría que mi mamá fuese de otra manera, que fuésemos más amigas pero creo que esto es un sueño.

(La entrevista se interrumpe porque la alumna se pone a llorar una vez que termina de decir lo anterior)

ENTREVISTA INCIDENTES CRITICOS

MAURICIO LILLO

Don Mauricio Lillo, ¿como ha estado?

-yo mejor poh, como le comentaba hace un rato atrás, yo creo que era la universidad la que me tenia medio complicado, pero ya al desligarme de ella como que ya desapareció todo

¿Qué ha pasado en la universidad que has estado complicado

Ha estado complicado el cuento con los chiquillos. Por ejemplo, Rodrigo volvió a mandarse un pastelazo, volvió a cometer el mismo error, volvió a hacer comentarios que no venían al caso y volvimos a tener problemas y yo hoy casi le pegue, ahora casi no me aguante, por que o sino después la Cata y puede venir el Claudio y pelea, y a mi no me venían con cosas, o sea yo creo que no soy de ese tipo de gente

¿Qué tipo de gente?

Como el

¿Cómo es él?

Nada, que habla de la gente y después se arrepiente, pero no se arrepiente que dice, ya si no la voy a volver a hacer, pero vuelve a caer en la misma tontera, entonces eso provocó un problema, un conflicto interno en mi, de que yo no lo pesque más y obviamente el se hizo el gil y de echo no nos pescamos, o sea nos

pescamos solamente por el cuento de que vamos a práctica juntos y pasa por ese cuento, nada mas, o sea pa mi el es un ente mas en la universidad y en el grupo de taller pasa exactamente lo mismo

¿Cómo te afecta esta situación?

Me afectó en el minuto del comentario, la repercusión que tuvo el comentario en mí, y yo lo hablé con él y se arrancó.

¿Cómo te acercaste a el, como abordaste el tema?

Me acerque y, le dije –Rodrigo que esta pasando, por que estás haciendo ese comentario, por que estás hablando de mi, siendo que yo nunca lo hecho de ti-, -es que me considero una persona que no soy así y yo prefiero hablar las cuestiones antes de.

¿Te puedo preguntar que comentario fue?

Haber, nosotros nos fuimos de vacaciones con la Suárez, ahora en las vacaciones de invierno, entonces, haber voy a ser súper franco con usted, no se si usted sabe que el Eduardo es gay. Entonces a la playa fuimos, el Claudio, la Cata, Pedro, Rodrigo y yo, y el Eduardo fue a quedarse al departamento del hermano que era como a 10 cuabras de donde estábamos nosotros en Reñaca, ya nosotros carreteábamos todos los días y un día el Eduardo dice, vamos a carretear a valpo y yo nunca había ido a carretear de noche, siempre había ido de día y el Eduardo dice pero vamos a ir a una parte a webiar que pa mi, no sé y fuimos y aparte que estábamos tomados todos y fui con

Pedro, Eduardo y yo, ah y un amigo de él, y nos fuimos a carretear, ya volvimos a Santiago y todo el cuento y el Rodrigo hizo el comentario de que habían pasado cosas extrañas en Reñaca por esa situación, por que nos fuimos con el Pedro a la discoteca y toda la cuestión y ya pasó, y yo como que me empecé a sentir mal con el grupo, con la Dani y por un cuento que pasó en el grupo de estudio, pero yo me alejé y el Eduardo preguntaba, pero que le pasa al Mauro, por que está tan alejado del grupo, siendo como preocupado y ya, a todo esto yo no estaba, a mi me contó el Pedro, y el Rodrigo dijo es que lo que pasa es que Mauro anda detrás del Eduardo, y ese fue el comentario estúpido que hizo. Yo enfrente a Rodrigo por que había hecho el comentario dijo-no que pucha me equivoqué es que te veía, así así y así- y le dije no tenía que mezclar las cosas y ahí empezó todo el conflicto, lo conversamos ya pasó y se superó, según yo, pero después Rodrigo hizo otro comentario, pero éste tenía que ver netamente por una cuestión académica, que yo era flojo y que se yo, que no hacía nada en el grupo y ahí quedó, yo me acerqué y Rodrigo volvió a caer en lo mismo y yo lo enfrenté y volvió a caer en lo mismo y me dije ya nunca más con este weon, y por eso ya no me junto con ellos. Ahora sólo los saludo como caballero que soy a todos, pero con ellos solamente saludo

¿Pero si el problema fue con Rodrigo?

Si lo que pasa es que todos confabulan ahí, por lo que yo me enteré, entonces yo no soy la burla de nadie y tampoco quiero serlo, y prefiero mil veces, evitar mis problemas internos, vivir sanamente y alejarme de ellos, esa es la cuestión

¿Qué te pasé con estos comentarios?

Me afecto

¿En que sentido?

Me afecté en mi virilidad

¿Qué sientes frente a eso?

Me molestó, no no me preocupa, pero me molestó por que no tiene por qué andar hablando cosas que no vienen al caso, hacer comentarios que no tienen fundamentos y eso a mi me dolió en el fondo, por que yo a Rodrigo lo estimaba harto, a mi no me cuesta mucho estimar a la gente, quizás por eso me equivoco siempre con la amistad, pero na.

Pero ¿que te enoja, que te molesta?

El comentario mismo, eso me molesta

El que estés detrás del Eduardo

Si, es que no se, de repente la gente es tan mal intencionada que se pasa rollo donde no hay rollo en el fondo. Es que de repente confunden que yo no se poh me subo arriba del pedro y me agarro, por que el pedro es gigante o lo abrazo, por que así somos nosotros, por lo menos en el curso, los que somos más amigos, el beso, el abrazo y la cuestión y conversamos y todo el cuento, y hay gente que no entiende que estamos en una sociedad mas liberal en donde el beso entre hombre es mucho mas

aceptado, es mucho mas común y normal que hace 10 años atrás y de repente Rodrigo confunde ese tipo de relaciones

¿No lo conversaste con él?

No. Yo creo que yo estaba caliente y no le dije muchas cosas

¿No valdría la pena decirlo?

No, es que ya no me interesa tener nada con él, a mi él ya no me sirve

¿Cómo es eso?

Ya no me sirve, en ningún sentido, ni como amigo, ni como compañero de universidad, ya se cómo es como supuestamente amigo, ya lo conozco como persona y como compañero de curso y yo pienso que para mi ese weon no vale la pena. Ya no me sirve para nada, que no me sirve tener su amistad, no me sirve ser compañero, ya no me sirve nada; no me es útil. Yo creo que, uno se junta con la gente que tiene que juntarse es que no cual es el dicho, no sé, uno se junta con los de su misma clase no más, así de simple, yo no me creo superior a Rodrigo ni inferior pero encuentro que no está a mi altura ni yo a la de el y los que me junto si lo están.

Creo que en términos generales soy una persona un poco rígida; si algo no me gusta, o si alguien no me sirve, simplemente lo deshecho.”

ENTREVISTA INCIDENTES CRITICOS

PABLA ARANGUIZ

Por favor describa una situación reciente que percibas como conflictiva. ¿Cuál fue la situación? ¿Qué lo condujo a ello?

Hace unos días atrás discutí con unos compañeros cuando estábamos haciendo un trabajo en grupo. Quizás fue una tontera pero igual hubo problemas.

¿Puedes describir una situación en especial?

Teníamos que preparar una presentación para cultura y nadie se ponía de acuerdo en la distribución del trabajo. Perdimos hartoo tiempo en la discusión y no pasaba nada. Ya estaba un poco molesta así que en un momento levanté un poco la voz y les dije que se dejaran de tonteras que teníamos que hacer el trabajo igual por que era una nota importante y que debíamos tomar decisiones sobre el trabajo Todos me miraron feo Me dijeron que era autoritaria y quería mandar en el trabajo de los otros, que siempre era lo mismo cuando trabajábamos juntos.

¿Cómo reaccionaste frente a esos comentarios?

Cuando me lo dijeron me defendí con explicaciones un poco tontas. Por ejemplo insistí en que el trabajo había que hacerlo sí o sí, que no iba a darme el lujo de sacarme una mala nota por la culpa de ellos.

Algo que me ha dado vuelta, es cuando me di cuenta que algunos de mis compañeros me ven como autoritaria. Yo creo que no lo soy. Esto me da pena al pensar que los

demás no me ven como soy realmente. Me cuesta trabajar en equipo, prefiero hacer las cosas sola; pero lamentablemente en la Universidad hay que hacer trabajos todo el rato, y esto me obliga a trabajar con otros compañeros. Igual trato de hacer pero me cuesta hartito. Quizás soy un poco inflexible o rígida pero creo que las cosas hay que hacerlas bien

¿Qué te pasa al verte como inflexible, rígida?

He pensado al respecto y creo que mis compañeros pueden tener razón. Soy hija única y casi siempre las cosas se hacen a mi pinta. La verdad que el darme cuenta de mi rigidez para enfrentar ciertas situaciones y lo poco claro que era, es decir, soy para comunicarme en la escuela me hizo sentir muy demasiado mal”

¿Cómo se ha manifestado ese malestar?

He estado más callada en clases. Me persigo con las cosas que me dijeron mis compañeros. Ellos igual me han buscado pero yo estoy un poco distante. Parece que tenían razón en lo que me dijeron y yo no me había dado cuenta.

¿Cuál ha sido el resultado de esta situación?

La verdad que sigo más retraída, más pensativa en clases. Todavía no he hecho nada concreto para mejorar las cosas con mis compañeros. Creo que debo relajarme un poco antes de intentar volver a trabajar con ellos nuevamente. Ya tenemos otro trabajo que hacer, para variar es en grupo, así que veremos que pasa.

;

ENTREVISTA DE INCIDENTES CRÍTICOS

CATHERINE SUÁREZ

Por favor describa una situación reciente que percibas como conflictiva. ¿Cuál fue la situación? ¿Qué lo condujo a ello?

La verdad que no me cuesta mucho pensar en una situación determinada, ya que siempre son los mismos problemas con mi mamá. Tenemos una relación un poco conflictiva.

¿Puedes describir una situación en especial?

Bueno, el último conflicto fue cuando se enteró que estaba saliendo con una persona X. Llegó a la casa después de cerrar el negocio y me pidió explicaciones sobre unos comentarios que había escuchado de una vecina. Se había enterado que estoy andando con un joven que trabaja en Tele Pizza de repartidor. Se altero bastante y para variar comenzó a gritar que como se me ocurría andar con un tipo que era poca cosa para mí y que lo único que quería este gallo era aprovecharse de mí.

¿Cómo reaccionaste frente a esos comentarios?

Me puse a llorar al principio, pero luego traté de explicarle que esta vez no sería igual que con el papá de la Samanta, mi hija. Trate que entendiera que José es diferente. Sin embargo, siguió con sus típicas recriminaciones, que ya no cuidaría a mi hija, que tendría que arreglármelas sola si metía la pata nuevamente. Intente decirle que yo

había cambiado pero insistió y me dijo que por mi debilidad siempre las personas se aprovechaban de mí.

Me dolió mucho lo que dijo porque yo también creo que se han aprovechado de mí, porque siempre me entrego por completo en las relaciones. Debe ser porque como que no las quiero perder, o que algo o alguien me las quite, tampoco las quiero perder por escenas o comportamientos infantiles.

¿Qué respondiste a los argumentos e tu madre?

La verdad que después que traté de darle mis argumentos me quedé como paralizada y no supe que más decirle. No es la primera vez que me pasa lo mismo. La verdad que casi siempre me pasa esto con ella.

¿Qué fue lo primero que se vino a tu mente en dicha situación?

Me dieron ganas de salir arrancando de la casa. De irme de una vez por todas a vivir sola con mi hija. Sabe profe, es una sensación de impotencia que siento cuando no sé como reaccionar frente a ella.

¿Y que te pasa cuando te sientes de esa manera?

Nunca había pensado al respecto, pero creo que siento rabia por no poder comunicarme con mi mamá. Me dieron ganas de llorar pero me aguante ya que pensaba que tenía que mostrarme fuerte. Es la impotencia de no poder responderle de la manera que realmente siento. Además me da rabia que no valore cuanto la ayudo en el negocio, ni siquiera me paga, Cada vez que quiero salir a carretear tengo que

pedirle plata. Tengo ganas de buscar un trabajo distinto, con sueldo y todo pero me asusta enfrentarla, y sé que esto traería más problemas en la casa.

¿Tuviste algún otro tipo de reacción en esta situación concreta?

No, solo atiné a quedarme callada por un largo rato y después no le hable por un par de días. Lamentablemente mi hija y yo vivimos con mi familia lo que complica un poco más la relación con mi madre. Por lo tanto, consideré que era mejor quedarse callada y evitarla por un tiempo.

¿Cómo te sientes con este silencio de tu parte?

Me siento mal. No entiendo porque me descontrolo con ella y no sé que decirle. Creo que me comunico bien pero con ella es imposible, siempre peleamos. Creo que soy una mujer fuerte y que tengo buenas relaciones con todo el mundo, pero la cosa es distinta con mi mamá. Me da lata no poder comunicarme con ella. Si pudiésemos conversar creo que las cosas serían diferentes. Me da lata también que mi papá no se meta en el conflicto; nunca está en la casa cuando se le necesita, siempre está trabajando fuera de Santiago. Pero no creo que sirviera de mucho el contarle lo que pasa, aunque creo que cacha que hay problemas, ya que siempre ha sido distante y no se mete en las cosas que pasan en la casa.

¿Cuál fue el resultado de esta situación?

Bueno, me ha prohibido que siga saliendo con mi amigo, no quiere saber nada al respecto. Creo que tendré que mentirle para poder verlo ya que ella no entiende

razones; no se da cuenta que he cambiado. Todavía me ve como una niña chica. Sabe una cosa, me gustaría que mi mamá fuese de otra manera, que fuésemos más amigas pero creo que esto es un sueño.

(La entrevista se interrumpe porque la alumna se pone a llorar una vez que termina de decir lo anterior)

ENTREVISTA EN PROFUNDIDAD

EDUARDO MALDONADO

Eduardo. ¿Cómo has estado?

Bien. Pasando bien el año.

¿Y a qué se debe tanta bonanza, estar tan bien?

Descansé hartoo para el verano. Un verano bien tranquilo. Como que no hice nada. Dormí hartoo. Así que llegué como bien recuperado. Con las pilas cargadas, sí. Además fui a la playa, pero fui a la playa a puro dormir.

Está bien. Oiga caballero. La idea es que, para variar, vamos a conversar aquí un ratito y para hablar un poco lo que fue el taller que nosotros hicimos el año pasado y ver qué te pasó a ti con él.

A ver. A mí me gustó hartoo. Así como taller, como cosa voluntaria, por que por ser voluntario yo podría haber dejado de ir, o ir de repente, pero yo iba siempre porque me interesó. Era un tema bien interesante para mí lo que era comunicación y todo eso, y aprendí cosas que no sabía, o sea, cosas que de repente uno sabe, pero no las usa en comunicación. Como que uno sabe que existen modos de expresarse, pero uno no los pone en práctica. En algunos momentos me daba un poco de "lata" el no tener las competencias que se trabajaban en el taller"

Entonces, ahí como que en el taller recordé ese tipo de cosas, también ahí me anduve cuestionando, cómo me comunicaba yo, porque en la sala se dio que conversamos cómo te comunicas tú y eso, y yo como que lo usé para preguntarme a mí mismo. Así que no, super bien. Interesante.

La parte liderazgo también, porque es un tema que a mí me atraía. Yo, el primer año que estuve acá, me metí a un taller de liderazgo y estuve tres días porque ¡era más fome! y no fui. Pero aquí como que fue...como que lo abarcamos más con confianza, así como más agradable y me enganchó el tema, para el verano me leí un libro de liderazgo. Estaba re bueno. Y eso como que me enganchó, también. Aunque fue frustrante ver que no era líder como creía

Recapitulando un poco sobre el tema de la comunicación, que tú dijiste que había cosas que ya uno a lo mejor sabía o tenía como nociones de algo, pero también te permitió darte cuenta de ciertas cosas. ¿De qué cosas te pudiste dar cuenta, producto del taller? ¿De qué te diste cuenta?

De pensar, por ejemplo, que no tenía buena comunicación con las personas. Es que uno como que lo sabe, pero inconsciente, pero como que está ahí guardado. Estoy porque siento que estoy mejor preparado en estos momentos. Incluso la relación con la familia está cambiando para mejor y esto me tiene tranquilo y contento”

Y ahí en el taller como que pensé: "no tengo buena relación, como que no nos estamos entendiendo con ciertas personas", como que me cuestioné hartito algunas

cosas. No sé si las mejoré. No sé. Yo creo que sí. Pero como que me cuestioné y eso es un progreso, de repente. Porque están como ahí muertas...

