



¿Cómo orientar profesionalmente a tu hijo?

Manual práctico para padres



Fundación
Bertelsmann



¿Cómo orientar profesionalmente a tu hijo?

¿Cómo orientar profesionalmente a tu hijo?

Manual práctico para padres

Vicente Hernández Franco

Coordinador Editorial

Profesor titular Universidad Pontificia Comillas



Fundación
Bertelsmann

El desarrollo de los jóvenes es una tarea social de todos. La transmisión de la educación y el saber van más allá de las fronteras y constituyen la única manera de convertir nuestro mundo en un lugar más social y más justo. Debemos fomentar, así, la creatividad, la pasión y la energía en nuestros jóvenes. ¿No son éstos los valores que, junto con la tolerancia, la curiosidad, la humanidad y humildad, hacen que la convivencia resulte pacífica y exitosa? Para ello es necesario transmitirles confianza en sus competencias y, de esa forma, ofrecerles perspectivas hacia el futuro.

LIZ MOHN

Presidenta

Fundación Bertelsmann



Índice

Editorial	11
CÉSAR BONA, Prólogo	13
VICENTE HERNÁNDEZ FRANCO, Introducción	
Punto de partida	
<i>Manual práctico para padres</i>	16
PRIMERA PARTE: Información Vocacional. Sistema educativo y productivo	
VICTORIA URZÁIZ CELIGUETA	
1. Vuestro hijo está en Educación Primaria	26
<i>Afianzando las bases para construir su futuro</i>	
AURORA MUÑOZ MOHEDANO	
2. Las cuatro etapas en la travesía de la orientación	
en Educación Secundaria	38
ORIOI HOMS I FERRET	
3. Qué deberían saber los padres y los jóvenes sobre	
la Formación Profesional	56
BELÉN DE LA BANDA SORIANO	
NACHO GONZALO MISOL	
4. Mucho más que sacar buenas notas: Bachillerato en equipo	66
ANA GARCÍA-MINA FREIRE	
5. La Educación Superior: Tiempo para el saber y el ser	80
<i>«Donde está tu tesoro allí estará tu corazón»</i>	
SONIA JADRAQUE CABANILLAS	
6. La Orientación Profesional de vuestros hijos:	
Una mirada desde la empresa	90
SARA LOZANO SANTIAGO	
7. La Orientación Profesional de los hijos con Altas Capacidades	102
ARÁNZAZU GARAY-GORDOVIL CASANOVA	
8. Orientación Profesional en personas con discapacidad	
intelectual: De la etapa escolar a la vida adulta	116
<i>Crisis, oportunidad y reto</i>	

SEGUNDA PARTE: Habilidades parentales

ISABEL LÓPEZ FLORINDO	
GONZALO AZA BLANC	
9. Vuestro hijo adolescente: ¿Le conocéis?	128
MARÍA PRIETO URSÚA	
10. Herramientas básicas de psicología para orientar a vuestros hijos	138
CIRO CARO GARCÍA	
11. Prepararse para ofrecer conversaciones de crecimiento	150

TERCERA PARTE: Educar para la empleabilidad

AMPARO ESCAMILLA GONZÁLEZ	
12. Descubrid las múltiples y secretas inteligencias de vuestro hijo	158
<i>Un observatorio para favorecer su Orientación Profesional</i>	
MARIO PENA GARRIDO	
NATALIO EXTREMERA PACHECO	
13. Competencias socioemocionales y empleabilidad	172
JERÓNIMO GARCÍA UGARTE	
CÉSAR GARCÍA-RINCÓN DE CASTRO	
14. Cinco llaves para abrir las puertas del futuro a vuestros hijos	184
<i>Claves para desarrollar la competencia emprendedora desde la familia</i>	
JOSÉ MANUEL SÁENZ ROTKO	
15. La competencia intercultural y de internacionalización:	194
<i>Claves para favorecer la empleabilidad de vuestros hijos en un mundo global</i>	
JUAN MANUEL NÚÑEZ COLÁS	
16. Competencia digital: Preparad a vuestros hijos para un mundo profesional en cambio	204
LUIS LÓPEZ GONZÁLEZ	
17. La habilidad de ser uno mismo: La competencia de interioridad	216
ROGELIO NÚÑEZ PARTIDO	
18. Un proyecto para vivir la vida	226
Bibliografía	236



Editorial

Debo confesar de entrada que ésta es una publicación que me ilusiona especialmente poder presentar porque viene a cubrir un vacío que los padres y familiares a menudo han tenido que tapar de manera voluntariosa. Yo mismo cuando, ya hace demasiados años, me encontré ante la situación de ayudar a mis hijos durante esta importante etapa de su vida hubiera necesitado una herramienta como ésta y en aquel momento no la encontré. Con esta guía queremos dar pautas a padres y familiares mediante información detallada sobre el complejo proceso que viven y afrontan sus hijos a la hora de buscar cuál va a ser su camino profesional y la consecuente formación necesaria para incorporarse al mercado laboral.

Durante años hemos formado con gran esfuerzo a muchos jóvenes en profesiones que la sociedad no necesitaba en tanta cantidad dificultando la obtención de un empleo y creando consecuentemente una frustración en ellos y en su entorno. La sociedad tiene, por otra parte, demanda de oficios que no se puede cubrir.

Hemos hecho una mala inversión formando a chicos con estudios que no siempre les garantizaban un empleo. Uno de los remedios a esta situación consiste en hacer una Orientación Profesional temprana, estructurada y de calidad donde tienen un papel destacado los padres y los propios jóvenes, que han de

entender que esta decisión es vital para su futuro.

Esta guía se enmarca en la serie de publicaciones prácticas sobre Orientación Profesional que iniciamos con la *Guía de Orientación Profesional Coordinada*, publicada en octubre de 2014, para dar servicio a los centros educativos, y que seguiremos con un pasaporte vocacional para jóvenes y con una guía específica para las empresas. Llegaremos así a todos los actores principales en el difícil camino por el que transitan nuestros jóvenes desde el entorno educativo hasta el mercado laboral. Aplicando todas estas herramientas, deberíamos conseguir uno de nuestros principales objetivos que es el de reducir entre todos los elevados índices de paro juvenil. No olvidemos que uno de cada dos jóvenes en nuestro país quiere y no puede trabajar.

Finalmente, además de desear que este libro contribuya de forma eficaz y práctica a ayudar a muchos padres y jóvenes, quisiera agradecer el trabajo y el esfuerzo del coordinador editorial, de los autores de los artículos, del equipo de la Fundación Bertelsmann involucrado y de la Universidad Pontificia Comillas por haber conseguido crear un producto de tanta calidad.

FRANCISCO BELIL
Vicepresidente
Fundación Bertelsmann



CÉSAR BONA

Prólogo

El hecho de haber estado nominado al Global Teacher Prize (ver referencia biográfica pág. 15) me ha dado la oportunidad de viajar por toda España para hablar de educación. No obstante, soy una persona-esponja que intenta aprender de todo lo que tiene a su alrededor. Así que he aprovechado cada viaje para nutrirme de las ideas de todas esas personas que he ido conociendo a lo largo de estos meses, para aprender de todas ellas y poder aplicarlo a mi profesión. Y puedo decir que ése ha sido un gran regalo, porque un maestro o una maestra han de estar siempre aprendiendo de lo que tienen cerca: nunca debemos dejar de aprender si lo que queremos es enseñar.

Otro de los grandes regalos que he recibido gracias a esta nominación es que se me han hecho cientos de preguntas de todo tipo relacionadas con la educación, preguntas que cada docente debería hacerse cada cierto tiempo. He aprendido más en estos meses que en años de estudio y de trabajo, porque esas preguntas me han hecho reflexionar sobre mi trabajo, y ser crítico con mi profesión y conmigo mismo.

Y aquí me encuentro ahora, ante el honor de escribir el prólogo de un libro que he tenido la suerte de leer y que me ha dado una perspectiva que me faltaba en estos años. Porque, al final, cuando uno se pone a trabajar, va encerrándose poco a poco en su ámbito de actuación y limita la visión global que deberíamos mantener en todo momento.

En estas páginas encontraréis opiniones de expertos que analizan todas las fases de la educación, pero también todas las etapas de la persona teniendo en cuenta el factor humano, eso tan valioso que a menudo se echa en falta en la educación. Así, viajaremos desde los primeros años de nuestros hijos hasta el momento en que han de caminar por sí solos y construirse su propio futuro. Siempre he oído decir que ser padre debería venir acompañado de un manual de instrucciones. Unas veces, la frase se aplica a los retos que nos plantea la educación; otras veces, a las relaciones interpersonales entre padres e hijos, pues parece que hemos de ir aprendiendo conforme vivimos la experiencia de ser padres, maravillosa y desconcertante a la vez en tantas ocasiones. Leyendo estas páginas descubrí que muchas de las respuestas que esperamos que nos «caigan del cielo» están ya escritas y pueden sernos muy útiles. Nada mejor que contar con expertos en distintos campos que nos asesoren a la hora de tratar con nuestros hijos en las distintas etapas del crecimiento, ¿no es cierto? Ya que la educación es un tema tan trascendental que marcará, lo queramos o no, el devenir de los acontecimientos que sucedan a nuestros hijos, por qué privarnos de tener a mano una guía que nos ayude a entender aquello que no siempre resulta accesible a todos los padres.

Para empezar, tendríamos que grabar en nuestra mente tres frases que no debemos olvidar jamás:

- Nuestros hijos no aprenden como nosotros lo hicimos.
- Cuando terminen de estudiar, habrá trabajos que ahora mismo no existen.
- Los hijos no han de ser la proyección de lo que los padres queremos.

Si tenemos estas tres ideas presentes estaremos listos para ayudar a nuestros hijos a elegir su propio camino.

14

Para echarles una mano en sus estudios, hemos de estar informados. De ahí que en estas páginas se haga hincapié en la necesidad de que familia y centro educativo mantengan una comunicación constante. No olvidemos que el diálogo entre las dos instituciones es el primer paso hacia el éxito del niño. Los padres tenéis derecho a ser informados y a participar de la educación de vuestros hijos en la escuela o el instituto, y debéis hacer uso de ese derecho. Siempre, eso sí, con una actitud dialogante y teniendo en cuenta que educadores y familia somos un equipo, que todos remamos con el mismo objetivo: sacar lo mejor de vuestros hijos.

Voy a mencionar aquí algunas cuestiones obvias, pero que frecuentemente se nos olvidan. Primero, que el tiempo pasa demasiado rápido y, como padres, debéis disfrutar de vuestros hijos así como los niños han de disfrutar de su infancia. También debemos tener presente que las etapas de infantil y primaria son cruciales para que adquieran hábitos que les sirvan para la vida. Tampoco podemos pretender, sumidos en esa inercia imparable, que al acabar Primaria, es decir, con doce años, sean pequeños Einstein. Recordemos que han de tener tiempo para culti-

var la curiosidad y la creatividad que nos definen de niños y que vamos perdiendo conforme crecemos.

Sin duda que en Secundaria la exigencia será mayor, y va a coincidir con los cambios más importantes en sus vidas. ¡Viajemos en el tiempo y recordemos lo que implicaba pasar por esos cambios! Se trata de un momento maravilloso en el que uno se descubre a sí mismo y en el que resulta fundamental escuchar y hacerles sentir que realmente forman parte de algo importante. Por eso hemos de estar informados para cuando llegue ese momento. Pues entonces será necesario tomar decisiones que afectarán a su futuro y tendremos que estar a su lado para ayudarles a elegir. Después, la vida les llevará por caminos que hoy ni siquiera podemos imaginar, pero eso también nos pasó a nosotros, ¿verdad?

Sabéis perfectamente que el fin último que busca el ser humano es la felicidad. Sea de un modo u otro, todos estamos en esa constante búsqueda. Por eso, tanto los padres como los educadores hemos de dotarles de herramientas que les faciliten el camino. Ya dijo Louis Pasteur: «No les evitéis a vuestros hijos las dificultades de la vida, enseñadles más bien a superarlas».

El caso es que, para cuando se acercan al

momento crucial de tomar ese camino en la encrucijada del ámbito laboral, todo parece tomar dimensiones gigantescas. ¡Cuánta presión en tan poco tiempo! Ahí podemos hablar con ellos sobre a qué quieren dedicarse, qué salidas laborales tienen las distintas profesiones, cuáles son las ventajas y los inconvenientes de algunos oficios... Pero son ellos quienes han de decidir.

Sin duda que semejante decisión estará determinada por esa búsqueda de la felicidad a la que me refería anteriormente: nadie quiere trabajar en algo que no le gusta. Pero debemos enseñarles a ser críticos con sus decisiones, a prever las consecuencias que sus acciones puedan tener. De modo que debemos estar bien informados para poder dialogar con ellos. Nuestra apertura mental resulta clave para no castrar opciones tan válidas como otras que, por lo general, sufren el peso de una opinión social que ha terminado por desacreditarlas. España tiene la tasa más alta de licenciados universitarios de Europa, pero lideramos también las estadísticas de desempleo juvenil. Los informes confirman que los alumnos reciben mucha formación teórica pero pocas capacidades profesionales, y las empresas buscan precisamente estas últimas. Una alternativa a la Universidad es la Formación Profesional Dual, un tipo de formación muy valorada en algunos países del centro y norte de Europa. Su ventaja con-

siste en que el alumno aprende no sólo en el centro de formación sino que también se educa directamente en la empresa, mano a mano con los trabajadores, ejerciendo una actividad productiva que en algunos casos es también remunerada. Hemos de valorar qué desean hacer nuestros hijos, así como darles a conocer qué profesión tiene más salida laboral o, al menos, no perder de vista las necesidades del mercado de trabajo.

En ese sentido, es un lujo contar en este libro con una visión desde dentro de la empresa, pues nos ayuda a descubrir qué competencias fundamentales busca toda organización entre sus empleados. Entre todos, educadores y padres, debemos colaborar para que vuestros hijos estén bien preparados no sólo para la empresa, sino también para la vida, pues aspectos como la flexibilidad y la capacidad de adaptación, la capacidad de aprendizaje, el trabajo en equipo, la empatía, la gestión emocional, etc., son fundamentales a la hora de buscar empleo, pero también en la vida cotidiana.

Siempre he pensado que lo verdaderamente interesante viene después del prólogo, así que, sin más dilaciones, os invito a que paséis la página y comencéis un viaje que, sin duda, os dará muchas pistas que os acercarán un poco más a vuestra felicidad y a abrir las puertas de la de vuestros hijos.



CÉSAR BONA (Ainzón, 1972)

Maestro. Nominado entre los cincuenta mejores maestros del mundo según el Global Teacher Prize y con múltiples reconocimientos a nivel nacional e internacional. César Bona apuesta por la educación social de los alumnos y el estímulo del pensamiento crítico.

¿Qué deben saber los padres, cómo deben actuar para acompañar la orientación académico-profesional de sus hijos?

VICENTE HERNÁNDEZ FRANCO

Punto de partida

Manual práctico para padres

16

El hilo conductor que nos ha guiado, tanto al equipo editorial de Fundación Bertelsmann como a los autores que hemos trabajado en esta publicación, aunque a algunos les pueda parecer utópico, es muy claro: apoyando a los padres en la gran labor que tienen entre manos cuando se enfrentan a la tarea de escuchar y acompañar a sus hijos en su proceso de elección de estudios y profesión en sus años escolares, estaremos contribuyendo a mejorar las oportunidades de empleabilidad de vuestro jóvenes y a que, mañana, haya mejores profesionales y a la postre, mejores ciudadanos capaces de construir un futuro mejor para la sociedad.



Quiero comenzar agradeciendo a la Fundación Bertelsmann y a la Universidad Pontificia Comillas la oportunidad que me han brindado como Coordinador Editorial de esta publicación, para poder ofrecer a todos sus lectores, con los distintos capítulos que la configuran, un itinerario de temáticas que hemos considerado relevantes y de actualidad. Una obra desde la que ofrecer respuesta a muchas de las cuestiones y

preocupaciones que los padres¹ se plantean hoy para participar en profundidad en la Orientación Profesional de sus hijos, una responsabilidad ineludible que tienen que atender como principales educadores.

También deseo expresar mi gratitud y reconocimiento a todos los que desde sus distintas ocupaciones y responsabilidades han colaborado con tesón y entusiasmo hasta hacer posible este libro.

Objetivos y destinatarios de la guía

El objetivo principal que persigue esta guía práctica de Orientación Profesional para padres es muy sustancial: ofrecer a las familias información relevante para que

puedan formarse su propio criterio a la hora de entender, enfocar y asesorar, desde su responsabilidad parental, todo el proceso de Orientación Profesional de sus hijos. Con

1. Para facilitar y agilizar la lectura, unificamos el género gramatical en masculino cuando nos referimos a colectivos mixtos o a generalizaciones. Según la RAE, «tal uso del género gramatical masculino no denota intención discriminatoria alguna, sino la aplicación de la ley lingüística de la economía expresiva». (N. del E.)

ella podrán considerar y valorar las peculiaridades propias de las distintas etapas educativas y vitales por las que transitarán sus hijos a lo largo de su formación, hasta alcanzar su mayoría de edad y su plena incorporación al mercado laboral. Se trata, sin duda, de una responsabilidad que entendemos que siempre han de llevar a cabo en colaboración con los tutores y orientadores de los centros educativos con los que comparten la misma misión, una meta idéntica que les une y en la que tienen que trabajar juntos: la educación de sus hijos.

En este sentido, los contenidos que se abordan por los autores que han colaborado en los distintos capítulos, facilitan a los padres las claves fundamentales para valorar, en conversación con sus hijos y con sus tutores académicos, las distintas alternativas y oportunidades que nuestro sistema educativo y laboral ponen a su alcance. Ofreciendo orientaciones precisas a los padres para que sus hijos puedan elaborar con su colaboración su propio Proyecto

Profesional, poniendo en valor las cualidades, el talento y las competencias que jugarán un papel relevante en su empleabilidad futura, desde una visión actualizada de las necesidades concretas, oportunidades y prospectiva del mercado laboral; buscando con ellos el mejor camino para que, llegado el momento, puedan acceder a la profesión de su interés.

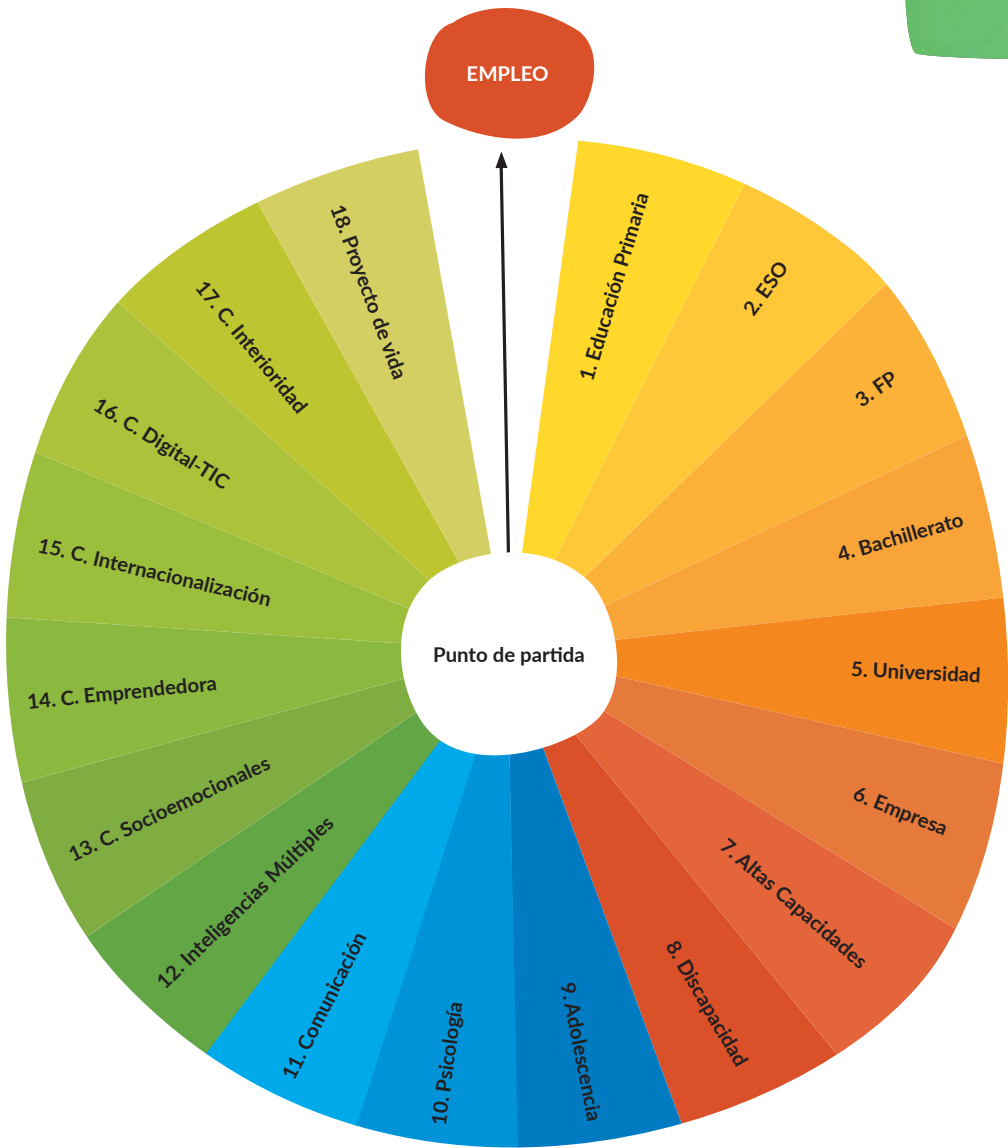
Es una guía práctica, de lectura amena y carácter divulgativo. Ahora bien, el prestigio profesional de los autores garantiza la calidad académica y el rigor de sus contenidos. Va destinada especialmente a padres y madres, principalmente con hijos adolescentes, que quieren tener un papel activo en su Orientación Profesional. Sin perjuicio de que también puedan utilizar sus contenidos los profesores y orientadores, en la preparación de las sesiones de orientación académico-profesional que normalmente se realizan en las reuniones de padres durante la Secundaria, el Bachillerato y los Ciclos de FP.

Qué ofrece la guía

La guía está estructurada en tres secciones muy definidas. Los ocho capítulos que configuran la primera de las secciones, se centran en ofreceros información vocacional relevante sobre los aspectos propios a contemplar en la Orientación Profesional de vuestros hijos, en las distintas etapas por las que tendrán que transitar durante su itinerario académico-profesional: a) Educación Primaria; b) Secundaria Obligatoria; c) Formación Profesional Específica; d) Bachillerato; e) Educación Superior, y f) La perspectiva de la empresa. Termina esta sección con dos capítulos dedicados

específicamente a dos colectivos de estudiantes de características singulares: los alumnos de Altas Capacidades por un lado y, por otro, las cuestiones a contemplar en la Orientación Profesional de los alumnos con Discapacidad Intelectual.

La segunda sección, aunque breve, la consideramos muy relevante. En su primer capítulo nos recuerda que estamos orientando a un adolescente. En el segundo se os ofrecen algunas habilidades parentales que desde la Psicología se recomiendan cultivar para realizar una correcta Orientación Profesional de vuestros



hijos. Y finalmente, se centra en una de las habilidades más importantes que tenemos que desarrollar como padres y educadores para conseguir una buena relación padres-hijos, una relación que mantenga en esos «años difíciles» nuestros canales de comunicación con ellos abiertos y fluidos: las conversaciones de crecimiento.

Los siete capítulos que conforman la tercera sección tienen un mismo hilo conductor: fomentar desde la educación familiar la Orientación Profesional de

vuestros hijos: a) Partiendo de sus capacidades (las Inteligencias Múltiples); b) Cultivar algunas de las competencias llave que facilitarán su empleabilidad futura (Competencias Socioemocional, de Emprendimiento, de Internacionalización, Digital e Interioridad), y c) Que tendrá que integrar en su propio Proyecto de Vida, dentro del cual el específico Proyecto Profesional es una componente sustantiva que modula y expresa su propia identidad personal.

Todos los capítulos presentan aspectos prácticos sobre las distintas temáticas tratadas que pueden ser de vuestro interés como padres en relación con la Orientación Profesional de vuestros hijos. Asimismo, ofrecen cuestiones abiertas para la reflexión y finalizan con recomendaciones de lecturas asequibles y recursos en la web, si queremos profundizar en lo leído.

Como si de una guía de viajes se tratara, cada capítulo tiene consistencia

propia y puede ser consultado con independencia de los demás, según nuestros intereses y prioridades. Ahora bien, la lectura completa de la obra os proporcionará una visión más amplia y profunda y os permitirá integrar en la educación familiar, las principales claves que tenéis que contemplar para contribuir desde la responsabilidad parental a una mejor Orientación Profesional de vuestros hijos.

Una Orientación Profesional centrada en las personas y sus valores

¿Quieres que tu hijo tenga «éxito profesional»? ¿Está en tus manos? ¿Cómo ayudarle sin invadir sus espacios de autonomía y respetando su propia identidad personal? ¿Estáis preparando hoy a vuestros hijos como ciudadanos capaces de dar respuesta a los retos que les va a suponer incorporarse laboralmente a un mundo global?

Una primera reflexión nos surge para ofrecer algunas consideraciones desde las que intentar dar respuesta a estos interrogantes. Vivimos tiempos de cri-

sis. Desde una visión positiva de la historia humana, las crisis son una señal de la necesidad de cambio. La humanidad es una especie en constante evolución, de modo que viejas creencias que fueron útiles y funcionales en un momento concreto, dejan de serlo como consecuencia de las nuevas circunstancias; si queremos superar esta crisis tendremos que poner en juego toda nuestra creatividad, buscar nuevas ideas para dar respuesta a los nuevos problemas.

La información vocacional es la llave que abre el cofre de un tesoro escondido que llevas en tu interior: tu propia vocación profesional.

Hay un axioma que siempre tendréis que tener presente como padres en la Orientación Profesional de vuestros hijos: «es imposible que te guste una profesión si no sabes que existe». Por ello, en todo

momento el punto de partida principal durante el proceso de Orientación Profesional es contar con una buena Información Vocacional. Estamos en una época en la que a veces, lo que se presenta por

algunas entidades con gran despliegue de medios tecnológicos como servicios para colaborar con las familias en la Orientación Profesional de sus hijos, es simple y llanamente propaganda comercial. La fuerte competencia que hoy existe por conseguir buenos alumnos entre los distintos centros de estudios, puede llevar a la falta de imparcialidad en la información que éstos ofrecen a los estudiantes en el afán por conseguir sus propios intereses.

Una buena Información Vocacional ha de ser:

- a) Objetiva y contrastable;
- b) Actualizada;
- c) Accesible públicamente;
- d) Comprensible por el usuario, y finalmente
- e) Acreditada por autoridades u organismos oficiales o en su caso por entidades privadas debidamente cualificadas.

21

Navegador GPS para la Orientación Profesional de tus hijos



En Orientación Profesional, «para elegir correctamente el camino a seguir y asegurarnos de que llegaremos a nuestra meta, es preciso disponer de la última versión del mapa de carreteras en nuestro navegador antes de ponernos en viaje».

En mi trabajo como Orientador, he escuchado muchas veces en las entrevistas con padres de todas las clases sociales, frases muy parecidas a la siguiente: «Mira, Vicente, la mejor herencia que puedo dejar a mis hijos es ofrecerles unos estudios que

les permitan formarse para la profesión de su interés. Mi mayor aspiración como padre es que lleguen a conseguir un empleo que les proporcione una buena calidad de vida. Ése es el principal motivo

de mis desvelos y sacrificios. Siempre he buscado que tengan la mejor educación y puedan hacer valer sus talentos cuando se les presente la oportunidad de un buen trabajo».

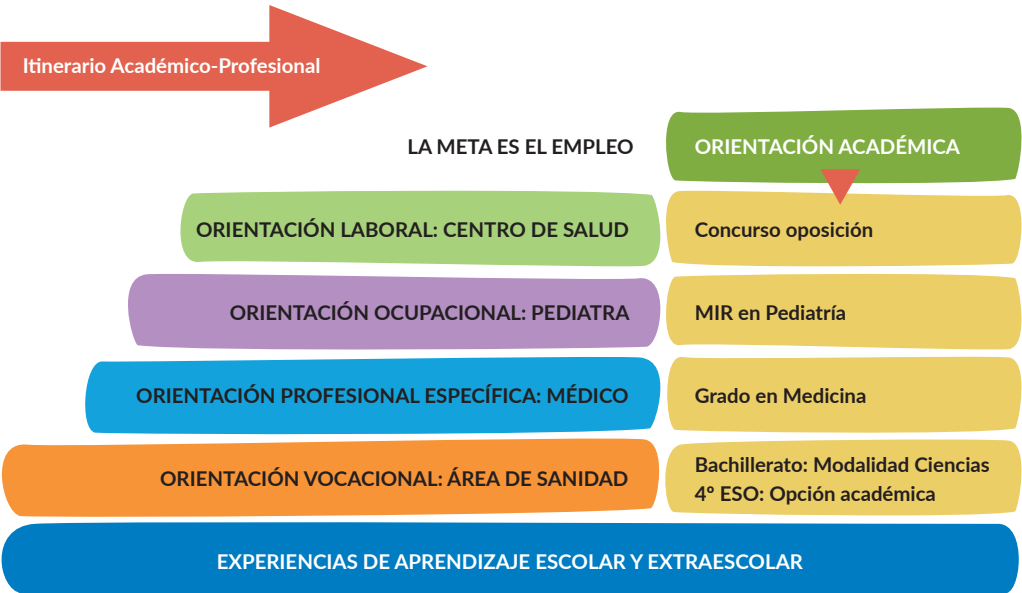
Padres, ahora toca mucha paciencia: estamos trabajando a largo plazo, en educación los frutos maduran en su momento.

22

Como padres, el objetivo último que perseguís en la Orientación Profesional de vuestros hijos, es ayudarles a que conozcan de primera mano el mundo real del mercado laboral, y desde ahí, proporcionarles una formación que les permita

el acceso a un empleo acorde con sus preferencias y capacidades, un empleo que les aporte unos ingresos suficientes y les garantice una inclusión social satisfactoria como ciudadanos durante su vida adulta.

Momentos de orientación durante el Itinerario Académico-Profesional



El proceso de Orientación Profesional de vuestros hijos es una tarea permanente que se inicia principalmente en la adolescencia y en la que, como en tantas otras dimensiones propias de la relación padres-hijos, les acompañaréis durante toda la vida, aunque con distintos énfasis y protagonismo por vuestra parte, según vayan convirtiéndose en adultos y alcancen su propia madurez humana. Lo cierto es que la definición del propio Itinerario Académico-Profesional de vuestros hijos va concretándose según la información que precisan manejar y el tipo de alternativas de elección específicas sobre las que

tienen que decidir en cada curso a lo largo de su formación académica. Un Proyecto Académico-Profesional supone planificar un itinerario formativo personal durante el período de tiempo preciso, que nos lleve a la meta de la inserción laboral deseada. Durante este itinerario, habremos de tomar decisiones muy concretas, propias de cada una de las distintas etapas y encrucijadas de caminos que se nos presentarán durante el trayecto, son lo que denominamos momentos críticos, en los que vuestros hijos recibirán de sus tutores académicos unas orientaciones específicas llegado el momento.

23

Punto de partida: Una Orientación Profesional Coordinada

Para finalizar, hay un principio y fundamento que compartimos todos los autores de esta guía para padres: desde una concepción antropológica humanista de la Orientación Profesional, se basa en la convicción de que cada persona tiene en sí misma la capacidad de ser feliz. Cada persona descubre y construye en el transcurso de su ciclo vital la que podemos denominar su misión personal, única, e insustituible que va a configurar existencialmente el núcleo de su identidad como persona. En el seguimiento de esta misión a lo largo de su trayectoria de vida, la persona buscará su felicidad plena, perfecta y completa. Por lo tanto, no hay que comparar misiones, sino acoger con responsabilidad lo que cada uno va recibiendo y descubriendo mientras construye su propio itinerario histórico personal. Conocerse a uno mismo es hacerse consciente

de los propios límites, allí encontramos nuestro mayor manantial de creatividad y surgen nuestras potencialidades más ocultas e ignoradas. Esta misión personal en el plano de la elección de la profesión que deseamos como modo de vida, es lo que tradicionalmente hemos llamado vocación profesional.

Esta elección es muy importante, guiará las decisiones que darán forma al propio estilo de vida y se convertirá en un horizonte permanente hacia el que avanzar. Con la profesión y el trabajo que realizamos no sólo obtenemos un modo de subsistencia desde el que atender nuestras necesidades materiales; también cuando lo descubrimos y vivimos en el marco de nuestra misión personal y en un contexto de justicia social, se convierte en un elemento clave para la autorrealización personal.