¿Y qué pasó con ese darse cuenta de que no tenías una buena comunicación, en este caso con ciertas personas? ¿Qué te pasó a ti con eso?

Pensar en mejorarlo. Pensar en el tratar de mejorarlo. No sé si lo hice. Pero partí. Me acordé de personas con las que, como que no me entendía bien, que no tenía...mi ejemplo más grande es como mi papá, que...comunicación así como medio lejana, para ser padre e hijo como que tenemos...medios lejanos y como que yo traté de acercarme un poquito. A partir de eso como que me empecé a cuestionar, porque yo sabía que no teníamos buena comunicación, pero era como...estaba como muerto. No lo tenía como tema, y como que ahí lo envolvió, y lo pensé. Y ahora como que nos hemos visto y he tratado como de actuar diferente yo, porque él sigue igual.

¿Se mantiene de la misma manera la relación con tu padre?

Sí, pero es que él tiene un carácter como medio apático. Entonces, él es así. ¿Qué puedo hacer yo? Entonces, teníamos mala comunicación porque como él era apático y yo era ojo por ojo, yo también soy apático. Sin embargo, con mi familia nunca ha habido grandes problemas, peleas o cosas por el estilo; a pesar de ser bastante reservado con mis cosas, pero dije: "No, porque ¿Porqué ser igual? Por que yo puedo cambiar y el también va a estar contento de mi cambio. Pero él sigue siendo igual, si es su personalidad.

¿Produjo algún cambio este darse cuenta?

En mí sí. Conversar más. Saludarlo más cercanamente. La relación con la familia está cambiando para mejor y esto me tiene tranquilo y contento. Esto me hace sentir bien, yo super bien y yo creo que él también, pero él es como serio...pero a él también, también le debe gustar que uno lo salude de abrazo. Le debe encantar eso. Pero como su personalidad es así más tiesa...pero, no, a mí super bien. Por que yo lo había desechado como tema, me dije: "ya..." así como. Por que yo me acuerdo que traté antes, pero después como que dije: "Ah, chao. Pesado este, ¿pa' qué?". Pero bien, me sirvió hartito. Si para este verano, que descansé hartito pasé hartito en mi casa, con mi familia. Que otros veranos que pasaba trabajando o cualquier cosa y a mi familia ni la veía. Pero ahora pasé hartito en familia, hartito asadito y esas cosas y me acerqué hartito.

¿Y cómo se manifiesta ese bienestar?

A ver. Es como sentirse contento. Porque a veces no me sentía contento con la relación. Era como "Ya, mi papá...." como que no me sentía contento, en cambio ahora después de conversar un rato con él, sí, es como...se puede. Se puede conversar. Y quizá el hecho de que yo esté más grande, también puede servir, porque, típico, uno, más chico, es como más rebelde, todo lo contrario. Porque quizás, ahora que soy más grande también, se pudo llegar como a una conexión ahí. No, y uno se siente contento, que se puede comunicar, puede conversar.

¿Has visto algún cambio con otras personas?

Eh, no sé si en el resto. En mí como que tener más claro, a la hora de hacer algo, y a tener más claro organizarse.

Porque siempre tiene que haber una persona que la lleva, que es el líder ahí. Trabajo en equipo, entonces tener...yo tener una idea más clara, porque a veces uno llega a un equipo y uno no es capaz de ser líder, pero tampoco acepta un líder. Entonces, como que ya uno llega con una mentalidad diferente. El hecho que para el verano eso del líder me incentivó a leer un libro, entonces, uno ya entiende que tiene que aceptar que haya una persona que tiene unas cualidades y que uno tiene que cooperar. Así que el trabajo en equipo también...todavía no lo he experimentado, pero vengo con una mentalidad así como más de aceptar que otra persona lidere el grupo y eso.....

¿Ha habido cambios en el ámbito laboral?

Sí. Ser más claro. Esto.....porque uno como que siempre en los trabajos uno por no decir nada, por quedar bien con todos uno no dice. En cambio, no sé, me he puesto más patudo con el tiempo y decirle: "no, esto funciona mal, lo estás haciendo mal", he tenido jefes que les he dicho: "está mal, ese....está malo" y sirve a la vez. Igual yo encuentro que a mí en los trabajos me ha ido bien, que como actitud de trabajo tengo buena actitud de trabajo. He trabajado en un montón de cuestiones, un montón. Y no, me ha ido como bien, pero siempre era como más callado, si algo no me gustaba era más callado y ahora no, así respetuosamente pero decir, ser más claro, que: "esto está

bien, esta mal, lo está pasando bien, esta mal", eso. Como que he clarificado mis ideas. Más.

Y qué te pasó en las sesiones que nosotros teníamos de taller, cuando se abordaban temas más personales. ¿hubo algo que gatillara ciertas cosas en ti, reacciones frente a los temas, tus comentarios o reacciones frente a tus compañeros?

Me acuerdo de una reacción de una niña que no fue más después. No me acuerdo el nombre de ella. Sé que me llamó la atención que se soltara tanto. Porque yo igual...yo pensaba que yo...a mí no me hubiera pasado, porque dentro de mucha confianza, igual me contengo un poquito. No sería capaz como ella de ponerme a llorar en un grupo.

¿No serías capaz, porque no te nace llorar, o porque lo controlas, hay una represión de esa emoción?

No sé si es represión, pero tengo así como una idea de cómo, no sé...a lo mejor es errónea mía, pero como de ubicarse de repente, por que uno puede hablar de cosas, pero no así como con gente desconocida, tirar así como un drama familiar. Encuentro yo. Sería para mí eso como algo muy privado. Aunque me sintiera muy mal, yo creo que no me saldría a flote en un grupo de personas que no los conozco a todos bien. Eso me podría salir a flote así como en amigos muy cercanos, pero así como un grupo. Yo soy super, super amarrados los sentimientos. Por eso además me ha ido

bien en el trabajo, por que en el trabajo, aunque situaciones que de repente sean muy heavies uno se sienta mal y todo, no me quiebro, sigo trabajando igual.

Esas características que dices que eres muy atado en términos de sentimientos, que no los sueltas, no afloran. ¿Entorpecen, facilitan, cómo la ves tú?

Es que... como que los manejo, de repente. Por que el hecho de yo acercarme a mi papá, de abrazarlo, da veces no me nace pero yo lo hago porque como que lo manejo. No es como que esté ahí. No sé. Siento como que tengo un manejo de eso. Que si yo quiero y me siento bien, puedo como relajarme en ese sentido.

¿Dirías tú a lo mejor esa consciencia, y ese como manejo de los sentimientos, de no dejarse llevar por ciertas situaciones, en algún minuto podría entorpecer tu relación con el resto? ¿O tú crees que la facilita?

Yo creo que las facilita.

¿En qué sentido las facilita?

EM: En ser como de repente atinado, que yo creo que es bueno. Pero si me siento, por ejemplo, muy enojado, no me va a dejar así agarrar a chuchadas a alguien. Y eso es como que encuentro igual atinado. Porque hay personas que aguantan un rato pero después ya...y yo como que no, se maneja, y ya cuando estoy muy enojado, pero no me descontrolo. Entonces yo encuentro que me sirve mucho. Porque he visto gente muy...veo gente...en los trabajos que he tenido he estado con gente muy nerviosa que se altera por cualquier cosa, que me ha tocado atender y yo ahí pienso que

no...personas que no se controlan, a ellos le está entorpeciendo conmigo, pero yo como me estoy controlando, estamos...si fuéramos los dos como controlados, entonces, fluiría.

O sea, en el plano laboral funciona.

Funciona totalmente.

¿Y en el plano más personal, más íntimo como dices tú?

También. Y por ahí yo creo, también como que no me gusta, por que a mí no me gusta la gente así como muy sensible. Yo no sé. Algo, sí puede ser. Pero como que no me gusta. Por que he estado en trabajos donde hay, generalmente mujeres que son muy lloronas y todo eso a mí no me gusta.

Por eso es que yo creo que de repente no soy así. Ahora, acordándome del tema de esa niña, no puedo, porque como que no me gusta, no sé.

¿No te gusta?

Como que no me gusta por que no me agrada.

¿En qué se puede ver eso?

No sé. Nunca me ha gustado ver gente llorar y todo. Como que me molesta. No. No me gusta. Me gustan así como más...algo más...como buscar más soluciones que quejarse, puede ser. Una cosa así como buscar soluciones, no buscar los culpables. Buscar soluciones en vez de seguir dándose vueltas en el problema. Porque siempre

cuando lloran es como darse vuelta en el problema, lamentarse y todo en vez de buscar...más práctico. Me gusta la gente práctica. Esa gente me cae bien.

¿Y tú eres práctico?

Yo creo. Pero a mí como me agrada la gente práctica. Así como que muchas vueltas, no.

Y en el ámbito de los afectos. ¿Qué pasa?

También soy como práctico. Sí. Cuando he tenido así como un problema, pongamos de pareja, así como...o es sí o es no, pero así como más o menos, podemos seguir...no. O seguimos o no seguimos. O seguimos así como viéndonos, si no chao. Así como práctico. Porque muchas vueltas, no. "Mi cambio de actitud fue para mejor, creo que soy un poco más tolerante que antes, escucho y se escuchar. Sí. Y lo que no es blanco o no es negro, es conversable. Pero conversable así como, conversable en buenas palabras, no así como "aaahhhh".

¿Qué significa conversable en buenas palabras?

A ver. De lo mismo que estaba hablando. Así como si ya, hay un problema, que se converse, no que seguir llorando: "qué pasó", no. Esto pasó por esto, pasó por esto, ya, y ahora es negro.

¿Comunicas tus afectos, tus sentimientos, tus emociones?

Sí. Pero super manejados, también. ¿Cómo lo explico, eso? Como que a veces no actúo por lo mismo que le estaba diciendo de que lo llevé como al trabajo, como que no actúo lo que estoy sintiendo, como que lo pienso primero y después lo hago. Como que lo pienso primero, como super pensado. Me siento super feliz así como que quiero abrazar, pero primero, así como que pienso primero y ahí abrazo.

Y a veces a lo mejor no abrazas.

A veces digo "no".

¿Aunque lo quieras hacer?

Sí, claro. Porque yo soy medio rencoroso.

Es como el plano así muy cercano, como que no actúo al tiro, no actúo por naturaleza. A eso me refiero que no sea natural. No que me haga el que me cae bien o no. No actúo así por naturaleza como.....me siento feliz así como, la pienso primero y después...siento ganas de...si alguien viene y me pongo feliz, como que la pienso primero, o digo así "ya, éste me hizo esto, ah, no. Está bien que...estoy feliz que venga, pero no lo voy a pescar". Bien manejado, yo no sé porqué, bien...medio milico.

Porque esa cuestión así como hablando, así como...planos más íntimos, así como que esté más o menos, no. Está bien, que bueno que esté bien. Está mal, por algo está mal,

hay que ver por qué está mal. Así me funciona el...no sé porqué, pero me funciona bien. Me funciona bien a veces. Sí, porque me pongo feliz de ser así.

Y en el plano afectivo de dos, ¿también eres igual?

Sí. Cuando digo que no es natural no me refiero a que me haga, pero como que no es así que me sentí feliz, naturalmente estoy feliz, no. Como que la pienso primero y ahí muestro.

Por lo mismo, cuando he tenido una discusión con alguien, porque tengo mucha rabia, pero yo vi que a la otra persona le va a encantar verme enojado, así es que, no estoy enojado. No se ve lo enojado. Es lo mismo. Como que mi otro yo me habla al tiro: "Pensemos, ¿está bien? Sí, está bien."

¿Y hay alguna instancia en que eso no suceda y salga el Eduardo?

Cuando me río. Cuando me río con ganas, eso es lo más natural. Cuando me río con ganas, es como que ahí no pienso nada. Esa es la única instancia en que me...pero el resto es como controlado. Lo único descontrolado que tengo es cuando me río. Así que cuando algo me hace mucha gracia me río. Como que uno piensa lo que hace, pero el resto, no sé por qué. Milico.

¿Y hay alguna instancia en que el Eduardo salga, o no?

No sé, pues. A lo mejor no me ha...no se ha dado todavía. Quizá. Yo he pensado en esto: yo siempre he dicho super bien que sea así como controlado, como medio frío a

veces, pero a mí nunca me ha pasado por ejemplo, algo que se me muera alguien muy cercano. Nunca. No se me ha muerto nadie cercano. Nadie. Yo creo es una instancia así como muy...yo creo que ahí sí. Como que de repente hasta puede cambiar mi forma de ser, yo creo. Porque no me ha pasado. La última persona que murió fue una tatarabuela que ni la conocía. Pero yo creo que por ejemplo, hay personas que se les han muerto el papá, la mamá y cosas así. Como que se genera un cambio, de repente yo creo que por ahí me puede cambiar...

Nunca me ha pasado algo así como, algo fuerte que me des controle. Estoy pensando en algo así como fuerte.

Ah. Y para que salga el Eduardo...

Claro, que yo lo viva así como que no le esté pensando así como "me sirve o no me sirve", medio interesadamente de repente.

¿Así te manejas en las relaciones?

De repente sí, pues. "¿Me sirve o no me sirve verme contento?, sí me sirve, ya, me veo contento".

Y eso, por ejemplo, a ver si lo conectamos con los procesos vividos en el taller.

¿Sirvió para darse cuenta de algo? Tomar más consciencia de ciertas cosas o seguimos igual

Pensar harto, pensar harto. Yo de repente estaba muy callado en el taller, pero es que los temas que se estaban conversando yo los estaba pensando para mí. Porque había una niña hablando de su situación y yo agarraba esa situación y me la ponía a mí, "¿Cómo estaría yo?", ahí, solito hablando. Pero me sirvió para eso, para preguntarme a mí mismo... introspecciones. Para eso... para eso me sirvió el taller. Si de repente yo estaba muy callado, dominado, pero estaba agarrando todo lo que decían para mí. Porque él tenía ese problema, yo decía: " a ver". Agarraba el problema para mí, cómo sería para mí. Para eso me sirvió. Fue bueno.

Te hizo pensar.

Me hizo pensar harto.

Introspección, como dices tú. ¿Qué cambiarías en ti?

Ahora, como que nada. Estoy bien contento conmigo. Me haría una lipo en la guata. ¡Ja, ja, ja, ja! No, pero bien. Super bien. Porque encuentro que cómo actúo, como que... como lo que doy, recibo, me va bien. Funciona, hasta ahora bien. No está mal. ¿Quién sabe mañana? todos cambiamos. Así que no, bien. Estoy tranquilo ahora. Pero quién sabe...

¿Qué te inquieta?

A veces saber que alguien de mis hermanos, que son como lo más cercano que tengo, tenga algún problema, y yo no sepa qué es. Pero, más que eso, no.

¿Te incomoda hablar de ti?

Antes sí. Ahora no. Antes no me gustaba, me cargaba. "¿Qué haces?". Incluso en eso. "¿Qué haces?, ¿Qué te gusta?". No me gustaba. Ahora me da lo mismo. Antes me apestaba mucho, no me gustaba ese tipo de pregunta. Cuando uno se tenía que presentar al curso, esa típica: "describete". Me cargaba esa cuestión. Pero ahora, no. Está funcionando bien, en ese aspecto, mi mente, parece, creo yo. Y eso.

ENTREVISTA INCIDENTES CRITICOS

LENKA RAKELA

Buenos días.¿Cómo está?

Bien.

¿Todo bien con las clases?

Me ha ido muy bien. Estoy contenta con mis notas. Además mi relación con mis compañeros es buena. No hay problemas.

Lenka, Necesito que piense en alguna situación en que haya tenido algún tipo de problemas.