Los padres sois los primeros respon-

sables de la educación de vuestros hijos y, como tales, tenéis como una de las principales tareas la de ayudarles con honestidad a encontrar su propia vocación profesional, así como a estar adecuadamente preparados para seguirla con fidelidad y perseverancia, también en los momentos de adversidad. Las oportunidades surgen tanto de los aciertos como de los errores y estos últimos suponen, si se saben aprovechar, una de las mejores ocasiones de aprendizaje.

Los niños y adolescentes de hoy son los ciudadanos adultos del mañana. En todo lo que a su Orientación Profesional se refiere, tenemos la obligación y la responsabilidad de que todas las ayudas que reciban en la familia, en la escuela y también desde las administraciones educativas y de empleo, así como desde las empresas y sus organizaciones, estén coordinadas entre sí y les preparen para la vida profesional. Éste es el punto de partida de los capítulos que siguen a continuación.

PARA PROFUNDIZAR RECOMENDAMOS

Libros recomendados

Vidal, Fernando, *El reloj de la familia. Un método para el proyecto de familia*, Bilbao, Ediciones Mensajero, 2015.

Echeverría-Samanes, B. y Martínez-Muñoz, M., *Guía de Orientación Profesional coordinada. Manual práctico para una orientación de calidad en el ámbito educativo*, Barcelona, Fundación Bertelsmann, 2014. Accesible gratuitamente en versión pdf en:

<<http://www.fundacionbertelsmann.org/es/home/publicaciones-raiz/publicacion/did/guia-de-orientacion-profesional-coordinada-1/>>.

Recursos en la red

WayPass: <<http://www.waypass.es>>. Es una plataforma interactiva diseñada para ofrecer al joven un recorrido en base a experiencias que se le invita a vivir en clave de «etapas de un viaje» de descubrimiento de sí mismo, sus intereses y el mundo que le rodea. Está pensada para que los jóvenes la puedan usar directamente sin la necesidad de mediación de un adulto. El recorrido del joven en la plataforma está dinamizado por dos personajes reales que son jóvenes blogueros que cuentan su propio viaje vocacional, invitando a los jóvenes a realizar las actividades de cada una de las etapas.

La plataforma, además permite la realización online de un «pasaporte vocacional» inspirado en el *Youth Pass* desarrollado por la Unión Europea y que supone un documento muy valioso que permite recoger en él las competencias adquiridas por el joven en experiencias de aprendizaje no formal y en su propio recorrido personal.

Test de intereses profesionales EXPLORA: <<http://www.exploratufuturo.com>>. Se trata de un instrumento de evaluación online de Intereses Profesionales desarrollado y comercializado por TEA ediciones, una de las empresas de mayor prestigio en evaluación psicopedagógica en España. El usuario, en unos treinta minutos, habrá respondido la prueba y podrá acceder a un informe personal muy útil y completo con recomendaciones sobre qué estudios y profesiones se ajustan más a su perfil de preferencias académicas y profesionales.

25



VICENTE HERNÁNDEZ FRANCO (Madrid, 1958)

Director de la revista *Padres y Maestros*, es Profesor Titular de la Universidad Pontificia Comillas, con una larga experiencia como Orientador en centros educativos, imparte materias del ámbito de la Orientación Educativa, Profesional y Familiar y también dirige el Proyecto Orión en el que, desde su página web (<<http://www.upcomillas.es/myvip>>), se ofrece a los estudiantes de Secundaria y Bachillerato un *e-portfolio* vocacional para atender su orientación académica y profesional.

¿Cómo está estructurada la Educación Primaria? ¿Somos conscientes de que desde los hábitos de estudio y valores que cultivamos ya desde la infancia estamos empezando a construir los cimientos de su potencial empleabilidad futura?

VICTORIA URZÁIZ CELIGUETA

1. Vuestro hijo está en Educación Primaria

Afianzando las bases para construir su futuro

En este capítulo abordaremos algunas de las dudas y preguntas más frecuentes de padres con hijos que cursan Educación Primaria:



¿Cómo está estructurada la Educación Primaria?



¿Cuál es el punto de partida y hasta dónde debemos llegar para afrontar con éxito la Educación Secundaria?



¿Cómo tomar parte activa como padre del Proyecto Educativo?



Comunicación y encuentro con el colegio. Tutores y familias.



Muchos padres os planteáis esta reflexión:

Mi hijo asiste a un colegio de Educación Primaria en el que pasa entre siete y ocho horas diarias, durante cinco días por semana a lo largo de nueve meses al año en seis cursos. Se trata de una etapa clave para su desarrollo como es la que tiene lugar entre los 6 y los 11 años. Después del núcleo básico familiar y de la familia más extensa de abuelos, tíos y primos (cuando existen, cuando se puede, cuando las circunstancias acompañan), el colegio es el primer círculo en el que vuestro hijo se mueve. Vuestros hijos pasan en el colegio una parte importante de su tiempo y, cuando están en casa, hablan constantemente de cuestiones relacionadas con sus compañeros de clase y su profesor. Vuestro hijo «vive» y «crece» en el colegio y, como padres, sentís la necesidad de conocer lo que hace en el mejor entorno educativo posible.

27



Nuestros hijos no aprenden como nosotros aprendimos.



Afrontando problemas y buscando soluciones.



vidio, el poeta romano, narra en su libro X de *La metamorfosis* el mito de Pigmalión, el solitario rey de Chipre que buscaba sin éxito la esposa perfecta para compartir su vida. Desencantado, se refugió en la creación de la estatua de una bella mujer a la que llamó Galatea. Con tesón fue moldeando y perfeccionando la estatua, y tanto deseo puso en esta tarea que acabó enamorándose de ella y suplicó a la diosa Venus que la transformase en una mujer real con la que poder compartir su vida. Pigmalión siguió dedicado a su obra con mimo hasta que un día descubrió que su amada Galatea se había convertido en una mujer real, tan viva y hermosa como él la había soñado. Se casaron, compartieron su reinado en Chipre y tuvieron descendencia.

28

El mito de Ovidio nos aporta un enfoque sobre la cuestión que abarcamos en este capítulo: vuestros hijos, entre los 6 y los 11 años, viven un tiempo de desarrollo extraordinario y los padres adoptamos el papel de auténticos «escultores». Lo que esperamos de ellos, los mensajes que les damos, la dedicación y el acompañamiento, la comunicación que establecemos con ellos, el tipo de experiencias que les brindamos, el interés con que compartimos sus cosas, son en este momento

la base para su futuro profesional. Además del contexto familiar, el colegio que elijáis para ellos se convierte también en un sistema fundamental para que estas metas lleguen a ser algún día realidad.

Merece la pena plantearnos si la elección que tomamos es la adecuada como también reflexionar sobre el modo en que nos coordinamos y relacionamos con el centro para trabajar en la línea educativa, ética y social que, como padres, queremos para ellos.

Un recorrido por el sistema educativo

En los últimos tiempos estamos presenciando un «baile» de datos e informaciones acerca de distintos sistemas educativos que tarde o temprano nos lleva a todos a sentirnos algo confusos y desorientados. Se trata de un exceso de información que no sólo afecta a los padres, también a los profesores, directores y orientadores de los centros. La propuesta más razonable sería conseguir un pacto por la educación

consensuado y coherente, independiente de los cambios políticos, y basado en evidencias científicas, sobre las características y necesidades de los niños de nuestro tiempo, tan diferentes a los de generaciones anteriores. Un pacto que contemplara y definiera una intervención educativa de calidad centrada en el desarrollo de competencias y que preparara a las nuevas generaciones para el mundo que les espera.

Esta propuesta no es una utopía, y ya viene desarrollándose desde hace años en países como Finlandia.

Las medidas que necesitamos aplicar en nuestro sistema educativo serán eficaces si van unidas a una implantación temprana, coherente y coordinada desde la Educación Infantil, pasando por la Educación Primaria y hasta finalizar la escolarización obligatoria.

Mientras esto no llegue, e independientemente de las opiniones y valoraciones personales, los padres necesitamos conocer cuál es la estructura del sistema educativo vigente en España desde el curso 2014-2015, expuesta en la Ley Orgánica 8/2013, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE). La exponemos en el diagrama de la página anterior.

¿Cómo es la Educación Primaria que cursa vuestro hijo? ¿Qué cambios os interesa conocer con respecto a sistemas anteriores?

La Educación Primaria (Real Decreto 126/2014) comprende seis cursos independientes, desde primero hasta sexto, y ya no se organizan por ciclos.

En cada curso las áreas (antes llamadas «asignaturas») se organizan en:

- Troncales: Ciencias Sociales, Ciencias Naturales, Lengua Castellana y Literatura, Matemáticas e Inglés.
- Específicas: Educación Física y Religión o Valores Culturales y Sociales a elección de los padres; también el centro puede ofertar Educación Artística o Segunda Lengua Extranjera.
- De libre configuración autonómica (por ejemplo, la lengua co-oficial).

Merece la pena apuntar también que desaparece Conocimiento del Medio Natural y Social y se convierte en dos áreas independientes: Ciencias de la Naturaleza y Ciencias Sociales.

Para los padres es importante conocer que se **mantienen medidas de apoyo a niños que muestran dificultades de aprendizaje**:

- Una de ellas es la **repetición**, que en general se puede aplicar una sola vez en la etapa y en cualquiera de los seis cursos.
- Otra medida eficaz es el **plan de refuerzo** para los niños que lo necesitan, fundamentalmente los que no han conseguido superar todos los objetivos del curso anterior.

En los siguientes capítulos de esta guía vas a encontrar constantes alusiones a las **competencias**, un término con el que los profesores de Primaria llevan ya tiempo trabajando, y que es necesario conocer y potenciar también entre los padres.

De hecho, ya en 2006, el Parlamento Europeo propuso a los países miembros la revisión de los métodos de trabajo en las aulas y sus sistemas de evaluación, para

avanzar hacia un modelo basado en el desarrollo de ciertas competencias clave.

Las competencias hacen referencia no tanto a lo que el alumno «sabe», sino a lo que «sabe hacer»; son una combinación de habilidades prácticas, conocimientos, motivación, valores éticos, actitudes, emociones y otros componentes sociales

y de comportamiento que se movilizan a la vez para lograr la resolución eficaz de problemas de todo tipo.

Son siete las **competencias clave** que los alumnos irán desarrollando de forma progresiva ya desde la Educación Primaria y a lo largo de toda su escolarización obligatoria:

- Comunicación lingüística
- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
- Competencia digital
- Aprender a aprender
- Competencias sociales y cívicas
- Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor
- Conciencia y expresiones culturales

31

Todas ellas son importantes y se trabajarán desde cada una de las áreas del currículo hasta que vuestro hijo finalice su escolarización obligatoria con 16 años. Pero las competencias clave se desarrollan también en el contexto familiar del niño, por ello **debemos cuestionarnos cómo colaboramos familia y escuela para conseguirlas.**

Lo cierto es que en este marco de desarrollo en competencias, el aprendizaje de contenidos pierde el protagonismo que ha

tenido hasta ahora. Pero, nos guste o no, los niños de Primaria se enfrentan a los exámenes, y en tercero y en sexto a pruebas externas al centro sobre sus conocimientos en lengua y matemáticas. Estas pruebas tienen un carácter informativo y orientador, tanto para que los padres conozcan los resultados de sus hijos, como para que el colegio, una vez revisados los resultados globales, pueda programar planes de mejora y medidas de refuerzo en su programa educativo en caso de necesitarlo.

¡Vuestros hijos crecen! Entre la Educación Infantil y la Secundaria

¡Ya se ven mayores! Una vez finalizada la Educación Infantil, los niños todavía están muy condicionados por su propio desarro-

llo de madurez, pero la mayoría están capacitados para reconocer su propio cuerpo y el de los otros y conducirlo con cierta

armonía. Ya han adquirido autonomía para realizar actividades básicas y han integrado hábitos a su vida cotidiana. Además, muestran interés por explorar su entorno y se cuestionan sobre lo que ven y sobre lo que les sucede. Identifican emociones y sentimientos básicos (tristeza, enfado, sorpresa, asombro) en ellos mismos y en los demás, y han adquirido pautas básicas de convivencia y relación social. A los 5 años todavía tienen dificultad para afrontar los conflictos con autonomía, pero ya no recurren a solucionarlos pegando, llorando o mordiendo. Son niños que han conseguido formas de expresión adecuadas que les sirven para contar lo que ha pasado en el cole o durante el fin de semana. En cuanto a cuestiones de tipo académico, ya se han iniciado en habilidades básicas de tipo lógico-matemático que les permite ordenar, seriar o clasificar sin ninguna dificultad. También disponen de la base de la lectoescritura que será una herramienta fundamental para el acceso al conjunto de los aprendizajes propios de las materias escolares.

¡El tiempo pasa volando durante la infancia de vuestros hijos! Seis años más tarde, una vez terminada la Primaria y a las puertas de la adolescencia, la mayoría

está capacitada para convivir con otros, saben afrontar las diferencias y disponen de recursos para resolver los conflictos entre iguales de forma pacífica. Por lo general se implican en su propio proceso educativo. Les importa su rendimiento y sus calificaciones escolares y les emociona, al mismo tiempo que les preocupa, su paso a la Secundaria. Pueden estudiar solos, aunque demandan constantemente la atención de los padres y de los profesores, y suelen preferir el trabajo en equipo, pues a esta edad ya son capaces de respetar las diferencias y reconocer estilos personales diferentes al suyo. A los 11 años se presupone una sólida adquisición de la lectoescritura y del lenguaje, así como el manejo de, al menos, una segunda lengua en niveles que le permitan afrontar cuestiones básicas de la vida cotidiana. Son capaces, además, de aplicar sus conocimientos de matemáticas para resolver problemas que requieran operaciones básicas de cálculo. Más adelante hablaremos de la capacidad de estos niños para manejar con soltura, responsabilidad y cierto espíritu crítico la gran cantidad de información que reciben y elaboran, a través de la utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC).

El Proyecto Educativo de Centro: trabajar juntos. Cómo tomar parte activa como padre

En este proceso de avance continuo a lo largo de toda la Educación Primaria, cada colegio establecerá el modelo del perfil de competencias que pretende desarrollar en sus alumnos. Unos, tal vez, prioricen

la competencia digital mediante proyectos muy concretos como el manejo de *tablets* que sustituyen los libros y cuadernos tradicionales. Otros, las competencias en comunicación lingüística y matemática,

fomentando así un modelo de calidad educativa más tradicional, basado en la excelencia del rendimiento en dichas áreas del currículo. Y algunos centros pueden optar, en cambio, por priorizar la competencia social y cívica, apostando por el desarrollo de valores humanos, el compromiso social con su entorno o la inclusión.

Las familias deben conocer el Proyecto Educativo de Centro antes de elegirlo como también las estrategias y recursos que se utilizarán.

Sin duda que las siguientes pueden ser vías útiles para conocer y colaborar con el Proyecto Educativo del colegio:

- Acudir a las reuniones de inicio de curso y preguntar por estas cuestiones.
- Participar activamente en la vida del colegio a través de las asociaciones de madres y padres.
- Asistir a actos, celebraciones, fiestas, eventos o sesiones de formación organizadas por el colegio.
- Consultar la web del centro con regularidad, pues es una buena manera de conocer y colaborar con el Proyecto Educativo del colegio.

33

Comunicación y encuentro con el colegio. Tutores y familias

Recomendamos a los padres acudir al tutor de forma regular y cada vez que se considere necesario pues:

- Es el profesional que pasa más horas en el aula y que conoce la dinámica general del grupo de niños.
- También es el más indicado para informarnos sobre los puntos de vista del resto de profesores del claustro docente con respecto al alumno.
- Además, en la etapa de Educación Primaria, los niños establecen en general un vínculo muy estrecho con su tutor porque es una figura de referencia a la que acuden para solventar conflictos cotidianos o para consul-

tar o compartir asuntos importantes para ellos y raramente se cuestionan su referencia como figura de autoridad. ¿No os ha pasado algunas veces estando en casa aquello de «esto se hace así porque el maestro así me lo ha enseñado»?

A menudo se producen discrepancias, e incluso enfrentamientos importantes entre padres y tutores. En estos casos lo más conveniente es reunirse a dialogar para exponer con la máxima objetividad y claridad que sea posible tu preocupación, y para conocer el punto de vista del tutor. Establecer acuerdos revisables al cabo de un tiempo y concretar un modelo de intervención común familia-colegio con el niño suele dar buenos resultados.

Vuestros hijos no aprenden como vosotros aprendisteis

Sin duda que no podemos olvidarnos de una realidad: vuestros hijos son nativos digitales¹ porque desde que nacieron han convivido con la tecnología digital de forma natural, y esta experiencia intensa y continuada en el tiempo ha conformado en ellos unos cerebros diferentes a los de sus padres. Ten en cuenta que:

- Cuando le ayudes en la realización de tareas y trabajos, ellos están mejor preparados para recibir e incorporar la información que se les presenta de forma ágil e inmediata, que tienen preferencia por la información que les llega por vía visual, mediante gráficos o imágenes, y mayor dificultad ante los textos escritos.
- Aunque a los adultos nos cueste compartirlo, está demostrado que estos niños son muy capaces de afrontar con éxito la multitarea (escuchar música y hacer ejercicios de matemáticas, por ejemplo) y que funcionan mejor y rinden más cuando trabajan en red, con otras personas.
- Tienen una especial capacidad para aprender mediante estrategias que

supongan retos; por ejemplo, responden mucho mejor ante la propuesta de trabajar en un proyecto que si deben estudiar un tema directamente del libro de texto.

- Mejoran su motivación y con ella el rendimiento ante aprendizajes basados en problemas, siempre que sean reales y cercanos a su vida cotidiana.

Son los niños de la inmediatez, niños capaces de procesar mucha información en intervalos de tiempo cortos, pero también niños que necesitan acceder a esa información de forma rápida para obtener resultados en su trabajo. Si nos basamos en esto, coincidiremos en que el modelo tradicional del profesor que se presenta como el único y más fiable transmisor de conocimientos ya no tiene sentido. En la Educación Primaria, la tendencia que cada vez se impone con mayor éxito en las escuelas innovadoras es la que potencia que los niños construyan su propio conocimiento con la guía de sus maestros en el aula y de sus padres en casa, y que lo hagan colaborando con otros niños.

¿Y los deberes para hacer en casa?

Muchos padres con hijos en Educación Primaria experimentan la sobrecarga de trabajo que los niños soportan a lo largo del curso escolar: jornada de entre siete y ocho horas en el colegio que se prolonga

con actividades extraescolares a la que, por si fuera poco, se suman tiempos extra para realizar los deberes que mandan los profesores. Pocos adultos estaríamos dispuestos a seguir trabajando una media de dos horas

1. Marc Prensky, «Nativos e inmigrantes digitales», *Cuadernos SEK* 2.º, 2001: <<http://goo.gl/J2RMfu>>.

diarias tras haber finalizado nuestra jornada, pero hemos incorporado esta situación en los hijos con relativa resignación.

Muchas voces claman por cambiar esta realidad. Por fortuna van surgiendo propuestas que algunos centros comienzan a incorporar en sus proyectos. Una de ellas es el *flipped-classroom* o «clases invertidas» (Eric Mazur, 1991). En este modelo los niños exploran en casa utilizando internet sobre un tema que el profesor propone y sobre el que les ha facilitado páginas especialmente relevantes por sus características (claras, interactivas, aportan resultados, didácticas, atractivas). En el aula trabaja con los contenidos aprendidos en casa, y aplica sus

conocimientos a determinadas situaciones propuestas por el profesor. El maestro es en este caso un guía del aprendizaje y el niño, el verdadero protagonista de la experiencia educativa. Este tipo de tareas potencia el desarrollo de la competencia emprendedora y les será de gran ayuda años después en su futuro profesional.

En definitiva, el objetivo final de todos estos métodos presentados es potenciar en los niños la capacidad de reflexionar sobre su modo de pensar y afrontar las tareas. Ahora bien: los contenidos sólo son una excusa sobre la que pensar. **Por ello la principal función de los padres es fomentar que el niño se haga preguntas para aprender a pensar.**

35

Afrontando problemas y buscando soluciones

En mi actividad profesional como orientadora, compruebo que los temas más frecuentes en los encuentros entre padres y tutores se refieren a las siguientes cuestiones:

- **Aprovechamiento académico:** tareas en casa, desmotivación con alguna área, desatención, falta de organización, etc.
- Cuestiones relacionadas con el **desarrollo social y emocional:** si tiene amigos, cómo actúa ante el trabajo en grupo, juegos en el patio, capacidad para resolver conflictos con iguales, participación activa en las clases.
- Dificultad para la **aplicación de los límites en casa:** generalmente se conoce bien el método, pero se aplica mal por diversos motivos. La aplicación de límites se inicia informando al hijo de la medida y del objetivo que se pretende, debe ser aplicada con firmeza por ambos padres, debe ser coherente (la norma de esta mañana vale también para la tarde y para mañana), centrada en lo que para el niño son castigos y premios, y en el mismo momento en que se produce la conducta. También requiere por vuestra parte autocontrol emocional y, sobre todo, tener claro que lo que estamos recriminando es una cierta conducta, por lo que es más eficaz decir «has pegado a tu hermano» que «eres muy malo». No debéis olvidar que los niños necesitan los límites como elemento de regulación de su propia conducta, y por ello, debemos procurar que nunca pongan en duda que a nivel emocional se sienten muy queridos por vosotros.

La educación de los hijos es apasionante al mismo tiempo que difícil. En ocasiones se complica especialmente, como sucede en algunos casos de **padres separados o divorciados**. Las reacciones y formas de afrontarlo que adoptan los niños son muy diversas, pero con mucha frecuencia, durante la etapa de Educación Primaria, tienden a fantasear con la posibilidad de un arreglo (quiero que papá y mamá vuelvan a ser novios). También es muy frecuente la tendencia a creer que ellos, de un modo u otro, son los responsables de lo sucedido. Es importante informar al colegio de la nueva situación y también

del acuerdo o resolución judicial que se ha establecido con respecto a la custodia y la patria potestad. En todo caso, resulta recomendable acudir juntos a reuniones del colegio, establecer y cumplir un régimen de visitas claro y bien conocido por el niño, y evitar involucrarlos a ellos en los desencuentros que puedan producirse entre los padres.

Encontrarás en otros capítulos de esta guía información más completa sobre aspectos de la educación de tu hijo que van mucho más allá de lo meramente académico, pero mientras tanto te planteo algunas **propuestas**:

- Háblale de tus sentimientos y emociones para que así aprenda él a hacerlo de los suyos.
- Fomenta la interacción con otros niños.
- Abre tu casa para que otros entren.
- Favorece su autonomía.
- Sé coherente con los mensajes que le das y tus acciones.
- Pregúntale por sus amigos y por las cosas del cole y cuéntale cosas de tu vida cotidiana.
- Haced planes juntos (preparar juntos un bizcocho o arreglar un grifo que gotea puede ser apasionante para ellos).
- Aplica los límites sin temor y con mucho amor.

La mejor Orientación Profesional en estos años de Educación Primaria es que tu hijo adquiera, junto al hábito y el gusto por el estudio, la capacidad de trabajar con otros, unos sólidos valores humanos y el manejo fluido de las materias instrumentales básicas (lengua, matemáticas y lengua extranjera) que serán los cimien-

tos sobre los que tendrá que construir otros aprendizajes más específicos durante la etapa de la Secundaria. Una experiencia rica y variada en la familia y en la escuela le facilitará el desarrollo de todo su potencial personal de aprendizaje, tal como nos pone de manifiesto la teoría de las Inteligencias Múltiples.

¡Nadie lo va a hacer mejor que vosotros!

¡Los padres sois los primeros orientadores profesionales de vuestros hijos!

PARA PROFUNDIZAR RECOMENDAMOS

Libros recomendados

Gardner, H. *Las cinco mentes del futuro*, Barcelona, Paidós, 2008. Los cambios a los que estamos asistiendo exigen nuevas formas y nuevos procesos educativos. En este libro, Gardner describe las cinco clases de mente que tendrán más importancia en el futuro: la mente disciplinada, la mente sintética, la mente creadora, la mente respetuosa y la mente ética.

Fernández Díez, J. *Errores en la educación de los hijos. Cómo evitar los veinticinco más comunes*, Madrid, Pirámide, 2012. El factor más decisivo en la superación de dificultades personales y académicas de los niños se centra en la intervención de la familia. Es un libro para padres, práctico y de fácil aplicación ante problemas emocionales, sociales y escolares.

Recursos en la red

Jarque García, Jesús, Mundo primaria: <<http://www.mundoprimaria.com/pedagogia-primaria/estandares-de-aprendizaje-evaluables.html>>. Es un portal de juegos educativos y didácticos para niños de primaria (matemáticas, lengua, ciencias, Inglés y competencia «Aprender a aprender»). Además incluye artículos y comentarios sobre cuestiones actuales de Educación Primaria. Jesús Jarque García es pedagogo y máster en Psicología y Gestión familiar.

RECAPACITA: <<http://recapacita.fundacionmapfre.org/>>. El Área de Acción Social de Fundación Mapfre, a través de este programa, ha creado un espacio de divulgación sobre Innovación Pedagógica, donde se intenta dar apoyo a las necesidades formativas de la Comunidad Educativa, poniendo en común las últimas tendencias en metodologías de enseñanza, fomentando el debate y aportando material pedagógico de calidad. Cada número dispone de un apartado para familias.



VICTORIA URZÁIZ CELIGUETA (MÉLIDA, 1960)

Victoria Urzáiz ha trabajado en diferentes contextos como psicóloga educativa. En la actualidad, es jefa del Departamento de Orientación del colegio Nuestra Señora de la Merced de Tres Cantos (Madrid) y profesora de la asignatura Psicología Educativa en la Universidad Pontificia Comillas.

¿Qué debéis saber los padres sobre la Educación Secundaria Obligatoria para acompañar la orientación académico-profesional de vuestros hijos?
¿Le aconsejaréis continuar estudios de Bachillerato o realizar un Ciclo Formativo de Grado Medio?

AURORA MUÑOZ MOHEDANO

38

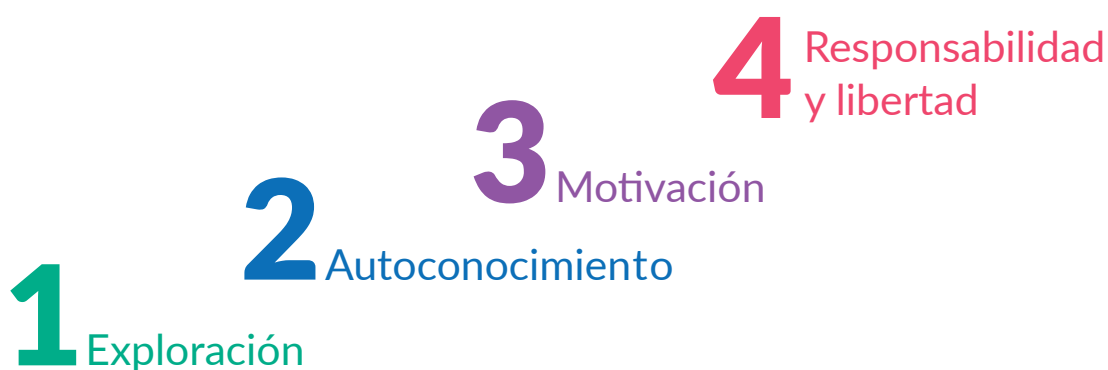
2. Las cuatro etapas en la travesía de la orientación en Educación Secundaria

Mientras más joven, más difícil es a veces decidir sobre el futuro, quizá por la falta de un conocimiento adecuado de las distintas posibilidades académicas y profesionales, así como por falta de experiencia en el propio mundo laboral, y la vida en general. En este proceso, los padres podéis aportar luz a vuestro hijo adolescente, así como reflejar la que él mismo tiene. Le conocéis muy bien: su personalidad, intereses, potencialidades, debilidades... Toda esta información resulta esencial para que se conozca mejor a sí mismo y de ese modo pueda ir tomando las decisiones de manera coherente.



Las 4 etapas del viaje por la Educación Secundaria. Hacia una elección académica y profesional satisfactoria

La toma de una decisión no es un momento, sino el resultado de un proceso, un viaje de experiencias y reflexiones en las que los padres acompañan a sus hijos para juntos ir descubriendo y aprendiendo. Esta travesía tiene cuatro etapas:





Lin Yutang, uno de los más reconocidos difusores de la literatura y cultura chinas en Occidente, afirmó que hay dos maneras de difundir la luz: ser la lámpara que la emite o ser el espejo que la refleja.

Para orientar a un hijo en su camino, a veces hay que dar la luz que falta y ser la lámpara, pero otras debemos limitarnos a tan sólo reflejar la verdadera luz que él tiene, y ser el espejo para que vea en él reflejado todo lo que puede darle al mundo.

Suena muy bonito, pero **¿cómo podéis aportar luz en el camino de vuestro hijo adolescente...?** Sobre todo si cada vez que lo intentáis sale escapando como un animalillo deslumbrado por los focos de un coche en una carretera, o tal vez entra en cólera como una fiera enfurecida y se queja de la intrusión en su guarida...

Hay personas que, con su relación, aportan luz o nos ayudan a reflejar nuestra propia luz en ellos, mediante una conexión emocional que nos hace grandes y nos inspira fuerza para seguir navegando, como los faros en las costas.

Un faro es una conexión con la tierra firme para los navíos que surcan las aguas de los mares y océanos, y suele esperar en los lugares donde transcurren las rutas de navegación de los barcos.

Los padres podéis ser faros que orienten a vuestros hijos durante la travesía de la adolescencia.

No siempre se acierta, pues las noches son muy cerradas y a veces hay tempestades intensas, hay capitanes de barco obstinados, brújulas desimantadas, cartas de navegación en blanco...

Pero si sabéis dónde iluminar y qué intensidad darle a la lámpara, el barco del hijo adolescente sabrá que ese faro está ahí, anclado a la costa. Una referencia de lo sólido, de lo real, de la seguridad.

Con frecuencia, los hijos buscarán una figura de referencia en la que poder pensar cuando se encuentren en situaciones difíciles («que haría mi padre si estuviese en mi situación ahora...»). Un mentor, alguien que está siempre a su lado en cuerpo y alma de quien poder aprender, alguien genuino en quien inspirarse.

Pero no olvidemos que un faro no marca el rumbo, sólo nos dice dónde está, e invita a acercarse a la costa con seguridad, aportando la luz que le falta en el ambiente, pero sin ningún tipo de coacción. El capitán puede decidir si dirigirse hacia la costa o seguir otro rumbo. A veces no es más que un aviso; otras está allí para atraer la atención, y a menudo su meta tan sólo se limita a guiar.

En la vida del navegante adolescente hasta el mismísimo faro de Alejandría puede parecer algo arcaico y rígido. Al fin y al cabo, teniendo GPS, ¿quién necesita un faro? En esta edad tan particular, la luz de los padres ya no es la única de la que él hará uso para situarse y orientarse: dispone de otros instrumentos.

Sin embargo, aunque los modernos sistemas de navegación por satélite hayan quitado aparente importancia a los faros,

éstos siguen siendo necesarios en las noches cerradas y en condiciones climatológicas complejas. Es en estas situaciones cuando la luz del faro toca e ilumina la vida de ese joven, pues los padres siguen firmes, iluminando en circunstancias adversas, cuando la costa no se atisba con claridad. Como esos días en los que el hijo adolescente está callado, o malhumorado, o serio, o dormido... no se sabe muy bien; probablemente él tampoco lo sepa.

Los faros cumplen su función cuando se han perdido los referentes visuales. En esos momentos de dudas existenciales, de pérdida de rumbo, de inseguridad por no saber qué opción escoger, la luz del faro brilla y nos da la pista de que están ahí.

Cuando llegamos al momento de la elección de estudios o profesión, influyen dos factores principales: los personales (gustos, preferencias del hijo) y el entorno (familia, amigos, modelos de éxito o de fracaso, modas...). Por otra parte, este tipo de decisiones implican un gran esfuerzo de proyección hacia el futuro, por lo que los intereses en este momento inicial suelen estar mediados por información superficial, incertidumbres existenciales y más fantasía que realidad. Echemos un vistazo a las etapas de este apasionante camino que vais a recorrer acompañando la orientación académica y profesional de vuestros hijos.