Si sé cuál es, porque me pasó ayer. Es que yo tengo una amiga de toda la vida, la Yae, y ella estudia Diseño de Vestuario. Y bueno, generalmente yo desfilaba a fin de año, todos los trajes de sus exámenes. Y ahora ella sale de su carrera y tenía ocho trajes, dentro del cual, el más importante era el vestido de novia. Y bueno, desde principio de año me dijo: "No, te tienes que poner las pilas, tienes que bajar de peso para que podái desfilas el vestido". Ya, obviamente yo quería, si es el examen de mi amiga y todo el cuento. Y un día hablando por messenger, que yo creo que es la peor forma para comunicarse, que todo se malentiende, me dijo: "oye, ¿cómo vai con los kilos?" onda si "¿te quedan buenos tus pantalones de cuando estabai más flaca y todo", y yo le dije: "Sí, pero así como lo veo me va a costar ponerme el vestido". Ya, y nos reímos y pasó. Y ayer yo le digo: "oye, Yael, ¿qué onda? ¿Cuándo es el desfile?", y

me dijo: "el diecinueve de enero", yo le dije: "¿Cómo lo vamos a hacer con el vestido?", y me dijo: "¡ay, no pues, que tu me habías dicho que no lo querías desfilarse!". Yo le dije: "yo no te dije eso", me dijo: "sí, si eso me dijiste, entonces, yo le pedí a la Negra y el vestido lo estoy haciendo con las medidas de la Negra". Igual fue como bajón, porque de partida no fue lo que había pasado, no era lo que habíamos acordado y a mí igual me dolió pues, y ella me dijo: "pero si podís desfilarse cualquiera de los vestidos" y yo le dije: "No. Porque si no desfilo el más importante no desfilo ninguno", y lata porque nunca habíamos tenido así como una desilusión entre las dos. Y me dolió y me dio pena. Eso. Y nada pues, también me pasó de todo cuando me dijo así como: "no, lo que pasa es que yo le dije a la Negra". De partida, a la Negra, yo sé que la escogió porque tiene el medio cuero y nada más que eso. Entonces, más lata me dio, obviamente porque me sentí como, como desplazada, en el fondo, porque yo creo, yo sinceramente...yo le dije, no creo que no...no fue ni siquiera un malentendido. Fue como: "ya no, voy a elegir a la Negra porque es más flaca" y pucha, me lo podría haber dicho antes y no habría sido tan penca. Y me dolió la guata y todo cuando me dijo y me dio rabia y todo. Y como que están ahí nomás las cosas. Y eso.

¿Qué puede haber generado este problema?

Yo creo que las cosas no quedaron como bien, bien explicadas pero es que eso es lo que me da rabia que yo sé que en ningún momento le dije: "no, no quiero desfilarse. No, no me quiero poner el vestido".

¿Cómo te sentiste en este caso?

¿Ayer? Tenía rabia y cuando tengo rabia yo prefiero no conversar las cosas. Y ella me dijo que ella igual se sentía mal, porque ella sí quería que yo desfilara, pero, ya fue, pues y eso fue lo mismo que yo le dije: "Ya, filo. Si ya fue. Ya no voy a desfilarme nomás". Me dijo: "pero si eso no te hace menos importante en mi vida" y la cuestión y yo le dije: "sí, pero a mí igual me da lata", porque sobre todo con ella para mí los acuerdos con ella son acuerdos, y no se quiebran por nada y...y no.

¿Qué significa eso?

Es que igual me da rabia. Si es inevitable que me dé rabia.

Sí, pero ¿cómo manejaste la rabia?

No pues, le dije que después...habláramos otro día y me puse a hacer otras cosas, me puse a escuchar música, me puse a ver tele. Igual me daba vuelta el bichito. Y eso. Además que yo no suelo, o sea, con mis amigas "amigas" yo no suelo tener como problemas, entonces, como que me descolocan esas situaciones. Creo que es la segunda vez que tengo así como un drama heavy con una de mis amigas. De partida tengo pocas, entonces, como que más lata me da. Y eso.

¿Qué intenta hacer para solucionar el impasse?

Nada. Yo creo que lo vamos a tener que conversar nomás, pero...es que ésa es la cuestión que yo no le creo que haya sido un mal entendido y no le voy a creer tampoco, me diga lo que me diga.

¿Y le vas a decir "no te creo"?

Sí. Si eso le dije ayer. Y por lo mismo no seguimos conversando, porque le dije: "no, no te creo y no te voy a creer y después conversémoslo otro día, mejor". Y eso. Si a lo mejor es una tontera, si ella me hubiese dicho: "¿sabís que Lenka? Yo no quiero que lo desfilís tú este año. Quiero que el vestido lo desfile la Negra", me da lo mismo, porque ella ve lo que es mejor para su carrera. Pero, ¿por qué no me dijo?

¿Cuál fue el problema con esa amiga?

No. Ahí fue más heavy porque estuvimos enojadas harto tiempo. Tampoco nunca había tenido un problema con ella, de hecho es mi mejor amiga y bueno, ella lleva sola un montón de tiempo. Ya. Y llevaba sola un montón de tiempo y se puso a pololear y como que quedó embobada con el pololo. Y a mí esas cuestiones me cargan porque yo pololeé harto tiempo y yo nunca dejé botadas a mis amigas por mi pololo. Entonces, como que...yo creo que eso me afectó más, porque íbamos a ir a una fiesta y a ella la tratan como cabra chica, no la dejan salir con el pololo y un montón de tonteras. Entonces, yo le dije: "ya, filo, yo hablo con tu tía" que vive con su tío "y le digo que vamos juntas". "Ya" me dijo, "yo me voy a tu casa, me voy a arreglar y nos vamos juntas". De partida nos íbamos a ir a pata y teníamos que caminar por unas calles así como ultra solitarias y me daba miedo también irme sola. La cosa es que no llegaba nunca. Ya, yo me estaba arreglando y me llama y me dice: "sabís que Felipe", el pololo, "me va a ir a dejar", le dije: "ya, tráeme mis zapatillas" y todo el cuento. Y llega a mi casa y yo la veo con la bolsa y me dice: "ya, aquí están tus zapatillas", "ya" le digo yo, "¿y no nos vamos a ir juntas? Y me dijo: "lo que pasa

es que estoy con Felipe", y mi mamá, la escucho que dice...no, mentira me dijo: "ando de pasadita", y mi mamá va u dice: "pero Tamara, haz pasar a tus amigos" y yo me asomo y estaba con el pololo y los amigos afuera, y me dice: "No, lo que pasa es que yo iba a buscar a las chiquillas porque iba salir con las chiquillas". Y entonces, así como... bueno, le estoy contando la historia realmente, y yo le dije: "bueno, maricon, no me digai que no te vai a ir conmigo", y me dijo: "es que pucha, es que...", así como que ni siquiera fue capaz de decirme: "sabís que no, no me voy a ir contigo". Yo le dije: "ya, filo", y llamé a otra amiga y le dije: "ya, ¿vamos al carrete?", "vamos". Era una fiesta en una parcela. Y llegamos allá y yo le dije: "oye, ¿sabes que? Estoy acá en el carrete y yo no sé si vai a venir pa'cá" y me dijo: "no, es que yo estoy en otro carrete, pero ¿tú andai en auto?", "sí" le dije yo. "ah, ya, tu veís pa' donde vai. Yo me voy a quedar acá en el otro carrete". Y fue como...ya. Igual me dio lata porque habíamos acordado que íbamos a salir juntas, o sea, como que en el fondo me usó pa' que le pidiera permiso pa' salir con el pololo y me dejó botá. Y yo ya, filo. Seguí carreteando con mis amigos, me entré. Al otro día también, salgo, e iba caminando por afuera de unos locales comerciales y ella iba con el pololo, y me ve, pero así, creo que pasamos por el lado, por el lado, y me ve y agachó la cabeza y no me saludó. Nada, como si yo no existiera o no me hubiese visto. Y ahí fue como ya. Ahí me dio toda la rabia y de hecho me junté con ella y la mandé a la punta del cerro porque igual me había dado rabia y todo. Y pasamos como un mes enojadas y de ahí nos juntamos de nuevo y conversamos el tema, pero me dio lata y yo creo que más lata me dio el hecho de que no me saludara en la calle. Y me dijo: "no, es que me daba vergüenza mirarte a la cara por el condoro que me había mandado". O sea,

tampoco soy un ogro pa' que me tenga miedo y pa' no conversar conmigo. Y esos son mis problemas, que he tenido con mis amigas. Pero más me dolió el primero que el segundo. ¿Se da cuenta profe? Me cambian por el pololo y después me cambian por un vestido. Ja, ja, ja. Y eso.

¿Y a qué conclusión podemos llegar?

No sé. Yo creo que mis amigas de repente abusan de mí.

¿Por qué?

Porque yo siempre, o sea...feo que yo lo diga, pero he pensado que yo soy super incondicional con ellas y como que, de eso se aferran de repente y como que abusan. Creo yo.

¿Y por qué será que eres tan incondicional?

Porque yo soy super entregada a las cosas que hago y sobre todo con la gente que yo quiero. Más todavía. Y obviamente, con esas actitudes uno se da cuenta que no recibe lo mismo que da. De hecho ya lo conversé con mi amiga, la que tuve el problema por el pololo y todo y nada, quedamos en que las cosas hay que decirlas porque yo igual sé que tengo un carácter super fuerte y de repente mis amigas no se atreven a decirme las cosas. Claro, yo voy y a mí me molesta algo y yo se los digo. Quede la embarrada o no quede la embarrada. Pero a ellas como que de repente como que les da lata. Entonces, por ejemplo, la Tamara me decía a mí: "me daba lata decirte, sabes que pídeme permiso para salir con mi pololo y no invitarte al carrete". Y yo le dije: "pero

fue más feo, que me dijeras: "vamos al carrete" y después me dejaría botá". Entonces, yo creo que es como un problema de comunicación, netamente.

Y me da lata también que me tengan cuco, porque se supone que si somos amigas, no...

¿Y te tienen cuco?

Eso me dijo ella.

¿Y por qué te tendrán cuco?

Porque, dice que yo tengo un carácter super fuerte y que a ella le da lata que...por cómo puedo reaccionar y todo.

¿Y eso es así?

Sí. Pero cuando me enojo, sí digo cosas que duelen. Entonces, yo creo que por eso de repente les da como susto. Es que a mí me carga quedarme con las cosas, no puedo, entonces, a mí me gusta sentarme a conversar y aclarar las cosas. Por que si no, yo no ando bien, sobretodo si la persona me interesa, porque si me da lo mismo, filo.

ENTREVISTA INCIDENTES CRITICOS

NADIA MUÑOZ

¿Cómo está Nadia?

Bien. Bien. Un poco como chata pero bien.

¿Chata con quién o con qué?

Con el mundo.

¿Por qué chata con el mundo?

No sé. Será fin de año.

¿No por situaciones especiales?

No, pero no quiero ver a nadie. Todos me tienen aburrida.

¿Todos te tienen aburrida?

Sí. Más encima que estoy en mi casa, entonces, más me aburro, más me estreso y no me dan ganas de salir a ningún lado. Eso. Pero bien. En general bien.

¡Ah qué bueno! A pesar de que estás apesada con todo el mundo, pero bien. No, pero esas son cosas que de repente así como ¡Ya! ¡Qué lata! Pero se pasan poh. Que me dan un rato corto.

¿Cómo va el trabajo?

Ahí está. Bien. Tengo que ir a trabajar hoy día, En el Municipal hoy está Cascanueces. Y más encima en la Plaza de Armas. ¡Qué horrible! Pa' peor, pero no, bien, o sea, quiero trabajar ahora en enero.

¿Y cómo están las relaciones con la gente del teatro?

Bien. Ah sí, con el Mauricio mal poh, pero con todos los demás bien.

¿Y qué hacen al respecto?

Nada.

¿Nada?

No. Ya suprimí...

¿Cómo te sientes al respecto?

¡Ay, qué estrés! Sí, es que no puedo ser asertiva, aparte no quiero, es que es una cosa de....yo no quiero arreglarlo. Entonces, no es como el conflicto de que "tienes que solucionarlo por que por el bienestar de..." no sé, no es así. Si es, es, si no, no. Ah. Pero es que también es una cosa de querer y yo no quiero.

¿Y es cómodo trabajar juntos, ser compañeros de universidad...

No. Para mí es super incómodo. Es que para mí es incómodo, porque la gente que me cae mal, como que...super drástica, entonces, me cae mal todo, su presencia, me da

lata conversar con él, me da lata que me salude, que sea así como: "qué lata que viene". Entonces, igual es incómodo. Pero se ha transformado a que me...la indiferencia, entonces ya me está dando lo mismo.

Pero si lo ves en el teatro, él te va a saludar.

Si poh. Y yo también lo saludo, por una cosa de...pero una cosa porque está todo el mundo; no voy específicamente a saludarlo a él, poh. Cuando él llega y estoy sola no lo saludo, pero cuando está todo el mundo, por una casa de ser educada también. No. Es que no quiero...aparte que no quiero estresarme. Entonces me da lata.

¿Estresarte por qué?

Por que no se puede conversar con él. Porque yo sé lo que me va a decir. Y yo estoy segura de que él sabe lo que yo le voy a decir.

¿Qué te va a decir él, a ver?

Ay, que él está enfermo, que lo ha pasado super mal y se va a poner a llorar y me va a decir que "yo te quiero mucho, amiga". Si me lo sé. Es que me lo sé. Entonces prefiero ahorrármelo. Ahorrarme el mal paso. Por que no vamos a arreglar nada.

¿Cómo se puede solucionar este conflicto?

No sé. Yo pensé era super asertiva en todas las cosas que yo decía. Pero no. Porque, generalmente no me preocupo de lo que piensan los demás, o lo que puedan llegar a sentir cuando yo hablo, sino que me preocupo de yo decir lo que siento, pero igual

uno no le habla a las murallas. Entonces eso como que ahora medito más. Entonces igual es como complicado y a lo mejor lo del Mauricio es como lo peor que ha pasado por que no supimos solucionar el conflicto. No supimos hablarlo y yo lo tengo super claro pero, es lo que le decía también es una cosa de querer.

¿Y nadie quiere solucionar el conflicto que tiene con Mauricio?

No sé si nadie quiere. Yo no quiero. Yo hablo por mí. Pero hay muchas personas que es como: "a mí me da lo mismo" pero "¡hola Mauricio! ¿Cómo estás?". Y después por detrás lo andan pelando. Esto para mí va. Lo saludo por una cuestión de educación. No sé. Pa' mí no va, pero, igual creo que fue así como el problema de todos porque nadie quiso hablar. Ni siquiera él. Ni siquiera él quiso hablarlo. Entonces, yo dije: "Igual es complicado, porque somos todos tan diferentes y todos tenemos como cierta forma de ser..."

Pero conversando...pero igual es como complicado conversarlo, es como...¡qué lata!, ¡qué lata! Y escuchar como... A mí lo que más me molesta es: "yo soy el dueño de la verdad". Y eso es lo que genera más conflicto, o por lo menos yo con el Mauricio es como: "¿Cómo sabes tú?", "No, es que yo he leído" pero lo sabes de un libro, ¿Cachai? puede ser mentira, puede ser verdad, puede ser..."No, es que...", y se juegan la vida así, y yo así como "¿Ya?". Y nunca se puede llegar a acuerdo porque siempre ellos son dueños de la verdad y siempre luchan así como...y te levantan la voz. A mi me carga que me levanten la voz.

¿Quieres hacer algo para mejorar la situación?

La verdad, verdad, no. No me interesa., cuando no me interesa la persona, o no me sirve, simplemente no la pesco. En la universidad no me pasan muchas cosas, porque no tengo gente que yo quiera. Mis amigos verdaderos están en otro lado.

ENTREVISTA DE INCIDENTES CRÍTICOS

RODRIGO ADARO

Por favor describa una situación reciente que percibas como conflictiva. ¿Cuál fue la situación?

Me da un poco de lata reconocerlo, pero tiene que ver con que estoy muy bueno para el trago, y creo que producto de los mismo no estoy muy sociable. Yo era sociable y todo eso. Cuando conocí el trago y todas esas cosas, ahí, como que me fui para dentro.

¿Se añora esa etapa del sociable?

Sí. Es que lo pasé bien. O sea, conocí harta gente. No la veo ahora pero...era bien...como que había más confianza. Éramos también de tacto.

Ahora no. Ando como el típico chileno por la calle, amargado. Sí. Tengo mucha pena.

I feel blue.....No sé

¿Qué no sabes?

O sea. ¿Quiere preguntar algo?

No. ¿Te incomoda el tema?

En el momento sí. Pero es más incómodo no contarlo. Por que la pena va a seguir guardada. Tengo pena por muchas cosas. De partida, que siempre cuando chico no sé si me exigían ni nada, pero, siempre me decían: "tenís que sacarte buenas notas, estudia, estudia". Y bueno, con la gente que siempre se relacionaba mi padre, eran de la Universidad de Chile, puros catedráticos. Y cuando chico me acuerdo que, me sentaban en la mesa y tenía que quedarme ahí. Ahora, lo encuentro nada que ver, o sea, lo encuentro tonto. Absurdo.

¿Y que te pasa cuando te sientes de esa manera?

Me da pena, sí pena. Sí poh, porque, de alguna manera me estaban imponiendo sus creencias. No estaba siendo como yo mismo. Un niño de ocho años, siete años. Yo que iba a hacer con Edgardo ahí sentado en la mesa, con ocho años. Bueno también por la cuestión que le conté la otra vez tengo pena, por que mis papás como que nunca me tomaron en serio.

¿Y eso te sigue afectando?

Sí. Yo creo que sí. Y bueno, también cuando salí de cuarto medio en la noche, yo quería estudiar música, quería estudiar pedagogía en música, lo que sea. No, me dijeron que no estudiara eso, que no me iban a pagar nada por que me iba a morir de hambre y todas esas cosas. Y ahora estoy acá. Igual estoy contento acá. Me gusta pedagogía en inglés. Y no sé, poh. La tristeza que llevo dentro también es porque

nunca he cumplido con las expectativas de mis papás. Siempre ellos han querido que yo sea el número uno en todo.