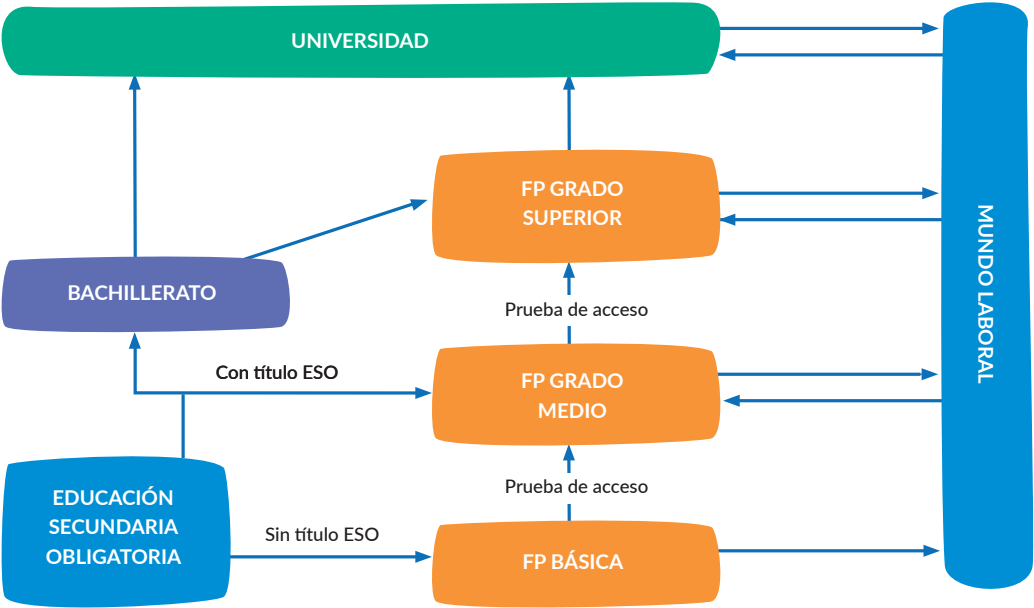
Las cuatro etapas en la
travesía de la orientación
en Educación Secundaria

ETAPA 1. *Exploración*

Es importante que el adolescente cuente con personas, tanto en el centro educativo como en su familia, que le faciliten información o, al menos, formas de encontrarla, así como que le ofrezcan estrategias para que las vaya asimilando y aplicando a su propia experiencia.

Para ser buenos transmisores de información, tenemos que conocer muy bien aquello sobre lo que vamos a hablar, y además saber transmitirlo. Vamos a comenzar situándonos.

Opciones del Sistema Educativo a partir de la ESO



42

El punto de partida: la Educación Secundaria Obligatoria (ESO)

La Educación Secundaria es una etapa obligatoria que se cursa normalmente entre los 12 y los 16 años y que busca completar la formación generalista y básica necesaria para cualquier ciudadano. Permite, además, cursar estudios posterior-

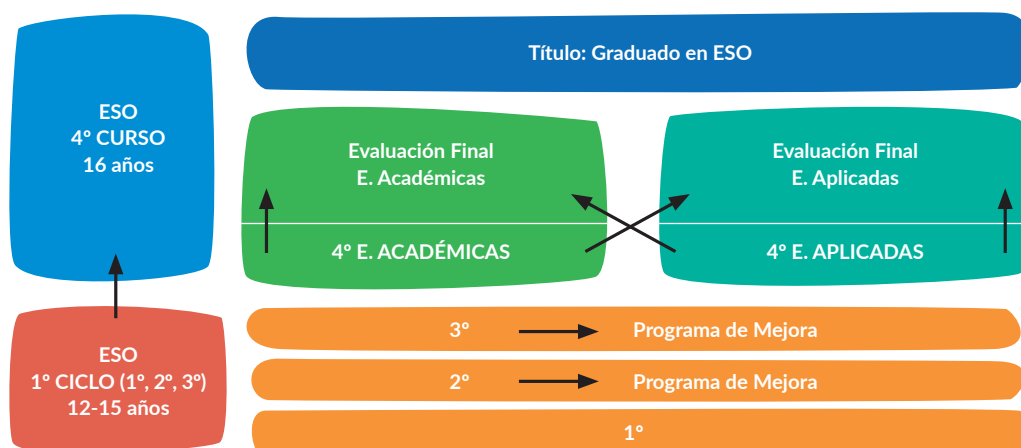
es: Bachillerato, Formación Profesional de Grado Medio y Ciclos Formativos de Artes Plásticas y Diseño y enseñanzas Deportivas de Grado Medio.

La Educación Secundaria se estructura en dos ciclos:

Durante el primer ciclo, que comprende los tres primeros cursos, los alumnos adquieren conocimientos y competencias básicas, y la tarea se centrará además en ir valorando qué tipo de camino seguirán tras finalizar su Educación Secundaria,

ya que entre el tercer y el cuarto curso han de escoger entre la vía de Enseñanzas Académicas (para la iniciación al Bachillerato) o la de Enseñanzas Aplicadas (para la iniciación a la Formación Profesional).

Vías académicas dentro de la ESO



43

Para promocionar de curso es necesario tener todas las materias aprobadas, tras las convocatorias ordinaria y extraordinaria (junio y septiembre). Aunque también con una o dos materias suspensas, según el caso, y en casos excepcionales, con tres materias, siempre y cuando no sean simultáneamente lengua castellana y literatura y matemáticas, el alumno podrá pasar de curso también.

Los alumnos que pasen de curso con materias suspensas han de seguir un programa de refuerzo.

Es importante recordar que las materias con la misma denominación pero de diferentes cursos (por ejemplo, matemáticas de 1º de ESO y matemáticas de 2º de

ESO) se consideran materias distintas, por lo que en el cómputo para la promoción pueden contemplarse más asignaturas si quedan pendientes de recuperar de cursos anteriores.

En toda la Educación Secundaria Obligatoria, como máximo, se puede repetir dos veces, sin olvidar que cada curso se puede repetir una sola vez, a excepción del cuarto curso, el cual se podrá repetir una segunda vez si el alumno no ha repetido en los cursos anteriores de la Secundaria. Por último, los alumnos tienen derecho a permanecer escolarizados en régimen ordinario hasta los 18 años de edad cumplidos en el año en que finalice el curso.

Las cuatro etapas en la
travesía de la orientación
en Educación Secundaria

44

Estructura académica del Primer Ciclo

PRIMER Y SEGUNDO CURSO	
Troncales	Específicas
• Geografía e Historia • Lengua Castellana y Literatura • Matemáticas • Primera Lengua Extranjera • Educación Física • Religión o Valores Éticos • Lengua Co-oficial y Literatura (en CC.AA. con lengua propia) • Biología y Geología (en 1º ESO) • Física y Química (en 2º ESO)	• Tecnología • Música • Educación Plástica, Visual y Audiovisual • Segunda Lengua Extranjera • Iniciación a la Actividad Emprendedora y Empresarial • Cultura Clásica • Religión (si no se ha escogido antes) • Valores Éticos (si no se ha escogido antes)

Estructura académica del Tercer Curso

TERCER CURSO		
Troncales	Troncales de opción	Específicas
• Biología y Geología • Física y Química • Geografía e Historia • Lengua Castellana y Literatura • Primera Lengua Extranjera • Lengua Co-oficial y Literatura (en CC.AA. con lengua propia) • Educación Física • Religión o Valores Éticos	Cursar 1 materia: • Matemáticas Orientadas a las Enseñanzas Académicas • Matemáticas Orientadas a las Enseñanzas Aplicadas	Entre 1 y 4: • Tecnología • Música • Educación Plástica, Visual y Audiovisual • Segunda Lengua Extranjera • Iniciación a la Actividad Emprendedora y Empresarial • Cultura Clásica • Religión (si no se ha escogido antes) • Valores Éticos (si no se ha escogido antes)

En el Cuarto Curso existen dos opciones: las Enseñanzas Académicas y las Aplicadas. Las primeras se recomiendan, en principio, para estudios posteriores de Bachillerato, y las segundas, para Formación Profesional. En todo caso, las dos permiten alcanzar competencias básicas que se buscan con la Educación Secundaria.

Estructura académica del Cuarto Curso

CUARTO CURSO		
	Enseñanzas académicas	Enseñanzas aplicadas
Troncales	• Lengua Castellana y Literatura • Matemáticas orientadas a las Enseñanzas Académicas • Primera Lengua Extranjera • Geografía e Historia • Lengua Co-oficial y Literatura (en CC.AA. con lengua propia) • Educación Física • Religión/Valores Éticos	• Lengua Castellana y Literatura • Matemáticas orientadas a las Enseñanzas Aplicadas • Primera Lengua Extranjera • Geografía e Historia • Lengua Co-oficial y Literatura (en CC.AA. con lengua propia) • Educación Física • Religión/Valores Éticos
Troncales de opción	Al menos 2 materias: • Física y Química • Biología y Geología • Latín • Economía	Al menos 2 materias: • Ciencias Aplicadas a la Actividad Profesional • Tecnología • Iniciación a la Actividad Emprendedora y Empresarial
Específicas	Para las dos opciones, escoger entre 1 y 4: • Segunda Lengua Extranjera • Tecnología de la Información y la Comunicación • Artes Escénicas y Danza • Educación Plástica, Visual y Audiovisual • Religión (si no se ha escogido antes) • Música • Valores Éticos (si no se ha escogido antes) • Cultura Clásica • Filosofía • Cultura Científica	

En efecto, entre segundo y tercero han de ir pensando qué opción escogerán en Cuarto Curso, y quizá sea pronto para ello, pues como hemos explicado, les faltan experiencias y a veces no se encuentran preparados. Como todas las personas, con independencia de la edad, ante la inde-

cisión tienen dificultades para establecer prioridades. También se presentan algunos casos de inmadurez vocacional, ¿cómo les ayudaréis, entonces?

Veamos algunos ejemplos desde la práctica:

Luna quiere estudiar una Ingeniería (no sabe cuál) o algo de Biología, el clima... aunque también le gustaría hacer algo de salud, aunque no le atrae la Medicina, pero sí los análisis clínicos y la Biomedicina, aunque también le gustaría más Enfermería o Auxiliar de Enfermería... En principio, puede parecer que lo mejor para seguir ese camino es cursar Bachillerato de Ciencias, aunque de momento tiene suficiente con decantarse por la opción de Enseñanzas Académicas, con Física y Química, y Biología y Geología. Sin embargo, conocemos poco sobre Luna, y la elección de estudios posteriores ha de ser muy meditada. Por lo tanto, también debemos avanzar en las etapas del camino...

46

Otra información relevante acerca de la ESO:

• Evaluación final externa para titular en la ESO

Al final del Cuarto Curso los alumnos realizarán una prueba de evaluación final externa (reválida). El contenido de esta prueba comprende todas las materias troncales, así como dos materias de opción y una de las específicas cursadas en cualquier curso (no sólo en cuarto).

Si se obtiene una nota igual o superior a 5 puntos se considera superada. Existen dos convocatorias para realizar esta prueba (ordinaria y extraordinaria). Se puede repetir tanto para conseguir el aprobado como para mejorar la nota, o bien para evaluarse por la otra opción, siempre previa solicitud. La prueba la realizan aplicadores y correctores externos a los centros educativos.

La primera evaluación final se llevará a cabo en el curso 2016-2017, aunque no tendrá efectos académicos (no es necesario superarla para obtener el título de Graduado en ESO).

La que se realice al finalizar el curso 2017-2018 sí tendrá efectos académicos.

• Graduado en ESO

Además de superar la evaluación final a partir del curso 2017-2018, en el título aparecerá la calificación final que se calculará según la media de calificaciones de cada materia cursada en ESO (70%) sumada a la nota en la evaluación final (30%). En el caso de no obtener el Graduado, se obtiene un certificado de años cursados, objetivos y competencias.

No obstante existen pruebas anuales para los alumnos que no han obtenido el título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria al finalizar la etapa. Mediante estas pruebas los alumnos que finalizaron la etapa de ESO sin titular podrán obtener el título de Graduado en ESO si superan las materias que tenían pendientes. A estas pruebas podrán presentarse los alumnos que tengan 18 años y hayan finalizado la ESO sin titular con un máximo de cinco materias pendientes de cualquiera de los cursos de la etapa.

El camino sigue: desde mi experiencia en la ESO

VA SUPERANDO CON ÉXITO LOS CURSOS DURANTE LA ESO

Si el rendimiento ha sido adecuado, las dificultades que vayan surgiendo se irán superando poco a poco. De modo que se puede decir que existe una progresión positiva. Así, el alumno puede continuar su formación tras conseguir el Graduado en la ESO, y entonces se le ofrecen dos opciones:

- **Formación Profesional de Grado Medio**

Los Ciclos Formativos de Grado Medio preparan a los jóvenes para la incorporación al mundo laboral con una profesión especializada en el sector productivo al que pertenezca su Familia Profesional.

Además, permiten realizar convalidaciones con el Bachillerato o bien presentarse a la prueba de acceso a Ciclos

Formativos de Grado Superior de la Familia Profesional correspondiente, si se tienen, al menos, 18 años cumplidos en el año natural en el que se realice la prueba.

- **Bachillerato**

Se trata de una etapa no obligatoria con una marcada orientación hacia las enseñanzas académicas que prepara para realizar todos los estudios superiores (Universidad, Formación Profesional de Grado Superior, Enseñanzas Artísticas Superiores, Enseñanzas Deportivas de Grado Superior).

Al elegir la modalidad de Bachillerato, es muy importante tener en cuenta los estudios que se van a realizar posteriormente.

47

Por ejemplo, si Luna quisiera ir a la Universidad para esa Ingeniería o Grado de Ciencias debe tener en cuenta la relación que existe entre cada Grado o Ingeniería con su rama de conocimiento existente y la relación con las modalidades de Bachillerato. En el caso de que optara por un Ciclo Formativo hay que buscar coherencia con la modalidad de Bachillerato cursada (si se busca un ciclo Formativo de Grado Superior, como Técnico Superior en Laboratorio Clínico y Biomédico) así como algunas materias (como por ejemplo, Biología, recomendable también en el caso de optar por un Ciclo Formativo de Grado Medio como Auxiliar de Enfermería).

HA ENCONTRADO DIFICULTADES POR EL CAMINO

Existen varias opciones para continuar la formación y asegurarse una correcta adquisición de las competencias básicas necesarias para cualquier ciudadano. Es muy importante valorar cada caso en particular, ya que algunas de las medidas suponen cambios significativos en la estructura académica ordinaria:

• Programa de Mejora del Aprendizaje y el Rendimiento

Este programa es una medida destinada a los alumnos que presentan dificultades relevantes de aprendizaje cuya causa no sea la falta de estudio o esfuerzo. En esos casos, necesitan una organización de los contenidos y materias del currículo diferente a la establecida con carácter general. También precisan de una metodología específica, con la finalidad de que puedan alcanzar los objetivos y competencias básicas de la Educación Secundaria Obligatoria.

El equipo de profesores propondrá a la familia la incorporación a este programa en los siguientes casos:

- Cuando el alumno ha repetido al menos un curso en cualquier etapa.
- Si cuando, al finalizar 1º de la ESO, el alumno no está en condiciones de promocionar a 2º curso. En este caso el programa se desarrollará a lo largo de los cursos 2º y 3º.
- O bien si una vez cursado 2º, el alumno no está en condiciones de promocionar a 3º. En este caso, sólo cursarían el 3º curso.

- Excepcionalmente, si al cursar 3º no está en condiciones de promocionar a 4º, puede incorporarse al programa y repetir 3º.

La estructura académica se basa en ámbitos (las materias se agrupan por áreas). Existen tres ámbitos: Lingüístico-social (Lengua Castellana y Literatura, y Geografía e Historia) Científico-matemático (Biología y Geología, Física y Química y Matemáticas) y Lengua Extranjera.

Además, se organiza en grupos específicos; el grupo del Programa cursará las materias no pertenecientes a los ámbitos con el grupo de referencia del curso correspondiente (con 2º o 3º).

Tras la evaluación positiva, se promociona a 4º curso de ESO, con las posibilidades ya comentadas anteriormente para este nivel.

• Formación Profesional Básica

Como la ESO, tiene también carácter obligatorio, ya que su principal objetivo es que todos los alumnos cuenten con la posibilidad de una inserción sociolaboral satisfactoria y amplíen sus competencias básicas para proseguir estudios, si así lo desean, en las diferentes enseñanzas. La PF Básica permite el acceso a la Formación Profesional de Grado Medio (previa prueba).

Pueden acceder los alumnos que tengan 15 años o que los cumplan en el año natural del curso, sin superar los 17 al acceder o en el año natural del curso. Además, es necesario que hayan cursa-

do el primer ciclo general de la ESO o, excepcionalmente, hasta 2º de ESO.

Si el alumno supera con éxito todos los módulos obtienen un Título

Técnico Profesional Básico (equivalente al certificado de profesionalidad de nivel 1).

ETAPA 2. *Autoconocimiento*

La idea de uno mismo tiene una influencia directa en el modo en que tomamos las decisiones, como también en la capacidad para establecer metas y para mantener el esfuerzo necesario para alcanzarlas.

Además de la información externa, es vital que el adolescente vaya tomando conciencia de aspectos sobre su persona, tanto sobre sus potencialidades como de sus debilidades, con el fin de alcanzar la mayor coherencia entre las opciones vocacionales y su plan de vida.

Los padres podéis aportar mucha luz en esto, ya que además de conocer mejor que nadie a vuestros hijos, también les acompañaréis en ese proceso de mirar hacia dentro para luego enfocar hacia fuera de sí mismos. De ese modo, construirán una cada vez mejor versión de sí mismos. Para hablar de este tipo de cuestiones hay que cuidar mucho las habilidades de relación con los hijos: escucha activa, aceptación, empatía... Recordemos que la relación ha de cuidarse desde los primeros años y mucho antes de trabajar estos aspectos de forma directa.

Como apoyo, existen multitud de cuestionarios que ayudan a que, más allá de los meros resultados de un test sin más, el adolescente vaya reflexionando mientras lo va contestando. Se trata de algo pareci-

do a una reflexión guiada por las preguntas. Cuando el adolescente se esfuerce de forma consciente por dar una respuesta con sentido a las mismas, estará al tiempo reflexionando sobre su persona. Abarcan diversos temas como su personalidad, orientación y estilos académicos, hábitos de estudio... Estos cuestionarios pueden ser aportados por los orientadores o los tutores a los alumnos, aunque también existen muchos cuestionarios disponibles tanto en las redes como en multitud de publicaciones sobre esta materia (en el material complementario de este capítulo se comenta algunos de ellos).

Conocerse es un paso previo a la toma de decisiones. Implica reflexionar sobre diferentes áreas de uno mismo: personalidad, valores, intereses, sentimiento de competencia, situación académica actual, aptitudes... Todo esto ayuda a darle un sentido a nuestra vida. Conocerse implica también ser consciente de qué recursos personales y sociales tiene para afrontar los momentos de debilidad o de mayor dificultad.

Todo esto converge necesariamente en la toma de decisiones ya que, para ser consistente, una decisión ha de estar en consonancia con las metas y con los recursos personales que se tienen para llegar a dichos objetivos.

ETAPA 3. *Motivación*

La motivación es el aspecto más emocional de la toma de decisiones, y se relaciona con los incentivos y deseos por alcanzar un resultado o una meta.

Es necesario despertar la curiosidad para generar motivación. El adolescente tiene que sentir ese «gusanillo» que le invita a ponerse en marcha, pues al fin y al cabo, la motivación es la que incita a la acción. *¿Qué tres cosas querías ser de mayor cuando eras pequeño? ¿A qué cosas dedicas tu tiempo y te entretienen? ¿En qué trabajarías si no te preocupara ganar dinero? ¿Por qué quieres estudiar...? ¿Qué quieres conseguir con...? ¿Por qué es importante para ti llegar a ser...? ¿Qué puedes aportar al mundo si consigues llegar a...?* Son algunas de las preguntas que movilizan la motivación por alcanzar una meta, que no es otra que la ilusión por llegar a cumplir un sueño.

Para movilizar la curiosidad, es necesario dejar espacios y libertad para explorar las opciones, no sólo desde la mera información, sino también desde lo vivencial. Recordemos que lo emocional conecta mucho mejor con las necesidades y deseos que la información desnuda sin más. Para ello, a los adolescentes les gusta mucho reflexionar sobre frases inspiradoras o carteles motivadores. En el apartado «Para profundizar recomendamos» de este capítulo se ofrecen algunos recursos de libre acceso para escoger los más adecuados según sea el caso del hijo en cada situación.

También se puede realizar un ejercicio sumamente motivador: crear un corcho o panel con recortes, imágenes, frases, carteles e incluso objetos que ilustren o se relacionen con la profesión o estudios de su

interés. También se agregarán recortes con sus metas, es decir, que ilustren el camino que quiere seguir, sus intereses, valores, sueños y esperanzas... Por último, podéis colocarlo en un lugar visible de su habitación, para que pueda verlo a menudo.

Por otro lado, llegados a este punto conviene dar un paso más y «meter las manos en la masa», facilitando experiencias directas en las áreas de interés que le ayuden a verse y sentirse en ese papel que quiere desempeñar en un futuro. Las universidades y centros de estudios superiores suelen organizar visitas a los campus o experiencias más prolongadas (días o semanas) en las cuales los adolescentes pueden experimentar de primera mano con prácticas y actividades lúdicas preuniversitarias orientadas en su área de interés preferente. Conviene informarse en dichos centros de estudios sobre las posibilidades que ofrecen.

Sin embargo, la motivación no necesariamente se relaciona con emociones positivas y con la diversión. La motivación es sinónimo de esfuerzo, y se relaciona directamente con las acciones que realizamos para conseguir una meta.

La motivación es la energía que nos mueve a la acción, pero a veces las dificultades que encuentran por el camino pueden distraer del objetivo, o incluso llevar al abandono si el nivel de dificultad supera al sentimiento de capacidad. Aquí el papel de los padres es fundamental. Reforzaréis las debilidades y les ofreceréis apoyo para que perseveren en sus intentos, ayudándoles a planificarse mejor, a orientar un plan alternativo para mejorar la situación o animándoles a explorar opciones alternativas.

ETAPA 4. *Responsabilidad y libertad*

La capacidad para asumir responsabilidades se aprende, no viene «de serie» con los genes. Para ello, se ha de enseñar, dando poco a poco oportunidades para que el niño, primero, y el adolescente, después, vaya haciéndose cargo de su rumbo en la vida, con el objetivo que todo padre busca: que su hijo sea independiente en lo personal y alcance como adulto su emancipación económica a través del ejercicio de una profesión.

Ser responsable de sí mismo implica tener autonomía para iniciar, mantener y conseguir sus objetivos, en todas las áreas de la vida: en su proceso de aprendizaje

académico, pertenencias personales, convivencia familiar, relaciones con amigos.

Ser responsable implica un cierto nivel de compromiso tanto con la búsqueda de las metas y de los objetivos que nos motivan, como con el mantenimiento del esfuerzo necesario para llegar a los mismos.

Para alcanzar una meta hay que planificar, iniciar y realizar acciones en esa dirección. Esto implica movimiento, exploración, expansión, apertura: pasar de la zona de confort a una zona de influencia personal cada vez más amplia. El adolescente se convierte en actor de su propio proceso de toma de decisiones académicas

51

Hacia los sueños y metas



y profesionales, pues crea e influye en su realidad. Si se queda en la zona de confort por miedo a la zona de preocupación, verá las responsabilidades como impuestas, sintiéndose poco implicado, creyendo que las cosas no dependen de él.

Los padres pueden apoyar y acompañar ofreciéndoles seguridad y confianza para que sus hijos adolescentes crezcan, para que se atrevan a superar los miedos, la incertidumbre y las excusas.

En la zona de confort, lo conocido, lo que suelen hacer de forma habitual, puede llevar a la sensación de seguridad. Si el resto de miembros de la familia se pliegan al conformismo para no «molestar» al adolescente en su «territorio» de confort, se reforzará una idea equivocada de comodidad, de la cual estará cada vez más convencido.

En la zona de confort están las excusas, el echar las responsabilidades al tejado de otras personas, la procrastinación, las quejas, las críticas, la huida... ¡No podemos permitir que estén cómodos! ¡Como padres, no podemos permitir que estemos nosotros más preocupados que ellos mismos por sus suspensos,

trabajos sin entregar, habitación desordenada, falta de cuidado de las relaciones de amistad, dejadez en la higiene, indecisión en las decisiones académicas...! En la medida en que los padres se responsabilizan y ocupan de estos aspectos, el adolescente se relaja... y lo peor de todo, legitimamos esta actitud. Tendremos que escucharle decir que «no le ayudamos» después de todo... Parece como si el hijo se dejara llevar por las mareas, sin rumbo propio, pero en aparente estado de comodidad. De hecho, justo enfrente, para cambiar todo esto, sabe que hay cosas aún peores: las opiniones de los demás, los castigos, la inseguridad, la indecisión, el miedo a equivocarse...

Afrontar la realidad, los desafíos y las dificultades hace que se aprendan nuevas habilidades, pues claramente la situación ya no es sostenible. Si quiere conseguir cosas diferentes, tiene que hacer cosas distintas. Sólo así podrá ver que, aunque de forma gradual, el mero movimiento y la persistencia le van llevando a estar cada vez más cerca de superar los retos de la vida, de sus estudios, de sus relaciones con los demás, de sí mismo.

PARA PROFUNDIZAR RECOMENDAMOS

Libros recomendados

Marina, J. A., *El talento de los adolescentes*, Barcelona, Ariel, 2014. En este libro, José Antonio Marina ofrece una visión realista de los adolescentes, abogando por un cambio en la forma de entender a los jóvenes, para focalizarnos más en sus potencialidades y de ese modo superar sus debilidades. Recomienda que no nos focalicemos en el miedo, la dificultad o la desesperación que esta etapa puede suscitar, sino más en lo que es lo verdaderamente importante: no lo que la adolescencia es para los padres, sino lo que la adolescencia supone para el propio adolescente, es decir: el paso a la toma de control interna, a la autodisciplina, la automotivación y la propia toma de decisiones.

Rojas-Marcos, L., *La familia*, Barcelona, Grijalbo, 2014. Se ofrecen gran cantidad de propuestas prácticas que incitan a la reflexión sobre la familia, que es el primer grupo humano donde la mayoría de las personas comienzan sus experiencias, aprendizajes y emociones. El objetivo de reforzar y reajustar las relaciones familiares para velar por la estabilidad emocional y vital de todos sus miembros.

Mendieta, C., y Vela, O., *Ni tú ni yo: Cómo llegar a acuerdos*, Barcelona, Graó, 2005. Como los propios autores de este libro afirman, en él no se presentan recetas mágicas, pero tampoco profundas teorías sobre métodos de negociación. Se trata de un pequeño pero práctico libro que resulta muy ameno pues desde los ejemplos y la práctica facilita la observación y reflexión para fomentar la capacidad para llegar a acuerdos.

53

Recursos en la red

Proyecto Orión: <<http://web.upcomillas.es/myvip/alumnos/>>. En esta web de la Universidad Comillas ICAI-ICADE se ofrece a los alumnos desde 3º de la ESO a 2º de Bachillerato un conjunto de cuestionarios para reflexionar sobre sus Intereses, Valores Vocacionales y Proyecto Académico-Profesional junto con la Información Vocacional y el asesoramiento personal que puedan necesitar para poder acceder a los estudios de su preferencia.

Permite a los mismos alumnos acceder a sus resultados en informes muy visuales, así como más información sobre sus áreas de interés preferente. El objetivo es que tenga un lugar para acceder a información personalizada (información sobre estudios y profesiones, así como autoinformes) pero también fomentar la reflexión vocacional.

Tu estrella polar: <<http://testorientacion.uchceu.es/es/questionnaire>>. Este test de orientación académica y profesional de la Universidad San Pablo CEU ofrece un cuestionario de sesenta preguntas basadas en intereses y preferencias agrupados en seis áreas: realista, investigador, empresarial, artístico, social y convencional. En torno a estas áreas se organizan los diferentes perfiles y áreas profesionales y ramas de conocimiento. Los resultados del test se muestran de una

forma muy gráfica, como una estrella, en la cual los picos de mayor tamaño corresponderán con las áreas de interés preferente.

GR de EducaWeb: <<http://www.educaweb.com/orientacion/intereses-profesionales/>>. Este cuestionario en línea permite profundizar en el autoconocimiento, comprender mejor su forma de ser, sus objetivos y metas, orientando sobre qué tipo de estudios o profesiones pueden proporcionar una mejor satisfacción.

Además, en la página de EducaWeb se puede encontrar gran cantidad de información sobre estudios y profesiones.

Cuestionario DECIDE: <<http://www.todofp.es/>>. Este cuestionario permite explorar las competencias, objetivos e intereses. En esta página además es posible consultar gran cantidad de información sobre los diferentes estudios de Formación Profesional, Enseñanzas Artísticas y Deportivas.

Píldoras vocacionales: <http://www.educastur.princast.es/fp/hola/pil_col/perfiles/index.php>. En esta web se pueden consultar las fichas de los diferentes perfiles y profesiones, ordenadas alfabéticamente o por familias profesionales. Se ofrece información relativa a los estudios necesarios para ejercer cada profesión, la descripción de la misma y de las principales funciones a desempeñar, así como datos relevantes del mercado laboral.

Carteles motivacionales: <<http://www.saysomethingposters.com/gallery/>>. En esta página se pueden encontrar multitud de carteles con mensajes para motivar al cambio de actitudes, al refuerzo de las cualidades personales, a la superación personal, a la elección de una meta... con una estética muy cercana a los adolescentes de estas edades (y, por qué no, para los mayores también).



AURORA MUÑOZ MOHEDANO (Madrid, 1986)

Psicóloga y orientadora en las etapas de Educación Secundaria y Bachillerato, coordinadora del Departamento de Orientación. Licenciada en Psicología, Licenciada en Psicopedagogía, Especialista en Terapia Cognitivo-Conductual Infantil y Juvenil, Especialista en Neuropsicología. Formadora de profesores, familias y adolescentes.

¿Cómo está organizada la Formación Profesional en el sistema educativo español? ¿Sabemos qué es la FP Dual? ¿Qué relación existe entre FP y mercado laboral? ¿Qué especialidad de Formación Profesional debemos escoger?

ORIOL HOMS I FERRET

3. Qué deberían saber los padres y los jóvenes sobre la Formación Profesional

56

En la actualidad, la Formación Profesional, en España, está en auge. La vieja Formación Profesional dirigida a formar a los hijos de los trabajadores que no podían permitirse una Educación Primaria o Secundaria, ya ha sido prácticamente superada. Hoy la Formación Profesional es la parte del sistema educativo destinada a especializar y profesionalizar a los jóvenes que quieren acceder al mercado laboral con un título profesional que les permita un rápido acceso a los empleos cualificados intermedios que ofrece nuestro sistema productivo. La FP ofrece más de 150 títulos tanto en la industria como en los servicios o en el sector primario.



En este capítulo trataremos los siguientes aspectos:

- *¿Cómo se organiza en España la Formación Profesional (FP)?*
- *Diferentes tipos de trabajo y sus requerimientos*
- *En qué consiste la FP Dual*
- *¿Cómo elegir la especialidad de FP?*
- *¿Qué es la FP Básica?*

La Formación Profesional, una buena entrada al mercado de trabajo

¿Cómo está organizada en España la Formación Profesional en el sistema educativo? El sistema prevé dos niveles de especialización:

- Los ciclos formativos de grado medio (CFGM), a los que se puede acceder una vez obtenido el Graduado de la ESO y que conceden el título de Técnico en la profesión correspondiente.
- Los ciclos formativos de grado superior (CFGS) a los que se accede después de haber obtenido el título de Bachiller y que culmina con el título de Técnico Superior.

Ambos ciclos tienen una duración de dos años y ofrecen un período de prácticas en empresas como parte de su formación. Mención aparte, de la que hablaremos más adelante, es la llamada Formación Profesional Básica (FPB) instaurada recientemente por la nueva ley de educación de 2013 (LOMCE) y que está en curso de implantación. También nos referiremos a la Formación Profesional Dual, un plan de formación innovador que ya se aplica en algunos países europeos en la que parte de la formación se realiza en empresa.

Así pues, los jóvenes titulados de Formación Profesional disponen de una sólida educación general, dependiendo del nivel al que hayan llegado (ESO o Bachillerato), más una formación especializada en una profesión determinada. Todos los

organismos internacionales y principalmente los de la Unión Europea aconsejan que los jóvenes se incorporen al mercado de trabajo con una titulación profesional, porque es la mejor forma de inserción laboral. Además, las economías europeas van a necesitar muchos profesionales competentes de nivel medio y nivel superior.

Las previsiones de la Unión Europea para 2025 prevén que para que Europa pueda mantener su competitividad en la economía mundial, necesitará que el 50% de los puestos de trabajo sean ocupados por personas con una cualificación intermedia; el 35%, por una cualificación superior, y sólo un 15%, por cualificaciones simples. Actualmente en España ya hemos superado los niveles de cualificación superior pero estamos muy lejos de conseguir los objetivos en las cualificaciones intermedias. **Por lo que al mercado de trabajo se refiere, en los próximos años se requerirá una gran demanda de cualificaciones intermedias**, tal y como se está observando en la práctica. Hemos de ser conscientes de que los niveles universitarios están llegando a su saturación. En cambio, aún hay mucho recorrido para los niveles intermedios, que son en los que se especializa la Formación Profesional específica.

Los nuevos tiempos necesitan profesionales competentes que sepan realizar su trabajo de forma correcta y que puedan resolver con eficacia los problemas que se plantean en su actividad profesional. Esto significa un cambio importante de men-

talidad respecto a la generación anterior. En los últimos cincuenta años, en España se ha producido una gran transformación económica y social, y lo que consiguió una generación de españoles, con gran esfuerzo pero con niveles educativos muy bajos, hoy resulta imposible de conseguir sin una formación sólida y una especialización profesional. En la actualidad, y de forma más intensa en los próximos años, aquella generación se irá jubilando y será sustituida por una nueva promoción de jóvenes, a la que se les exige, de entrada, unos niveles educativos como mínimo de tipo medio. Los títulos intermedios

garantizan que los trabajadores puedan afrontar la mayor complejidad de los procesos productivos y que puedan responder adecuadamente a la aceleración de las innovaciones técnicas y organizativas que estamos viviendo.

Los jóvenes y sus familias empiezan a darse cuenta de la importancia de la especialización profesional. Ello se traduce en un fuerte crecimiento de las matrículas de los ciclos formativos en España, que se ha visto incrementado desde 2007, antes de la crisis, en más de un 50%, el porcentaje más elevado del conjunto del sistema educativo.

59

¿Cómo aconsejar qué decisiones tomar al final de la ESO y del Bachillerato?

Al final de la escolarización obligatoria de la ESO, los jóvenes que hayan obtenido el Graduado deberán tomar la decisión de si continúan estudiando el Bachillerato o si se dirigen hacia los Ciclos Formativos de Grado Medio. Se trata de una decisión que no es fácil para ellos ni para sus familias. Hemos de ser conscientes de que el graduado de la ESO es el título que más discrimina las potencialidades y capacidades futuras de los jóvenes en su vida profesional. Por eso es tan crucial que todos los jóvenes obtengan esa titulación.

Una vez obtenido el graduado, se abre para los jóvenes un gran abanico de posibilidades que deberán aprender a gestionar. Sin duda que todas ellas deberían perseguir la meta de seguir formándose. Es muy importante que los padres ayu-

den a que sus hijos sean conscientes de que ya a esa edad, al final de la ESO, han de comenzar a conducir sus vidas, a tomar decisiones y a prever su futuro profesional. **Ellos serán los que construirán su futuro sorteando las dificultades, aprovechando las oportunidades y haciendo valer sus capacidades.** Es cierto que no todo va a depender de ellos y que el contexto y las oportunidades marcarán mucho sus posibilidades, pero las metas que se propongan y la determinación con la que luchen por conseguirlas será decisivo, en gran medida, en lo que llegarán a ser en el futuro. Y las familias pueden contribuir para que esto se convierta en realidad.

A grandes rasgos se puede afirmar que existen tres grandes categorías de puestos de trabajo en el ámbito laboral:

- Aquellos que requieren una elevada especialización, con niveles altos de complejidad. Por lo general, estos puestos de trabajo requieren la toma de decisiones expertas y la conducción de equipos (ingenieros, médicos, economistas, profesores, directivos).
- Los que requieren el dominio de un campo profesional para resolver con autonomía el quehacer y las incidencias de su actividad. En muchos casos deberán interaccionar con sistemas técnicos de niveles elevados de automatización, y se incorporarán a equipos con los que habrá que interactuar (informáticos, administrativos, mecatrónicos, técnico de laboratorio, técnico en prótesis dentales...).
- Los trabajos simples, de baja complejidad que son fácilmente ejecutables a partir de un nivel básico de conocimientos, normalmente en el sector de servicios.

Los Ciclos Formativos de Grado Medio van dirigidos a formar a los técnicos del segundo grupo. La mayor parte de los puestos de trabajo pertenecen a este nivel.

Una vez que hayamos entendido los diferentes puestos de trabajo y sus requerimientos, **tomar la decisión dependerá de dos elementos fundamentales:** los intereses, por un lado, y la ambición personal del joven y su experiencia en los estudios hasta aquel momento, por el otro. Tengamos en cuenta que, para ello, no hace falta esperar al último momento a la hora de reservar la matrícula

para el próximo curso. En general, los Institutos de Enseñanza Secundaria (IES) ofrecen actividades, en los últimos años de la ESO, para ayudar a concretar los intereses de los jóvenes, pero en todo caso es muy importante que la familia motive al adolescente con el fin de profundizar en el autoconocimiento de sus intereses. Un buen ejercicio, por ejemplo, es el de preguntarle cómo se imagina a sí mismo profesionalmente cuando tenga 30 años. De esa forma irá concretando qué cosas le gustan y qué cosas no. Se trata de la primera fase del despertar de las vocaciones. Después la vida les llevará por caminos que no siempre se pueden prever, pero su interés y motivación le guiará en los momentos clave.

Todos los padres sabemos que, a menudo, un mayor nivel de educación lleva a una mejor calidad de las condiciones de trabajo y empleo, pero no siempre «lo bueno es lo mejor». En la práctica, para muchos jóvenes es preferible una buena Formación Profesional media o superior que una incierta vía universitaria...

En todo caso, nunca dramaticemos la decisión que escojamos como algo irreversible, puesto que hoy los sistemas educativos prevén pasarelas para poder rectificar o reorientar los itinerarios educativos y profesionales, aunque en este sentido queda mucho trabajo por hacer. Desde la perspectiva de una «formación permanente a lo largo de la vida», de un Ciclo de Grado Medio se puede seguir estudiando un Ciclo de Grado Superior y desde allí acceder a la Universidad, pero la Formación Profesional no debe plantearse

A los
Ciclos Formativos de
Grado Medio

- Con el título de Graduado en ESO, una vez superada la prueba de evaluación final por la opción de enseñanzas aplicadas para la iniciación de la FP.
- Con un título Profesional Básico.
- Se mantiene la prueba de acceso para aquellas personas que carezcan de la titulación requerida.
- Curso de accesos para aquellas personas mayores de 17 años que carezcan de una titulación habilitante.

Al Bachillerato

- Los alumnos y alumnas que finalicen sus estudios de Formación Profesional de Grado Medio podrán obtener el título de Bachiller por la superación de la evaluación final de Bachillerato en relación con las materias del bloque de asignaturas troncales que, como mínimo se deban cursar en la modalidad y opción que se escoja.
- Para aquellos alumnos que hayan accedido a la FP de Grado Superior mediante pruebas, o provenientes de la FP de Grado Medio, será posible obtener el título de Bachiller, al término de sus estudios, mediante la superación de la evaluación final de Bachillerato en relación con las materias del bloque de asignaturas troncales que, como mínimo se deban cursar en la modalidad y opción que se escoja.

A los
Ciclos Formativos de
Grado Superior

- Se exige estar en posesión, al menos, del título de Bachiller, de un título Técnico o de un certificado acreditativo de haber superado todas las materias de Bachillerato.
- También se puede acceder mediante la superación de una prueba de acceso, si se tienen 19 años cumplidos en el año de realización de la prueba. Esta prueba podrá tener exenciones totales o parciales, en función de la formación y experiencia profesional acreditada del aspirante.

A la Universidad

A los
estudios universitarios
de grado

- El título de Técnico Superior permitirá el acceso, previa superación de un procedimiento de admisión a los estudios universitarios de grado.

Qué deberían saber los
padres y los jóvenes sobre
la Formación Profesional

Formación Profesional Dual

Recientemente se ha incorporado en la Formación Profesional la modalidad de alternancia o Formación Dual, que está presente en algunos países del centro y norte de Europa. En algunas autonomías ha empezado a implantarse una vía mediante la que el alumno sigue una parte de su formación en el centro educativo y la otra parte la realiza en la empresa, ejerciendo una actividad productiva que en algunos casos puede ser remunerada. Esta vía resulta la más adecuada para desarrollar tanto las competencias profesionales específicas de cada titulación como para facilitar la inserción laboral. Por eso cada vez tendrá más relevancia dentro de la Formación Profesional.

62

como la puerta trasera para que entren en la Universidad los que no consiguen una buena nota de corte en la Selectividad.

Por otra parte, sabemos que los estudios no lo son todo. Desde siempre la valía personal ha sido clave para labrar el futuro profesional de las personas, pero el hecho de tener estudios o no marcaba considerablemente las posibilidades reales. En la actualidad, cuando la gran mayoría de los jóvenes superan niveles de Educación Secundaria y Superior, los títulos siguen siendo importantes pero ya no tan decisivos como antes, puesto que la distinción se produce por las llamadas **competencias personales y profesionales** del individuo. **Además del título, las competencias constituyen los criterios que se valoran más en el mercado de trabajo:** la capacidad de comunicación y de trabajo en equipo, la responsabilidad y la implicación en el trabajo bien realizado, la capacidad práctica de resolver problemas, la creatividad y la actitud de innovación.

Estas capacidades pueden desarrollarse de múltiples maneras. En los institutos cada vez se presta más atención al desarrollo de las competencias, pero no olvidemos que también pueden desarrollarse fuera del sistema educativo. La implicación del joven en actividades diversas, deportivas, culturales, sociales, políticas, favorecen en gran medida ese tipo de competencias. En este punto las familias también pueden hacer mucho.

En el caso de que el joven haya optado por seguir el Bachillerato, se volverá a encontrar al final con otra decisión importante: la de seguir estudios universitarios o dirigirse hacia los Ciclos Formativos de Grado Superior de Formación Profesional.

Los **Ciclos de Grado Superior** están dirigidos a formar a los profesionales que ocuparán los niveles de mandos intermedios en las empresas y los puestos técnicos de apoyo en áreas muy especializadas. Estos puestos suelen estar a caballo entre el primer grupo de cualificaciones y el segundo. Por lo general, estos profesionales, si siguen formándose a lo largo de su vida

profesional, disponen de un largo recorrido en el sector productivo. Los criterios señalados para la decisión al final de la ESO serán igualmente útiles para esta

nueva ocasión, y también en este caso, una buena Formación Profesional superior en muchos casos será preferible a la opción universitaria.

¿Qué especialidad de Formación Profesional escoger?

Tanto en los ciclos medios como en los superiores, después de haber tomado la decisión de elegir la Formación Profesional, debemos decidir qué especialidad escoger. Lo importante entonces es evitar la improvisación. Se trata de un proceso de maduración, en el que se van descartando posibilidades hasta seleccionar con plena conciencia el ciclo formativo que se quiere seguir. De modo que debemos evitar dejarlo para el último momento porque «eso hacen mis amigos», o porque es la especialidad que se ofrece en el centro donde ya están estudiando, o por estereotipos generales de modas, etc.

Cada persona dedica una parte muy importante de su vida a la actividad profesional y eso marcará en gran medida vuestra vida. Por eso resulta fundamental optar por una actividad que aporte satisfacción al individuo y responda a una motivación o vocación personal. Hoy las vocaciones no son como antes, puesto que el nivel de incertidumbre y la vertiginosa velocidad de cambio obligan a una constante evolución y adaptación de los intereses de los individuos. En todo caso los intereses personales y vocacionales son algunas de las mejores guías para que las personas construyan un itinerario profesional satisfactorio. **Las familias pueden ayudar a identificar esos intereses y motivaciones vocacionales.**

En general, las familias y los jóvenes suelen decidirse por una especialización u otra teniendo en cuenta dos criterios: la percepción de cuáles son las profesiones con una mayor demanda laboral de futuro y las oportunidades que existen en la oferta de centros y títulos en el entorno inmediato del domicilio familiar. La velocidad de cambio y transformación de los sistemas productivos no nos permite prever con seguridad cuáles serán esas profesiones, porque durante la vida laboral de los jóvenes surgirán distintas modificaciones en los escenarios sociolaborales, todavía no predecibles, que pueden provocar un cambio abrupto en el futuro de profesiones enteras. Los patronistas, los delineantes, las telefonistas..., son ejemplos recientes de ello.

Por eso es más importante considerar los elementos vocacionales, es decir, pensar en aquello por lo que uno se siente atraído y le interesa, ya que a poco que se busque se encontrará algún lugar en el que existan oportunidades para desarrollar esa profesión, ya sea como empleado en una empresa o emprendiendo la propia actividad.

Sin duda que conocer cuáles son las actividades del entorno, la ciudad, la provincia o la comunidad autónoma puede ser importante para orientar a los jóvenes, pero si no encuentra lo que le interesa

hemos de ampliar los horizontes a zonas más alejadas. Recordemos que hoy en día las comunicaciones han acortado las distancias de forma considerable. Ese aspecto territorial suele ser más determinante para las ciudades medias y pequeñas que para las grandes urbes, pues en ellas se ofrece un gran abanico de oportunidades.

También hay que tener en cuenta que, en los próximos años, habrá oportunidades laborales en todos los sectores económicos, incluso para aquellos que ahora, por razón de la crisis, están estancados o en declive. El grado de envejecimiento de la población es tal que la gran mayoría de los puestos de trabajo se creará para sustituir a las personas que se jubilarán, y como

hay muchos menos jóvenes, habrá oportunidades de encontrar un trabajo cualificado en todas las profesiones.

Eso significa que, cuando estemos por tomar la decisión, debemos considerar la profesión como un camino que se irá concretando a medida que se transite por el mismo. Esto significa que pueden presentarse muchos vericuetos que reorientarán las decisiones sobre la marcha. De hecho los intereses y motivaciones de las personas suelen ser amplios, y las capacidades personales pueden adaptarse a muchas situaciones sociolaborales que aparentemente parecen diferentes pero que en el fondo movilizan competencias parecidas.

La Formación Profesional Básica

La llamada **Formación Profesional Básica** ha sido instaurada por la ley de educación LOMCE para ofrecer una opción formativa alternativa a la ESO a los jóvenes que presentan un mayor riesgo académico para obtener el Graduado de Secundaria y afrontar el abandono escolar temprano. El consejo principal es que las familias hagan todos los esfuerzos posibles para presionar a sus hijos para que obtengan el Graduado. Sin lugar a dudas que es la mejor inversión que podéis hacer para su futuro. Debe quedarnos bien claro que la mejor Formación Profesional Básica que puede ofrecérsele a un adolescente pensando en su futuro socioprofesional es que obtenga el título de Graduado en Secundaria. Por ello debemos motivarlos, apoyarlos con actividades de refuerzo, etc.

Sin embargo, si no se consigue o se prevé que no se logrará, la Formación Profesional Básica es una opción alternativa para que continúen estudiando con un doble objetivo:

- Recuperar las competencias generales básicas que no han obtenido en la ESO.
- Seguir una formación de tipo profesional que les oriente sobre posibles salidas al mercado de trabajo.

Una charla con los tutores del centro de formación puede ayudar a tomar esa decisión, pero si la familia entrevé una posibilidad de conseguir el Graduado, es mejor que opte por reforzar esa vía.

Un último consejo para los padres

Todos los países desarrollados, menos Suiza, padecen, unos más que otros, elevados índices de paro juvenil en comparación con la tasa de paro general. Ello se debe a un problema estructural relacionado con la forma en que la sociedad organiza la transición de la escuela al trabajo de las nuevas generaciones. En nuestro país la gran mayoría de jóvenes no se incorpora al empleo hasta pasados los 20 años y las tasas de paro son muy elevadas. Mientras no se consiga resolver este profundo problema, es muy importante apoyar a los

jóvenes a labrar su futuro mientras no encuentren un empleo. Está comprobado que los jóvenes activos, con autoestima alta, con intereses, que saben lo que quieren y saben «montárselo» son los que encuentran más fácilmente trabajo y los mejores empleos. El apoyo de las familias en este difícil período de transición es clave, y es tan negativa la despreocupación como la sobreprotección. Recuérdelo: en ningún caso debes transmitirles que no tienen futuro. **Ellos son el futuro y lo construirán a pesar de todo.**

65

PARA PROFUNDIZAR RECOMENDAMOS

Recursos en la red

Página web del MECD sobre la **nueva Formación Profesional** en el marco de la LOMCE: <<http://www.mecd.gob.es/educacion-mecd/mc/lomce/fp.html>>.

Página web del MECD específica sobre **Orientación y Formación Profesional**: <<http://www.todofp.es/>>.



ORIOI HOMS I FERRET (Barcelona, 1949)

Sociólogo, investigador en Formación Profesional, mercado de trabajo y políticas sociales. Experto internacional, colabora con CEDEFOP, ETF, EUROFOUND, Comisión Europea, BID y UNESCO en el diseño de políticas de Formación Profesional en diferentes países. Ha publicado numerosos estudios sobre mercado de trabajo y Formación Profesional.

Durante estos años de Bachillerato, ¿qué hacemos los padres para que nuestros hijos descubran todo su potencial y desarrollen su proyecto vital y personal en los tiempos que les tocará vivir?

BELÉN DE LA BANDA SORIANO

NACHO GONZALO MISOL

66

4. Mucho más que sacar buenas notas: Bachillerato en equipo

Los años pasan volando. Los adolescentes van adquiriendo autonomía propia y, para buena parte de las chicas y los chicos españoles, el fin de la Educación Secundaria da paso al Bachillerato. Es, probablemente, su primera elección importante en la vida y, aunque las familias les animemos a dar este paso, también debemos ser conscientes de que esta etapa ya no es obligatoria.

¿Cómo podemos colaborar como padres y principales educadores en la Orientación Profesional de nuestros hijos durante esta etapa?



67

Todos sabemos que seguir estudiando una vez finalizada la Educación Secundaria Obligatoria es una opción personal, una manera de ir moldeando la vocación de cada persona. En definitiva, no se trata solamente de una nueva etapa de estudios, sino de dos años en la vida de nuestros hijos que están muy ligados a la Orientación Profesional que vayan a seguir en el futuro. **Lo que distingue al Bachillerato es que en estas edades las**

preguntas existenciales sobre el futuro profesional, sobre los estudios posteriores y sobre «qué voy a ser en la vida» lo impregnan todo, para bien y para mal.

Además, la presión por los resultados, que condicionará sus posibilidades inmediatas a la hora de aproximarse a ese futuro que buscan, pesará de forma ineludible y creciente a lo largo de estos dos años. ¿Qué podemos hacer los padres para ayudarles en esta etapa?

El momento de la elección

El solo hecho de haber llegado al Bachillerato implica que un alumno ya ha tenido la necesidad y la oportunidad de elegir. Las optativas de 4º de ESO suelen condicionar la modalidad de Bachillerato que más tarde se decidirá cursar. A pesar de esto, hemos de tener en cuenta que la elección no siempre resulta la más adecuada. Nuestra experiencia dice que los

centros educativos, ante la dificultad para organizar y proponer una gran variedad de opciones, se limitan a una oferta que se concreta en dos o tres asignaturas diferentes en cuarto curso. No es difícil escoger, pero en ocasiones el alumno se decanta por evitar las asignaturas que «no se le dan bien». Esto supone una primera selección del alumnado y, debido a las

Mucho más que sacar
buenas notas: Bachillerato
en equipo

68

optativas elegidas, los grupos de 4º de ESO son con frecuencia muy diferentes entre sí, incluso en los centros que priman la heterogeneidad de los grupos durante el resto de la Secundaria. Las elecciones de Bachillerato suponen otro proceso de autoselección, en el que pesa, por una parte, el miedo a las asignaturas «exigentes» que harán bajar la media y, por otra, la influencia de cada modalidad en los distintos estudios universitarios o de Ciclo Superior de Formación Profesional. Con frecuencia, el centro, además de facilitar información a los alumnos de 4º de ESO, convoca a los padres para explicar el abanico de posibilidades formativas y laborales que se les abre y, a la vez, señala las opciones que podrían cerrarse en función de la elección que se lleve a cabo.

En los últimos años crece el número de alumnos que se sienten atraídos por el denominado **Bachillerato Internacional**, que se puede cursar en unos pocos centros educativos, aunque cada vez son más los de titularidad pública que lo ofrecen, pero optar por él puede significar cambiar de centro para continuar los estudios. Tiene un horario más amplio y una perspectiva más

centrada en el trabajo integral del alumno, en el estudio con orientación científica, en la consulta y evaluación de fuentes, en el trabajo en equipo, en la dedicación de una parte de las tareas al compromiso social, la creatividad y la acción en distintos ámbitos no formales (deporte, música, organizaciones). En general, se espera una gran responsabilidad del alumno en sus estudios, lo que supone un cambio interesante después de los cursos de Educación Secundaria. Por último, y no menos importante, el grupo social se diversifica, no solamente porque cambia de clase o de centro sino, sobre todo, porque reúne a personas con intereses diferentes que comparten la exigencia con respecto a sí mismos y al grupo.

Aunque los marcos legales no son iguales en todos los ámbitos territoriales, y cambian con cierta frecuencia en diferentes Comunidades Autónomas, e independientemente del abanico de opciones reales que se plantean para cada estudiante, nos gustaría considerar algunos aspectos comunes que pesarán en el ámbito familiar y sobre los que habrá que tomar conciencia, trabajar, decidir y desarrollar desde las familias, y especialmente por parte de los padres.

La familia ayuda a desarrollar otras capacidades

La **etapa de los 16 a los 18 años** está marcada por el avance hacia la mayoría de edad y, por lo tanto, por la plenitud de capacidades y responsabilidades en todos los ámbitos de la vida. Pero muchas de estas capacidades se ejercitan o practican con mayor frecuencia en el ámbito familiar o extraescolar. Todas ellas se desarro-

llan a lo largo de la vida, y el reto consiste en consolidarlas antes de alcanzar el nivel de plena autonomía que supone la mayoría de edad, aunque todos sabemos que en nuestra sociedad «autonomía» y «mayoría de edad» no siempre coinciden. Podemos agrupar estas capacidades en cuatro tipos diferentes:

BACHILLERATO (LOMCE, 2014)

Su finalidad es la de proporcionar a los alumnos formación, madurez intelectual y humana, conocimientos y habilidades que les permitan desarrollar funciones sociales e incorporarse a la vida activa con responsabilidad y competencia. Asimismo, capacitará a los alumnos para acceder a la Educación Superior.

Se organiza en 2 cursos y en 3 modalidades diferentes, con distintas vías según las materias específicas de modalidad y optativas elegidas por el alumno que configuran su itinerario educativo personal.

Belén de la Banda Soriano

Nacho Gonzalo Misol

Organización

- MODALIDAD DE CIENCIAS
- MODALIDAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES
- MODALIDAD DE ARTES

Evaluación y promoción

- Continúa y diferenciada según las distintas materias.
- Se promociona de 1º a 2º cuando se hayan superado las materias o, como máximo, tengan evaluación negativa en dos materias. En todo caso, deberán matricularse en segundo curso de las materias pendientes de primero. Los centros docentes deberán organizar las consiguientes actividades de recuperación y la evaluación de las materias pendientes.
- Sin superar el plazo máximo de 4 años para cursar el Bachillerato, los alumnos podrán repetir cada uno de los cursos de Bachillerato una sola vez como máximo, si bien excepcionalmente podrán repetir uno de los cursos una segunda vez, previo informe favorable del equipo docente.
- Se organizan pruebas extraordinarias de las materias que no hayan superado.
- La superación de las materias de segundo curso que impliquen continuidad estará condicionada a la superación de las correspondientes materias de primer curso.

69

Evaluación final de Bachillerato (Reválida)

Los alumnos y alumnas realizarán una evaluación individualizada al finalizar Bachillerato, en la que se comprobará el logro de los objetivos de esta etapa y el grado de adquisición de las competencias correspondientes en relación con las siguientes materias:

- Todas las materias troncales de 2º.
- Dos materias de opción, del bloque de asignaturas troncales, en cualquiera de los cursos.
- Una materia del bloque de específicas cursada en cualquiera de los cursos, que no sea Educación Física ni Religión.

Sólo podrán presentarse a esta evaluación aquellos alumnos que hayan obtenido evaluación positiva en todas las materias.

La superación de esta evaluación requerirá una calificación igual o superior a 5 sobre 10.

Los alumnos que no hayan superado esta evaluación, o que deseen elevar su calificación final de Bachillerato, podrán repetir la evaluación en convocatorias sucesivas, previa solicitud y se considerará la calificación más alta de las obtenidas.

Se celebrarán al menos dos convocatorias anuales, una ordinaria y otra extraordinaria.

Si no se supera la evaluación final el alumno recibirá un certificado que le permitirá acceder a los Ciclos Formativos de Grado Superior.

Título de Bachiller

Superación de la evaluación final de Bachillerato y una calificación final de Bachillerato igual o superior a 5.

La calificación final de esta etapa:

- 60%, la media de las calificaciones de las materias de Bachillerato.
- 40%, la nota obtenida en la evaluación final de Bachillerato.

El título de Bachiller permite acceder a las Enseñanzas Superiores Universitarias y de Ciclos Formativos de Grado Superior, y en él deberá constar la modalidad cursada, así como la calificación final.

Mucho más que sacar
buenas notas: Bachillerato
en equipo

70

- En primer lugar, tenemos los **aspectos que configuran la autonomía personal**, como desplazarse, usar medios de transporte público, ser responsable de su ropa y de su aseo, de su alimentación –lo que incluye habilidades en la cocina y conocimientos para tomar decisiones correctas–, elegir actividades de ocio como música o cine, etc. Esta autonomía incluye el acceso y el buen uso de determinados elementos como la televisión, el ordenador o diferentes dispositivos entre los que el rey actual es, sin duda, el teléfono inteligente, con su secuela de correo, *WhatsApp*, y demás aplicaciones y funciones. Todos estos dispositivos no conocen horarios y desbordan todas las previsiones. Más allá de los roces que se puedan producir entre padres e hijos, configuran un conjunto de acciones cotidianas que pueden marcar considerablemente el desarrollo de esa autonomía, ya que afectan a la capacidad de programarse, a organizarse personalmente y a respetar a los demás. Todas ellas tienen en común la forma en que aprendemos a asumir responsabilidades que, poco a poco, son propias del mundo adulto. Una buena idea sería, por ejemplo, que cada integrante de la casa fuera responsable de preparar una especialidad de alimentación (cosas sencillas como pasta, carne a la plancha, ensalada, sopa o frutas cortadas). Cuando son varios hermanos cada cual se ocuparía de un plato, que podría elegirse en función de los gustos personales y así contribuir a la dieta familiar.

Es importante ayudarles a adquirir autonomía animándoles a afrontar las decisiones en lugar de detallar las normas de arriba abajo. Por ejemplo, cuando nos preguntan: «¿A qué hora vuelvo?», en lugar de señalarles una hora concreta, podemos responder: «¿A qué hora necesitas volver, cuál es el plan que tenéis?». Podemos aplicar este criterio a otras preguntas, como la habitual de «¿cuánto dinero llevo?», que se responde con otra: «¿Cuánto crees que vas a necesitar, qué vas a hacer?», etc. En definitiva, se trata de promover la propia reflexión y la decisión antes que los límites y las normas fijadas de manera unilateral por los adultos, para pasar progresivamente del «hago –o no– lo que me dicen», propio de edades menores, a «decido lo que quiero hacer, y soy responsable de ello», en función de los criterios que se comparten y acuerdan en la familia.

- En segundo lugar, en la familia podemos tomar a nuestro cargo el fomento de actividades de servicio, de ayuda a los demás, que suelen denominarse **«aprendizaje en servicio»**. Si tu meta es convertirte en una persona útil para la comunidad, en estas edades puedes enseñar a niños más pequeños o ayudarles con los deberes y, en tu propio grupo de iguales, prestar apuntes, prestar libros de lectura o compartir lo que sabes o tienes. Para fomentar esta capacidad conviene participar en todas las actividades que ofrece el centro escolar, que según nuestra experiencia en colegios e institutos públicos, son muy adecuadas para los intereses y edades de cada uno. También podemos animar a los hijos a aprovechar las ofertas (concursos, visitas, organización de actividades...) que se van organizando a lo largo del año en nuestro entorno o comunidad más amplia.

- Estas ideas nos llevan a un tercer aspecto al que los padres damos mucha importancia, pero que por lo general no nos vemos capaces de modelar: **la necesidad de hacerse con un grupo de amigos sólido**, un entorno de personas, de su misma edad, en las que confiar y con las que compartir sus iniciativas. La adolescencia es un momento muy delicado, porque la finalización de los estudios de Bachillerato puede suponer una ruptura con buena parte de las relaciones cotidianas que existían hasta ese momento. Pero por contrapartida, se abren valiosas oportunidades de encontrar afinidades por intereses. Podemos animarles a buscar entornos adecuados de educación no formal, como los grupos *scouts*, las actividades en una Casa de la Juventud municipal, grupos de teatro o de lectura, o equipos deportivos. Se trata de dar con entornos donde colaboren con iguales con un compromiso de tiempo, horarios comunes y posibilidades de aprender, divertirse y colaborar.
- En cuarto y último lugar, queremos señalar la **apertura a otras situaciones, posibilidades y culturas**, que comienza desde edades más tempranas. Podríamos resumirla, sencillamente, en «tener la casa abierta», es decir, facilitar las reuniones del grupo de amigos, acoger en casa cuando hay iniciativas para trabajos en común, etc., y que continúa a partir de los 15 o 16 años cuando ya se han desarrollado muchas habilidades de autonomía personal y de grupo. Podemos convertirlo en una ocasión privilegiada para favorecer las experiencias internacionales que cada vez son más frecuentes en los institutos y colegios. Nos referimos, en concreto, a las actividades de intercambio, que se realizan, a menudo, durante una semana del curso escolar. Económicamente hablando, apenas supone el coste del desplazamiento en grupo y en autobús, y el de tener una persona más en casa durante una semana. Pero, atención: no se trata solamente de viajar, sino también, y sobre todo, de acoger: la familia está siempre dispuesta a recibir en casa por unos días a un alumno o a un profesor con el que el centro escolar organiza un programa de intercambio, o a estudiantes de nuestro idioma que desean practicarlo en nuestro país. Este tipo de relaciones enriquecen y abren puertas hacia el futuro. Se trata de invitar, de ejercer una sencilla política familiar de puertas abiertas, que no requiere una gran inversión.

Nos preocupa el incierto mundo laboral que se avecina

¿Qué le pedimos al colegio o al instituto en esta etapa de formación para la vida adulta? ¿Cómo podemos hacer una buena Orientación Profesional? Todo es poco, o demasiado, en estos años tan densos

para las familias, así que vamos a señalar **tres grandes ejes** en los que tienen cabida muchas acciones posibles: calidad de la formación, orientación y desarrollo de la autoestima.

Mucho más que sacar
buenas notas: Bachillerato
en equipo

Calidad de la formación

Lo primero a lo que debemos prestar atención es a conseguir un aprendizaje de calidad en el Bachillerato. No podemos renunciar a ello. Para eso debemos fomentar el estudio en profundidad de las materias, centrarse en la ciencia básica o trabajar mucho sobre la comprensión de textos en lugar de preocuparnos, sobre todo los profesores, en «impartir» larguísima temarios, tan amplios como superficiales. Muchos profesores se apoyan en la memoria mecánica –en la clásica «memorieta» apenas buena para el examen (y en el Bachillerato harán muchos exámenes, pues también aprenden a examinarse)–, cuando el aprendizaje de técnicas científicas contribuye mejor a desarrollar esas habilidades básicas con las que podrán aprender el resto de las cosas.

Gran parte de la calidad del aprendizaje se consigue mediante la práctica continua del trabajo en equipo, el aprendizaje de los idiomas y, en general, la organización interna del centro. Los colegios participativos, activos, que organizan sistemas de representación y resolución de conflictos (delegados y alumnos mediadores), o comisiones para diferentes actividades (biblioteca, semanas de filosofía o de ciencias, talleres de tecnología, grupos de ajedrez y otros deportes, teatro o coro) que llevan a cabo proyectos de intercambio y cuentan para ello con las familias son, en su conjunto, los que ofrecen mejores condiciones para desarrollar una formación de calidad.

Orientación

En segundo lugar, debemos orientar la vocación del alumno sin perder de vista las demandas del mercado. La empleabilidad tiene su punto de partida en una buena exploración profesional a través de las tutorías y la orientación personal y vocacional. En definitiva, debemos centrarnos en esta sola idea, pero con mucha fuerza. Todo el colegio debería orientar desde el momento en que el alumno entra en contacto con el centro. Esta tarea no sólo atañe a los profesores, también a los tutores y, por supuesto, a las familias, es decir, a todo el conjunto de la comunidad educativa. No debemos olvidar que de poco sirve una orientación aplicada solamente en 2º de Bachillerato, de modo que debemos atender a ella a lo largo de toda la formación. Se puede empezar por conocer la actividad comercial o industrial de la zona en la que se ubica el centro o vive la familia, algo muy sencillo, pero que casi nunca se hace. Por ejemplo, se podría organizar una visita a los polígonos industriales más cercanos. En nuestra experiencia, conocimos un instituto en una zona rural que estaba rodeado de varias empresas industriales de transformación, que, con buen criterio, animaba a los alumnos que tenían ganas de estudiar del siguiente modo: «Estudiad química para que los ingenieros sean de aquí...».