Ahora siempre temo equivocarme y desilusionar a mis papás, y eso es lo que ellos me hacen sentir, que usualmente los desilusiono y que definitivamente no soy lo que ellos quieren que sea. Quieren que sea el número uno.

¿Cómo reaccionaste frente a esos comentarios?

Me da lata por que no sé si quiero ser el número uno para complacerlos. Hay algo que...como que me impide ser el número uno. Quizás es por llevarles la contra a ellos. No sé todavía, pero, en todo caso acá en la carrera, como que no me interesa mucho tener puros sietes y cuestiones. Sin embargo, a mí en lo que me gustaría ser número uno es en música. Me gustaría, no sé, estar tocando en estos momentos, en un escenario. Mi sueño sería que me pagaran por hacer música, vivir de eso. Pero acá es complicado en este país, digamos, un medio tan chico. De hecho yo tengo pensado emigrar una vez que egrese de acá. No sé, ir a Europa o a Estados Unidos: a Nueva Orleans, Chicago, a hacer música con mis amigos negros del Misissipi.

¿Tuviste algún otro tipo de reacción en esta situación concreta?

Creo que, pero he andado más callado que de costumbre. Mis papás se han sacrificado harto por nosotros, y todo, pero igual me complica no ser lo que ellos esperan de mí.

¿Cómo te sientes con este silencio de tu parte?

Me da pena, por que quisiera que me apoyaran pero sé que no será así. Por lo tanto si quiero lograr mis metas, mis sueños, tendrá que apechugar solito. No queda otra alternativa.

¿Crees que pueda mejorar la relación con tus papás?

Sí, pero sólo de dejo de tomar tanto como lo estoy haciendo. Cacho que les da un poco de vergüenza tener un hijo bueno para el trago. Quizás tomo para llevarles la contra y no ser lo que ellos quieren de mí. Sabe, me cuesta entender que los padres no acepten a los hijos tal como son, y que les digan frecuentemente que uno los ha decepcionado.

¿Ves alternativas de que la situación cambie?

No sé; por el momento no creo. Pienso que las cosas van a seguir tal cual en la casa. Mis papás no cambiarán y yo por otro lado he intentado chantarme pero hay algo más fuerte que me lleva a tomar. No estoy tranquilo con esta situación pero no sé que puedo hacer en este momento.

¿Has intentado conversar con tus padres sobre el tema?

Me da plancha. De verdad siento un poco de vergüenza con el tema. Pero igual; quizás sería bueno en algún momento conversarlo con ellos.

¿Crees que el conversar sobre el tema traería algún cambio?

No sé, creo que sí, pero igual me da plancha conversarlo con ellos, Mis papás siempre me preguntaban que contaba, como estaba, y mis respuestas siempre eran evasivas o “estoy bien; no pasa nada. La verdad es que conversamos muy poco y todo por mi forma de ser; “me da mucha rabia la situación, dan ganas de mandar todo a la punta del cerro, pero no puedo y no me atrevo.

Espero algún día cambiar.

ENTREVISTA EN PROFUNDIDAD

DANIELA BILBAO

Daniela, ¿podrías describir los elementos afectivos que surgieron durante el programa del taller?

Estoy bastante contenta con los logros que he experimentado este último tiempo, principalmente en la manera en que me comunico con las personas que me rodean. Mi relación ha mejorado bastante especialmente con mis compañeros en la universidad. En la casa, lamentablemente, las cosas no han cambiado mucho. La relación con mi mamá especialmente sigue igual que siempre.

En este tiempo me he dado cuenta que lo visto en el taller me ha servido mucho para aprender a controlar mi impulsividad al actuar, al menos eso trato.

También ha sido positivo para aprender del grupo, aunque muchas veces el conocer a alguien implica verificar lo enredado, poco claro, y diversos que pueden ser. Esto me ha ayudado en mi trato hacia ellos e intentar entender su comportamiento y tratar de ser más asertiva al comunicarnos.

Algo que me ha dado vuelta, es cuando me di cuenta que algunos de mis compañeros me ven como autoritaria. Recuerdo cuando la Cata y Nadia me dijeron que hacia de dictadora. Esto no fue muy negativo, por lo dijeron, sino el ver que ellas callaban su

opinión cada vez que se les pedía y que preferían callar para evitar conflictos. Mirando la situación ahora que ha pasado tiempo, creo que en parte tenían algo de razón ya que muchas veces intento mandar y esperar que las cosas se hagan a mi pinta, sin considerar la opinión de los demás. El darme cuenta de que tenían razón ha sido penca, me he cuestionado un poco, he pensado al respecto y creo que debo intentar cambiar algunas cosas.

El ponerme a pensar y analizar mi comportamiento, me ha llevado a creer que puedo ser más asertiva conmigo misma y por supuesto con los demás. Creo que puedo actuar de manera diferente, ser asertiva, sin dejar de lado mi forma de ser, pensar me, sino ser yo misma.

Mencione y describa la aparición de movimientos críticos en relación a: relaciones familiares, sociales, académicas, etc.

En mis relaciones familiares tuve y tengo un momento crítico. A mi parecer traté de ser lo más asertiva posible, pero por el lado de mi madre y mi padrastro hay cero intentos de entablar diálogo alguno.

En ese ocasión trate de hablar, pero cuando a uno la hacen callar por que la madre o el padrastro, por el hecho de tener ese rol, tienen la única verdad incuestionable y por eso ellos tienen derecho a ofender y humillar a los hijos. Me da mucha rabia la situación, dan ganas de mandar todo a la punta del cerro. No hay mucho que hacer en

este caso.. Por más que uno busque la instancia del diálogo, existe una negativa de parte de ellos.

¿Cuál es tu percepción del cambio?

Me he dado cuenta que hay compañero que se sienten agredidos cuando uno se dirige a ellos, aún cuando le soliciten la opinión o consejo. Por ejemplo, el otro día un compañero, que considero amigo, me contó que va a Mendoza sólo hasta el sábado a lo que le pregunté por que no se quedaba hasta el domingo y su respuesta y reacción fue incomprensible. Lleno de ira y confusión, según yo, me responde que por que tenía que darme explicaciones, y a otro compañero, me reclamó por que me metía en sus cosas y me trato de densa.

Yo quedé plop ante su reacción, el me hacía parte de su viaje al contarme, le hago una pregunta y de golpe y porrazo un cambio de actitud de un 100%. La verdad no supe como reaccionar en un principio, luego le contesté de mala manera, y aumenté el nivel de la discusión con mis comentarios. Me frustra aún no poder comunicarme del todo bien con la gente que me interesa. A Rodrigo lo considero mi amigo, pero no pude evitar mis comentarios un poco agresivos, el sarcasmo. Me di cuenta que aún hay mucho que avanzar, espero cambiar algunos comportamientos pero quizás hay algunas cosas que son parte de mí y no cambiarán.

Cambio en el comportamiento. Me he dado cuenta que puedo y debo controlar mi impulsividad, cosa que me cuesta mucho trabajo, pero a la vez ha mejorado mi relación con mi hijo Lucas.

Yo suelo no tener mucha paciencia y peleaba mucho con Lucas. Afortunadamente, hoy he mejorado bastante ese punto aprendiendo a que las cosas las puedo decir de otro modo, lograr lo que espero y mantener una relación más saludable; creo que voy por buen camino.

También he aprendido a tomar las críticas de mejor manera. Me digo, quizás las personas que me critican ven algo en mi que no está bien y les molesta; debe haber algo que no esté del todo bien en mi actuar que hace que la gente se moleste y me critique. Debo analizar un poco más estos puntos para ver si se puede hacer algo al respecto.

Aprendí que yo soy así y mientras no pase a llevar al otro, puedo seguir con mi forma de ser.

He aprendido a ser yo misma y no intentar agradar a todo el mundo; a no tomarme todo tan en serio. Hoy hay una mayor aceptación y esto me ha ayudado a mejorar mi relación con los demás.

ENTREVISTA EN PROFUNDIDAD

KATTY SUAREZ

Describan los sentimientos negativos, positivos y de esperanza que aparecen producto del taller

Esto es bastante difícil para mí, debido a que en estos últimos días me han repercutido muchas cosas referentes al taller. He pasado días enteros sufriendo y llorando por que no soy capaz de comunicar lo que siento realmente por miedo a perder a las personas a las que quiero. Por otro lado, creo que cada vez que sufro me fortalezco un poco más, o eso espero, para confrontar nuevos problemas. Sí, en realidad si es así y cada vez siento que voy cediendo un poco menos en las relaciones, lo que causa que estas se tornen un poco más equitativas y beneficiosas para mi tanto como para la otra persona. Espero poder cambiar por que realmente no deseo seguir sufriendo. Me explico? Tengo una relación un tanto tortuosa en este minuto, pero siento que cada vez que mi 'amigo' me hace sentir mal, soy capaz de tomar un poco más de fuerza y confrontarlo, lo he hecho y me he dado cuenta de cómo es capaz de manipularme la gente y como yo soy capaz de no dejarme pasar a llevar.

Muchas veces escondo las cosas tortuosas de mi vida y se separarlas de mis actividades diarias. Menciono lo anterior, por que a pesar que constantemente me estreso y desestreso, me deprimó y afloro, en la universidad soy considerada una persona capaz de liderar un grupo. Creo que soy buena para ayudar y guiar a las personas que me rodean, tal vez esto se deba a las cosas difíciles que he vivido, pero

creo que soy capaz de llegar a la gente y de hacer que confíen en mí y trabajar junto al resto en pos del bien común.

Constantemente trabajo en la utilización de herramientas que me entrego el taller, como la asertividad o la comunicación efectiva y espero poder desarrollarlas cada vez más.

Mencione y describa la aparición de movimientos críticos en relación a: relaciones familiares, sociales, académicas, etc.

Creo que en cuanto a las relaciones familiares siempre se ha presentado la discordia existente entre mi madre y yo, sobre todo en lo que respecta a mi hija. Samantha tiene 4 años, y he pasado etapas muy difíciles en lo que ha respectado a su crianza, debido a que mi madre me desautoriza constantemente cuando se trata de mi hija y lo que usualmente causa conflictos entre ella y yo. Además, mi madre no confía en mí, cree que constantemente estoy exponiéndome a mi misma a cometer los mismos errores que he cometido en el pasado y para ella nunca es suficiente todo lo que yo hago por ella. No así mi hermana menor, que no ayuda en nada y ni siquiera pasa en la casa, a veces envidia que a ella le presten menos atención que a mi, por que siempre temo equivocarme y desilusionar a mis papás, y eso es lo que ellos me hacen sentir, que usualmente los desilusiono y que definitivamente no soy lo que ellos quieren que sea.

Mi padre por otro lado es un padre bastante ausente. Siempre intenta compensar su ausencia con cosas materiales. Denota preferencia por mi hija y por mí.

Mi hermana menor y yo no nos hablamos a menos de que sea urgente o realmente necesario y creo que estoy mejor lejos de ella. Ella es además bulímica y a mi parecer inestable psicológicamente por lo que temo que ella se quede sola con mi hija.

Mi hermano menor pelea con mi hija todo el día, y tiene nada más y nada menos que 15 años. Es inmaduro y flojo.

Mis dos hermanos menores son irrespetuosos hacia mis padres y sobre todo hacia mí, pero mi madre sobretodo, más que mi padre, no hace nada por remediarlo, generalmente me acusa de ser 'grave'.

No creo que sea la instancia para involucrar a mis hermanos mayores por que convivo menos con ellos, y aún así considero que son de relevancia dentro de lo que representa estados críticos en mi vida.

Académicamente en este minuto, estoy enfrentando una gran crisis, que no he sido capaz de sobrellevar, y la que en casa no puedo comentar y dentro de la cuál, además, me siento sola confrontando un gran problema. Me he dado cuenta que por mi forma de ser, reservada y complaciente, mi grupo de compañeros más cercano se ha aprovechado de mi en ciertas ocasiones y no he sido capaz de aclarar las situaciones o decir que no cuando a mi me parece. En estos momentos estoy tratando de cambiar de comportamiento con ellos, intento decir lo que siento pero no siempre resulta.

Socialmente tengo peores problemas. Tengo la tendencia a entregarme por completo a la gente y a vivir relaciones súper intensas. Usualmente conozco gente que se aprovecha de mi debilidad de carácter y de mi forma de ser, lo que realmente me a problema, pero que me es imposible cambiar. Por que me es imposible? Probablemente por que me siento cómoda la mayoría de las veces en mi posición y me aterra cambiar. Últimamente he encontrado personas que reconocen mi manera de ser como algo ultra positivo y frágil por lo cual me aconsejan y me ofrecen cuidados y respeto. Los hombres por lo general tienden a sobreprotegerme lo que me hace sentir bastante bien la mayoría de las veces, lo que considero característica de mi inmadurez.

Como percibe el cambio

Aún hoy, conociendo mis limitaciones y mis capacidades como persona y aún conociéndome tan bien, creo que no he sido capaz de realizar muchos cambios.

Me es imposible explicarme a mi misma el ‘por qué’ de mi incapacidad para salir de la posición de debilidad ante la cuál me posiciono con la gente, y para ello tengo muchas teorías. Una de las teorías es que me acomoda estar en mi posición por un asunto de inmadurez, ya que de esa manera la gente tiende a protegerme y a veces sobreprotegerme, lo que me hace sentirme querida y resguardada y más que todo lo anterior, un poco segura de mi misma. Otra teoría, un tanto drástica diría yo, es que me gusta sufrir por lo que mantengo ‘relaciones masoquistas’ en mi vida.

Muchas veces describí en las entrevistas personales, mis experiencias con la gente que me rodea, mis sensaciones frente a estas relaciones y mis reacciones frente a situaciones que me incomodaban, así como mis deseos de cambiar, lo que me lleva a pensar que en realidad no me siento tranquila con migo misma y con mi forma de ser a pesar de mi incapacidad de hacer algo por cambiar. Sin embargo, creo que a la vez voy dando pasos pequeños con respecto a mis debilidades y a decir verdad, estoy bastante confiada de que sufriendo y equivocándome voy a llegar al punto de darme cuenta que soy una persona mejor cada día. ¿Soy masoquista cierto?

Como ya lo expresé, creo que día a día me voy fortaleciendo. Por una parte por que cuento con nuevas herramientas y por otra por que se que siempre debo seguir adelante, más ahora por mi hija.

He tocado fondo y he salido a flote. Se que soy capaz de sobrellevar todo tipo de problemas, se que soy capaz de desmoronarme y reunir fuerzas que ni siquiera sabía que tenía para salir adelante.

Se que soy una mujer integra y que tengo demasiado que entregar, por lo que constantemente soy capaz de renacer de mis propias cenizas. Creo que hay muchas cosas que pulir con respecto a mi comportamiento pero se que soy capaz de hacerlo.

ENTREVISTA EN PROFUNDIDAD

RODRIGO ADARO

Don Rogrigo Adaro. ¿Cómo va la vida? ¿Bien? ¿Cansado?

Sí. O sea esta semana como le dije, ha sido bastante buena.

¿Por qué tan buena?

Sí, porque me enteré que pasé todos los ramos con nota, por lo menos. Eso es un buen punto. No sé. Mi hijo está cada día más precioso. Me gusta estar con él. Y eso. Y a él también le gusta estar conmigo. Hace pucheros cuando me voy.

¿No estás viviendo coN tu pareja?...

No. No vivo con mi pareja.

Ya. Porque ¿Estuvieron viviendo juntos?

Sí. O sea, en mi casa estuvo un tiempo ella.

¿Y cómo te sientes al respecto? ¿Mejor, más tranquilo, te da lo mismo?

¿Con respecto a mi relación?...Sí, tranquilo.

Sí. El hecho de no estar viviendo juntos. ¿Te afecta de alguna manera?

No. No me afecta. Encuentro que es mejor.

¿Sí? ¿Están más tranquilas las cosas? Porque parece que en un tiempo estuvieron bien terremoteadas.

Sí. Es que son como colapsos nerviosos que le vienen a ella y ahí, como que chocamos, o no, o sea, chocamos. Chocamos y ahí se forman las discusiones. Pero ahora último no. No he tenido discusiones tan fuertes como eran antes.

Qué bueno. Don Rodrigo. ¿Cómo evaluarías lo que se hizo en taller en el plano personal? ¿Le viste alguna utilidad? ¿Te sirvió? ¿No te sirvió? ¿Más o menos? ¿Cómo lo vivenciaste?