Existen muchas y diversas formas de completar las tareas orientadoras específicas del instituto. Una, muy sencilla, consiste en acompañar un día de trabajo al padre de algún compañero. Otra, en hablar con

alumnos de primeros años de carrera, que les cuentan en su mismo lenguaje lo que se hace en el día a día de una Universidad, de un Ciclo Profesional o de Formación Profesional Dual, que cuenta con la ventaja de que el alumno realiza parte de su formación en una empresa. También nos parece útil organizar alguna reunión con personas recién licenciadas o que hayan terminado la FP, pues les hablan de lo que se encuentran en esa primera inserción profesional. Esta orientación personal, que está ligada al medio familiar, profesional o local en el que vivimos, que aprovecha los recursos cercanos disponibles, es el mejor complemento que vuestros hijos recibirán en su instituto o colegio.

Desarrollo de la autoestima

En tercer lugar, queremos detenernos en un aspecto quizá más importante que los dos primeros. Es esencial romper con los mitos del tipo «porque eres buen estudiante tienes que ir a ciencias» o señalar que determinadas carreras «no sirven para nada porque no encontrarás trabajo», etc. Aunque resulta sumamente útil conocer las demandas del mercado a la hora de elegir cómo seguirás formándote, si hay algo para lo que eres bueno y te interesa, que exista un mito sobre ello no debería desorientarte. Como hemos dicho,

el tercer eje para crecer hacia la vida adulta es el desarrollo de la autoestima. No siempre es sencillo, porque en esta época los chicos pueden tener muchos intereses pero ninguno de ellos suficientemente sobresaliente sobre los demás. Y tampoco ayuda el hecho de que el Bachillerato a veces machaca a base de notas bajas «para que espabilen en la próxima ocasión», o con exámenes «para que cojan ritmo»... Al contrario: demasiados suspensos o notas poco brillantes incluso para estudiantes muy entregados van en contra del desarrollo de la autoestima como estudiante. Todo ello sumado a que los padres tampoco estamos convencidos de nuestra capacidad para cambiar este estado de cosas: consolamos, decimos que la vida es así; a veces peleamos por la nota, otras, les exigimos o les aconsejamos que se conformen... Por tanto, lo primero es convencernos de que como padres y madres podemos hacerlo: somos capaces de ayudar a nuestros hijos a encontrar sus puntos fuertes, sus talentos y valores. Y podemos apoyarles para que se mantengan apegados a lo mejor de ellos mismos cuando surgen dificultades. Si nos convencemos de nuestra propia eficacia como padres que acompañan a sus hijos, seremos capaces de contribuir a desarrollar de forma sana su autoestima, y reforzar sus capacidades.

Mucho más que sacar
buenas notas: Bachillerato
en equipo

6 claves para acompañar el desarrollo personal y vital de nuestros hijos durante la etapa del Bachillerato

- 1** Atender a la educación integral de todas sus capacidades.
- 2** Favorecer su maduración humana y vocacional.
- 3** Fomentar hábitos en la vida familiar que les faciliten su inserción en el mundo laboral.
- 4** Enseñarles a anticipar las consecuencias de sus actos.
- 5** Estar cerca en sus momentos de toma de decisiones.
- 6** Expresarles nuestra confianza para que den sus propios pasos y que éstos les permitan construir con autonomía un proyecto personal de vida feliz.

74

Buscamos un desarrollo personal, vital

Resumimos: las asignaturas, los exámenes y sacar buenas notas; el desarrollo de la autonomía y de otras capacidades importantes para insertarse en la vida adulta; la preocupación por el futuro laboral...

La etapa del Bachillerato está sin duda llena de emociones para padres e hijos y no es fácil procesarlas todas. Y, sin embargo, quizá lo más importante en esta época de la vida de cualquier persona gira en torno a la idea del desarrollo vital, del crecimiento personal. ¿Qué hacemos las madres y los padres para que nuestros hijos descubran todo su potencial y desarrollen su proyecto vital y personal en los tiempos que les tocará vivir? Acompañarlos en su crecimiento es una de las cosas

más importantes que podemos hacer en la vida. A continuación, detallamos seis apartados que nos servirán para trazar un mapa básico:

1 Nos gusta **atender a la educación integral de nuestros hijos:** cine, teatro, lectura, naturaleza, el valor del silencio, la tranquilidad, la solidaridad o el deporte. Existen infinitas posibilidades, y dependen de la cultura y de la estructura familiar. Se podría decir de otra forma más flexible: todo lo que no dé el centro escolar lo tenemos que aportar en casa.

Tenemos que funcionar como el contrapeso a la idea de que lo único que sirven son los resultados. Hemos de valorar los esfuerzos de nuestros hijos para compensar esa tendencia de los centros hacia una especie de doble moral del «resultadismo»: siempre se dice que la evaluación es continua y que se valora el esfuerzo, pero en la práctica el Bachillerato atiende a los resultados y prescinde de muchas otras cosas. Por eso es importante que las familias no caigan en la misma trampa. Existen otras dimensiones, como la música –instrumental o vocal–, el arte –dibujo, cómic– o el deporte de equipo que pueden colaborar de forma muy eficaz para conseguir que las personas disfruten de un desarrollo integral o equilibrado.

2 Hemos de **atender a su maduración humana y vocacional**. Lo señalamos más arriba: podemos proporcionar experiencias de éxito o mejorar la percepción de su autoeficacia asignando la responsabilidad de cuidar de hermanos más pequeños, o buscando compromisos concretos de los que deba rendir cuentas. Estas tareas de ayuda, ligadas a la vida real, no son obstáculo para permitirles soñar: hemos de apoyarles en sus proyectos sin coartar sus iniciativas. Nos decía una inteligente pediatra refiriéndose a los niños (¡de tan sólo un año!): sed muy tacaños con el «no», no lo digáis excepto para tres o cuatro cosas esenciales, aquellas de pura supervivencia. Trasladada la idea a los 18 años, hay que permitir y alentar que se proyecten sin hacerles nunca sentir que no se puede.

3 Nos hemos acostumbrado a **fomentar en la vida familiar hábitos que les faciliten su empleabilidad futura**. Nos referimos a ese elemental manejo económico que supone saber lo que cuestan las cosas que usamos o las ventajas de las que disponen. En definitiva, resulta fundamental que sean conscientes del coste de la vida y de la disponibilidad económica de la familia. Esta conciencia va unida en ocasiones a hacer pequeños trabajos, a dar autonomía para su propia pequeña gestión, que va creciendo al llegar a esta edad. A este respecto, es recomendable propiciar hábitos que faciliten su movilidad, que les permitan el desplazamiento en bicicleta o en transporte público, que desarrollen su capacidad para definir rutas y controlar tiempos. Costumbres como éstas consiguen que el joven se comprometa y cumpla, fomentan la puntualidad, favorecen el dar cuentas en función de lo acordado, es decir, ayudan a ser siempre responsables de lo que tienen entre manos.

4 Hemos intentado **enseñarles a anticipar las consecuencias de sus actos**. Se trata de dejarles elegir y que analicen las consecuencias de su elección. Lo hemos dicho más arriba: no les des todo hecho, devuélveles una pregunta que les haga pensar en lo que quieren, en lo que necesitan, ya sea tiempo, actividad o dinero. Con la práctica continuada, aprenderán a pensar cuáles pueden ser las consecuencias por sí mismos. El Bachi-

Mucho más que sacar
buenas notas: Bachillerato
en equipo

llerato, los exámenes, la Selectividad a la que muchos se presentan, son factores de desgaste emocional: ayudemos también para que aprendan a controlar el estrés, la angustia o la tensión.

5

Aunque no siempre nos sentimos preparados para ello, hemos de **estar cerca para lograr una toma de decisiones lo más acertada posible** en cuestiones académico-profesionales, que sea realista y esté acorde con sus talentos. Durante el Bachillerato debemos lidiar con las modalidades, con las optativas, con múltiples elecciones que afectan a las posibilidades posteriores, y hay que combinar intereses con eficacia.

En este sentido, es importante romper una lanza a favor de la Formación Profesional y de la Formación Profesional Dual (que ya hemos mencionado más arriba) y en particular de los Ciclos Formativos de Grado Superior. Tal y como su nombre indica, y aunque nuestra sociedad no lo reconoce con facilidad, se trata de formación superior, tan excelente como la universitaria. Estos grados profesionales pueden ser muy interesantes, ofrecen una enseñanza superior valiosa, más cercana al entorno profesional. Además, proponen una opción más realista, que puede coincidir con las expectativas personales. Permitidnos otro ejemplo: hace unos diez años, un chico con poco éxito en los estudios finalizó el Bachillerato con muchas dificultades y, aunque su familia le apoyaba para seguir estudiando, tenía al alcance un empleo de

camarero. Para el joven aquello implicaba dinero en mano (insistimos, era hace diez años), la posibilidad de comprar un coche nuevo y hacer lo que hacen otros amigos de su barrio que ya habían dejado el instituto. Tocó sentarse con él y analizar qué otras cosas le interesaban, qué le gustaba. Entonces surgieron las máquinas, la electrónica y, por fortuna, un buen centro donde cursar ese ciclo. Han pasado los años, el joven ha crecido y trabaja en su especialidad. Y también se ha comprado el coche, pues los sueños, sueños son, pero nos corresponde hacerlos realidad.

6

Toda esta ayuda que los padres ofrecéis a vuestros hijos está encaminada a **que den sus propios pasos, esos que les permitan construir con autonomía un proyecto personal de vida feliz**. Ideas como la de desarrollar talento o no aspirar simplemente a venderse como fuerza de trabajo pueden sonar a agua pasada, a palabras quizá desgastadas por el uso, sobre todo en esta época difícil que les toca vivir. Pero ¿cómo renunciar a ser feliz como persona, como alguien que contribuye y desarrolla su talento, no sólo para el trabajo, sino para el conjunto de la vida? En otras palabras, ¿cómo llegar a un equilibrio entre lo que soy capaz de hacer y lo que es útil a la sociedad? Se trata de un planteamiento necesario y enriquecedor a estas edades, de los 16 a los 18 años, cuando cada uno tiene una posición entre hermanos mayores o menores, o se relaciona con amigos de distintas edades, que atraviesan fases

diferentes en las que unos aprenden de las experiencias de los otros.

El Bachillerato termina y la vida les ofrecerá distintos caminos con sus incertidumbres y encrucijadas en las que nuestros jóvenes tendrán que estar preparados para elegir. Aunque es cierto que, en nuestros días, muchos de ellos se encontrarán todavía con bastantes puertas cerradas. Ojalá seamos capaces de acom-

pañarlos para que sepan que la principal motivación para aprender algo se encuentra en uno mismo. **Recordemos que el interés personal es el principal motor de la elección profesional.** Resulta fundamental que se den cuenta de que difícilmente van a poder convertirse en un profesional de excelencia en algo que no satisfaga sus intereses, aunque aquella profesión tenga, hoy en día, muchas salidas.

PARA PROFUNDIZAR RECOMENDAMOS

Libros recomendados

Algunos textos literarios sobre la importancia de las relaciones familiares para los adolescentes:

Giralt Torrente, Marcos, *Tiempo de vida*, Barcelona, Anagrama, 2010. Una historia sólida y emocionante construida sobre el desarrollo personal del autor en relación con la figura paterna y materna. Muy merecido premio Nacional de Narrativa.

Lindo, Elvira, *El otro barrio*, Barcelona, Seix Barral, 1998. Un libro aparentemente ligero, breve y fácil de leer, que a través del humor, y muy especialmente del humor negro, nos lleva al mundo de las relaciones adolescentes entre iguales y con personas adultas, sobre todo en entornos poco favorecidos. Inspiró la película de Salvador García Ruiz del mismo título, que también merece la pena.

Martínez de Pisón, Ignacio, *Carreteras secundarias*, Barcelona, Anagrama, 2000. Historia de crecimiento de un adolescente que se desarrolla en una familia nómada y disfuncional: cuando el entorno no ayuda, ¿qué puede hacer el joven por sí mismo?

Muñoz Avia, Rodrigo, *La jaula de los gorilas*, Madrid, Alfaguara, 2011. Un relato fácil de leer y con mucho humor sobre la visión de la ética de un adolescente, vivida en primera persona, en tiempos de burbuja y corrupción.

Mucho más que sacar
buenas notas: Bachillerato
en equipo

Recursos en la red

Asociación Profesional de Orientadores/as de Castilla la Mancha (APOCLAM): <<http://www.sistemaeducativo.apoclam.org/contents/bachillerato.html>>. Esta web de información vocacional nos permite consultar cómo está estructurado el Bachillerato en España, sus modalidades, itinerarios, materias específicas de modalidad, optativas, requisitos de promoción y toda la normativa reguladora de esta etapa que nos puede interesar conocer como padres para orientar académicamente a nuestros hijos.

¿Qué es el Bachillerato Internacional?: <<http://www.ibo.org/es/>>. El diploma de Bachillerato Internacional es un proyecto de la Organización del Bachillerato Internacional (IBO - International Baccalaureate Organization), una fundación educativa sin ánimo de lucro cuyo objetivo fundamental es «formar jóvenes solidarios, informados y ávidos de conocimiento, capaces de contribuir a crear un mundo mejor y más pacífico, en el marco del entendimiento mutuo y el respeto intercultural». Toda la información puede encontrarse en la web oficial del Bachillerato Internacional.



BELÉN DE LA BANDA SORIANO (Madrid, 1967)

Licenciada en Ciencias de la Información y especialista en comunicación institucional y digital, ha sido periodista de investigación, guionista en radio y televisión, y cooperante en el ámbito educativo y cultural. Actualmente trabaja en la organización internacional Oxfam Intermón.



NACHO GONZALO MISOL (San Sebastián, 1955)

Doctor en Psicología, Profesor Propio (Titular) de la Universidad Pontificia Comillas de Madrid. Especialista en Psicología de la Educación y del Desarrollo, fue profesor de Matemáticas y ahora realiza su actividad docente en los grados de Magisterio de Primaria y de Educación Infantil, así como en el Máster de Formación de Profesorado de Secundaria y Bachillerato.

¿Qué le aporta a un joven la Educación Superior? ¿Elegirá bien su profesión? ¿Encontrará trabajo al finalizar sus estudios? ¿Sabrá superar los tropiezos y fracasos que se le presenten en esta importante etapa de su vida?

ANA GARCÍA-MINA FREIRE

5. La Educación Superior: Tiempo para el saber y el ser

«Donde está tu tesoro allí estará tu corazón»

Aunque todos sepamos que es mejor ocuparse que preocuparse, con los hijos resulta difícil no acabar haciendo ambas cosas. Vuestro deseo de que encuentren su camino, de que acierten en sus decisiones, de que alcancen la felicidad os lleva a pensar en su futuro, a anticipar posibles riesgos y obstáculos intentando controlar lo que tantas veces no está a vuestro alcance. Sin embargo, el hecho de estar leyendo esta guía dice que sois unos padres que no sólo os «preocupáis» por vuestros hijos sino que también os «ocupáis» de ellos.



Los 7 retos en la Educación Superior de un joven

- 1 *Descubrir su camino, su lugar en la vida*
- 2 *Ser un profesional competente*
- 3 *Desarrollar un pensamiento crítico, racional, reflexivo y creativo*
- 4 *Elaborar una identidad propia, un conocimiento lúcido de sí mismo*
- 5 *Convertirse en un ciudadano socialmente comprometido*
- 6 *Ser un buen compañero y amigo*
- 7 *Elaborar una escala de valores desde la que actuar*

Antes de comenzar mi exposición, me gustaría comentar un aspecto sobre la estructura de la Educación Superior que, a veces, a los padres os pasa desapercibido cuando os planteáis la opción de estudios que seguirán vuestros hijos una vez finalizada su Educación Secundaria Obligatoria: ¿Bachillerato o Ciclo Formativo de Grado Medio? En nuestro país la Educación Superior, según establece el marco europeo de las cualificaciones, está estructurada en los siguientes niveles:

- Nivel 3: Ciclos Formativos de Grado Superior
- Nivel 4: Grados Universitarios
- Nivel 5: Máster
- Nivel 6: Doctorado

Los distintos ciclos formativos correspondientes a los perfiles profesionales de nivel 3 de la Educación Superior se estudian en los Centros de Formación Profesional. Sobre ellos ya os hemos hablado en el capítulo anterior. Por otro lado, los profesionales que se cualifiquen en los niveles 4, 5 y 6 van a cursar sus estudios en las universidades. Allí se formarán maestros, abogados, arquitectos, ingenieros, etc. De manera que la Educación Superior abarca, por ejemplo, tanto el Ciclo Formativo de Grado Superior en Educación Infantil (dos años de duración; trabajan en el ciclo 0-3 años) como, y siguiendo el ejemplo, el Grado de Educación Infantil (cuatro años de duración; trabajan en la etapa 0-6 años). De hecho, los alumnos del Ciclo de Educación Infantil (nivel 3) pueden

acceder, mediante convalidaciones, a los estudios de Grado (nivel 4) en función de la tabla de equivalencias que tenga aprobado el plan de estudios de cada Universidad. Es por ello que encontramos, poco a poco, en España, algunas universidades que tienen integrados los denominados Campus de FP junto con su oferta de estudios de Grado y Posgrado. De este modo, son muchos los estudiantes que acceden a los Ciclos Formativos de Grado Superior y una vez finalizados compatibilizan trabajo y estudio, continuando así su formación y accediendo a titulaciones de nivel 4, principalmente en universidades no presenciales (UNED, UOC, UNIR, etc.). Asimismo, sucede también en muchas ocasiones que algunos estudiantes, una vez iniciados sus estudios en la Universidad, los abandonan en los primeros cursos pues no responden a sus expectativas o capacidades. Entonces deciden incorporarse a un Ciclo de Grado Superior, como los que se imparten en la FP o la FP Dual, que tienen la ventaja de que ofrecen unos estudios de menor duración, con mayor grado de aplicación práctica y una inserción rápida en el mercado laboral.

En este capítulo nos centraremos en algunas claves y retos a los que la Educación Superior Universitaria tiene que responder. También en cómo podéis colaborar los padres en la Orientación Profesional de vuestros hijos durante esta etapa. Pero recordad que todo lo que señalamos a partir de ahora también puede resultar sumamente válido para los jóvenes que realizan estudios superiores de nivel 3 en los centros de Formación Profesional.

Un adiós lleno de futuro

El inicio de la Universidad simboliza el tránsito de la adolescencia a la vida adulta. En estos años, los jóvenes no sólo se preparan para ser unos profesionales competentes, sino que, en esta etapa, tienen el gran desafío de tomar la vida en sus manos y desarrollar un ejercicio responsable de su libertad. Pero en esta labor, ni ellos ni vosotros ESTÁIS SOLOS. Todos los que conforman el ámbito escolar en el que ahora se forman vuestros hijos, junto con los que en unos años formaremos parte de su vida universitaria, somos **corresponsables** de este proceso. Todos, es decir, vuestros hijos, vosotros, la familia, el centro escolar y la

Universidad compartimos un gran reto: el de convertirnos en una **comunidad de aprendizaje**. Pero ¿cómo hacerlo? ¿Cómo podemos, tantas personas que no nos conocemos y que participaremos en la vida de vuestro hijo en diferentes momentos vitales, unirnos en este empeño? La respuesta es sencilla: teniendo un **horizonte, un propósito y unos valores en común**. Conocer lo que la vida depara a vuestros hijos en cada etapa; saber los retos a los que han de enfrentarse, y buscar la manera de capacitarles desde un sentido ético de la vida es una forma de estar menos preocupados y, en cambio, ocuparnos de su aprendizaje de vivir.

83

¿A qué retos se va a enfrentar tu hijo en sus años de Universidad?

Veamos lo que la etapa universitaria nos ofrece como oportunidad, así como los principales retos que tendrá que abordar un joven durante su tránsito en ella.

1) Descubrir su camino, su lugar en la vida

Lo cierto es que la etapa universitaria no comienza el primer día del curso académico. Más bien va haciéndose presente en la vida de vuestros hijos de forma gradual, conforme han de afrontar dos de sus primeras decisiones vitales. La primera: ¿Qué carrera estudiar?, y la segunda: ¿Dónde cursarla? Para muchos, son tiempos de incertidumbre, de búsqueda, de dificultad. «¿Qué itinerario elijo en Bachillerato? ¿Y si no es lo mío y me equivoco? ¿Y si llega el final de curso y sigo sin saber qué quiero? ¿Elijo una carrera con salidas profesionales o soy fiel a mi vocación sabiendo que quizá no sea la profesión más valorada?» Sin duda que son tiempos en los que necesitarán un gran apoyo, escucha e información. Por eso, debemos propiciar espacios que les ayuden a conectar con sus capacidades, sus motivaciones, con aquello que para ellos es importante y les ayuda a dar sentido a lo que viven.

2) Ser un profesional competente

Llevar sobre sí la responsabilidad de su vida y de sus decisiones va a conducirlos también a convertirse en protagonistas de su formación. Aunque en la Universidad vuestros hijos disfruten de una atención personalizada por parte del profesorado, ellos tendrán que asumir este compromiso inherente a su deseo de convertirse en adultos. Han de participar de forma activa y autónoma; han de desarrollar una voluntad para adquirir aquellas competencias y habilidades que les capacitarán para devenir en un profesional en el que poder confiar: sólido en sus conocimientos, eficaz, riguroso, con un profundo análisis de la realidad, abierto a cuestionarse sus puntos de vista para alcanzar una mejor perspectiva y ser, allá donde trabaje, una persona comprometida con el bien común.

3) Desarrollar un pensamiento crítico, racional, reflexivo y creativo

Pero para ser un profesional cualificado es fundamental que vuestro hijo quiera desarrollar su capacidad de aprender, su deseo de comprender la complejidad de la vida, de buscar la verdad de las cosas y no quedarse con las apariencias o con una realidad maquillada por ideologías estériles. En esta etapa ha de pensar por sí mismo. Ha de aproximarse con lucidez ante lo que le acontece y, sobre todo, ser tenaz en el ejercicio del saber. Debe intentar aportar nuevas formas de dar respuesta a las encrucijadas que irá encontrándose en su vida profesional.

4) Elaborar una identidad propia, un conocimiento lúcido de sí mismo

Aunque conocernos a nosotros mismos sea una asignatura obligatoria que nos acompañe durante toda la vida, la Universidad va a ser una fuente permanente de autodescubrimiento. A lo largo de estos años, vuestros hijos tendrán que tomar decisiones, perfilar su desempeño profesional y hacerse cargo de su autocuidado, lo que les obligará a ser conscientes de quiénes son y de lo que quieren ser. Para eso, lo primero que deben asumir es su personalidad y carácter. De modo que tendrán que revisar la imagen que tienen de sí mismos, dejarse interpelar por los otros y la vida, y con humildad, ser capaces de acoger toda su potencialidad y tener en cuenta, también, sus limitaciones.

5) Convertirse en un ciudadano socialmente comprometido

Por mucho que nos pese que el individualismo sea premiado en esta sociedad fragmentada y consumista, la realidad es que tu hijo se juega

mucho dependiendo de cómo se sitúe ante los otros y ante las circunstancias que le tocará afrontar. Difícilmente será un buen profesional si descuida las relaciones interpersonales, es decir, si no es capaz de dejar de estar ensimismado en sus cosas y se olvida de los demás. Cada vez son más los empleadores que valoran y buscan jóvenes con este perfil. Jóvenes capaces de ser sensibles ante lo que les pasa a los otros; que trabajan en equipo y saben colaborar en favor de una meta común. Jóvenes a quienes les importa la gente y se sienten comprometidos con hacer de este mundo uno mejor del que se encontraron. En definitiva, que buscan a través de su conocimiento y desempeño profesional cambiar las cosas para que nuestra sociedad sea más justa y humana.

6) Ser un buen compañero y amigo

Todos sabemos lo importantes que son los amigos en la vida. Con ellos somos capaces de reconocernos en lo que somos, revelar nuestra pequeñez y compartir nuestras grandezas. Ellos alivian nuestro caminar cuando la vida se nos hace cuesta arriba, y están a nuestro lado para celebrar nuestra felicidad. Otorgar a una persona el título de amigo, dice mucho de ella. Nos habla de una persona que confía y es confiable, una persona que es leal, respetuosa, amable, generosa, congruente. La amistad es un indicador de nuestra forma de relacionarnos e implicarnos con los demás. Saber mantener aquellas relaciones de la infancia que son valiosas a la vez que se da la bienvenida a otras, será un nuevo reto que vuestros hijos tendrán que afrontar. Relaciones que cada vez exigirán más de él una mayor entrega, compromiso e intimidad.

7) Elaborar una escala de valores desde la que actuar

Todos, seamos conscientes o no, tenemos un sistema de valores que constituye la base de nuestro proceder. Éste incide en nuestra percepción de la realidad, en nuestra manera de priorizar la vida y sentir el mundo, y en nuestra forma de comportarnos. Al igual que nuestra identidad, los valores no son algo que adquiramos al llegar a la Universidad, sino que los vamos interiorizando desde nuestra infancia. A menudo son estos valores los que van a tener un papel fundamental en la elección vocacional de vuestros hijos y en su decisión de cómo dan sentido a su vida. Dependiendo de la coherencia que exista entre los valores familiares, escolares y aquellos que formen parte de la comunidad universitaria en la que vuestros hijos se integren, habrá un mayor o menor contraste y cuestionamiento personal y una mayor o menor urgencia de encontrar los propios criterios éticos y morales.

¿Qué ha de ser la Universidad para vuestros hijos?

Para mí, la Universidad ha de ser la casa del saber y el ser. Ha de favorecer el desarrollo integral de todas las personas que la conforman, además de ayudarles a que todo ese conocimiento y formación que van adquiriendo se vaya orientando hacia el bien común. Por eso **la Universidad debe ser un espacio de crecimiento, de encuentro y de futuro para vuestros hijos.**

1) Un espacio de vida desde el que desarrollar toda su persona

Como indicaba anteriormente, ayudar a vuestros hijos en el aprendizaje de vivir no sólo es una labor de la familia y de los educadores que constituyen su vida escolar, sino también de la Universidad. La Universidad tiene una gran responsabilidad ante vosotros y ante la sociedad. Como comunidad de aprendizaje también desempeña una importante función en el desarrollo integral que vuestros hijos hayan elegido como experiencia de vida. Si la Universidad sólo favoreciera el crecimiento de la dimensión cognitiva e intelectual estaríamos fracasando. No hay competencia profesional que no esté asentada en un desarrollo armónico de todas las dimensiones del ser: la inteligencia, la afectividad, la espiritualidad, nuestra dimensión relacional y un sentido ético de la vida. De ahí la importancia de que a través de la formación curricular y extracurricular, vuestros hijos tengan la oportunidad no sólo de aprender los conocimientos de su futura profesión, sino también de participar en actividades deportivas, culturales, solidarias, etc., en las que desarrollar aquellos valores que sólo la experiencia les ayudará a integrar.

2) Un espacio de encuentro, cuestionamiento, confrontación y diálogo de saberes

Si bien resulta necesaria una especialización en nuestra formación, es fundamental que la Universidad, como casa del saber, pueda conjugar de forma interdisciplinar el análisis de aquellos aspectos de la realidad que nuestra vocación nos invita a conocer y a responder.

Si deseamos que, como profesionales, vuestros hijos sean capaces de mirar la realidad desde diferentes perspectivas, a la vez que sepan aunar conocimientos diversos e innovar a partir de lo ya conocido, hemos de ofrecerles, en nuestra docencia, en la forma en que investigamos y comunicamos el saber, un diálogo interdisciplinar que busque, a la vez, honra y universalidad.

3) Un espacio en el que interiorizar un liderazgo de servicio

Vuestros hijos, en unos años, van a ser los líderes del mañana. En ellos confiaremos el progreso de la sociedad y la construcción de la ciudadanía. No sólo tendrán que responsabilizarse de la realidad y cargar con ella. También tendrán que encargarse y preguntarse qué pueden hacer ante tanta humanidad doliente.

Si antes señalaba como uno de los retos fundamentales para vuestros hijos el que sean capaces de salir de sí mismos y se sientan comprometidos con el bien común, la Universidad debería ser ese espacio en el que, por «contagio», vuestros hijos fueran aprendiendo estos valores de sus profesores así como del personal de administración y servicios con los que

compartirán sus actividades cotidianas durante esos años.

No hay ciencia, rama del saber, enseñanza ni investigación que no lleve consigo unos valores. Toda observación siempre está cargada de teoría y de unos valores desde los que nos acercamos a la realidad. Es difícil dar aquello que no se tiene. De ahí la gran responsabilidad que, como educadores, tenemos ante vuestros hijos. La

honestidad intelectual, el respeto, el hecho de ser una persona íntegra, responsable, veraz, perseverante, disponible y accesible, etc., se transmite en el día a día, en los pequeños detalles, en esa palabra de la que te puedes fiar y en ese estilo de relación en el que destaca la escucha, el respeto y el aprecio mutuo. La Universidad no puede estar encerrada en sí misma, hemos de estar al servicio de la sociedad.

Las 5 claves para preparar a tus hijos para esta etapa de su vida

1. Ayúdales a que se conozcan en la verdad y con ella.
2. Ayúdales a que sean buenos amigos de sí mismos y se comprometan con su propio crecimiento.
3. Ayúdales a que se interesen por las cosas. Despierta su curiosidad por aprender.
4. Ayúdales a que, poco a poco, salgan de su egocentrismo y les importe la gente.
5. Ayúdales a que se responsabilicen de las consecuencias de sus propios actos.

87

Aunque el inicio de la Educación Superior coincida con la mayoría de edad, vuestros hijos os necesitan, aunque de otro modo al que os necesitaban hasta ahora. La conquista de su emancipación personal tardará aún unos años en llegar. Ayudadles, desde vuestra cercanía y aceptación, a que puedan identificar sus capacidades, sus recursos, sus límites y sus fracasos. Ayudadles a que sepan hacia dónde se enfoca su corazón. Y aunque no coincidan con vosotros, o con vuestras expectativas, permitid que conecten con aquello que más les moviliza, les conmueve y les ayuda a tolerar la frustración cuando las cosas no salen como ellos esperaban, o cuando los resultados tardan en llegar y tienen que

aprender a perseverar en el esfuerzo hasta que se empiecen a ver los primeros frutos a medio o a largo plazo.

Ser adultos implica un ejercicio responsable de la libertad y asumir las consecuencias que los propios actos pueden provocar en nuestro entorno y en la sociedad. Como otros aprendizajes del vivir, exige paciencia, pues se trata de un proceso gradual. También necesitamos saber perdonarnos y perdonar cuando nuestros actos no cumplen nuestras expectativas o generan dolor y desencuentro con otras personas. En estos años de su juventud, ayudar como padres a vuestros hijos a que se independicen emocionalmente supone una gran generosidad por vuestra parte. Además, reque-

rirá de vosotros estar a la distancia justa para dejarles espacio para volar, sabiendo que cuando el temor les paralice, o sientan el peso de la vida, siempre encontrarán la incondicionalidad de vuestro amor y de

vuestra presencia. Si adoptáis esta actitud vital, por muy lejos que les lleven sus futuros empleos o sus propios proyectos de familia, siempre sentiréis el orgullo y el consuelo del regalo recibido: ser padres.

PARA PROFUNDIZAR RECOMENDAMOS

Libros recomendados

Grün, A., *El arte de ser feliz*, Santander, Sal Terrae, 2008. En estos momentos de crisis, de desasosiego y de situaciones que nos hacen cuestionar la bondad del ser humano, la lectura de este libro puede ayudaros. Es cierto que no promete, como expresa el propio autor, las mieles de la felicidad, y que puede frustrar a aquellos que busquen en él un manual con rigor experimental. Sin embargo, propone diversos caminos para llegar a encontrarnos con nosotros mismos, y para afrontar la vida con hondura, sentido, disfrute y pasión.

Palmer, P., y Alberdi, M., *Autoestima: Un manual para adolescentes*, Valencia, Promolibro, 2010. Os recomiendo este libro para regalárselo a vuestros hijos. En él encontraréis algunas claves para que ellos mismos sean protagonistas de su propio proceso de autoconocimiento y sepan cómo desarrollar una buena autoestima.