A ver. Las cosas que aprendí en cuanto al contenido, las encontré útiles. Pero, más allá del contenido, pienso que me sirvió para pensar a mi mismo, de ciertas trancas que tengo, como por ejemplo hablar en público y esas cosas, de esa manera lo vivencié. Como que reflexioné más acerca de mi comportamiento y esas cosas.

¿Y a qué conclusión se llega si es que se llega a alguna?

Que tengo que tratar de superar esas cosas paso a paso, no de un día a otro. Ser metódico en cualquier trabajo que yo quiera realizar. Eso, como a grandes rasgos. Ah, y lo otro que me sirvió, también, que siempre se me quedó grabado, que el problema no son los demás. Siempre soy yo.

¿Eso lo estás personalizando?

No. Cuando habló usted de la asertividad alguna vez, siempre las frases asertivas y esas cosas partían por uno mismo.

Ya. ¿Y estás desarrollando más la asertividad? ¿Estás comunicando más lo que te pasa?

Mhhhh!

¿Qué significa eso?

Entre sí y no.

¿Cómo así?

Es que tampoco de un día para otro puedo ser asertivo.

No se trata de que hoy día yo me acuesto siendo no asertivo y mañana me levanto y le cuento a todo el mundo.

No pero cuando tengo algo que decir, antes me lo guardaba, pero ahora estoy tratando de decir las cosas, sean buenas o sean malas. Eso es como aplicarlo a la vida personal.

¿Y sirve?

Obvio. Por que cuando uno se calla las cosas. No sé. Es como ir acumulando cosas en una mochila.

¿Algo más, caballero?

No. Nada. Que ojalá que el próximo año sea mejor. Para todos.

Tendrá que ser mejor y depende de uno también.

Sí poh. Depende de uno. Si estoy ahí como mariconcito llorando, no saco nada.

Ah, los hombres no lloran. Los mariconcitos sí.

Los mariconcitos lloran injustificadamente. Los hombres lloran justificadamente.

Si estoy como las niñas, así como estaba el primer semestre: "No, no soy para esto" y cuestiones. No vale.

¿Y ya no estás así?

No. Estoy superando eso.

Qué bueno. Se está produciendo un cambio.

Sí. Asertivamente, por que el cambio yo lo creo. El cambio parte por mí.

Y aprender a decir las cosas, nomás. En el minuto. Tratar de no quedarse ahí estancado.

Sí. Por que eso hace que sea más tímido. Por cada palabra que guardo, más retraído me vuelvo.

Es que estás super retraído. Estás super para adentro. Y eso se transmite. Hay una comunicación no verbal en este minuto. Corporal, gestual, que transmite eso.

Sí. Porque usted me ve la cara y yo le veo su cara.

También y te vemos caminar y se te ve en clases. Es decir, hay un montón de elementos que dan cuenta de que, anímicamente no estás en tu mejor minuto, para un cabro de tu edad. Siempre serio, como muy pensativo.

No. En todo caso, eso de ser pensativo desde chico como que lo he sido.

Puede ser y a lo mejor ahí te influyó hecho de haberte relacionado desde chico con gente adulta, y como decías tú recién, estos académicos y en el mundo de las ideas y de la abstracción, claro, terminaste de cambiar.

Sí. Pero, me acuerdo que siempre cuando chico, cuando tenía como cuatro años, tres años, yo miraba cualquier objeto y como que me quedaba pensando. En blanco, un buen tiempo. Me gustaba mirar las cosas. No hablaba nada y todos me decían que por mis ojos se notaban las cosas.

He estado comprendiendo ahora. Que andar achadado, con mala cara, no sé.

Si los costos en la vida, ya las cosas pasaron. Buenas, malas, más o menos, pasaron. Ahora, qué se hace con eso, qué se hace con la experiencia. Me quedo pegado, la vivo y revivo constantemente o digo "Bueno esta cuestión ya pasó" y trato de levantarme, cerrar la puerta y avanzar, o sino, se vuelve loco uno. Así que esas son las opciones que a lo mejor vas a tener que tomar.

Sí. Eso lo he estado meditando. Sí. He pensado en...no sé... mejorar mi expresividad y cosas...hacer algo con actuación.

¿Por qué no? Expresión corporal. Hay un montón de cosas que puedes hacer.

¿Con tu hijo no andas así?

No. Imposible. Me hace feliz. Ahora que está tierno, en su etapa. Ocho meses.

Cumple nueve meses el primero de enero. Ya está dando pasitos. Sí. Se para en la cuna, si no, anda en su andador. En cualquier momento yo creo que se larga a caminar.

ENTREVISTA EN PROFUNDIDAD

LENKA RAKELA

¿Cómo has percibido la experiencia del taller?

Creo que en un comienzo me sentí bastante motivada y un tanto ansiosa por el participar en el taller. Creo que fue una buena instancia para conocer gente nueva y a la vez conocerme a mi misma en otras situaciones y facetas que tal vez, sin la ayuda de este taller no habría conocido.

Se presentaron diferentes tópicos que me hicieron meditar cosas y situaciones que durante el día a día no me dedico a analizar como; mi comportamiento, mi forma de ser con el resto de la gente, mis reacciones frente a problemas e incluso la percepción que el resto de la gente que me rodea tiene de mi persona.

¿Percibiste la aparición de elementos afectivos en los procesos que viviste?

Creo que en términos de afectividad nunca he tenido problemas para decir lo que siento pero, sí estoy conciente de que aunque mi forma de decir las cosas ha cambiado es un tema que debo seguir trabajando ya que es algo que no cambiará de un día para otro.

Desde mi punto de vista es un tema que debo seguir desarrollando y crear un cambio 'de adentro' del cual no tenga que estar pensando 'Lenka trata de ser un poquito mas

empática', sino mas bien internalizarlo y no tener que pensar en actuar de esa forma y tan solo hacerlo inconscientemente.

No soy una persona que se cierre a los cambios así que tengo fé en que puedo manejar aún mejorar mi carácter.

¿Hubo algún momento crítico vivido en este período?

Respecto a momentos críticos vividos dentro de las horas de taller creo que para mí el mas significativo fue cuando Marcela Orellana comenzó a hablar de su Padre y derramó algunas lágrimas de un sentimiento que nacía de la mezcla de la impotencia y la pena que sentía en ese momento por la relación que ella tenía o sigue teniendo con su Padre.

Realmente con este hecho me pude dar cuenta que uno siempre cree que lo que vive es 'tremendo', hasta que conoce una realidad distinta que está tan solo al lado de nosotros y que nos hace comprender que en el fondo somos privilegiados con lo que tenemos.

Y ¿sabe qué profesor? Me di cuenta de que sin duda tengo al mejor papá del mundo, que tal vez es un poco mal genio y no sabe como decir las cosas porque nunca le enseñaron cómo pero que al fin y al cabo se la juega mas que nadie por sus hijas y por la mujer que tiene al lado. Que aunque a veces parezca ser frío si tiene

sentimientos y por sobre todo que aunque yo no lo notaba si es capaz de enorgullecerse de mi tanto como lo estoy yo de él.

Creo que este fue el momento que más me afectó o me llegó. En ese momento usted algo contó de la relación que usted mantenía con su Papá y que lamentablemente ya no tenía a ninguno de los dos a su lado. Yo me cuestioné su situación pero en mis zapatos y dije ‘ En el fondo si no estuviera igual me haría falta, igual me dolería y al final se transformó en un, si mi papá no estuviera o mi mamá se muriera yo también me moriría en vida’.

¿Cómo percibes las relaciones con tu familia y tu mundo social?

Respecto a las relaciones significativas a nivel familiar es donde más me ayudó el conocer distintas realidades, el abrir los ojos y darme cuenta que lo que para mi estaba cimentado en cartón era en realidad oro.

En relación a los vínculos sociales puedo decir que es mi base mas débil ya que aunque sé que mi relación con mis pares puede cambiar me cuesta mucho abrir las puertas porque realmente creo que aunque debería intentarlo no quiero hacer parte de mi vida a ciertas personas como es el caso de mis compañeros de universidad.

Con mis amigos la verdad es que ya no tengo problemas, simplemente aprendía a diferenciar entre quienes son mis verdaderos amigos y quienes no lo son y aunque en

un comienzo me dolió un poco me alejé de quienes me hacían daño evitando así una serie de problemas. Creo que como dicen por ahí, 'corté por lo sano'.

¿Qué rescatarías de esta experiencia?

Lo que me dejó mas feliz de haber participado en este taller es que cambié mi percepción de muchas cosas y que esto me ayudó en términos de comunicación he incluso creo que al no tomarme las pequeñas discusiones tan a pecho he disfrutado mas de las relaciones tanto familiares, de amistad u académicas.

Estoy realmente feliz ya que si bien tuve un cambio, sigo siendo la misma Lenka Rakela pero en una versión mejorada que ahora piensa las cosas antes de decirlas y que piensa las cosas que le dicen ya que realmente ahora puedo ver, que si puedo cometer errores en términos de comunicación y/o percepción y al fin y al cabo, sabe que profesor? Pedir disculpas no es tan amargo, es más me hace sentir orgullosa porque he dado un paso que no todos lo dan, me he conocido a mi misma y por sobre todo he dado lo mejor de mi para mejorar lo malo que hay en mi.

ENTREVISTA EN PROFUNDIDAD

PABLA ARANGUIZ

¿Cómo percibes la experiencia del taller realizado?

El taller realizado el semestre pasado me ayudó en muchos aspectos. Algunos de ellos son, el haberme replanteado muchas situaciones que pensaba tenía solucionadas, como por ejemplo el trabajar en grupo, cuestionarse si uno es líder o seguidor, etc.

Lo que en muchas ocasiones me llevó a meditar y a reencontrarme conmigo, replantearme cosas, y tal vez... crecer un poco más.

A medida que las sesiones se tornaban más seguidas, todos nos fuimos conociendo aún más y compartiendo diversas experiencias.

Fue fuerte cuando ví llorar a una compañera de curso, fuerte primero que todo porque ella aparenta ser una persona “dura” de carácter fuerte, de esas que no lloran, sin embargo un día en los que nos reuníamos, fue tan agradable el ambiente que se formó (como siempre) que muchos nos sentimos con ganas de expresar lo que sentíamos, fue ahí cuando me dí cuenta de que mi compañera no lo estaba pasando bién... tenía un problema con su papá, y lo dio a conocer al grupo.

Fue muy lindo ya que no todos tienen la confianza de hacerlo, y en ese momento todo estaba a disposición. El respeto, fue un protagonista importante en ese momento.

He aprendido a entender que en muchas partes me encontraré con personas que no piensan como yo, que tendrán diferentes caracteres. No me gusta trabajar en equipo, sin embargo ahora entiendo que es necesario, lo cual me ha ayudado a buscar diferentes estrategias en el momento de hacerlo, lo que me ha ayudado con mi relación a nivel social.

Aprender a escuchar al otro, respetar opiniones, es parte de esto.

Lo mismo me ocurre en mi ambiente familiar, muchas veces tendía a pensar que yo tenía la razón, lo que provocaba peleas en muchas ocasiones, pero, aprender a respetar el otro, realmente, simplifica la vida.

Me ayudó a darme cuenta de que yo también soy capaz de salir adelante por mí misma. Como que de repente me di cuenta que a lo mejor estaba muy metida en él. Como que era él y yo y nadie más. O sea, fue todo super lindo en las vacaciones, de hecho él me llama, me escribe que me ama y que todo. Y bien, o sea, yo estoy tranquila en ese sentido también, pero como que me dio lata...

¿Qué significa que no te gusta depender de nadie?

No, lo que pasa es que, como que, a veces me siento super indefensa. No sé. Yo sufro mucho de cambios hormonales. ¿Ya? Cuando a mí me va a llegar mi período menstrual, para mí es terrible. Entonces, eso lo puedo manejar tomando pastillas o...estuve un tiempo tomando pastillas, porque tuve un problema super grande con

un ovario, tengo un quiste super grande. Estuvieron a punto de operarme. Entonces, mientras tanto estaba tomando esas pastillas que las hormonas te hacen sentir mejor, no duele tanto cuando a uno le va a llegar el período ni nada de eso, ni tampoco sufría tanto de bajas de estados de ánimo. Entonces, me sentía bien. Pero ahora que estoy sin pastillas, no quiero pensar tampoco que es eso, siempre trato de pensar positivamente, pero me afecta mucho en mi estado de ánimo. Entonces, de repente con todo esto que se me vino, aparte he tenido algunos problemas familiares en la casa, que tengo algunos familiares peleados, entonces, como que eso me chocó mucho y el hecho de que él se haya ido, como que, soy hija única, por lo general paso sola en mi casa, mi mamá llega en la noche porque trabaja y como que de alguna u otra forma él era mi apoyo, entonces, igual como que me la pasé cuando se fue. O sea, no anduve llorando todo el día, pero igual me daba pena, lo extrañaba y cuando conversaba con él me sentía débil, así como: "Ay, te echo de menos", y eso es lo que conversábamos la otra vez con una amiga, que a ella le pasa lo mismo, porque ella está sola acá. Sola, sola, sola. Con el puro pololo. Los papás se fueron a España a probar suerte y no piensan volver todavía. Entonces, como que ella también se aferró mucho a su pololo. Pero, como que me di cuenta que de repente, el mundo estaba como muy chico con él. O sea, yo soy feliz con él y vivo muchas cosas con él y lo paso bien, lo quiero y todo, pero, por ejemplo, ahora que él no está he salido, he conocido gente, he retomado los contactos de mis amistades con quien hace mucho tiempo no hablaba y él siempre me dice que hay cosas que...o sea que lo ideal es que todo lo que estoy haciendo ahora, también lo haga con él cuando llegue, pero, hay cosas que no se pueden hacer por una cuestión de que si uno las hace, va a tener problemas en la

relación. Y a lo mejor es un problema mío o a lo mejor es un problema de él también, no sé. Pero, como que me sentí así como que de repente dije: "Ya, a lo mejor estoy muy dependiente y no puedo ser así. O sea, el día de mañana, ni Dios lo quiera, mi mamá no va a estar, mi papá tampoco y si estoy casada o me separé, o si estoy sola, no puedo estar dependiendo de alguien. No puedo estar esperando que alguien me quiera o me esté haciendo cariño para yo sentirme bien. A eso es a lo que voy. Entonces, como que eso es lo que me ha hecho cuestionarme muchas cosas y eso. Y ayer enganchamos con una estupidez, pero eso también me deja pensando hartito, porque él está a millones de kilómetros, está completamente lejos de mí, apenas podemos hablar, él no puede revisar el correo electrónico todos los días, no me puede llamar todos los días tampoco y a veces, no sé, ahora, por ejemplo, ayer hablamos y enganchamos por una estupidez y peleamos. Entonces, me digo, él se proyecta conmigo, se proyecta mucho conmigo. Entonces, yo me contesto, si a lo mejor, si pasan estas cosas a distancia, ahora, donde él está lejos, donde yo creo que nada es importante más que estar bien con la persona que uno extraña y pasan estas cuestiones de peleas, ¿qué va a pasar más adelante?

¿Y eso te afecta?

O sea, me afecta, porque a veces me siento débil, no puedo tomar la decisión de terminar con él.

¿Es lo que quieres?

No sé. No sé si es lo que quiero, porque a veces me siento bien con él y todo, pero también a veces siento que voy derecho al fracaso con él. Al fracaso matrimonial, no tal vez en lo económico y cosas así....

¿Has pensado en casarte?

Sí. Es que a nosotros hemos pensado en casarnos. De hecho él quiere que nos casemos. Y bueno, yo también pero, a veces eso me deja como pensando, aparte que, no sé, me han pasado como hartas cosas últimamente, entonces, a veces digo: "¿serviré, por ejemplo, para ser mamá?", pero así, pensándolo fríamente, porque de repente uno piensa las cosas como a la loca, pero en verdad que es importante cuestionárselo de repente. Y yo digo: "a mí no me gusta como está el mundo" y no me gusta...yo siempre le digo a mi mamá: "a mí nadie me preguntó si yo quería nacer. Si a mí me hubieran preguntado y yo hubiera sabido que iba a ser todo esto así como es ahora, no me gusta. Como que soy super débil cuando tengo que enfrentar un enfermedad o cuando de repente paso miedo y cosas así, no me gusta. Entonces, de repente yo digo: "claro, es super lindo casarse, proyectarse y tener hijos", pero no sé si yo sería capaz de llevar una familia. No me gustaría que después me pasaran cosas malas, así como que después...separarme y todo. Y tengo super claro que si yo pienso de esta forma, él se dejaría de proyectar conmigo.

Si se entera.

Sí. Si se llegara a enterar. O sea, de hecho él sabe que yo a veces pienso eso, pero él me dice que no, que juntos vamos a salir adelante, palabras bonitas y todo eso. Pero, tampoco...para mí sería egoísta de mi parte decirle: "casémonos y no tengamos hijos", por ejemplo. Entonces, yo se que él se dejaría de proyectar conmigo.