Recursos en la red

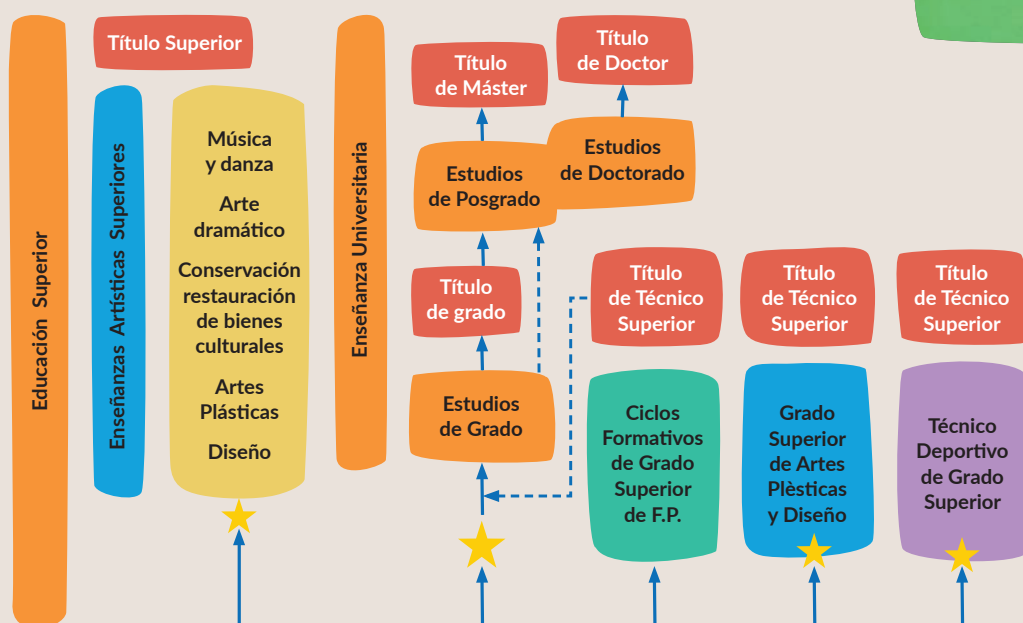
Toda decisión requiere informarse. Es fundamental que antes de que tu hijo decida «qué y dónde estudiar», se informe de los planes de estudio de cada carrera y Universidad. Aunque las titulaciones sean nombradas del mismo modo, cada Universidad ofrece una impronta diferente en función de sus valores y proyecto educativo.

Qué estudiar y dónde (Universidad): <<http://universidad.es/estudiar-en-espana/el-sistema-universitario-espanol>>. Esta aplicación permite consultar los estudios oficiales que pueden cursarse en las universidades españolas. Facilita información que puede ser de interés para los estudiantes de nuevo ingreso en el sistema universitario.



ANA GARCÍA-MINA FREIRE (Pamplona, 1965)

Doctora en Psicología y Psicoterapeuta. Profesora propia agregada de la Universidad Pontificia Comillas donde imparte su docencia en el área de intervención clínica. Actualmente, junto con su labor docente e investigadora en torno a las novatadas en la vida universitaria, desempeña el cargo de Vicerrectora de Servicios a la Comunidad Universitaria y Estudiantes de la Universidad Pontificia Comillas.



Los estudios universitarios en el marco europeo de Educación Superior están estructurados en España en tres ciclos: Grado, Máster y Doctorado. Tanto el título de Grado como el de Máster están vinculados a las siguientes ramas de conocimiento:

- Artes y Humanidades
- Ciencias
- Ciencias de la Salud
- Ciencias Sociales y Jurídicas
- Ingeniería y Arquitectura

1º Ciclo: Grado

El título de Grado tiene una duración de 240 créditos ECTS, repartidos en cuatro años académicos (incluido el Trabajo Fin de Grado).

2º Ciclo: Máster

Los másters tienen una duración de entre 60 y 120 créditos ECTS, repartidos en uno o dos años académicos.

Los estudios oficiales de Máster tienen como finalidad la especialización del estudiante en su formación académica, profesional o investigadora, y culminan con la obtención del título de Máster que es válido en todos los países firmantes del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES).

3º Ciclo: Doctorado

Los estudios de Doctorado en España tienen como finalidad la formación avanzada del estudiante en las técnicas de investigación. Están divididos en dos ciclos: uno de estudios de, al menos, 60 créditos que puede ser parte del ciclo de Máster, y otro de investigación que culmina con la defensa pública de un trabajo de investigación original (la tesis doctoral), por parte del estudiante. En cuanto a la duración del programa de doctorado se establece un plazo máximo de tres años de estos estudios a tiempo completo, dando la opción de cursarlos también a tiempo parcial durante cinco años.

Cuando tu hijo te cuenta lo que «le gustaría ser de mayor», ¿ves esas habilidades o capacidades en él? ¿Qué buscan las empresas cuando contratan? ¿Crees que el mercado laboral contaría con él? ¿Cómo, desde la familia y desde la escuela, podemos ayudarles a desarrollar su potencial de empleabilidad?

SONIA JADRAQUE CABANILLAS

90

6. La Orientación Profesional de vuestros hijos: Una mirada desde la empresa

La tarea de ayudar en la correcta orientación vocacional de vuestros hijos os asegurará grandes profesionales y personas felices.

Para ello tenéis que ser realistas y realizar una correcta lectura de la situación socioeconómica en la que os movéis. También debéis ser críticos con el modelo educativo tradicional, es decir, con aquel que no tiene en cuenta otras habilidades tan necesarias para el desempeño adulto, o que se centra en el aprendizaje de conceptos y no en el desarrollo de destrezas.



Las 10 preguntas potentes a responder con honestidad

91

Preguntas orientadas a objetivos:

- 1** ¿Qué quieres conseguir?
- 2** ¿Qué necesitas para alcanzarlo?

Preguntas de información:

- 3** ¿Qué es lo que más te importa de esto?
- 4** ¿Qué te frena?

Preguntas de estrategia:

- 5** ¿Qué plan necesitas/diseñas para conseguirlo?
- 6** ¿De qué recursos dispones?
- 7** ¿Qué vas a hacer?
- 8** ¿Cuándo?

Preguntas de resultados:

- 9** ¿Qué te está funcionando bien? ¿Qué se te resiste?
- 10** Lo que haces, ¿te aleja o acerca a tu objetivo? ¿Qué nuevas opciones puedes crear?

«El primer paso del saber es saberse.»

BALTASAR GRACIÁN

Mamá, yo quiero ser artista», decía la canción. Deteneos un momento a pensar: si tu hijo os lo plantease, ¿le intentaríais persuadir para que eligiera otra profesión más estándar o le animaríais y apoyaríais porque es su vocación? ¿Conocéis la ilusión, las habilidades que tienen lo que le motiva o en lo que es verdaderamente brillante?

Si tuviesen que contratar a vuestros hijos para cualquiera de las empresas o instituciones en las que trabajáis, ¿estarían preparados? ¿Qué les falta, qué les sobra?

Con este capítulo nos gustaría dar un poco de luz ante la duda o incertidumbre a la que nos enfrentamos los padres frente al futuro laboral de los hijos. Tendremos como referencia este momento actual, aunque todos somos conscientes de que el mundo cambia tan deprisa que en el futuro próximo nos enfrentaremos a necesidades que hoy en día ni siquiera imaginamos.

Cuando leo la prensa o miro la televisión y descubro personajes más o menos diferentes, que me sorprenden por su inteligencia, su creatividad, su capacidad de superación, sus habilidades o inventos, muchas veces tiendo a pensar en sus padres. ¿Qué apoyo les dieron?, ¿qué educación?, ¿a qué escuela asistieron? El común denominador de muchos de ellos es que persiguieron su sueño, su pasión o vocación. Cuando les entrevistan, ellos suelen comentar que «desde siempre» tenían esa idea clara, casi obsesiva, de lo que querían hacer, de a qué iban a dedicarse. Algunos incluso por diferentes motivos empezaron otros caminos, pero cuando se presentó la oportunidad fueron a por su sueño.

Desde fuera, eso parece más fácil de lo que resulta en realidad. Algo tan sencillo como saber qué te gusta, enfocarte y buscar los recursos que te acerquen a ese objetivo (formación, entrenamiento y horas y horas de práctica). **Pero ¿qué pasa cuando no existe una vocación clara, cuando tenéis que ayudar a descubrir a vuestros hijos o alumnos sus intereses?** ¿En qué os centraréis para responder a esa pregunta: en sus habilidades, en sus intereses, en lo que demanda el mercado, en lo que «tiene más salida»?

Si preguntáis a vuestros hijos: «¿Quieres ser de mayor?», se os cruzarán por la cabeza varias ideas y sentimientos, algunos contradictorios. Lo cierto es que

sólo en la mitad de los casos, incluso menos, los adolescentes tienen una idea clara de lo que quieren o muestran un interés bien determinado. Una vocación definida es un gran regalo de la naturaleza porque «sólo» faltaría la constancia y el trabajo diario para conseguir ese sueño.

Otra preocupación añadida es la de que lo que desee sea «normal»... ¿Normal? ¿Para quién? ¿Para los «estándares» de la sociedad? ¿Para nuestra mentalidad de padres protectores? ¿Para las tendencias del mercado laboral actual, que a saber si serán las mismas dentro de unos años? ¿Para las modas más o menos efímeras?

Las inseguridades de los padres a veces son tan acusadas que creen que lo mejor es que siga la tradición familiar (mecánico de coches como su abuelo y su padre; abogada para no cerrar el despacho que tanto costó levantar, etc.). Sin duda que, en esos casos, vuestro hijo se desempeñará profesionalmente en un área de conocimiento en la que «le podéis echar una mano». Porque como se trate de algo muy de ciencias, «con lo mal que se me dan a mí», o de algo tan moderno y tecnológico... En fin.

Existe un gran desconocimiento de otras áreas que no sean las propias de la experiencia socioprofesional de los progenitores además de prejuicios muy arraigados que estos años de crisis han dejado al descubierto: en España, con la tasa más alta de licenciados universitarios de Europa, por desgracia lideramos también las estadísticas de desempleo juvenil.

«Los matemáticos rozan el pleno empleo con un paro del 5,7%.» Con este titular, leído en mayo de 2015 en *El País*, según la Encuesta de Población activa 2014, que-

da claro que **estamos muy lejos de atender a las necesidades de empleabilidad si seguimos eligiendo el mismo tipo de formación que han adquirido muchos de los jóvenes en nuestro país.**

Las tendencias que se manejan ahora en el mercado laboral dicen que los empleos más demandados dentro de diez-quince años serán de profesiones o actividades que todavía no se han creado... Suena desconcertante, ¿verdad? Aunque se trata de una realidad que los que tenemos más de 40 años podemos entender a la perfección, porque la tecnología y formas de trabajar existentes cuando nosotros empezamos poco tienen que ver con la manera de trabajar actual. Entonces, **¿cómo podéis orientar a vuestros hijos?** Sin duda que existen tendencias más estables. Una de ellas es la tecnología, pues se ha convertido en una herramienta imprescindible prácticamente en cualquiera que sea el área profesional. Todo desempeño profesional estará vinculado e impregnado de *apps* y nuevos *gadgets*. Pero no olvidemos que las máquinas son diseñadas, arregladas y supervisadas por personas. La paranoia futurista que nos presenta un mundo en el que los robots ganan la guerra a los humanos, creo que no se dará, puesto que hay cosas que nunca serán suplidas por la tecnología.

Los años de la crisis nos han recordado que los «oficios» se estaban perdiendo y que la tecnología no lo cubre todo. Se ha incrementado de forma considerable la demanda hacia la Formación Profesional y la Formación Profesional Dual, especialmente para las ramas técnicas, porque su acceso al mercado de trabajo es más rápido que la de los ingenieros.

Identificar intereses y habilidades

La pregunta clave es: ¿Qué se te da bien? ¿Qué te produce satisfacción: el hecho de hacer o el de pensar que puedes llegar algún día a ganarte la vida con ello? Tenéis que centraros en eso. La educación, y la formación a posteriori, tradicionalmente te ha dirigido hacia lo que no sabías hacer. Intentaba que profundizaras e incidieras en lo que se te daba mal para que le dedicaras horas y esfuerzo a fin de sacarlo adelante. La tendencia actual es justo la contraria: céntrate en lo que te gusta y conviértete en experto en ello.

Desde el punto de vista psicológico resulta muy lógico: le dedicarás más tiempo y energía a algo en lo que eres exitoso o se te da bien, que a algo que no te gusta y en lo que piensas que fracasará. ¿Has intentado iniciarte en alguna actividad que estuviera de moda pero que no «tiene

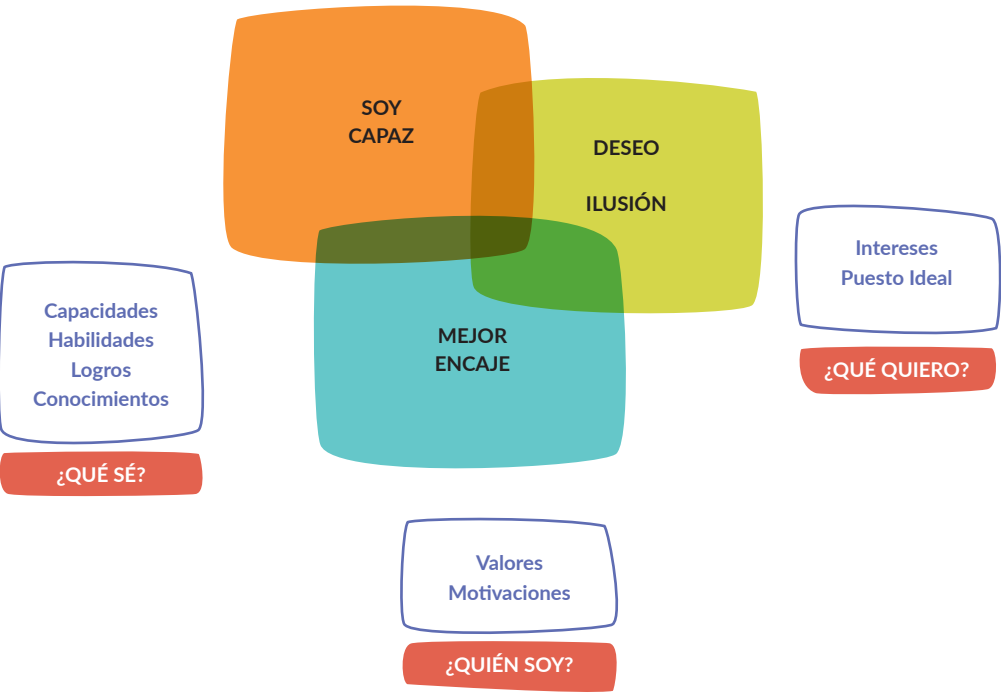
que ver contigo», como el footing? ¿Cuántas veces has salido a correr? Si a ti te gustan los deportes de equipo, ¿por qué te empeñas en algo que no es lo tuyo?

¿Qué pasa cuando no existe una vocación definida? En esos casos, quizá deberíamos prestar atención a los valores personales: ¿qué te hace feliz? ¿Eres una persona a la que le gusta estar con otras personas, con la tecnología, con animales? Pues dedícate a eso. Y si no existe, ¡invéntalo!

Para una correcta orientación vocacional hay que conjugar intereses, capacidades y oportunidades así como características personales (creencias, valores, estilos de resolver problemas, etc.), para encontrar aquella actividad profesional que pueda adecuarse mejor a los intereses y estilo de vida de vuestros hijos.

94

Dimensiones para una reflexión vocacional con tus hijos



Podríamos decir que, al margen del sector o posición dentro de la empresa, existe una serie de competencias fundamentales que toda organización busca entre sus empleados y que tendrás que tener en cuenta en la formación y Orientación Profesional de tus hijos. Algunas de las más importantes son:

- a. Flexibilidad y Capacidad de adaptación
- b. Capacidad de aprendizaje
- c. Trabajo en equipo y aprendizaje colaborativo, no competitivo
- d. Diversidad
- e. Gestión emocional
- f. Tolerancia a la frustración

95

a **Flexibilidad.** El mundo cambia muy rápido, y si nos cuesta adaptarnos vamos a sufrir mucho. En los entornos empresariales, las grandes adquisiciones de unos grupos por otros hacen que lo que ayer era válido porque en tu empresa y con tu jefe español era lógico, desde mañana, que pertenezcas a un grupo asiático, el procedimiento sea otro. La adaptabilidad a los cambios que se producen en los entornos productivos y profesionales es fundamental. Ahora se habla de que cualquier profesional tiene que poder desenvolverse con naturalidad en lo que se denomina entorno VUCA: Volatilidad, *Uncertainty* (incertidumbre), Complejidad y Ambigüedad, es decir, el cambio constante.

La capacidad de adaptación es una habilidad que nuestros adolescentes tienen

muy desarrollada (no en vano tienen que adaptarse a sus cambios físicos constantes) y que no pueden dejar de entrenar nunca.

b Esto se une a la **capacidad de aprendizaje**, entendida como algo más amplio que sentarse a estudiar. La formación reglada sigue siendo importante, pero dada la distancia que aún existe entre la FP o la Universidad y las necesidades del mercado, esa necesidad de aprendizaje permanente se alarga durante toda tu carrera profesional. Se dice que el 80% del conocimiento se adquiere en lo que se denomina «*on-job-training*», es decir, lo que vas a aprender con el desempeño de tu propio puesto de trabajo y de tu autoformación, de las novedades que el mercado exige, de los compañeros, de los competidores, etc.

C El **trabajo en equipo y colaborativo** es una competencia fundamental que parece que poco a poco se va desarrollando más en las etapas educativas. Aunque todavía está mezclada con esa competitividad que nos cuesta eliminar debido al modelo individualista de educación que hemos desarrollado durante tantos años.

d **Diversidad.** Los equipos no serán homogéneos, no sólo en cuanto al género, sino de procedencia cultural, idiomas e incluso distancia. Ya hay muchos equipos de trabajo ubicados en diferentes países. Sin olvidar la idiosincrasia personal de cada uno, con sus valores, o miedos, que se ponen en juego en los entornos laborales diariamente. La formación en habilidades «soft», es decir, en autoconocimiento y autogestión de las propias emociones, es vital, porque sea cual sea tu futura profesión, estarás en constante relación con otras personas: compañeros, jefes, clientes, fans, etc.

e **Gestión emocional.** Nada de lo que somos es fruto de la magia. Un adulto es el resultado y la consecuencia del entrenamiento que desde niño haya hecho o haya dejado de hacer. Por lo tanto, tenemos que aprender sobre las emociones, ponerles nombre, entenderlas, y que no nos superen. Hoy en día, una de las competencias que más se cultiva para el desarrollo de la madurez profesional es la resiliencia. Se trata de la capacidad de afrontar situaciones adversas,

superarlas y salir fortalecido. Lo que nos daña no es el sufrimiento, sino la reacción que tenemos ante lo que nos sucede. Las personas que tienen más éxito son las que saben manejar los conflictos de forma adecuada. Para resolver conflictos hay que saber pensar, y, para ello, hay que trabajar los diferentes tipos de pensamientos: causal, alternativo, consecuencial, de perspectiva y de medios-fin.

La etapa más efectiva para desarrollarlos es entre los 12 y los 18 años. Les ayudará a ser más flexibles (alternativo) y a tener capacidad de adaptación porque serán capaces de anticipar qué puede venir (consecuencial y de perspectiva). El pensamiento medios-fin les ayudará a planificar los mejores caminos para la consecución de resultados, puesto que si son capaces de definir bien qué necesitan para lograr su objetivo, buscarán los recursos que precisen.

f Considero que la **tolerancia a la frustración** merece su propio apartado, aunque por supuesto que una buena gestión emocional la incluye. Sin embargo, creo personalmente que en esto los padres y educadores tenemos una gran responsabilidad. J. A. Marina lo dice muy claro: «Si queremos hijos miedosos sigamos protegiéndoles y resolviendo sus problemas» («Padres e hijos», ABC). No permitiendo que se frustren, les privamos de un gran aprendizaje: ¿Qué sirvió, qué no fue útil, qué he aprendido para la próxima vez?

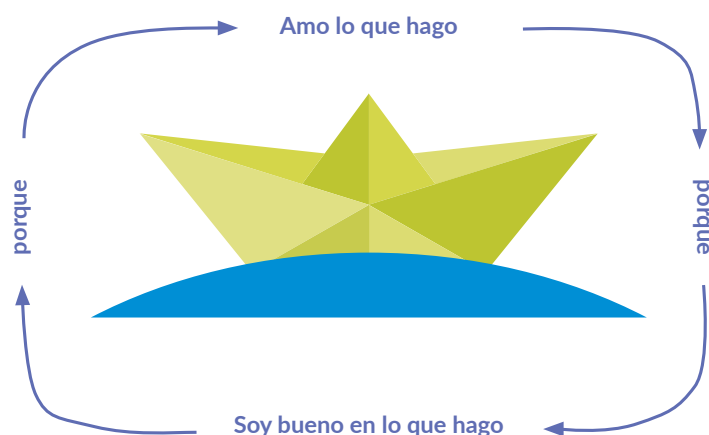
El talento

En la actualidad, se habla mucho del talento, entendido como la «inteligencia puesta en acción», según la definición del muy respetado gurú del desarrollo de personas Juan Carlos Cubeiro. Pero el talento

de verdad es puro disfrute. Cuando hacemos algo que nos gusta, lo hacemos mejor, con más alegría, con más dedicación y entusiasmo. Hemos de descubrir nuestro propósito vital.

Círculo virtuoso de la autorrealización profesional

97



Tenemos diferentes referentes en el cine, pero quizá la película de *Billy Elliot* (*Quiero bailar*) sea uno de los ejemplos más claros. Trata sobre un chaval que tiene una pasión, se enfrenta a su entorno y a las presiones socioculturales (y también económicas, porque son años de crisis del sector minero del que subsiste la familia). En esta película, el chico consigue el

apoyo de la profesora, que identifica el talento del protagonista y lo potencia hasta su máxima expresión. Ése tendría que ser el rol del profesorado: convertirse en los gestores del talento de sus alumnos.

¿Tienes un futuro al que dirigirte o te conformarás con «consumir» el destino que te marquen otros?

Desde el punto de vista de la empresa, ¿qué aprendizajes son importantes para los adolescentes de 12-18 años?

98

Como padres tendréis, en primer lugar, que trabajar la autoconfianza y la autoestima. Hacerles entender que vivimos en el cambio constante. Ni siquiera los gurús y analizadores de tendencias son capaces de vislumbrar qué nos depara el futuro. Se acabaron las certezas, la planificación de la vida. Pero eso no es incompatible con tener claro qué quieres llegar a conseguir. Al contrario: la herramienta más útil para moverte en este mundo cambiante será saber con certeza qué quieres hacer.

Desde el ámbito educativo sería interesante ampliar la exposición y conocimiento de las distintas áreas y oficios para que los propios alumnos descubran intereses que no sabían que tenían o reduzcan prejuicios. Las visitas a empresas y fábricas son muy ilustrativas a este aspecto. Pero quizá también se podría ampliar a los HUB (espacios de encuentro) de emprendedores, a polígonos industriales, a asociaciones empresariales.

Para combatir los miedos y prejuicios se tendría que trabajar mucho más la creatividad, la lluvia de ideas sin prejuicios y el pensamiento positivo. La visión determina el comportamiento. De modo que es fundamental trabajar en «creer que se puede», sin dejar de recalcar el esfuerzo, por supuesto. Podemos buscar referentes reales, cercanos, testimonios de personalidades con las que se sientan identificados (Mandela y la Madre Teresa de Calcuta fueron excelentes referentes, pero sus circunstancias son muy lejanas a

nosotros). Pero seguro que tu tío, el que tiene esa tienda que acaba de montar su e-comercio, es un gran referente de emprendedor, de persona tenaz, inasequible al desaliento y que finalmente ha conseguido lo que quería. O tus propios padres, que con la crisis se han tenido que reinventar. A veces les ocultamos las dificultades pero en las edades de las que hablamos pueden y casi deben ser conscientes de la vida real.

En casa, podéis dialogar con vuestros hijos sobre vuestros trabajos o los de vuestros amigos. También les ayudará a descubrir nuevos mundos. Además, es muy importante el cómo les transmitís vuestra pasión por el trabajo. Si cada día escuchan reproches sobre el trabajo, o ven que sus padres no disfrutan con la elección que hicieron, tendrá un impacto tremendo en las actitudes negativas hacia el mundo profesional que desarrollarán vuestros hijos.

Dedicar algún tiempo a conocer páginas de empleo, tipo LinkedIn para ver qué tipo de perfiles existen, así como echar un vistazo a profesionales con al menos tres o cinco años de experiencia, puede ser de suma utilidad. Infojobs, el portal de empleo donde están publicados todo tipo de trabajos, o Job & Talent, el portal de empleo para recién titulados donde las empresas buscan a sus nuevos empleados, les puede ayudar a conocer a ciencia cierta la salida laboral de los estudios que elijan.



Por parte de los centros educativos, para mejorar la empleabilidad de sus alumnos de hoy —recordemos que todos serán mañana futuros profesionales en alguna empresa—, deberían empezar a reducir la distancia entre lo que enseñan y cómo lo enseñan, teniendo en cuenta la realidad del mercado laboral y los aprendizajes que demandan las empresas. No pediremos que se «sepan la lección». Les pediremos que sepan solucionar las situaciones que se presentan, que hagan buen uso de los recursos que tienen a su

disposición. Que sean creativos, que sepan trabajar en equipo, que manejen los conflictos, que compartan información, que sean flexibles para poder asumir diferentes roles según las necesidades de la organización, que se comprometan, que aporten, pues no vienen sólo a recibir un salario, vienen a ofrecer algo que luego revertirá en valor para la organización y para ellos mismos.

Que los centros educativos participen en actividades de emprendedores representa un aprendizaje muy valioso para los

alumnos que se vinculan a estos programas. Allí toman contacto con empresas y, por tanto, también ponen en marcha algunas de las competencias y habilidades de las que ya hemos hablado. Programas como los que tiene la Fundación Universidad Empresa o la Fundación Junior Achievement son muy importantes para acercar la formación a la realidad empresarial. También el modelo de **Formación Profesional Dual** resulta sumamente acertado. Desde Hyundai hemos participado en ese proyecto, y nos parecía un lujo que chicos con 17-18 años pudiesen tener la experiencia de trabajar unos meses en una empresa (en algunos casos, hasta un año completo). Hemos sido testigos del cambio que se produce en ellos durante ese período: llegaron unos niños y se fueron unos profesionales, no sin choques entre unos y otros, porque también implica un esfuerzo para la empresa adaptarse a esas nuevas generaciones, que no cuentan con experiencia alguna. Además del esfuerzo del estudiante por entender esas normas no escritas de las empresas que estas nuevas generaciones no tienen tan asumidas, como el asunto de la jerarquía, la disciplina, las normas no escritas, etc.

En resumen, las empresas lo que buscamos son personas que tengan un mínimo de conocimientos técnicos, de idiomas, que sepan utilizar herramientas informáticas, etc. Pero lo más importante es que demuestren lo que «no se enseña»: **¡ACTITUD PROFESIONAL!**

Si de algo no sabemos, la empresa nos forma. Hoy en día, todas las empresas ofrecemos estupendos programas formativos para cubrir las posibles necesidades del empleado o del mercado. Sin embargo, lo que no podemos suplir son las ganas de hacer cosas, el interés por aprender, el compromiso ético, las ganas de comprometerse con su trabajo, la responsabilidad personal.

En muchas familias españolas se acostumbra a que los hijos, con su primer sueldo, inviten a su familia a una comida o alguna otra celebración especial. Por eso, mi mejor deseo para todos los padres que habéis llegado hasta el final de este capítulo es que podáis celebrar con vuestros hijos su primer empleo y esta alegría os acompañe toda la vida.

*«No soplan vientos favorables para quien
no sabe a qué puerto se dirige.»*

SÉNECA

PARA PROFUNDIZAR RECOMENDAMOS

Recursos en la red

El portal de Orientación Laboral de Infojobs: <<http://orientacion-laboral.infojobs.net/>>. Este portal ofrece una orientación laboral personalizada, con consejos y novedades para ayudarte en la búsqueda de trabajo.

Orienta de Universia: <<http://orientacion.universia.net.co/index.html>>. Orienta es un portal de información, contenidos y servicios de Orientación Profesional dirigido a los aspirantes a educación superior que buscan una universidad o que quieren decidir qué carrera estudiar.

Todo FP: <<http://todofp.es/todofp/orientacion-profesional.html>>. Este portal depende del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte y está destinado a la orientación tanto formativa como profesional. Ofrece información sobre diferentes perfiles vocacionales e itinerarios formativos, así como las distintas salidas profesionales de cada uno de ellos.

Euroguidance: <<http://euroguidance.eu/>>. Se trata de una excelente fuente de información para aquellas personas que se interesen por la movilidad dentro del territorio Europeo. Cuenta con orientación especializada y personalizada tanto para la formación en ámbito europeo (Erasmus) como para la movilidad laboral.

101



SONIA JADRAQUE CABANILLAS (Madrid, 1970)

Profesional de los recursos humanos con más de quince años de experiencia en diferentes sectores (restauración, automoción, tercer sector). Licenciada en Psicología y MBA por ICADE Business School y profesora asociada al Máster de Recursos Humanos de ICADE Business School.

¿Tienes un hijo de Altas Capacidades? ¿Crees que lo entiendes? ¿Cómo te sientes al querer ayudarlo a decidir? ¿Conoces a alguien que pueda estar pasando por tu misma situación?

SARA LOZANO SANTIAGO

7. La Orientación Profesional de los hijos con Altas Capacidades

102

Como padres, incluso como profesionales de la orientación, se puede caer en el error de pensar que las personas superdotadas, de Altas Capacidades, o aquellas que tienen claramente desarrollado un talento, no necesitan orientación. Pero no es así. Te ofreceremos algunas pistas sobre algunas cuestiones que pueden ayudarte a comprender mejor la realidad de un joven de Altas Capacidades ante su desarrollo vocacional. Para que se conviertan en jóvenes más felices que, con su gran talento y visión extraordinaria de la realidad, puedan ocupar el lugar que ellos decidan en nuestra sociedad.



5 CLAVES PARA LA ACCIÓN

1. Ser facilitadores de experiencias. En algún punto de su multipotencialidad y talento se descubrirá a sí mismo.
2. Será precoz tanto para sentir la frustración como para madurar. Facilítale su autonomía investigando.
3. Conviértete en observador objetivo de tu hijo. El día a día es el mejor instrumento de evaluación de la identidad vocacional.
4. Todos necesitamos el cariño de nuestros padres para sentirnos seguros cuando tenemos que tomar decisiones importantes.
5. Sentirse inseguro es algo connatural a los momentos de elección, pero intentar tener en cuenta los elementos fundamentales para esa decisión aporta madurez a nuestras elecciones.

Ante la pregunta: «¿Qué harías si tuvieras un hijo superdotado?», una mujer con Altas Capacidades respondió: «Le dejaría ser él mismo, facilitaría que se expresara libremente, a través del arte o las matemáticas, en lo que él decidiese, en definitiva, le ayudaría y apoyaría para que fuese feliz».

Si nos detenemos un momento a pensar, la respuesta de esta persona seguramente no sea distinta a la de cualquier padre. La diferencia está en que fue pronunciada por quien ha sido una hija superdotada y ahora puede echar la vista atrás. Lo cierto es que cada comentario de este capítulo se podría aplicar a cualquier niño. Pero su sentido cobra una especial relevancia si tenemos en cuenta las características de las Altas Capacidades. Desde estas premisas, imagina «... un árbol que convierte sus ramas en raíces celestes» (Jodorowsky, 2001).

Nos gustaría inspirar con nuestras palabras a que vuestras actitudes, pensamientos, comportamientos y emociones sirvan de abono para las ramas de vuestros hijos. Esperamos que os den cierta tranquilidad (y mitiguen algunos miedos), para que puedan crecer ramas de todo tipo, e incluso algunas tan fuertes que se anclen bien en ese gran cielo y sueño que es nuestra realidad.

¿Por qué creemos que en este capítulo puedes encontrar algo diferente?

A lo largo de la vida, las personas con Altas Capacidades tienen reflexiones un poco distintas a las de los otros chicos. Tener Altas Capacidades no es sólo ser muy inteligente y poseer un gran talento, sino también sentir la vida de una manera diferente, con alta sensibilidad e intensidad. En las decisiones vocacionales tu hijo puede ser más consciente de las barreras o conflictos a los que nos enfrentamos a la hora de tomar decisiones, tanto de los propios (falta de motivación, inseguridades, etc.), como de los externos (expectativas de los demás, cultura, economía, estereotipos...). Sabemos que son precoces también en todo lo relacionado con las decisiones vocacionales. Un adolescente de Altas Capacidades no se debate entre escoger «letras o ciencias», sino que se pregunta «lo que soy y lo que puedo llegar a ser» o «lo que hago y lo que puedo llegar a hacer». Seguramente tu hijo sea muy curioso. A veces explora en solitario y otras veces, en buena compañía. De modo que sólo hay que ayudarle a canalizar sus intereses, porque ahí residen muchas claves cuando se busca el sentido de la vida. Tu hijo, como el de tus vecinos, es diferente al resto o, lo que viene a ser lo mismo, es único e irrepetible, como todos los otros niños en el mundo. Aunque su nivel intelectual vaya por delante del de otros chicos de su edad, y también su percepción y sensibilidad ante el mundo que le rodea, te sigue necesitando ahí, junto a él.