¿Cómo experimentaste ese momento de darse cuenta, tomar conciencia?

Fuerte. Fuerte porque por ejemplo, a lo mejor todavía tengo ese pensamiento de querer trabajar así como más individual y todas esas cosas, pero en el fondo una igual se da cuenta que tiene que... o sea en el fondo igual asumes que estás equivocada. O sea, en algunas cosas, porque igual tengo que ser, no sé, entre comillas. No es que no sea tolerante, pero, en algunas cosas sí me pongo más pesada y a lo mejor el hecho de trabajar en un equipo nos ayuda, o sea, me ayuda a tolerar más a las personas que piensan tal vez en forma diferente y que trabajan en forma diferente. Pero bien, me sirvió mucho y me lo cuestioné y de hecho una vez que estuve en la casa, tomé los papeles y los leí, eso lo del liderazgo y del trabajo en equipo y todo y como que igual analicé hartito, y también lo importante es ponerlo en práctica por que si lo dejo ahí no me sirve. A mí me gustó mucho y de hecho me gustaría que lo hiciéramos de nuevo, el taller. Pero, aparte que también es como una instancia de repente de poder hablar cosas de uno. O sea, por ejemplo yo hoy día, de verdad que anoche me sentía así como mal. Me peleé con mi pololo y tenía como rabia. Andaba como bajoneada y tal vez uno no tiene de repente plata para ir a un psicólogo y desahogarse, entonces, yo decía: "justo yo hoy día voy a hablar con Edgardo que rico". Por que séque

como en confianza, así como en secreto profesional que no va a salir nada. Entonces, me sentí así también como relajada de que podía contar las cosas y bien, como una instancia super amena.

¿qué te pasa con esto de, o qué te pasó digamos, con la idea de te diste cuenta y decir que tú estabas equivocada? ¿Qué te hizo sentir eso?

En un comienzo, como que me dio lata, igual. Me dio como un poquito de rabia, se podría decir, pero no rabia en mala onda, sino que fue así como que en realidad, asumo que estoy equivocada y cuesta por que en el fondo uno tiene que asumir algo, cambiar todo lo que uno tenía como interiorizado. La forma que tenía yo de pensar y todo eso. Igual, sigo pensando muchas cosas de la misma forma. Igual sigo pensando que, no sé, por decir algo, que la gente la gente floja existe y que a veces, es mejor trabajar con una persona más o de repente incluso sola, para evitarse problemas, pero tal vez el hecho de trabajar en equipo, significa también tolerar a esas personas que son flojas y conversar las cosas para que exista un cambio y se llegue al objetivo, se logre el objetivo.

¿Eso es posible?

No sé. Yo creo que sí es posible, pero hasta cierto límite. Porque si a mí me toca trabajar con ciertas personas y al principio veo que no funciona, yo voy a conversar con ellos y les voy a decir las cosas que a mí me molestan y si no veo cambios yo creo que ahí buscaría otro tipo de solución. Pero, no soy como muy insistente en eso, me gusta que las cosas salgan bien, entonces no voy a estar haciendo, entre comillas,

de psicólogo para interiorizarme y saber qué es lo que le está pasando a la persona en ese momento, sino que yo creo que el trabajo y lo otro, lo personal son otras cosas y creo que a lo mejor es posible separarlas, porque yo lo hago. Yo puedo estar muy mal y todo, pero si tengo que hacer algún trabajo, cualquier cosa, yo se que voy a llegar con ese trabajo, por que a mí me enseñaron así. La responsabilidad siempre va primero. Entonces, tendría que pasarme algo muy grave para que yo no pudiera hacer el trabajo y por eso creo que de repente es bueno separar las cosas, o sea, que se puede separar las cosas. Que se puede hacer. Si yo lo puedo hacer ¿por qué no lo puede hacer la persona? Si al final todos tenemos problemas y todos la pasamos mal y todos la pasamos bien, también. Hay que aprender a separar las cosas, pero darme cuenta que a lo mejor tenía que ser un poco más tolerante, no me gustó, al principio, cuando me di cuenta. Porque, por la conversación que tuvimos en el grupo y todo eso.

Y ese: "No me gustó el darme cuenta que era poco tolerante", ¿qué te hizo sentir que es distinto?

Rabia. Rabia conmigo. Porque, no es que yo sea egocéntrica, ni nada de eso. No me considero una persona egocéntrica, pero a veces sí siento que la mayoría de las cosas que pienso están bien. Entonces, encontrarme con este bajón es como asumir que, en realidad, lo que yo estaba pensando no era tan así. Claro, a uno le da rabia, porque en el fondo yo me doy cuenta de que el día de mañana en el caso específico de hacer un trabajo en equipo, el día de mañana lo voy a tener que hacer igual, y a lo mejor no me va a gustar y lo voy a tener que hacer igual. Entonces, también pasa por la parte tolerancia. Pero es difícil, porque es como que a uno...me sacan del ambiente en el

que yo estaba. Yo pesaba así, yo pensaba diferente. Yo pensaba esto, es mejor trabajar así y así, hacer esto y lo otro y tal vez de todo eso el cien por ciento estaba malo. Pero, sí hubo una cierta parte que igual la tuve que mejorar, para poder trabajar en equipo y lograr los objetivos. Entonces, claro, a uno le da lata porque es como tener que cambiar la forma de pensar de uno, no queriendo hacerlo. Entonces, eso es.

¿Y a qué crees tú que se debe esa resistencia al cambio?

Es que yo creo que eso se debe al estilo de vida que uno lleva. Yo creo que, netamente a eso, porque yo me considero una persona super organizada, entonces, como más solitaria también. O sea, yo tengo un montón de amigos, amigos, amigos pa'l carrete, me gusta salir, me gusta conocer gente, me gusta compartir, pero también en otros aspectos soy como super sola. Y a veces me gusta estar sola. A veces no me gusta estar sola y a veces sí. No me gusta tampoco que...como que...invadir mucho mi espacio. Por eso me da una cuestión a veces con mi pololo y claro, yo soy como...me gusta ser organizada para que las cosas me funcionen. Entonces, tal vez esa forma de pensar, me llevó un poco a la resistencia. A darme cuenta de que lo que había descubierto, entre comillas, era algo nuevo que tenía que interiorizar para en un futuro no tener malas experiencias o para mejorar los trabajos que estaba haciendo ahora en equipo. Cosas así. Pero yo creo que pasa por el estilo de vida, porque por ejemplo, a veces yo estoy en mi casa y estoy haciendo algo y mi mamá me puede decir: "Paula es mejor que lo hagas de esta forma", y a lo mejor yo la estoy escuchando y sigo haciéndolo de mi forma, porque yo creo que de esa forma va a salir bien. Y a lo mejor de esa forma es un camino mucho más largo y, a lo mejor, si

podía haber tomado el consejo de mi mamá, pero no lo hice, por que soy como terca. Como testaruda. Pero igual trato de escuchar el consejo por que mi mamá siempre me dice, siempre, siempre. Bueno, para mí, mi mamá es como todo, es como todo para mí. Entonces, ella siempre me dice: "Paula, escucha el consejo. No es necesario que te tengas que caer y tengas que llorar para saber que lo que estabas haciendo estaba malo. No es necesario caerse para aprender. Entonces ya, trato de escucharla y todo, pero al final, hay dos cosas que yo rescato: una, que la gente no cambia; yo creo que la gente no cambia; uno puede tratar de mejorar cosas y todo pero igual al final uno hace lo que quiere. O sea, a uno le pueden hablar, hablar mucho y yo voy a hacer lo que yo quiero, igual. Por que si hubiera sido por eso, a lo mejor yo ya estaría soltera hace mucho tiempo. Porque mi mamá no se mete en esas cosas. Yo le digo igual que no me gusta que se meta, pero siempre tenemos como una amistad entonces, siempre me conversa, pero yo igual sigo testaruda no más. Al final uno hace siempre lo que quiere.

Si la gente no cambia, eso significa que tú, entre comillas, competencias para el trabajo en equipo, competencias para el diálogo, competencias para comunicación efectiva, etcétera, no van a cambiar.

No. Yo creo que no van a cambiar.

¿Vas a seguir siendo igual?

O sea, en lo posible a mi encantaría cambiarlas pero lo que yo creo que sí, que puedo hacer o que tendría que hacer, o realmente lo que va a suceder en mí es como

adaptarme a eso para poder tener un trabajo en equipo bueno. Pero, de ahí a que yo, sinceramente, de corazón quisiera cambiarlo y adoptar realmente esas actitudes, las otras actitudes que me ayudan, no creo. Me costaría demasiado.

¿Qué otras cosas se gatillaron producto del taller?

Bueno, aprendí a conocer a personas. Me refiero a los niños de los otros cursos. Me encontré con personas que tenían el carácter más fuerte que yo, tal vez, lo que pude percibir. Entonces, eso igual a veces, como que me hacía estar más callada, porque por lo general, a veces, trato de conocer bien a las personas, antes de dar mi opinión. Porque no me gusta que, de repente se malentiendan las cosas y hay muchas personas que, de repente, a lo mejor tienen el carácter más fuerte y no toleran lo que uno dice. Entonces, uno les cae mal al tiro y a mí no me gusta eso. No me gusta que me juzguen a la primera apariencia; entonces, por eso también, trato de tener cuidado y justo cuando entré al taller me encontré con personas que, yo sentí que tenían el carácter más fuerte que yo. Entonces, hay un momento en el que yo puedo discutir un tema, discutir, discutir, pero cuando ya veo que la otra persona sigue con su posición, yo me callo o de repente digo: "Ah, sí. En realidad tienes razón", pero en el fondo estoy pensando que todo lo que ella está diciendo no tiene nada que ver con el tema que estamos hablando. Entonces, de repente, a veces, como que prefería quedarme un poco más callada, hasta que los conocí, obviamente, porque ahora yo sé que puedo hablar con todos, tranquilamente y que me van a respetar. Pero en un principio eso no pasó. Como que yo igual soy tímida. De verdad, yo soy super tímida en algunas cosas y siempre estoy tratando como de luchar en contra de esa timidez. Yo puedo estar al

frente, hablando, disertando y nadie me va a notar que estoy nerviosa. Bueno, a veces sí se me nota. Es inevitable pero, con la mayoría de las veces, no. Aparte de que mi color de piel...yo no me pongo roja ni nada, pero yo me siento así como...y son cosas que yo...tengo que luchar en contra de esas cosas: entonces, a lo mejor, si tuviera una personalidad tal vez como un carácter más fuerte, me daría exactamente lo mismo, hubiera llegado la primera vez a ese taller y hubiera dicho lo que yo pensaba y si había un tema en disputa, habría llegado hasta las últimas consecuencias de estar alegando acerca de lo que yo pensaba. Pero no me pasa por que yo soy tímida. Entonces...

¿Y qué pasó con los otros temas?

Con los temas que vimos, me acuerdo que vimos el tema del liderazgo también.

Bueno, pero, es que como el que más me...bueno, el de la comunicación también me llegó harto, pero el del liderazgo también; el del liderazgo y el trabajo en equipo fueron como los que más me dejaron pensando. Porque, por ejemplo, cuando usted preguntaba: líder o seguidor, como que eso igual me dejaba cuestionándome hartas cosas porque a veces siento que puedo ser un líder y a veces siento que puedo ser un seguidor o a veces siento que no soy nadie; entonces, como que de repente, a lo mejor con cosas como tontas pero, me cuestiono así como...yo igual me considero que tengo un carácter fuerte; entonces, de repente, asumirse como un seguidor es como raro.

¿Qué te pasa a ti, generalmente, ante la idea de ser un seguidor?

Yo creo que eso es opcional

No. A ti. No estamos hablando en general. Estamos hablando de qué le pasa a la Paula Aranguiz cuando se siente o cuando debe ser seguidora.

Depende de la ocasión. Depende del momento, porque a veces me carga ser seguidora, me apesta. A veces hay situaciones en las que odio ser seguidora.

¿En qué situaciones, por ejemplo?

No sé. Por ejemplo, puede ser en algunas ocasiones en la universidad, en el curso por ejemplo, donde ya hay un tema específico y como que todos piensan de la misma forma y yo digo: "ya, mejor me callo porque al final no voy a llegar a nada y al final entre dar mi opinión y no darla, mejor me quedo callada"; entonces, ahí igual siento que estoy siendo un poco seguidora, porque otras personas estarían llevando la batuta, por decirlo de alguna forma. Pero también hay otras veces en las que yo decido ser seguidora. A veces no...

¿Y por qué decides ser seguidora?

Porque hay muchas veces en las que yo...siempre he sido como super...siempre si puedo trato de ayudar a la gente, pero también tengo super claro y eso con el tiempo me ha ido pasando, yo antes me entregaba cien por ciento a la gente y no tuve muy buenos resultados. Entonces, como que ahora tengo super claro que yo no me la juego por nadie que no esté realmente ahí conmigo y que yo tampoco esté realmente ahí con esa persona; entonces, muchas veces a lo mejor con alguien que realmente no me

interesa mucho voy a ser más seguidora por que "bueno, ya" y me da lo mismo, pero si es algo, un tema que a mí realmente me importe y que hay alguien que yo quiero que está en juego, yo lo cambio, la hago ver que está mal en ciertas cosas o en ciertos temas y lo hago, lo hago hasta que me canso, pero también eso es opcional. A veces, yo de repente...no me interesa si algo está mal con una persona que no me interesa, y sé que a lo mejor si me meto más allá va a ser puro cacho, entonces, al final digo "¿para qué meterme"?

¿En términos de comunicación como fue el proceso?

En cuanto a la comunicación creo que igual me ayudó harto, pero, en lo posible trato de ser asertiva con las cosas que digo, con las cosas que quiero expresar, pero a veces no me resulta y ya, de verdad, como que no lo puedo cambiar, porque a veces es un tema de carácter o un tema de que simplemente pasa por una cosa de una forma de ser. Entonces, a veces quisiera decir algo sutilmente o ser asertiva y decirlo en el momento preciso y no puedo. Entonces, como que ya yo de verdad trato de no cuestionarme mucho. O sea, sé con todo eso que hablamos, igual aprendí mucho pero a veces me cuesta ser asertiva y creo que va a haber momentos a lo mejor no lo voy a lograr tampoco. A lo mejor va a haber casos en los que sí y va a haber casos en los que no, pero ya pasa también por una cuestión de acercarme a mi misma, por que yo antes era como que siempre estaba criticándome a mi misma; de repente soy como que super exigente conmigo; entonces, como que si hago esto: "Ah, ya. Lo hice mal" o "Por esto. Lo debería haber hecho de la otra forma"; "si hice esto, lo hice mal" o "por esto".

¿Y exigente para complacer a quién?

Antes, cuando era así...bueno, es que igual podía haber sido exigente. Yo creo que más que para complacerme a mí, para complacer a los demás. Y eso está malo. Yo sé que está malo, porque tengo que partir por mí, por mí misma. O sea, si... eso es lo que yo decía, si...yo, por ejemplo, sabía que estaba...sobrepeso. Ese es un ejemplo super claro, y sabía que estaba sobrepeso y me sentía mal y era...yo soy super buena para comer; entonces, yo de verdad que estaba gorda, pues. Y por una cuestión de salud médica, el mismo médico que yo tenía que bajar de peso por que tenía diez kilos de más y era mucho y entonces, claro, yo empecé a bajar de peso y a lo mejor en un comienzo no lo empecé a hacer por mí. Lo empecé a hacer por que en realidad me empecé a dar cuenta que no me veía como a mí me gustaba verme, de que a lo mejor habían mujeres más regias que yo en ese momento, que podían ver a mi pololo y que mi pololo se podía sentir atraído por ellas; entonces, lo hacía más que...en ese momento yo creo que él era como el centro de atención. Y ahora que estoy bien, que me siento cómoda conmigo y que estoy tranquila, y todo eso, digo: "No poh. Estuve mal, porque en el fondo, desde un principio me debería haber empezado a preocupar por mí, por mi salud, por como yo me veía, por una cosa de gusto propio. No por andar complaciendo a otras personas ni que me vean bien o que me vean mal.

¿Te gusta cómo eres, te gusta cómo estás?

Yo creo que nunca me había sentido así como cien...mi mamá me dice: "Ay, es que tú eres muy vanidosa". No, si la vanidad es parte de mí, es verdad. Mi papá es super

vanidoso y todo. Pero, yo creo que nunca voy a estar así como cien por ciento contenta. Pero en estos momentos, si lo comparo con la etapa del año pasado, por ejemplo, en la cual yo no me sentía contenta ni conmigo y de repente tenía peleas con mi pololo y todo, yo creo que sí me siento mucho mejor. Y aparte yo creo que ahora sí me estoy sintiendo un poco mejor porque de verdad como que me estoy conociendo. Siento como que ahora estoy cuestionándome muchas cosas y conociéndome un poco más y yo creo que eso me hacía falta, porque, por lo mismo, eso de hablar conmigo misma y de sentirme capaz de poder salir adelante sola y de no depender de nadie, eso me hace sentirme valiente y me hace sentir bien. Entonces, ser más independiente. Ser como más individualista en muchos aspectos.