¿Sabías que, según fuentes del MECD, en relación con el curso 2012-2013, constan 12.490 alumnos en enseñanza no universitaria, como Alumnos de Altas Capacidades? Eso significa que se ha realizado un proceso de evaluación autoriza-

do por los padres y que los resultados han confirmado dicho diagnóstico. Esta cifra de 12.490, que se aproxima al 0,2% de la población, no se acerca ni de lejos a los porcentajes que se suelen manejar de este colectivo, que se sitúan entre un 2-5% de la población. ¿Cuál es la razón? Las causas pueden ser muy variadas, entre otras, la falta de información y sensibilidad, el desconocimiento sobre la utilidad de identificar a estos alumnos como alumnos de Altas Capacidades, etc. Lo cierto es que si os dicen que un alumno o vuestro hijo tiene Altas Capacidades... ¿Entonces qué pasa?, ¿para qué nos sirve saberlo?, ¿qué puede cambiar?, ¿qué es necesario cambiar?

Por todo ello, ha llegado el momento de concretar algunos términos que ya estamos manejando, y que son nuestros dos ingredientes principales: Altas Capacidades y Procesos de Toma de Decisiones Académico-Profesionales:

Los jóvenes de Altas Capacidades. Nuestro marco legislativo actual se proyecta fundamentalmente desde el marco teórico de Renzulli, que propone el denominado Modelo de los Tres Anillos, que dibuja tres componentes clave para hablar de superdotación: Altas Capacidades intelectuales (normalmente se considera un Cociente Intelectual por encima de 130); alta implicación en las tareas (motivación y persistencia), y altos niveles o muestras de creatividad. En la práctica educativa, y para el tema que nos ocupa, también resulta importante conocer el modelo de Garner sobre las Inteligencias Múltiples (lingüística, lógico-matemática, musical, espacial, corporal-cinestésica, interpersonal, intrapersonal, naturalista y

empieza a hablarse de la espiritual). En concreto, el nombre de Altas Capacidades nos permite denominar de forma amplia a todo el colectivo (por ejemplo, superdotados, precoces, talentosos y creativos) susceptible de experimentar y mostrar Altas Capacidades desde diferentes enfoques, tanto a nivel intelectual, aptitudinal, respecto a su creatividad, sensibilidad social y personal. Son personas sobresalientes, como algunos autores denominan, jóvenes con capacidades excepcionalmente superiores.

Los Procesos de Toma de Decisiones Académico-Profesionales. ¿Qué se necesita saber y cuál es el proceso más generalizado para orientar a un joven en su proceso vocacional? Toda decisión implica un conocimiento, y **para saber hacia dónde voy tengo que saber quién soy.** Tu hijo necesita conocerse, explorar sus intereses, sus valores, sus sentimientos, competencias, expectativas y emociones. En el Estado Español, de los 12 a los 18 años, los jóvenes van a tener que ir tomando pequeñas decisiones que configurarán sus itinerarios académicos y profesionales, por lo que puede ser un período ideal para experimentar y madurar teniendo en cuenta la vocación. Las medidas que desde los colegios se pueden articular para los alumnos de Altas Capacidades están relacionadas con las ampliaciones o el enriquecimiento curricular, la flexibilización de etapas (poder incorporarse a un curso superior) y la participación en programas de enriquecimiento intelectual.

Lo cierto es que para tomar decisiones también necesitamos conocer muy bien las posibilidades que nos ofrece el mundo que nos rodea, así como las posibili-

dades que podemos generar desde nuestra propia iniciativa emprendedora. En este sentido, tu hijo seguro que es tu principal aliado, de modo que, en esta parte del proceso, puedes sentirte más tranquilo.

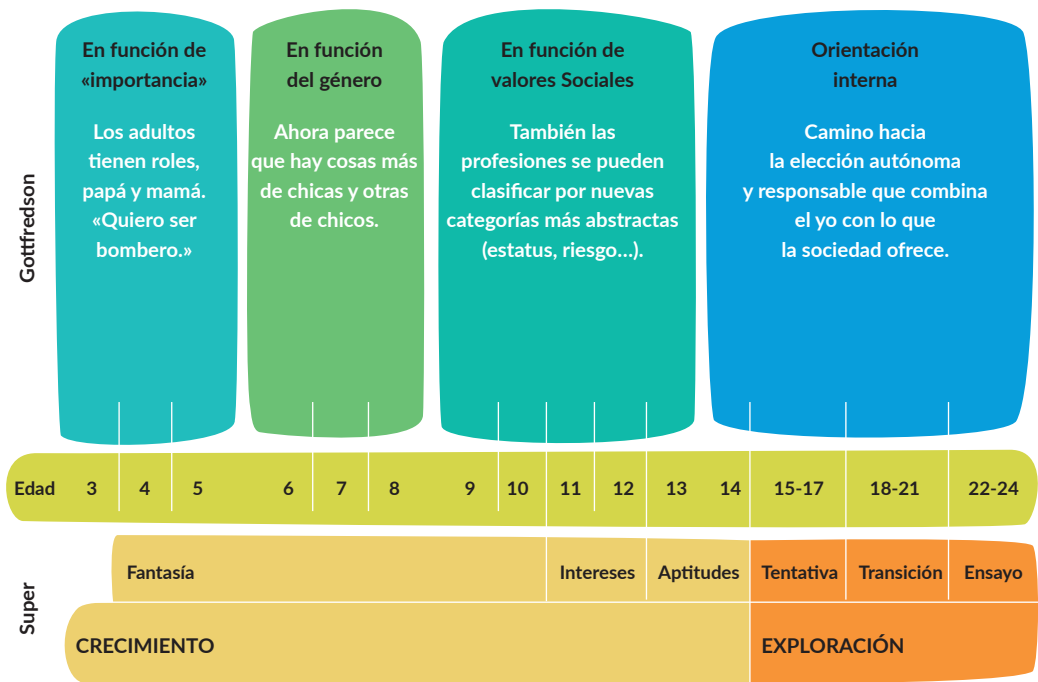
Por último, debemos enfrentarnos a un proceso de decisión, elección, acción y evaluación. En esta parte del proceso es donde tú, como padre, y también los profesionales pueden acompañar a tu hijo de forma específica. En cualquier proceso de orientación, lo difícil suele ser, no tanto analizar y descubrir información, sino que toda esa información cobre sentido, es decir, que encaje satisfactoriamente con nosotros de tal manera que nos movilice hacia una meta vocacional concreta.

¿Qué ocurre cuando introducimos en la batidora estos dos ingredientes? Lo primero que hemos de decir es que son pocos los chefs que se han atrevido. Aún más, ni siquiera se han planteado la necesidad de cocinar este plato.

Existen numerosos estudios sobre la forma de orientar y desarrollar tanto el talento intelectual como el socioemocional entre las personas de Altas Capacidades (AA.CC.). Sin embargo, existe todavía poca base experimental sobre su Orientación Profesional. Basándonos en algunos autores que se han dedicado al tema (Muratori y Klose, 2015; Colangelo y Wood, 2015), además de en la literatura general, consideramos interesante explicar la teoría del desarrollo evolutivo a la hora de afrontar las decisiones de tipo vocacional (Figura de la página siguiente). El proceso funciona de forma similar a las etapas que pasamos hasta que aprendemos a caminar, salvo que, en este caso, se

trata de aprender a decidir nuestro futuro profesional. La propuesta de Gottfredson parece incluir elementos que están presentes en los devenires y preocupaciones de las personas con AA.CC. de una forma más significativa.

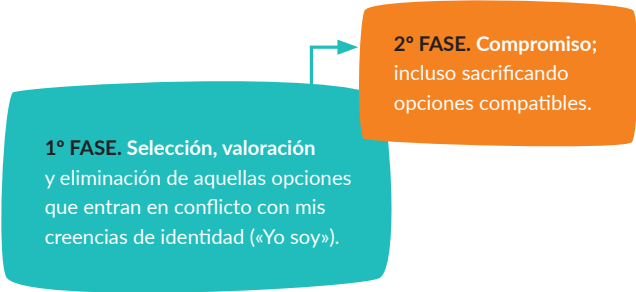
Comparativa de dos de las principales teorías que explican el proceso evolutivo vocacional: teoría de Gottfredson y teoría de Super



Parece que entre los 11 y 14 años, los AA.CC. se empiezan a plantear cuestiones fundamentales sobre los factores que pueden influir en sus decisiones, de tipo moral, social y económico. Por todo ello, debemos entender que esta precocidad puede conllevar frustración e impotencia en algunos momentos (sentimiento de incompreensión ante los iguales); así como barreras tempranas a la exploración de alternativas. Por otro lado, también sa-

bemos que su madurez vocacional es más precoz, y con ello aumentan las posibilidades de disfrutar desarrollando su talento e ideas en proyectos que le ayuden a realizarse como persona. Desde este enfoque uno va decidiendo su carrera a través de dos procesos fundamentales (Figura siguiente), selección y compromiso. Que tu hijo las conozca y que tú también lo sepas, puede ayudarle especialmente.

Procesos en el desarrollo vocacional según Gottfredson



108

Por otro lado, si centramos nuestra atención en lo que denominamos «intereses profesionales», sabemos que por lo general son personas con un doble perfil que puede evolucionar a lo largo de la adolescencia: por un lado, con un amplio abanico de talentos e intereses, o por otro, con un área de interés muy restringido. Todo ello supone una forma diferente de afrontar la orientación, porque implica una mayor necesidad para ellos de aprender a:

- Afrontar la indecisión y la inseguridad.
- Buscar información y formación fiable.
- Reconocer y seleccionar métodos para tomar decisiones.

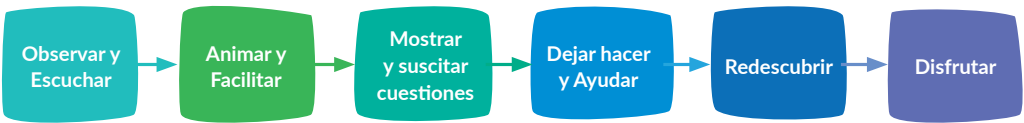
Como padres podéis potenciar su autoconocimiento y esos talentos. Tan sólo debéis manejar con prudencia vuestras expectativas como padres, debido a sus altos niveles de autoexigencia.

Acompañar a vuestro hijo

Después de lo leído, os proponemos algunos momentos para reflexionar. Por ejemplo, no es casualidad que utilicemos la palabra «acompañar», porque es la que nos sitúa en el lugar que creemos que debemos estar como padres en este viaje. Éstas podrían ser algunas de las baldosas por las que podéis pasear acompañando a

vuestro hijo de AA.CC. (Figura siguiente). Como padres podemos disfrutar con ellos, siendo testigos de su proceso de realización personal a lo largo de la vida. También observaremos cómo va aprendiendo progresivamente, pues en cada una de nuestras elecciones se asoma lo infinito de nuestro ser.

Pasos y tareas clave para acompañar a vuestro hijo de Altas Capacidades



¿De qué forma podrías favorecer una ruta vocacional más interesante y provechosa (aunque no siempre será la más sencilla, pero sí la más entretenida)?

- **Facilitando experiencias de aprendizaje (profesiones y formas de vida)**, especialmente compartiendo con él vuestras propias historias profesionales, como también la de familia, amigos, conocidos, etc. A través de la vida de otros también se aprende.
- **Facilitando *self-insight***, «darse cuenta», «el encendido de bombilla», el que todo encaje. Podría definirse como el descubrimiento que proviene de la experiencia reflexionada junto a alguien que ya conoce ese camino. Las características intelectuales y emocionales de las personas con AA.CC. facilitan estos momentos. Además, están muy relacionados con la fase de selección o eliminación de opciones. El hecho de que su estilo de pensamiento suele ser divergente (creativo), se puede aprovechar al máximo para lanzaros como padres a dar vuestra opinión. Su intuición les puede ayudar a transformar lo banal en importante si las circunstancias lo requieren.
- Ayudándoles a ser **realistas en sus intenciones** y a aprender a anticipar las consecuencias de sus decisiones.
- Estando ahí, porque surgirán miedos o inquietudes mucho antes que al resto de sus compañeros. Es importante que no se sientan juzgados, sino acompañados y respaldados, también en las experiencias de fracaso.
- Creyendo nosotros mismos que **explorar es positivo**. A veces, tomar decisiones con demasiada prisa puede restarnos posibilidades. Por otro lado, tenemos la ventaja de que reaccionan con naturalidad a la multipotencialidad, e incluso podemos facilitarla. En Orientación Profesional no se trata sólo de identificar intereses, sino de posibilitar el hecho de ampliarlos. Para ello, el modelo de las Inteligencias Múltiples nos puede ayudar a detectar talentos. El que les dejemos tiempo para invertir en ellos mismos les puede ayudar a mejorar.
- Ayudándoles a **priorizar en cada momento los focos de interés, a reconocer el principio y fin de las actividades, y enseñándoles a disfrutar del camino**. En este sentido somos modelos para nuestros hijos, y si tendemos a ser resultadistas restamos en la fórmula de la felicidad. Son adolescentes, con ilusiones y emociones, con una alta sensibilidad y con una gran motivación (puede que ya piense que quiere inventar algo importante para la humanidad). Permitidme una cita: «La lección de hoy es la siguiente: es más importante viajar con esperanza en el corazón que llegar sano y salvo... Significa que debemos celebrar el fracaso de hoy porque es una clara señal de que nuestro viaje de descubrimiento aún no ha terminado» (*La Evolución de Capurnia Tate*, de Jacqueline Kelly).
- **Facilitar oportunidades de encuentro con otros chicos con los que se encuentre bien**. Sin caer en el tópico de que los chicos de AA.CC. suelen tener dificultades a nivel social, algunos tienen intereses muy restringidos y experimentan desajuste a nivel

académico y social. Esto actúa como barrera a la hora experimentar bienestar emocional ante las relaciones con iguales. Renunciar a nuestra faceta social podría restar en su desarrollo personal, por lo que buscar grupos de jóvenes con intereses comunes, o simplemente con algún tipo de motivo que le pueda resultar atractivo y motivador, puede ser una fuente de satisfacción tanto para la persona que tiene dificultades como para la que no. Para ello algunas asociaciones de AA.CC. y webs de referencia ofrecen una amplia gama de actividades y talleres.

Si tienes una **hija de AA.CC.**, entonces ten en cuenta que puede que le quieran dar un mapa equivocado. Se puede sentir más insegura, incluso tender a aspiraciones menos altas, y querer camuflarse. Quizá a ella le ayude escuchar lo que dijo otra mujer extraordinaria como Marie Curie: «Dejamos de temer aquello que se ha aprendido a entender». El hacerse invisible puede ser un mecanismo de defensa ante algunas barreras culturales y expectativas de su entorno, o por falta de experiencias a través de modelos reales.

Por último, agregaremos un breve apunte sobre algunas trampas del camino, **las ideas o pensamientos irracionales**. Estad atentos, porque este tipo de ideas suelen provocar ansiedad, y dada la alta sensibilidad y nivel de exigencia en estos chicos, pueden actuar como una potente barrera hacia su felicidad. Estas ideas suelen identificarse cuando incluimos en nuestro, o su discurso, palabras del tipo «siempre», «todo el mundo»; o nos llevan a consecuencias y conclusiones catastrofistas. También, por ejemplo, cuando nos hacen pensar que no debería sentirme inseguro, que existe un único camino adecuado, que el tiempo decidirá por mí. Este tipo de pensamientos en relación con las decisiones académicas inhiben la conducta de decidir, porque aprender a elegir exige también aprender a renunciar. Lo cierto es que «dejar de lado» no siempre nos hace sentir bien, y por lo general también requiere de un esfuerzo. Un enfoque positivo es aquel en el que somos conscientes de que nuestra carrera profesional se irá desarrollando a través de un proceso de decisiones continuado, en el que los imprevistos son contemplados con naturalidad, y donde también somos responsables de ser proactivos y generar oportunidades sin esperar a que sean otros los que lo hagan por nosotros.

Después de lo que llevamos comentado, esperamos que quede diluido el mito de que los chicos con Altas Capacidades no necesitan ayuda para tomar decisiones. Ellos también necesitan conseguir que sus

elecciones les aporten satisfacción y, sobre todo, que no estén motivadas por el miedo, pues el temor restará algo de belleza a sus jóvenes vidas.

Te proponemos que eches un vistazo hacia atrás y hacia el futuro teniendo en cuenta algunas de estas ideas **para reflexionar**:

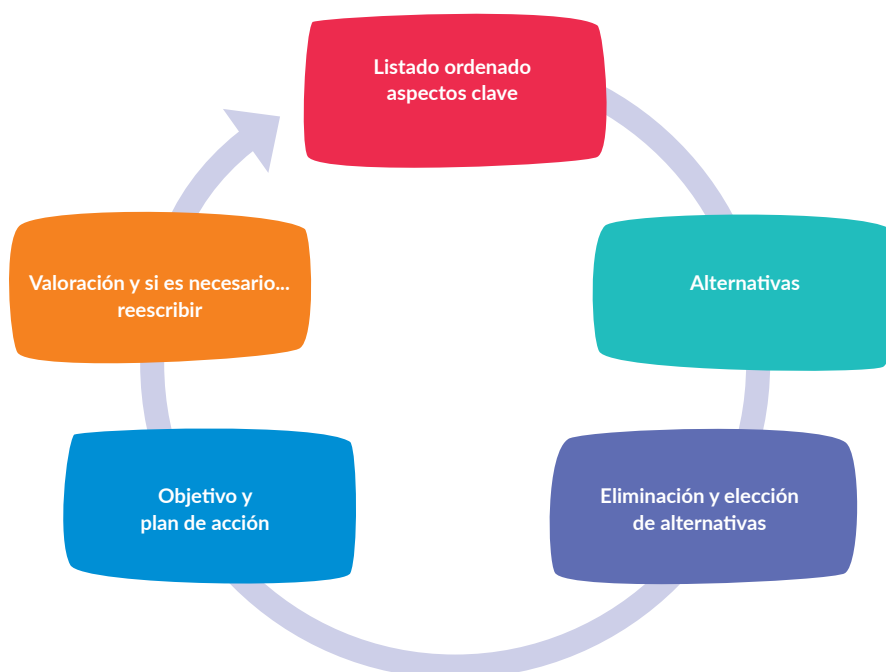
- ¿Qué personas conoces que pueden ser interesantes para conversar con tu hijo (por su experiencia profesional, por su personalidad, por su forma de vida, sus valores, etc.)?
- ¿Cómo habéis planteado el período de vacaciones, y si has pensado sobre alguna actividad interesante (cultural, científica, turística, espiritual, etc.)?
- ¿Habéis animado a vuestro hijo a realizar su propio proyecto para analizar sus grupos de intereses y alternativas (lecturas, artículos, profesionales, voluntariados, etc.)?
- ¿Qué comentarios realizas a tu hijo sobre lo que hace, su carácter, amigos, lo que le gusta, cómo lo ves?
- ¿Lo has animado, le has facilitado tiempo y espacio para desarrollar algunos de sus proyectos?

111

Sin duda, en todo este proceso de acompañamiento de tu hijo, te puede ser útil conocer algunos modelos de toma de decisión. A lo mejor ya conoces alguno de ellos, y seguro que has utilizado de forma inconsciente muchos, porque desde

que nos levantamos tomamos miles de decisiones. Tampoco se trata de que te conviertas en un experto, para eso están los orientadores o personas especialistas, pero os mostramos algunas pistas basadas en modelos de decisión:

Propuesta de pasos para tomar decisiones académico-profesionales



En todos sus momentos críticos de decisión, le puede venir muy bien conversar con vosotros y otras personas de referencia, plantearle preguntas; por ejemplo, sobre el valor del trabajo, sobre el estilo de vida que imagina, sus inquietudes y miedos, etc. A veces puede ser difícil para las personas con AA.CC. encontrar profesiones que combinen la posibilidad de

expresar su verdadero yo y que permitan el estilo de vida que quieren y sus intereses. Además, debemos tener en cuenta las necesidades del mercado laboral. En esos casos, puedes animarle y recordarle que es un gran creativo y que seguramente, en algún momento, en el emprendimiento también pueda encontrar respuestas que colmen todos sus anhelos y proyectos.

3 AVISOS PARA EL CORAZÓN

1. Controla y canaliza tus miedos e inseguridades como padre, porque tu hijo no necesita a un padre o una madre superdotados, para eso ya están ellos. Pasar del pensamiento «tengo/tienes que hacer», al «dejar hacer», construye puentes y no murallas, incluso para reconciliarnos con nosotros mismos.
2. Ten cuidado con las proyecciones de nuestras expectativas, normalmente hacen acto de presencia con la «careta» de reacciones excesivas (exigencia, enfado, alegría...). Si andamos por caminos diferentes, ¿cómo podremos acompañarle?
3. Lee esta lista con la tranquilidad de que ya estás haciendo lo más importante, dedicarle tiempo y lo mejor de ti mismo a la relación con tu hijo.

Actividades que te ayudarán para orientar mejor a tu hijo profesionalmente

Si además prefieres practicar con algunos de estos ingredientes, te proponemos las siguientes **actividades que te ayudarán para orientar mejor a tu hijo profesionalmente:**

1. Mi línea del tiempo profesional

Coge lápiz, papel y goma y realiza una línea del tiempo profesional. Marca las fechas y eventos más significativos desde el momento en que recuerdes algún hecho que ha podido ir marcando tus decisiones. Este ejercicio nos hace más conscientes y nos prepara para acompañar. Además, puedes compartirlo con tu hijo, como el que revisa un álbum de fotos. A la luz de este capítulo y de esta guía, no se trata de dar consejos, sino de saber que ahora él está empezando, o ya ha empezado a construir su propio álbum.

2. Nuestro momento

Cuando lo veáis oportuno, aprovechad situaciones cotidianas para dialogar. Es fundamental que vuestro hijo encuentre el espacio para compartir con vosotros cómo se siente y qué piensa en relación con su futuro profesional y personal. En los chicos con AA.CC. el valor de este tipo de comunicación se multiplica.

Qué actividades podéis facilitar a vuestro hijo para que realice

Para finalizar, las siguientes actividades ayudarán a tu hijo para orientarse profesionalmente:

113

1. Explorando el terreno, descubriendo oportunidades

Puede resultar positivo favorecer el encuentro de tu hijo con otros chicos con talento. Existen diferentes tipos de campamentos, talleres, etc., a partir de los cuales puede experimentar y acercarse a otras realidades con chicos de su edad. También puede explorar a través de la lectura de novelas o biografías de personas que le resulten interesantes; por ejemplo, personas con desarrollos profesionales atípicos o simplemente de su interés. Será importante que, en función de la edad, vosotros podáis acceder a revisar las fuentes de información que utilizan.

2. LifeLong Notes o mi cuaderno de viaje

Animarle a escribir o grabar notas sobre sus ideas, emociones, experiencias, sucesos que le impacten, sueños, preguntas, proyectos, personas con las que se encuentra bien o que le gustaría conocer, etc. Esta actividad puede ser útil para reflexionar en momentos críticos, pues releer sus propias anotaciones le puede ayudar en sus elecciones.

3. Momentos «zen»

Practicar algún tipo de técnica de relajación y toma de conciencia sobre el «aquí y ahora» puede incrementar la capacidad a la hora de afrontar situaciones otorgándole autonomía en sus decisiones. Además el nivel de activación tanto intelectual como vital en personas con AA.CC. suele ser alto, y esto puede dificultar los momentos de encuentro con uno mismo y de tranquilidad interior que necesitamos para tomar decisiones importantes.

PARA PROFUNDIZAR RECOMENDAMOS

Libros recomendados

Romagosa, M., *Las necesidades emocionales en niños con Altas Capacidades*, Málaga, Aljibe, 2013. Otra forma de acercarse a la realidad de las Altas Capacidades teniendo en cuenta el mundo emocional. Considera las emociones como protagonistas de nuestras decisiones profesionales y en nuestra vida. Este particular enfoque también puede resultar interesante para los padres.

Sanz, C., *La maldición de la inteligencia*, Barcelona, Plataforma, 2014. La autora escribe sobre las personas superdotadas, sus características y las dificultades que a veces puede conllevar. Facilita un guía sobre las necesidades y algunos consejos prácticos que ayudan a comprender a las personas con Altas Capacidades.

Siaud-Facchin, J., *¿Demasiado inteligente para ser feliz?*, Madrid, Paidós, 2014. La lectura de este libro puede acercar al lector a aquellas facetas más emocionales de la persona superdotada. Además, puede ofrecer una visión práctica sobre recursos que ayuden al crecimiento personal y a la comprensión de las necesidades de una persona superdotada.

Recursos en la red

Asociación Española para Superdotados y con Talento (AEST): <<http://www.aest.es/>>.

En su página web puedes encontrar servicio de orientación, un amplio abanico de actividades en su agenda (talleres, campamentos, conferencias, etc.), además de acceso a su revista *La Estación*, especializada en el tema de la superdotación y el talento. Por último, como asociación también se encuentra comprometida con la defensa y reivindicación de los derechos de las personas de Altas Capacidades.

Consejo Superior de Expertos en Altas Capacidades: <<http://altascapacidadescse.org/>>.

Esta web puede servir de fuente fiable para profesionales y padres en busca de información técnica y actualizada sobre el tema. Se puede encontrar una Guía científica sobre las Altas Capacidades, lecturas y vídeos sobre este tema.

Centro de Renzulli para el Desarrollo del Talento: <<http://www.centrorenzulli.es/>>.

Iniciativa desarrollada en España, en colaboración con el Neag Center for Gifted Education and Talent Development de Estados Unidos. En su web se pueden encontrar numerosos servicios y recursos para una atención integral a los niños y adolescentes con alta capacidad intelectual con el fin de ayudarles a alcanzar su máximo potencial.

Neag Center for Gifted Education and Talent Development en la Universidad de Connecticut: <<http://www.gifted.uconn.edu/>>. Se trata del centro de referencia de uno de los máximos expertos en la materia, Renzulli, a nivel internacional. Su web puede ser interesante para aquellos padres o hijos más curiosos, donde podréis navegar por pestañas de recursos, publicaciones, etc.

Blog *El mundo del superdotado*: <<http://www.elmundodelsuperdotado.com/Blog.html>>. Este blog en realidad es el portal de una organización cuya directora es Carmen Sanz Chacón, psicoterapeuta entre otras titulaciones y experta en el mundo de las Altas Capacidades. Ofrece además de servicios de orientación, formación, recursos y breves lecturas de carácter divulgativo y conexión con enlaces fiables sobre el tema.

CREENA. Altas Capacidades Recursos: <<https://sites.google.com/a/educacion.navarra.es/banco-de-recursos/>>. Página web de recursos educativos, especialmente dirigida a docentes o profesionales del mundo educativo. Sin embargo puede ser un referente para padres, ya que se puede acceder a enlaces de interés como asociaciones, revistas, ejemplos de buenas prácticas, etc.

Revista *Imagine*, del Johns Hopkins Center for Talented Youth: <<http://cty.jhu.edu/imagine/>>. Ejemplo internacional de formas de exploración de la carrera, oportunidad de encuentro intelectual con otras personas de Altas Capacidades, a través de una publicación que pretende animar a que los jóvenes exploren sus ideas. A nivel internacional, se pueden explorar centros especializados en alumnos con talento. Éste sería un ejemplo de ellos.

115

Referencias bibliográficas

Colangelo, N., y Wood, S. M., «Counseling the Gifted: Past, Present, and Future Directions», *Journal of Counseling & Development*, 93, 2, 133-142, 2015.

Muratori, M. C., y Klose, C., «Guiding the Talent and Career Development of the Gifted Individual», *Journal of Counseling & Development*, 93, 2, 173-182, 2015.



SARA LOZANO SANTIAGO (Granada, 1977)

Psicopedagoga, es Doctora en Ciencias de la Educación, especializada en Orientación Profesional y Educativa. Con experiencia docente e investigadora en el ámbito universitario, continúa realizando colaboraciones docente con la universidad (UNED-Máster de Formación del Profesorado de Secundaria, Especialidad de Orientación Educativa), y es orientadora de Secundaria en el Colegio Nuestra Señora del Recuerdo (Jesuitas, Madrid).

¿Cómo se puede convertir la transición de la etapa escolar a la etapa adulta de manera que nos permita contar con oportunidades para alcanzar una mayor autonomía e independencia de vuestros hijos con discapacidad? ¿Cómo abordar con éxito su Orientación Profesional?

ARÁNZAZU GARAY-GORDOVIL CASANOVA

8. Orientación Profesional en personas con discapacidad intelectual: De la etapa escolar a la vida adulta

Crisis, oportunidad y reto

116

Un cambio de etapa es una crisis, un momento de incertidumbre, de miedo, de preocupación, pero, no lo olvidemos, también de ilusión. Una crisis es una nueva oportunidad para crecer que nos ofrece la vida.

Después de todos estos años de experiencia profesional, como maestra y orientadora, y además como madre de cuatro hijos, uno de ellos con discapacidad, puedo confirmar que la vida de una familia se parece a una sucesión de etapas que nos enfrentan a nuevos retos que resolver.



Los 10 aprendizajes clave para el futuro laboral de vuestros hijos

117

- 1** *Habilidades de comunicación*
- 2** *Conocimientos escolares: habilidades instrumentales, cultura, gusto por aprender, curiosidad*
- 3** *Gestión de la información y competencia digital*
- 4** *Capacidad de autodirección: planificar, reflexionar, valorar las consecuencias, tomar decisiones*
- 5** *Capacidad de cuidado personal: salud, seguridad, higiene*
- 6** *Competencias sociales: habilidades sociales básicas, responsabilidad, petición de ayuda, seguimiento de normas*
- 7** *Competencias emocionales: regulación emocional, empatía, autoconocimiento, autoestima, motivación*
- 8** *Autonomía en el hogar*
- 9** *Autonomía para la vida en comunidad: utilización del transporte, gestión del dinero, utilización de recursos comunitarios*
- 10** *Competencias sociolaborales básicas: puntualidad, esfuerzo sostenido, interés por el trabajo bien hecho, revisión de la tarea y detección de errores*

Cuando nos referimos a la teoría del ciclo vital familiar, hablamos de crisis como de un momento de cambio, de una situación de desequilibrio del sistema familiar. Pero también podemos pensarlo como un conjunto de retos que afrontar para salir fortalecido una vez que hayamos recobrado el equilibrio perdido.

Esta situación, que sucede en todas las familias, ocurre quizá con más intensidad y esfuerzo, con una carga mayor de tareas, con más dudas y miedos, y a veces con menos opciones, en las familias que cuentan con un hijo con una discapacidad, ya sea sensorial, motriz, intelectual o del desarrollo.

El reto de tomar decisiones: tener información clara y concisa, poder hacer y hacerse las preguntas adecuadas

118

Si pretendemos lograr una cultura más compleja, rica en valores contrastados, debemos reconocer toda la gama de potencialidades humanas, y urdir así un tejido social menos arbitrario en el que cada talento humano pueda hallar su lugar apropiado.

MARGARET MEAD, *Sexo y temperamento en tres sociedades primitivas*

Para las familias con un hijo con discapacidad la información clara y concisa es fundamental. Se enfrentan a multitud de decisiones entre las diversas opciones que el sistema educativo ofrece. No hay opciones buenas ni malas, y en ocasiones la emoción que invade a los padres es de mucha ansiedad y preocupación: ¿Estaré tomando la decisión más adecuada? Optando por este camino, ¿estaré contribuyendo a lograr el máximo desarrollo de las capacidades de mi hijo?

Tomar decisiones implica siempre ordenar información y valorarla. En este punto pretendo ofrecer algunos datos importantes que debemos tener en cuenta, pero sobre todo algunas preguntas que debemos poder contestar a través de los servicios

de orientación de nuestro centro escolar y de los profesionales del sector educativo y de los servicios sociales con los que contemos.

En la tabla siguiente podemos apreciar la ordenación de las medidas de atención a la diversidad que se establecen con carácter general para la Educación Secundaria Obligatoria (ESO) según vienen reguladas por la LOMCE.

Situémonos al margen del momento político y la ley educativa vigente y analicemos la estructura de la enseñanza de educación especial en nuestro sistema educativo. Lo primero que apreciamos es que se ha mantenido abierta una doble modalidad en la escolarización de los alumnos con discapacidad: una modalidad ordinaria y una modalidad especial. Aunque la recomendación general siempre es optar por la enseñanza ordinaria, éste es un derecho de elección de los padres, por eso el sistema prevé una modalidad educativa especial para aquellos alumnos que tienen una discapacidad permanente y que requieren de unos apoyos que la educación ordinaria no puede ofrecer.