¿Y eso lo comunicas ahora que estás como clara al respecto?

No. Yo creo que es un proceso que estoy viviendo en silencio. Yo creo que es un proceso que estoy viviendo super íntimamente y que tal vez, sí, de alguna y otra forma lo comunico con las actitudes que tengo; pero, para los ojos de otras personas debe ser como: "la Paula es así, nomás". Pero soy yo la que sé que está sufriendo ese cambio. Entonces, yo creo que no. Es algo completamente íntimo, ni siquiera lo he conversado con nadie. Ésta es la primera vez que toco el tema, sino que son cosas que yo solamente me cuestiono, me cuestiono... y digo: " a ver, ¿para dónde va la micro?".

¿Y para dónde debiera llegar la micro?

Eso es lo que estoy buscando. El recorrido. Ja, ja. El paradero. No sé todavía, yo creo que me va a costar. Todavía me falta. O sea, creo que sí estoy clara en muchos aspectos.

O sea, yo en verdad me parezco mucho más a mi papá que a mi mamá. Pero, esas cosas en las que yo me parezco a mi papá, me cargan.

¿Te cargan por que son cosas malas o te cargan por que son de tu papá?

Por que son cosas malas. Antes me hubieran cargado por que son cosas de mi papá. Porque yo tenía muchos problemas con mi papá, entonces yo tuve que ir al psicólogo como para poder reiniciar una relación con él. Pero no. Ahora me cargan porque sé que son malas y, entre comillas, mi mamá no es una santa, pero para mí es una mujer demasiado buena. Entonces, a veces la miro a ella y es como: "¿Cómo ella puede actuar de esa forma y ser tan consecuente con su forma de actuar y yo no?". Entonces, eso como que me hace cuestionar, pero yo creo que al final de toda esa mezcla va a salir como una cosa completamente diferente. Creo que tengo las cosas claras en algunos aspectos en lo que se refiere a estudios y cosas así, pero por ejemplo, en estos momentos, lo que se refiere a mi vida personal, por ejemplo, con mi pololo, yo lo quiero, lo amo y estoy ahí y todo eso, pero esas cosas, esas pequeñas cosas, como esa pelea estúpida que tuvimos ayer, van mermando la relación. Y eso me deja pensando mucho porque yo soy una hija de padres separados, y de padres que se separaron, se

juntaron y se volvieron a separar y he visto varias tragedias también que han ido pasando como alrededor de mi vida.

Y no le gustaría vivir la historia.

No, pues, no, jamás. Entonces, eso como que me hace cuestionarme muchas cosas, es decir, mi mamá siempre me decía que al final, cuando uno se casaba, no se casaba solamente con la pareja, sino que también se casaba con la familia y eso es verdad. Es verdad. Y yo con la familia de mi pololo me llevo super bien y todo pero también hay otro dicho que dice eso mismo, que la gente no cambia. Yo creo que de verdad la gente no cambia. A veces yo digo: claro, mi pololo me dice: "ya, yo voy a cambiar esto que tengo malo", pero al lo mejor lo dice solamente porque estoy...porque él está enamorado. Pero cuando nos casemos, las cosas pueden cambiar completamente. Ya con guagua y todo va a ser demasiado tarde para...pero eso es lo que...lo que en estos momentos estoy viviendo es encontrarme conmigo misma y definirme como una persona. Tampoco estoy tan perdida, pero...eso. Porque después va a llegar él y me va a decir: "No, pero es que nosotros vamos a estar juntos y nos amamos y nos queremos y todo...ya.

¿Y por qué no se lo comunicas?

Ah, porque sí se lo voy a comunicar. Sí. Cuando llegue se lo voy a comunicar. Le voy a decir todo lo que estoy pensando y todo lo que me ha pasado a mí también.

Pero un tiempo, unos minutos atrás dijiste que te daría miedo, porque él a lo mejor cuando lo sepa no se va a proyectar.

Es que yo eso lo tengo super claro, pero si él no se proyecta conmigo, yo... es que eso es a lo que voy porque yo sé que, por ejemplo, si en estos momentos él llegara y me dijera: "pero, Paula. A lo mejor estás pensando esto porque estás viviendo tal y tal situación familiar, y tú tienes que saber que yo voy a estar siempre contigo. Yo te amo, yo te quiero y tenemos que formar una familia", puede ser que a lo mejor yo en estos momentos, caiga. Que yo diga: "Ya, sí. Me voy a imaginar todo color de rosa y nos vamos a casar y vamos a tener hijos y todo". ¿Me entiende? Pero a lo que voy yo es que yo, primero, me quiero definir bien que es lo que quiero yo, para mí. Yo sé que con el formaría una familia bonita y todo, pero yo como mujer, si es que me sentiría capaz de ser mamá y si a lo mejor ésta relación en un futuro va a dar frutos o no. Porque esas cuestiones a mí me dejan mal, peleas tontas, a mí me dejan mal y ahí también entra el tema de la comunicación. Que yo muchas veces no le comunico lo que me pasa. Me da como...es como que yo me quedo callada nomás y como que asumo, asumo, y si de repente me da rabia bueno, ahí sí pues, las peleas sí. Discutimos y todo. Porque yo soy super buena para pelear cuando tengo que pelear. Pero, entonces, hay muchas cosas que a lo mejor yo me he guardado y que de repente encuentro que no son justas. De repente he hablado, por ejemplo, con gente extranjera y la forma de vida que tienen, la forma, desde el punto de vista que esas personas miran la vida es completamente diferente al de nosotros. Y a veces esa cuestión me da rabia y así digo: "¿por qué seremos tan mamones?", entre comillas, por decir una palabra vulgar. ¿Por qué seremos...?, yo soy de las que me cuestiono todo, todo,

todo. Yo no sé. Si estoy pololeando, cuestionarme si estará bien estar pololeando con esta persona, si de repente a lo mejor me mandé un condoro, pucha ¿por qué lo hice? O si voy a hacer algún condoro, oye, pensar todo. Y a veces, de repente digo: "soy muy cuática. A lo mejor me encuentro muy cuática". O no sé, de repente tengo amigas que no están ni ahí con nada y que: "No, la vida es una, yo la vivo y punto".

Para mí también la vida es una, pero no la puedo vivir así tan intensamente como ellas, así como decir, no sé pues..."vamos a tal parte, hagamos esto" o decir por ejemplo, no sé, por ejemplo en el tema amoroso: "estoy pololeando y conocí a otro gallo y..."

ENTREVISTA EN PROFUNDIDAD

RODRIGO ORTIZ

Buenas tardes. ¿Estamos claros en los que vamos a hacer?

Sí. No hay duda.

Rodrigo, en primer lugar: ¿Cómo percibes, ahora que ya han pasado un tiempo que terminamos el taller de competencias genéricas?

Yo creo que, obviamente, hay ciertos temas que uno manejaba dentro del vocabulario, por lo menos, va a manejar en la vida, como la asertividad, el trabajo en grupo y esas cosas. Pero, cuando de ahí a cuando uno lo lleva a la práctica y a sus propias experiencias, de repente, toda esta discusión que se dio. Porque, siempre discutíamos, siempre salían las experiencias personales de otros y nadie podía decir: "En realidad esto me pasó a mí una vez". Entonces, ahí como que uno, más allá de llevarlo en términos generales de lo que significa cada cosa, sino llevar a la práctica qué es lo que era; a qué se quería llegar con cada uno de los encuentros, con cada uno de los elementos que vimos dentro del taller. Yo creo que fue bastante positivo, aparte del clima que se dio dentro del grupo, no sólo por lo que se entregó, sino también por lo que se vivió. Había harta confianza, se dio un clima de bastante confianza en el grupo.

Y ese clima que se dio ¿En qué facilitó o en qué entorpeció las actividades?

A entorpecer, yo creo que en nada. Positivo, es que favorece bastante el clima de amistad que podíamos haber tenido nosotros como grupo con la gente que éramos del mismo curso y también con las personas que eran de otros cursos. Y eso facilita también que uno si quiere contar algo que es muy íntimo...pasó varias veces, se pusieron incluso a llorar algunas veces, se diera esa posibilidad y se diera ese acercamiento a lo que se estaba planteando con lo que se estaba viviendo. Creo que, claramente fue bastante positivo que se pudo abrir más al...incluso las reuniones, después, personales, las entrevistas personales uno ya tenía como camino recorrido en cuanto a la confianza; entonces, no era tan difícil hablar de cierto temas que, de repente, se escapaban al espíritu de confiar.

¿Qué temas se gatillaron producto del taller, personalmente, en ti?

Yo creo que, sin lugar a dudas el tema de la seguridad. Ese fue para mí el tema del año pasado a nivel personal y sobre todo después cuando venía del taller...no sé si por los temas del taller, pero si por el tema que cuando conversamos en la primera entrevista tuya, como que se dio ese problema de la inseguridad y usted también se había dado cuenta. Entonces, ese tema para mí siempre fue, por ya solito lo he ido superando. De repente se te quedan "atisbos de", pero el tema es que ya lo he superado bastante, o sea, el tema de la seguridad fue para mí el tema clave del taller, sobre todo el segundo semestre.

Pero ¿Hubo algún minuto en que producto a lo mejor de algo que se abarcó en el taller, hiciste un como una toma de conciencia de ciertos elementos?

La asertividad. Fue un tema claro, porque hubo algunos conflictos con algunos personajes, que todavía los hay dentro del grupo en que estamos y si tal vez ambos, pero mirando desde mi punto de vista, si yo hubiese tenido la posibilidad de decir las cosas que quería decir en el momento adecuado y cómo debería ser el tono también adecuado, no se hubiese llevado a tener los problemas. Ahora, bien. A mí me sigue dando lo mismo el tener o no tener problemas con esa gente.

¿Y qué te provoca ese darse cuenta, el tomar consciencia respecto a en este caso a esas situaciones que están relacionadas con la asertividad?

Yo creo que, generalmente es tema del uno creer, tener internalizado el tema de la asertividad y después darse cuenta que no lo tiene. A veces era a veces un poco frustrante el no poseer ciertas competencias para desarrollarlas en el trabajo diario en la universidad y en el desarrollo de trabajos grupales. Además, tengo fe de mejorar y poder ser lo más clara posible a la hora de expresarme con cualquier persona. Porque al final uno cree que sí, realmente en algunas ocasiones uno es asertivo, pero tal vez de repente es asertivo en las situaciones que más le conviene, no en las que realmente se tiene que ocupar o las situaciones más límites en uno podría utilizar la asertividad. Yo creo que eso me complicó, de alguna u otra manera, entre comillas, el tema de la asertividad.

¿Qué quieres decir con que: "Me complico"?

Es que claro. Yo pensaba que sí era asertivo. Que si tenía la posibilidad de estar dentro de los estándares de lo que es la asertividad, pero me di cuenta que no. Que realmente me faltaba mucho y que me falta mucho todavía para ser una persona asertiva. Yo creo que no se aprende...no teniendo un taller, sino que se establecen ciertos esquemas de asertividad. Por lo general la asertividad es algo que uno tiene que tratar de verlo durante toda la vida, no es una cosa que se ve en ciertos momentos y lo aprendí un día y lo voy a poner en práctica toda mi vida. Sino que al tener los conocimientos, aunque lo haya puesto en práctica alguna vez, siempre van a haber situaciones en que la asertividad se le va a escapar de las manos. Yo creo que se va dando a nivel de las experiencias o en la vida uno va estableciendo si fue más o menos asertivo

¿Te hizo tomar consciencia de cómo estabas al respecto?

Ahora soy mucho más cuidadoso con lo que voy a decir, en los momentos que voy a decir, en el lenguaje que voy a utilizar, en todo aspecto, en mi familia. No sé si realmente...claro, no es porque...o sea, se aprendieron cosas dentro del taller, pero también lo que me pasó el último tiempo en la universidad con ciertas personas del grupo, uno ahí dice: "En realidad, tal vez no lo estaba haciendo bien", entonces recoge de todo la experiencia, lo que aprendió también, y como que ahí trata de ver y también las experiencias que uno ha tenido, porque uno con la familia también es re poco asertivo. Entonces, también todas esas cosas, como que uno va haciendo un balance, va haciendo un resumen y al final saca una conclusión respecto al tema.

Por lo tanto, si uno resume de los contenidos, entre comillas, o de las competencias que tratamos de desarrollar, que estaban comunicación efectiva, liderazgo, trabajo en equipo, asertividad. Dentro de esas competencias que desarrollamos, ¿cuál percibes que ha tenido más influencia en lo que va de tiempo?

Por medio de las herramientas del taller ya me es más fácil comunicarme y defender mi posición en las discusiones que sostengo. La comunicación efectiva es interesante y creo que va super de la mano con la asertividad. Si tengo la posibilidad de comunicar, también voy a tener la capacidad de comunicar bien y se entiende lo que estoy comunicando, puede tener también relación con cuan asertivo o no soy. Y también el tema del liderazgo fue para mí super importante. Tengo cierta personalidad que podría entenderse como líder en algunas cosas, o por lo menos lo que proyecto, lo que proyectaba, no lo tengo claro ahora, no me he puesto a pensar ahora, pero en ese momento sí. O sea, tal vez podría tener ciertas características en ciertos temas que me podrían...pero después no me he puesto a pensar si eso en realidad ha cambiado, si se mantiene y cuánto...pero la comunicación efectiva y la asertividad fueron los temas como más...

¿En qué áreas de tu vida se manifestaron esas dos competencias?

En la vida familiar y afectiva. En la relación de pareja y todas esas cosas uno tiene que comunicar afectivamente. Son cosas que he aprendido a palos, pero se aprende. Sobre todo en temas del pololeo y esas cosas, porque de repente uno tiene que

aprender a decir...muchas veces me pasó que en los primeros momentos de la relación no sabía o decía ciertas cosas pero quería expresar otras o entendía o me hacía entender de otra manera. Entonces, eso me provocaba ciertos roces. Y al final uno se da cuenta que tiene que tratar de buscar la manera más correcta de establecer lo que uno está sintiendo, no de decir lo que se le ocurre directamente, sino pensarlo y sentirlo para que exista una...o se entienda lo que quiero expresar realmente.

Y en el tema familiar también porque de repente era también como bastante...arrepotingaba para todas partes. Entonces, cuando me enojaba, escapaba lo que fuese. Entonces, también aprendí a ponerle freno. No sé si aprendí pero tal vez, no creo que se trate de aprender por que tal vez quedaría como cerrado y que no tengo que aprender nada más, sino que tomé conciencia que tengo que poner un freno en ciertas cosas y tratar de calmar las situaciones para no explotar. No vale la pena, o sea, en esos ámbitos. En el ámbito familiar, cuando me di cuenta que no comunicaba lo que me pasaba, mi relación en especial con mis papás cambió.

Ahora, en el ámbito profesional universitario todavía no he tenido ningún acercamiento respecto a esos temas. Todavía como que no he empezado a trabajar en grupos, todavía me cuesta. No he podido poner en práctica...

¿Podrías decir a priori que producto de esto, a lo mejor tu relación a nivel universitario académico debiera ser diferente?

Absolutamente, porque llevándolo a los planos académicos, uno cuando está en grupos, sobre todo en los grupos fuertes en los que estoy metido...la María José y la Daniela son personas que tienen su opinión y que la expresan, entonces, uno también tiene que aprender a escuchar esas opiniones, a decir las cosas cuando uno no está de acuerdo con las opiniones, porque nos pasa siempre. No entregarnos a esa capacidad crítica de decir: "saco lo que más puedo de esta persona respecto a su opinión" y que ella también saque lo que más pueda de la mía, así llegamos a una conclusión determinada. Creo que en eso del ámbito profesional puede ser.

¿Y en el ámbito familiar qué paso?

Es que también estas cosas van de la mano de otras también, no es una cosa que...porque claro, estoy mucho más tranquilo en algunos temas. Estoy muy contento en este momento, entonces también, como experiencia...entonces, también hace que uno se exprese de otra manera, mucho más tranquilo al comunicarse, al expresarse, mejor.

Afortunadamente, hoy he mejorado bastante ese punto aprendiendo a que las cosas las puedo decir de otro modo, y así lo estoy haciendo y me siento bien.

Eso también ayuda bastante a la relación. No hay tanto roce. Nunca lo hubo tanto, pero siempre había ciertos temas, en el negocio por ejemplo, ahora estoy intentando

conversar más con ellos, y también con mi hermana. Esto ayuda bastante creo yo, no solamente el haber adquirido ciertos conocimientos de asertividad, comunicación eficaz. Yo también creo que va super relacionado con el momento que estoy viviendo. También he notado ciertos cambios míos. Me lo han dicho, incluso.

¿Qué tipo de cambios, si se puede comentar?

Varios. Cuando uno dice varios cambios, como que me cuesta enumerarlos. Yo me siento diferente, me siento mucho más tranquilo, ando mucho más...realmente uno ve la vida, veo la vida de otra manera. O sea, como que estoy más relajado para todo. ¿Alguien me tiene mala? Problema de ellos. Yo me preocupo de mis cosas y de mis relaciones y nada más. No sé cómo expresarlo fíjese. Realmente creo que es primera vez que tengo la posibilidad de expresar lo que estoy sintiendo. Es difícil. Me fue muy difícil también

Sentir y después expresar lo que estaba sintiendo. Me costó mucho darme cuenta de eso. También eso tiene que ver con la comunicación por que al principio yo era como un témpano de hielo y no quería expresar más de lo que, creía yo que era posible expresar o creía yo que era correcto expresar o decir. Entonces, eso era...me jugó en contra un momento. Pero, ahora como que ya todo es...no ando viendo la vida de colores, pero sí tengo cierto balance en cuanto a lo que es mi vida, así en la relación con mi polola, en la relación con la familia y en la universidad, trato de complementar todo eso y se nota. Yo también encuentro que se nota que estoy más relajado, que estoy más seguro. Bueno, y un montón de otras situaciones. Incluso en el tema de la

universidad, trato de hablar más aunque me equivoque. Me cuesta más aceptar que estoy equivocado que antes, por que antes yo no hablaba porque decía: "No, tengo que hacerlo perfecto, por que o si no...". Y ahora si me equivoco, me equivoco y si me corrigen, bien, sea quien sea que me corrija. En clases siempre doy mi opinión, y me relaciono bastante bien con todos.

Es decir no te cuesta ser...pareciera ser que estamos aceptando más la posibilidad de equivocarnos y que ya no te está importando, tanto la opinión del de al lado.

Exactamente.

Ya no eres el perfecto y no hay que vender la imagen del perfecto.

Y ya ni siquiera es eso. Es un tema meramente de seguridad, porque antes era como: "¿qué va a decir el resto, si me equivoco? Se van a reír. Entonces, ahora si se ríen me da lo mismo, pero, realmente no sé como expresar esa situación. Cómo se daba eso. Pero creo yo que mi polola ha ayudado harto. Ella como persona y la relación en sí también, o sea la relación de los dos. Ella también me ha dicho: "tienes que equivocarte"...ella me complementa o me complementó ese espacio que yo tenía ahí, dando bote y eso me ha dado seguridad. Y he podido poner en práctica un montón de otras cosas que me han ayudado en la vida profesional.

¿Si pudiésemos analizar un poco qué pasa a nivel corporal, con el cuerpo, con las sensaciones? ¿Cómo podríamos describir lo que te pasaba corporalmente, cuando según tú, no eras muy asertivo y cómo se empieza a vivir corporalmente este nuevo proceso, desde que tomaste conciencia: "Ah, sí. La asertividad me va a servir. Debo tratar de ser más asertivo", tomaste conciencia y empezaste a ser más asertivo"? ¿Podrías tratar de pensar si hay como sensaciones corporales, algo en tu cuerpo que de daba indicios y que te da indicios ahora?

Yo creo que el tema del trabajo en equipo puede ser un poquito más. Si bien todavía no hemos empezado, pero sí a fin de año como que ya habían ciertos atisbos de trabajo en grupo y todo eso. Creo que a nivel corporal uno siente, no sé si corporalmente.

¿Sensaciones.?

Claro. La sensación de que uno está siendo escuchado, por ejemplo. Es decir, lo que está expresando es lo que realmente uno quiere expresar y no "pensaba una cosa y dije otra". Como que ese tipo de cosas puede ser. Tal vez hay un filo bastante delgado en esto, porque siempre pensé en ciertas situaciones más profesionales, expresarme bien. Después uno se da cuenta que no se entiende mucho lo que uno habla o lo que uno quiere expresar. Pero no me he puesto a pensar en situaciones corporales...

Ahora hablabas que hay más confianza, es decir, ya hablas mucho más en clases, en inglés o en el idioma que sea y te da lo mismo si te vas a equivocar y esperas que a lo

mejor si te equivocas, te corrijan. Y antes estaba toda esta todo este tratar de: "No, mejor no hablo, porque si hablo tiene que ser perfecto y qué va pensar el resto".

Corporalmente, ¿No había ninguna sensación, algo que te pasara en el cuerpo?

A veces, y llevándolo solamente al tema en inglés, me frustraba demasiado el hecho de tener una opinión respecto a algo y no poder expresarla en inglés. Es una cosa que todavía me sigue pasando. Creo que... por más que...no sé si estará bien, pero, tengo la idea en español y me cuesta mucho expresarla en inglés, porque trato de traducirla y eso me cuesta.

Y eso ¿qué te provoca?

Pura frustración. Uno realmente se siente incómodo. Me da rabia realmente no poder expresar lo que quiero en inglés. Yo estoy convencido de que cualquier persona puede dar una opinión respecto a ciertos temas. Y creo que a mí lo que más me gusta es tener opinión sobre ciertas cosas y muchas veces he dicho que no tengo opinión para poder hablar, porque me va a costar hilar los elementos y que se me entienda y que las personas tengan paciencia para escucharme y entender realmente lo que yo quiero decir. He ahí el tema. Me pasó durante todo el año pasado y ahora a principio de año me ha pasado un poquito menos. Pero de todas maneras es un tema de competencia lingüística. Si tuviese más fluidez y más vocabulario sería más fácil expresarme.

Pero ¿no crees que eso pudiera ir de una u otra manera unido con grados de inseguridad que todavía quedan? Por que una persona que a lo mejor pudiese estar mucho más a caballo frente a algo, igual, independientemente de esta incompetencia lingüística, igual trataría de decirlo, igual tiraría palabras, igual se haría escuchar.

Por eso le decía hace un rato. Por más que uno crea que la seguridad es un tema que va a tener solucionado es algo que va a costar mucho por que es algo que durante mucho tiempo se estuvo dando vuelta, entonces, desde esa perspectiva claro que quedan atisbos de inseguridad. Y también el tema...yo soy relativamente perfeccionista para todo, entonces me cuesta...

¿Relativamente perfeccionista o perfeccionista.?

No. Perfeccionista...como yo, o sea, no me gustan las cosas a medias. En realidad para ciertas cosas me gustan las cosas a medias, por que soy medio flojo para algo. Pero con lo que respecta a mí mismo y a algo...a expresar ciertas cosas, para expresarme y que se entienda lo que yo quiero expresar soy bastante riguroso. Me gusta ocupar las palabras bien y que se entienda y va por un tema de seguridad también.

Es que yo creo que la seguridad, desde mi perspectiva, tiene distintos ámbitos, o sea, yo puedo estar muy seguro de ciertos elementos pero en el tema inglés tal vez todavía no, por que no manejo los elementos necesarios a mi parecer para poder expresarme correctamente, llevando al tema específico del inglés. Pero, tal vez en otros temas ya

me cuesta menos moverme, por ejemplo. Yo era una persona a la que le costaba mucho moverme dentro de un núcleo porque tenía mucho miedo de lo que iba a decir el resto. Entonces, ahora como que ya me da lo mismo así, lo que mi compañero de al lado opina acerca de mi relación o acerca de cómo yo me relaciono con el resto. Por que al final soy yo el que va a estar relacionándose con el resto. No sé si me entiende. Entonces, como que va en eso el tema de la seguridad. Va en distintos ámbitos de la vida.

Y ahora que andas más como, si lo graficamos en una cosa mucho más simple, andas más relajado. La mochila de la cual alguna vez hablamos, está más liviana.

Bastante más liviana.

Qué bueno. Me alegra escuchar eso. ¿Qué pasa con el cuerpo en este minuto?

Más suelto. También es como difícil graficar, pero yo me siento como más... Hay dos etapas: cuando la gente le empieza a decir que uno ha cambiado, bueno, yo siempre fui medio escéptico al respecto, pero cuando yo me empecé a dar cuenta que sí había cambiado, por como me expresaba, como me movía incluso.

Grafícame eso. Dame ejemplos de eso.

Porque a mí me costaba mucho por ejemplo, llegar a grupos nuevos. Me costaba demasiado. Sobre todo a grupos de mi edad. Porque siempre me sentí como...no superior, pero, como...relativamente de otra generación, como que tenía otros

intereses, completamente diferente a los que podría llamarse a mi edad, cuando yo era más adolescente. Entonces, todas esas cosas se fueron acumulando, creciendo como una bolita de nieve, más grande. Pero, ahora que ya tenía veinticuatro años el año pasado, estaba hace un tiempo, yo decía: "Chuta, no tengo la posibilidad de acoplarme o de integrarme a ciertos grupos por que los intereses son diferentes.

¿Con gente de tu edad? ¿Qué pasaba con mayores?

Me era mucho, mucho más fácil. Entonces, todo ese tema era, como usted decía hace rato, como una mochila que se fue aliviando de una u otra manera y me permite moverme con mucha más tranquilidad ahora. Tampoco son un gran... un tipo apesoso ni nada, pero, sí me da lo mismo entrar a grupos nuevos y expresar lo que estoy sintiendo. Ya no me da esa, como vergüenza...

No hay anticuerpos, no hay barreras que te frenen, digamos.

Las normales, creo yo.

¿Cuáles son las normales?

No sé. Tampoco entregarse directamente, porque tampoco es leseo, que si uno entra a un grupo, abrirse plenamente a lo que a uno le pasa, lo que uno siente.

Pero esa es una percepción personal.

Absolutamente. También experiencial, porque las experiencias de vida me han dicho que no puedo ser así tampoco, entregarse directamente las cosas. Pero en realidad,

como que me cuesta mucho graficar el tema este de los cambios que yo creo que he manifestado en el último tiempo. Entonces, no es difícil. Me siento mucho más, como usted decía, más liviano. Había un montón de estigmas y cosas que me preocupaban, de inseguridades o de cosas en las que yo me aseguraba para vivir que ya no lo son. Me proyecto a futuro, acompañado por ejemplo, independiente de la persona que esté, cosas que yo había dejado de lado. Esa situación en específico, yo la he conversado con mi polola, por ejemplo, no me permitía vivir, de alguna u otra manera, tranquilo. Porque me sentía alejado de la regla. Pero ahora digo: "bueno, no importa que no esté dentro de la regla, pero sí me siento más seguro, independiente de que esté dentro de lo socialmente correcto. Incluso hasta eso me da lo mismo. Mire, tal vez me voy a escapar de lo que voy a decir, pero antes yo era muy bueno para, era super consumista en ciertas cosas. Sigo teniéndolo por que creo que esa es una cuestión que...no lo voy a cambiar tan fácilmente, pero creo que mi polola ha ocupado un espacio tan importante, que hay ciertas cosas que a mí me dan lo mismo. O sea, yo desde ese punto reflejo que era tan inseguro para ciertas cosas, que necesitaba asegurarme en otras y ahora que estoy completamente seguro me da lo mismo encontrar seguridad en eso. O sea, encuentro la seguridad en mí y también en la persona con que estoy al lado. Incluso mis papás también han notado eso. Yo siempre he sido muy de casa y todo eso, pero también como que ahora me he abierto más a salir; he roto un montón de esquemas de pensamiento que antes eran la mochila que me fregaba. Incluso en temas de la fé. Ahora no creo...mucho más relajado.

Parece que nos estamos flexibilizando un poquito.

Sí. Soy como un hexágono. Ya no soy tan cuadrado. O sea, tomar un poquito de redondez. Yo creo que es bueno que me pasara en algún momento.

Respecto a los sentimientos negativos que aparecieron en el taller, puedo decir, que en algunos momentos me daba un poco de "lata" el no tener las competencias que se explicitaban en el taller, sobretodo las que tenían relación con la capacidad de comunicarme, específicamente la asertividad, ya que muchas veces creí manejar ciertos conceptos comunicativos, tanto en mi trabajo en la universidad como en mi familia. Ahora bien desde esta perspectiva, era a veces un poco frustrante el no poseer ciertas competencias para desarrollarlas en el trabajo diario en la universidad y en el desarrollo de trabajos grupales, porque muchas veces pensaba que el entregarme a la opinión de la mayoría podía contribuir a un mejor trabajo y comunicación, pero desde la perspectiva de los talleres me di cuenta que esa actitud era errónea.

En relación a los sentimientos positivos, no puedo dejar de mencionar que la relación que se forjó al interior del taller, contribuyo que se diera una excelente relación de confianza entre el profesor y los alumnos, lo que sin lugar a dudas ayudó al momento de expresar los sentimientos de manera plausible. Ahora bien, no puedo dejar de lado lo positivo que se entregó con los diversos conceptos del taller, ya que sin lugar a dudas, ha sido interesante darme cuenta como ha ido mejorando mi comunicación con mi familia; nunca ha habido grandes problemas, peleas o cosas por el estilo; sin embargo, yo era bastante reservado con mis cosas: Mis papás siempre me preguntaban que contaba, como estaba, y mis respuestas siempre eran evasivas o "estoy bien; no pasa nada" Sin embargo, ahora estoy intentando conversar más con ellos, y también con mi hermana con quien se esta dando una relación super buena, casi amigos. Cosa que antes no existía mucho; fue muy interesante para mí el incorporar lo que en cada sesión se entregaba, llevándolo a mi vida y además incorporándolos a mi vida diaria, sobre todo en la familia y en la relación con mis

compañeros en la universidad. En la universidad he logrado ampliar mi círculo de amistades, ya que puedo expresar mis ideas sin temor a equivocarme y no esperando estar siempre en lo correcto.

Considero necesario que por medio de los conceptos que en cada sesión se entregaron, incluso con cada experiencia personal que se compartió en este, me dejaron claro que es necesario mejorar la forma que tengo de comunicarme con los demás, aún hay falencias, pero estoy trabajando para lograr cada vez mejoraras en mi actuar en todos los ámbitos de la vida.

El ver como en algunos momentos las emociones desbordaron a algunas personas que asistían al taller, pude darme cuenta que habían cosas comunes con ellas e intentado ponerlas en práctica en mi vida diaria. Me dolió el darme cuenta que no me comunicaba de verdad con mi familia, que la relación con mis padres era buena pero algo le faltaba, no nos conocíamos realmente. Estoy tratando de mejorar la relación con ellos y creo ir por buen camino. También me incomodó el darme cuenta que no siempre tengo la razón y que me equivoco como todos pero esto no debe detenerme al momento de dar opiniones, aunque estén erradas, son lo que yo pienso y por lo tanto debo expresarlas y no quedarme callado; falta mucho que hacer al respecto pero confío que será para mejor. Estoy más reflexivo sobre mi forma de actuar

Es importante mencionar que este tipo de situaciones no se podría haber logrado si el clima no hubiese sido de confianza y de real escucha tanto del profesor hacia los alumnos, como de los alumnos que participábamos de este. Pero lo que más me llamó la atención de este tipo de reacciones por parte de algunos compañeros de taller responde a la necesidad de muchos de ellos, y en esto no puedo dejar de incluirme, de ser escuchados, siento que en la universidad y en general en la vida diaria no hay mucho tiempo para poder expresar lo que se siente y en eso el taller contribuyó demasiado como espacio para poder hablar de nuestros sentimientos y necesidades

personales, además fue un gran espacio de opinión y de intercambio de estas, realmente creo que fue un gran espacio de apertura.

Referente a mi percepción del cambio que produjo el taller y la incorporación de ciertos elementos referentes a la comunicación efectiva y la asertividad, puedo decir que fueron absolutamente importantes y positivos en mi cambio de percepción sobre el trabajo al interior de la universidad y en la relación con mi familia.

Aunque creo que todavía me falta mucho por mejorar en cuanto a la capacidad de comunicarme y expresarme asertivamente, mi percepción y mi manejo en situaciones complicadas ha cambiado radicalmente, sobretodo en mi relación al interior de grupos de trabajo, ya que en la mayoría de ellos, los que los componemos tendemos a discutir cada paso que damos al interior de esto, y muchas veces es necesario manejar una comunicación más eficaz para poder llegar a un buen termino.

Por otra parte en la relación familiar, el taller me proveyó de ciertas herramientas para mejorar la comunicación con los integrantes de ésta, sobre todo con mis padres, ya que en variadas discusiones perdía el norte de la discusión y no me permitía llevarla a un buen termino, por medio de las herramientas del taller ya me es mas fácil comunicarme y defender mi posición en las discusiones que sostengo con ellos.