Medidas de atención a la diversidad en la ESO

Consejo Orientador	Informe: Grado de objetivos y competencias. Propuesta de itinerario formativo al final de cada curso.
Promoción	Repetición: Una sola vez en cada curso y un máximo de dos veces en cada etapa. Si al llegar a 4º de la ESO no se ha repetido, podrá repetirse dos veces. Tener suspensas las asignaturas instrumentales (lengua y matemáticas) es causa de repetición.
Programas de mejora del aprendizaje y el rendimiento	A partir de 2º de la ESO (sustituye a la Diversificación Curricular): Derivación tras una evaluación psicopedagógica y con autorización familiar. Destinatarios: • Alumnos que han repetido una vez • En 2º o en 3º tienen graves dificultades para promocionar Diseño curricular sujeto a la regulación de las CC.AA.
Orientación para 4º de la ESO	Itinerario 1: enseñanzas académicas para la iniciación al bachillerato Itinerario 2: enseñanzas aplicadas para la iniciación a la formación profesional
Formación Profesional Básica	Sustituye a los PCPI (Programas de Cualificación Profesional Inicial) Destinatarios: • Alumnos de entre 15 y 17 años • Han cursado 3º de la ESO • Excepcionalmente 2º de la ESO • No están en situación de promocionar ni lograr el Graduado 14 títulos de nivel 1 de cualificación profesional Diseño curricular mixto: académico + iniciación oficio

Estructura de la enseñanza en educación especial

EBO	• Etapa mínima de 10 años • Mixta: EP y ESO • Contenidos principalmente de EP
TVA	Finalidad: autonomía e integración social Alumnos de 16 hasta 21 años Ámbitos: • Autonomía personal en la vida diaria • Integración social y comunitaria • Orientación y Formación Profesional
PPME	Sustitución PCPI para alumnos con NEE: Criterios de los programas de Formación Profesional Básica pero adaptados: • No haber superado la ESO • Haber cumplido 16 años • Diagnóstico de discapacidad • Dos cursos pudiendo ampliarse a uno más • Límite de 21 años

Nota: Pueden combinarse los programas de TVA y los PPME siempre y cuando el alumno ingrese en PPME no más tarde del año en que cumple 19 años.

120

Como podemos apreciar en la tabla precedente, la estructura de la enseñanza de los centros de educación especial es diferente a la educación ordinaria y se configura mediante estos tres programas: Educación Básica Obligatoria (EBO), Transición a la Vida Adulta y Activa (TVA) y los Programas Profesionales Modalidad Especial (PPME).

El debate acerca de las ventajas y desventajas de cada uno de estos modelos sigue abierto y no es mi objetivo ahondar en él o tratar de resolverlo. Por el contrario sí me parece importante reflexionar, al margen de la modalidad, sobre algunos elementos clave de calidad educativa que pueden y deben estar presentes en cada

una de las opciones. Para ello os presentamos algunas cuestiones que como padres podéis considerar a la hora de elegir la opción de centro más adecuada para atender la discapacidad de vuestro hijo, organizadas en tres campos:

- El Proyecto Educativo
- Los recursos humanos y materiales
- La accesibilidad

Además es importante destacar los aprendizajes clave que pueden facilitar su inclusión futura en el mundo laboral.



CUESTIONES PARA PREGUNTAR - PREGUNTARSE SOBRE EL PROYECTO EDUCATIVO

El Proyecto Educativo de Centro, ¿prima los aprendizajes significativos y funcionales frente a modelos más tradicionales que tratan de transmitir contenidos?

¿Es un modelo basado en el desarrollo de competencias o basado en el conocimiento?

¿Se busca y valora la cooperación en el aprendizaje?

¿Se entiende la diversidad como un valor y no como una dificultad que afrontar?

¿Se explica la diversidad como un hecho connatural al ser humano y no como una característica de unos pocos?

¿Se prima la excelencia en el proceso y no tanto en el resultado?

¿Hay un currículo que potencia la participación activa del alumnado, su autonomía y su responsabilidad?

¿Se recoge en el Proyecto Educativo la importancia de trabajar por la calidad de vida del alumno y su familia?

¿Se alienta la innovación educativa, la reflexión del docente?

¿Se busca la participación activa de las familias en la vida del centro?

¿Se mantienen altas expectativas sobre la capacidad de aprender de todos los alumnos?

¿Se proponen a los alumnos retos asumibles, equilibrando lo repetitivo con la novedad?

¿Se buscan actividades que tengan relación con las principales habilidades para hacerse adulto: tomar decisiones, escuchar a otros, cooperar con otros, tomar responsabilidades, autoevaluarse, ser autónomos, poder equivocarse, elegir...?

¿Existe flexibilidad y permeabilidad entre los diferentes itinerarios propuestos?

No quiero terminar este apartado sin considerar la inseguridad que produce la toma de decisiones sobre la modalidad educativa, sobre las medidas de atención a la diversidad y sus repercusiones. Lo cierto es que las familias siempre dudamos o pensamos que quizá la otra opción podría haber sido mejor. Lo principal es que no perdamos nunca de vista que no existen opciones malas ni opciones buenas. **Nues-**

tro objetivo ha de ser el de garantizarnos una enseñanza de calidad y aprendizajes imprescindibles, tanto si hemos escogido la modalidad ordinaria como la especial. Animo desde aquí a las familias a vivir la decisiones como caminos de ida y vuelta, que no tienen por qué ser excluyentes ni irreconciliables, ni mucho menos eternos. Las decisiones pueden ser flexibles y reversibles.

Más allá de la etapa escolar

La Convención Internacional de Derechos de la Persona con Discapacidad plantea la formación y la Orientación Profesional como un derecho fundamental para garantizar la inclusión plena de las personas con discapacidad en la sociedad. En ella se recuerda a los países miembros que deben garantizar una educación a lo largo de la vida que promueva el desarrollo del talento y la creatividad, su dignidad, personalidad y autoestima y todas sus aptitudes mentales y físicas. La Orientación Profesional se define como «un proceso continuo que permite a los ciudadanos a cualquier edad y a lo largo de sus vidas, determinar sus capacidades, competencias e intereses, tomar decisiones y gestionar el recorrido de su vida» (Resoluciones del Consejo Europeo).

Me detengo en estas cuestiones porque, a menudo, la Orientación Profesional de las personas con una discapacidad resuelve la tensión que supone elegir entre la función material del trabajo (satisfacer necesidades básicas) y la función expresiva más relacionada con el bienestar per-

sonal y la autorrealización, optando por la primera.

Una vez que las personas con discapacidad han finalizado la etapa escolar, el proceso de Orientación Profesional supone, al menos tradicionalmente, un ajuste de expectativas sobre sus posibilidades laborales y un entrenamiento en tareas relacionadas con la demanda del puesto de trabajo.

Pero no debemos olvidar que la formación prelaboral desde el respeto a su vocación, a sus deseos y preferencias, es un derecho de las personas con discapacidad y una condición que posibilita su autodeterminación. **Nuestros hijos pueden tener una discapacidad, pero seguro que también tienen sus potencialidades, sus capacidades, sus deseos y anhelos, en definitiva, su vocación.**

Recuerdo a un alumno con Síndrome de Down y una importante disfemia o tartamudez que dejaba de trabarse al contar un cuento o cantar una canción a un niño; anhelaba cuidar de pequeños en una escuela infantil.

En este sentido, las familias, una vez finalizada la etapa escolar, os encontráis con que las opciones se reducen llamativamente, puesto que por lo general los espacios de formación prelaboral (Universidad, Formación Profesional y Formación Profesional Dual) no son accesibles, en el amplio sentido de la palabra ACCESIBILIDAD, para vuestros hijos. Además los padres pueden sentir prisas por encontrar una salida laboral segura que les garantice cierta estabilidad, atención y seguridad.

El resultado es que entre unos y otros a veces aceleramos un proceso de inserción laboral sin escuchar ni respetar las elecciones, intereses o potencialidades de vuestros hijos o alumnos con discapacidad.

No perdamos de vista que se trata de un momento clave en el que debemos explorar todas las opciones formativas que les ayuden a desarrollar un nivel de cualificación profesional lo más alto posible que sí se convierta en una garantía futura de integración social y estabilidad laboral.

Son muchas las entidades que están dando respuesta a esta necesidad de los jóvenes con discapacidad y, por ello, es siempre recomendable para una familia con un hijo con discapacidad estar vinculada a una asociación o fundación. Desde luego que en el momento de terminar la etapa escolar resulta imprescindible.

Éstas son, actualmente, las entidades que están apoyando a los jóvenes con una discapacidad a que puedan seguir sus estudios en un entorno normalizado o las

que proponen opciones formativas alternativas.

En este aspecto no debéis conformaros con cualquier formación, pues tenéis que buscar opciones que:

- Dignifiquen socialmente a vuestros hijos.
- Faciliten variedad de opciones a elegir, buscando dar respuesta a las diferentes vocaciones o intereses y formando en competencias específicas para diversos entornos profesionales.
- Promuevan planes de estudio con un enfoque competencial y en el que las prácticas laborales estén garantizadas.
- Continúen con un currículo que mantenga y aumente las competencias clave para la transición a su vida adulta: competencias emocionales, competencias sociales, competencias laborales, conocimientos, autonomía, autodirección, cuidado de uno mismo...
- Favorezcan las relaciones sociales y la integración en entornos con otros jóvenes sin discapacidad.

Buscad un tiempo para reflexionar sobre la vocación de vuestro hijo, sobre sus puntos fuertes. Preguntadle: «¿Qué quieres ser de mayor?», igual que preguntáis a vuestros hijos sin discapacidad.

El reto de la mirada: nuestros hijos con discapacidad son hijos con capacidades diferentes

Recuerdo con placer la lectura de un libro, *El poder de la neurodiversidad*, de Thomas Armstrong que recomiendo a todas las familias que tengan un hijo con discapacidad como también a los profesionales que trabajan con ellos.

La mirada hacia las personas con discapacidad ha ido cambiando a lo largo de los años y cada vez somos más conscientes de sus capacidades, de sus potencialidades. Una visión médica y basada en el déficit ha sido abandonada en favor de una visión ecológica centrada en el funcionamiento real de la persona y en los apoyos que la persona necesita para desarrollar su plan de vida.

El reto como padres de un hijo con discapacidad está en descubrir sus capacidades como persona y potenciarlas. Además,

debéis construir un entorno que promueva los apoyos necesarios para que consigan su autonomía, es decir, permitirles su autodeterminación. Escuchad los intereses que puedan mostrar y buscad sectores de actividad y de formación relacionados con esas potencialidades e intereses.

Pero no solamente se trata de algo externo a la familia, sino también de nuestro clima y escenario educativo familiar. Construyamos un contexto familiar que tenga también los **ingredientes** que les permitan **desarrollarse como adultos**:

 Equilibrio en las exigencias: en ocasiones somos exigentes en temas en los que tienen más dificultades, pero en cambio en otros somos sobreprotectores.

CUESTIONES PARA PREGUNTAR - PREGUNTARSE SOBRE LOS RECURSOS DEL CENTRO

¿Hay recursos humanos y materiales suficientes y organizados para ofrecer los apoyos necesarios a aquellos alumnos que lo necesiten?

¿Se promueve el uso de las TIC como herramienta de aprendizaje de forma coherente e integrada en el currículo?

¿Se proporcionan multitud y variedad de recursos materiales y experiencias al alumnado para su aprendizaje?

¿Se aprovechan los recursos del entorno como oportunidades de aprendizaje?

- Es importante no infantilizarles, tratarlos de acuerdo a su edad.
- Darles responsabilidades.
- Respetar su intimidad.
- Permitir que se equivoquen y que vivan las consecuencias buenas o malas de sus propias decisiones.
- Apoyar sus elecciones.
- Devolverles seguridad y una imagen positiva de sí mismos.
- No favorecer ensoñaciones poco realistas pero animarles a tener sueños y motivaciones.

El reto del empleo

125

El empleo para las personas con discapacidad, para vuestros hijos jóvenes que desean integrarse en el mundo laboral y poder así conseguir su autonomía e independencia adulta, se mueve en un vaivén entre modelos más protegidos y modelos ordinarios.

Los Centros Especiales de Empleo son empresas que tienen un mínimo del 70% de sus trabajadores certificados con una discapacidad y, por lo tanto, cuentan con una unidad de apoyo que facilita el desempeño profesional de sus trabajadores, adaptando el puesto y las tareas de tal manera que resulte accesible y posible la pro-

ducción en términos empresariales. Pero también es posible la integración en un puesto de trabajo dentro de una empresa ordinaria gracias a entidades que, a través de la metodología de empleo con apoyo, logran el ajuste entre las demandas del puesto de trabajo y el perfil del empleado con discapacidad. Por último, para aquellos jóvenes con discapacidad que necesitan una mayor cantidad de apoyos largos en el tiempo y constantes contamos con los Centros Ocupacionales. La labor como padres y profesionales es garantizar que, independientemente de cualquiera de las opciones descritas, vuestro hijo pueda:

- Seguir aprendiendo y desarrollándose.
- Formar parte de un modelo permeable y flexible que le permita ir buscando el mejor sitio en función de cada etapa.
- Enfrentarse a retos y actividades variadas y motivadoras.
- Trabajar respetando sus elecciones.
- Promover su calidad de vida y la de su familia.

En mi tarea como orientadora de jóvenes con discapacidad y sus familias me encuentro con frecuencia con padres que se preocupan por la modalidad de empleo más adecuada, es decir, aquella que pueda seguir suponiendo un reto y un contexto de estimulación y vida, la que le lleve a seguir aprendiendo y desarrollándose. Estoy firmemente convencida de que cada uno de los jóvenes a los que acompaño en su formación y Orientación Profesional se

enfrenta a un largo camino que no tiene por qué ser siempre el mismo para todos ellos. Cada uno, en cada momento, puede necesitar y optar a un empleo en modalidades diferentes según sus potencialidades y circunstancias. Nadie mejor que vosotros conoce a vuestro hijo y siempre vosotros, los padres, seréis su punto de referencia ante cualquier decisión. En definitiva, vuestro acompañamiento y consejo son insustituibles.

126

CUESTIONES PARA PREGUNTAR - PREGUNTARSE SOBRE LA ACCESIBILIDAD

¿Se han eliminado las barreras arquitectónicas?

¿Se procura favorecer la accesibilidad cognitiva a través de la estructuración del entorno, de las ayudas visuales o de la lectura fácil?

¿Se facilita la eliminación de barreras para la comunicación?

¿Se buscan oportunidades y experiencias en las que todos los alumnos tengan algo que aportar?

¿Se facilitan formas con las que trabajar los contenidos para todos los alumnos?

PARA PROFUNDIZAR RECOMENDAMOS

Libros recomendados

Armstrong, Thomas, *El poder de la neurodiversidad*, Madrid, Austral, 2012. Este libro os descubrirá las extraordinarias capacidades que se ocultan tras el autismo, la hiperactividad, la dislexia y otras diferencias cerebrales. El poder de la neurodiversidad presenta un enfoque radical, positivo y oportuno que os hará cambiar vuestra percepción de las personas con una discapacidad.

Pineda, Pablo, *El reto de aprender*. Madrid, San Pablo, 2013. Pablo Pineda ha sido el primer europeo con Síndrome de Down en obtener un título universitario. En este libro, en el que reflexiona sobre la educación, la enseñanza y el aprendizaje, relata su propia vivencia de la discapacidad en el entorno educativo.

127

Recursos en la red

Guía de recursos para alumnado con discapacidad, editada por el Servicio de Necesidades Educativas Especiales del MECD: <<http://www.mecd.gob.es/dms-static/66d774ca-df8c-4b9a-bb30-36b33297ee63/guia-discapacidad-cermi-pdf.pdf>>.

Portal de la fundación UNIVERSIA, dedicada a promover la formación y el empleo de personas con discapacidad: <<http://fundacionuniversia.net/inicio.html>>.

Grandin, Temple, *El mundo necesita de todo tipo de mentes*: <http://www.ted.com/talks/temple_grandin_the_world_needs_all_kinds_of_minds?language=es>. Se trata de una charla TED de Temple Grandin, una de las más reconocidas científicas especialista en Zoología, que además tiene Trastorno de Asperguer.



ARÁNZAZU GARAY-GORDOVIL CASANOVA (Madrid, 1978)

Maestra y psicopedagoga. Profesora de Psicología de la Educación e Investigadora en la Cátedra de Familia y Diversidad: Telefónica-Fundación Repsol-Down Madrid de la Universidad Pontificia Comillas. Coordinadora de formación en la Fundación Síndrome de Down de Madrid. Presidenta de la Fundación Alas. Cuenta con más de quince años dedicados a facilitar la promoción e inclusión de personas con discapacidad en la sociedad.

Cuando vuestros hijos entran en la adolescencia empiezan las dudas. ¿Por qué ya no les entendéis como antes? ¿Por qué ahora se comportan con vosotros de otra manera?

ISABEL LÓPEZ FLORINDO
GONZALO AZA BLANC

128

9. Vuestro hijo adolescente: ¿Le conocéis?

La adolescencia es principalmente una época de cambios. Es la etapa que marca el proceso de transformación del niño en adulto, es decir, un período de transición que tiene características peculiares. Se llama adolescencia, porque sus protagonistas son jóvenes que aún no son adultos pero que ya no son niños. En esta etapa descubrimos la propia identidad (identidad psicológica, identidad sexual...) así como la autonomía individual.

Las 8 claves sobre la adolescencia

- 1** *La adolescencia no ha de deshacer la convivencia familiar, sino que debe entenderse como una transformación.*
- 2** *Cuando son niños el cariño y el apoyo de los padres es fundamental. A partir de la pubertad, su importancia es igual o superior.*
- 3** *Los adolescentes buscan, en algún momento, ser diferentes a los padres. Esto les ayuda a crecer.*
- 4** *Que nuestros hijos intenten «romper» con nuestras ideas, no se debe tanto a llevar la contraria, sino que lo hacen para establecer esa diferencia con el fin de crearse una imagen de sí mismos distinta.*
- 5** *Es muy importante mantener abierta una vía de comunicación, no de sermón sino de escucha.*
- 6** *El diálogo con los hijos es una gran herramienta para la tarea educativa y será el principio de una buena relación entre adultos.*
- 7** *Si tomamos todas las decisiones por él estaremos ahorrando tiempo pero no le enseñaremos que es capaz y que puede elegir, que se trata de su propio camino.*
- 8** *Tomar decisiones sobre un futuro incierto da miedo, es normal; sólo tenemos que ayudarles a avanzar, pero por su propio camino.*



Vuestro hijo adolescente:
¿Le conocéis?

Para leer cuando nos toca acordarnos de lo que es y lo que no es ser buenos padres

Te di la vida,
PERO NO PARA VIVIRLA POR TI.

Puedo enseñarte muchas cosas,
PERO NO PUEDO OBLIGARTE A APRENDER.

Puedo dirigirte,
PERO NO SIEMPRE ESTARÉ PARA GUIARTE.

Puedo darte libertad,
PERO NO PUEDO RESPONSABILIZARME POR LO QUE HACES CON ELLA.

Puedo inculcarte la fe,
PERO NO PUEDO OBLIGARTE A CREER.

Puedo instruirte en lo malo y lo bueno,
PERO NO PUEDO DECIDIR POR TI.

Puedo darte amor,
PERO NO PUEDO OBLIGARTE A ACEPTARLO.

Puedo enseñarte a compartir,
PERO NO PUEDO EXIGIR QUE SEAS BONDADOSO.

Puedo aconsejarte acerca de las buenas amistades,
PERO NO PUEDO ESCOGÉRTelas.

Puedo educarte sobre el sexo,
PERO NO PUEDO MANTENERTE IMPECABLE.

Puedo hablarte acerca de la vida,
PERO NO PUEDO EDIFICARTE UNA REPUTACIÓN.

Puedo hablarte acerca de las drogas,
PERO NO PUEDO EVITAR QUE LAS USES.

Puedo exhortarte acerca de la necesidad de tener metas,
PERO NO PUEDO ALCANZARLAS POR TI.

Puedo enseñarte de la caridad,
PERO NO PUEDO OBLIGARTE A COMPARTIR.

Puedo explicarte cómo vivir,
PERO NO PUEDO DARTe LA VIDA ETERNA.

Te transmití la vida,
PERO TU VIDA TE PERTENECE Y HARÁS CON ELLA LO QUE QUIERAS.

Yo sólo puedo y quiero
AMARTE INCONDICIONALMENTE DURANTE TODA MI VIDA.

KALHIL GIBRAN

¿Quién es el adolescente?

Cuando nos detenemos a pensar en la adolescencia, miles de estereotipos se nos vienen a la cabeza: «la edad del pavo», «el acné», «la fiesta y los amigos», «los primeros amores»... Parece que para los adultos la adolescencia es una época donde nuestros hijos dejan de ser los niños que eran y comienzan a comportarse a modo *carpe diem*.

Ya no nos hablan de todo como antes, se encierran en su cuarto, mantienen una mayor comunicación con su teléfono móvil que con el resto de la familia, y esto nos desespera. Da la impresión de que la vida del adolescente es fácil, casi cómoda. Al fin y al cabo sólo tienen que estudiar, todo lo demás es ocio para ellos.

Pero no nos equivoquemos. ¿A cuántos de nosotros, los adultos, nos gustaría volver a los 13 o 15 años? Eso significaría regresar a la incertidumbre: ¿Soy ya mayor o todavía no? ¿Debo obedecer a los padres o hacer lo que yo estime correcto? ¿Puedo confiar en mis límites o no soy todavía capaz de controlar los porros, el alcohol, la diversión o las peleas? ¿Qué debo explicar a mis padres y qué secretos puedo guardarles? ¿Debo estudiar Ingeniería como mi padre o puedo estudiar Bellas Artes que es lo que me gusta? ¿Podrán pagar estos estudios, esta universidad...? Además, la sociedad se empeña en difundir una imagen conflictiva de los adolescentes, asociada a la violencia y a las drogas. Esta imagen negativa termina suscitando una actitud de miedo y rechazo a esta etapa vital y eso puede generar una comunicación más problemática al intentar entenderlos con vuestros hijos adolescentes.

Para un chaval de 12 años comienza un camino difícil, un camino en el que deberá tomar decisiones cuando hasta entonces estaba acostumbrado a que los padres estuvieran ahí para señalarle la decisión correcta siempre. Por ejemplo, algo tan sumamente cotidiano como «¿qué ropa me pongo hoy?». Muchas adolescentes invierten un tiempo cada noche o cada mañana antes de las clases en planificar su atuendo porque en esta etapa adquiere un significado nuevo (la aceptación por el grupo de iguales). En definitiva, comienzan a tomar decisiones que irán teniendo cada vez más relevancia para su vida futura: desde los amigos, el novio, las asignaturas optativas del próximo curso u otras elecciones de mayores consecuencias. ¿Estudio un Ciclo de Formación Profesional o voy a la Universidad? Se trata de decisiones que modelan una vida que están empezando a protagonizar ellos mismos.

131

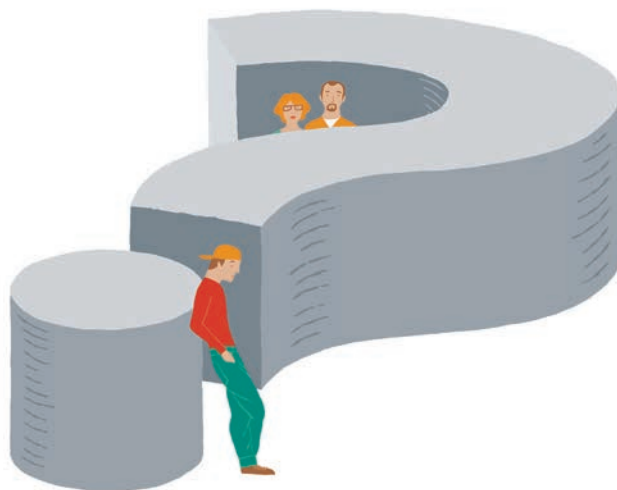


Vuestro hijo adolescente:
¿Le conocéis?

Los padres y su adolescencia

Pero para los padres no es fácil adaptarse a esta etapa donde comienza a aparecer una pequeña (y a veces no tan pequeña) personita con voz propia que no necesita ya de la nuestra para saber lo que decidir (lo que le gusta o no de nuestra casa, lo que le apetece o no como plan de fin de semana, sus intereses...). Tenemos que comenzar a conocerlos, porque ahora son ellos quienes comienzan a conocerse a sí mismos. Además sufrimos por sus decisiones fallidas y rememoramos con añoranza nuestras propias «batallitas» adolescentes. Pero ¿no veis lo diferentes que son de vosotros como adultos, aun en relación con vues-

tra adolescencia? Para empezar, debemos partir de la base de que el contexto social de ahora es más complejo: hoy no tienen el mismo valor las cosas que ayer lo tenían. Sin duda, hacerse adulto en esta sociedad es más complicado que en otras, al igual que muchos padres tienen que enfrentarse como adultos a nuevos retos y dificultades que antes no existían. Desde luego que es un mundo más cómodo y con más recursos, pero también con menos seguridad y más dificultad para tomar decisiones de cara al mañana: hay una gran diversidad de opciones y los cambios son cada vez más rápidos.



Lo difícil de llegar a ser uno mismo

Permitir que los hijos crezcan en su autonomía personal resulta una de las tareas más difíciles de la paternidad. Dejar que elijan los amigos con los que salen, el plan para el fin de semana, las asignaturas que escogen para el próximo curso... Permitirles crecer resulta algo casi incómodo, pues, si todo sale bien, se van despegando, van saliendo de debajo de la alita como el pollito de su mamá gallina. Ya no decidimos por ellos, sino que estamos para ellos y con ellos. Pero aun así, siempre nos invade la incertidumbre, la duda eterna de todos los padres desde que el mundo es mundo: «¿Lo estaremos haciendo bien?».

Al darse de manera natural ese proceso de «despegarse de los papás», muchos afirman que los adolescentes son como unos «extraterrestres» para el ojo del adulto. Aunque esta percepción se deba, probablemente, más bien a que nosotros, los adultos, a veces olvidamos que también fuimos adolescentes. A poco que hagamos memoria, recordaremos que por entonces empezábamos a omitir determinada información sobre nuestra vida a nuestros padres del mismo modo que ellos hacen con nosotros; comenzamos a cuestionar las opiniones de los mayores para poder crear nuestras propias ideas y a afirmar nuestra propia identidad. Ese proceso de «enrarecernos» con respecto a nuestros padres es sumamente necesario para crear nuestro propio YO, nuestra identidad.

Estamos seguros de que ya has comprobado que tu hijo se vuelve más reservado, más independiente y autónomo. No olvides, pues, que esa actitud es necesaria para que el proceso de «despegarse» se



133

lleve a cabo. A este proceso lo llamamos **diferenciación**. Dejamos de ser los grandes sabios que resolvían todas sus dudas («Papá, ¿por qué las nubes flotan?»; «Mamá, ¿de dónde viene la nieve?»), y pasamos a ser tan sólo aquellos adultos que lo único que quieren es sonsacar algo de información sobre su vida, y de los que pueden enumerar miles de críticas («¡Pues los padres de fulanito le dejan hasta las once de la noche!»).

A veces, diferenciarse de los padres resulta un proceso complejo porque al adolescente semejante transformación puede provocarle sensaciones de miedo o inseguridad. Otras, el desarrollo queda obstaculizado por la dificultad que los adultos, como padres, tenemos para dejarles crecer

DIFERENCIACIÓN:

Capacidad de la persona para distinguir entre emociones y pensamientos de uno mismo y de los demás, gestionando la intimidad con el otro siendo autónomo.

Vuestro hijo adolescente:
¿Le conocéis?

134

y permitirles despegarse. Se trata del momento para cuestionarlo todo, aunque de una manera distinta a como lo hacía cuando tenía 3 años y estaba en la época del «¿por qué?». No necesita que le facilitemos la información «tal y como nosotros lo vemos», porque ya conocen de sobra nuestra opinión. Más bien precisan que les ayudemos a encontrar toda la información disponible para que puedan reflexionar y llegar a sus propias conclusiones. **Ése es nuestro papel como padres de un adolescente: ofrecerle todas las opciones.**

Un padre que muestra la diversidad de caminos que pueden elegir o que informa sobre todos los beneficios o inconvenientes de cada uno de ellos, es un padre que confía en su hijo. Y si confiamos en nuestros hijos, tomarán las decisiones de un modo más sosegado y con mayor seguridad en sí mismos, sabiendo que estaremos apoyándoles, acompañándoles en el camino «dos pasos por detrás». Y si algo sale de una forma que nadie esperaba, es decir, cuando las cosas «vengan mal dadas», estaremos ahí de manera incondicional.

En toda esta etapa vital, los adolescentes pasan por pequeñas «crisis»

Por lo tanto, **nuestra función** cambia: ahora debemos estar dispuestos a poder perder, a dejar de ser imprescindibles y a cambiar de rol. Pero **¡cuidado!**: tampoco es cuestión de ser colegas. **Vuestro hijo tiene muchos amigos; padre, uno solo.**

donde parecen volver a buscar a los padres para que les ayuden a resolverlas o, por el contrario, se quedan como estatuas sin mover un músculo fantaseando con que la crisis desaparecerá sola. Un claro ejemplo de estas «crisis» se produce cuando toca escoger optativas y, sobre todo, cuando se enfrentan a la elección del futuro académico-profesional. Cuando se les plantea «¿qué quieres estudiar tras 4º de la ESO?» o «¿qué quieres estudiar cuando termines el Bachillerato?», caen en la cuenta de que lo que digan determinará su camino a partir de entonces, y el futuro, como bien hemos aprendido los adultos, es completa incertidumbre. Algo que para un adolescente es horrible y da miedo.

¿Debería mejorar para facilitar el proceso de diferenciación de mi hijo?	Sí	No
1. Pensé qué asignatura optativa sería mejor para él y lo matriculé sin consultarle.		
2. Le ofrezco la información sobre los distintos estudios que podría realizar (no sólo lo que a mí me gustaría que realizase).		
3. Le he preguntado qué le gustaría estudiar.		
4. Casi siempre suelen aburrirle mis opiniones... (tal vez sea demasiado sermón).		
5. Intento hacerle sentirse escuchado y que participe con sus opiniones en las conversaciones familiares.		

Para leer cuando toca soltar las amarras y... los hijos se van

Hay que aceptarlos con esa condición, hay que criarlos con esa idea, hay que asumir esa realidad.

No es que se vayan... es que la vida se los lleva.

Ya no eres su centro.

Ya no eres propietario, eres consejero.

No diriges, aceptas.

No mandas, acompañas.

No proyectas, respetas.

Ya necesitan otro amor, otro nido y otras perspectivas.

Ya les crecieron alas y quieren volar.

Ya les crecieron las raíces y maduraron por dentro.

Ya les pasó las borrascas de la adolescencia y tomaron el timón.

Ya miraron de frente la vida y sintieron la llamada, para vivirla por su cuenta.

Ya saben que son capaces de las mayores aventuras, y de la más completa realización.

Ya buscarán un amor que los respete, que quiera compartir sin temores ni angustias las altas y las bajas en el camino, que les endulce el recorrido y los ayude en el fin que quieren conseguir.

Y si esa primera experiencia fue equivocada, tendrán la sabiduría y las fuerzas para soltarlas, así, otro amor les llegará para compartir sus vidas en armonía.

Ya no les caben las raíces en tu maceta, ni les basta tu abono para nutrirse, ni tu agua para saciarse, ni tu protección para vivir. Quieren crecer en otra dimensión, desarrollar su personalidad, enfrentar el viento de la vida, a la sombra del amor y al rendimiento de sus facultades.

KALHIL GIBRAN

135

Acompañarles en su proceso de toma de decisiones académico-profesionales será una de nuestras tareas más importantes, así que debemos tener el canal de comunicación abierto para ellos. «Tener el canal abierto» implica que debemos escuchar; no les servirán nuestros consejos u opiniones, les servirá que les ofrezcamos

la diversidad y que les ayudemos a avanzar en el proceso de elección que tienen que llevar a cabo. Esta actitud de apertura debe ser aún más evidente si el asunto a tratar es el de sus opciones de continuidad de estudios y oportunidades de empleo. Para ello será importante:

- **Conocer sus intereses.** Seguro que tenemos una idea básica, pero ¿hay algo más que le interese? Podría ser que le dé vergüenza, apuro o miedo decir en voz alta cuál sería en verdad su meta o sueño. Puede que le dé miedo por la opinión de los otros, más aún si somos sus padres y teme contrariar nuestras expectativas familiares. Puede parecernos algo irreal, pero debemos escucharlo para poder acompañarle a delimitar su decisión y valorar las posibles consecuencias de las distintas alternativas.

Vuestro hijo adolescente:
¿Le conocéis?

Elena quería estudiar Trabajo Social pero en casa tenían la idea de que era una carrera de «perroflautas», que no llegaría a nada. Cuando le preguntamos a qué se dedicaban sus padres... eran ingenieros. ¿Qué le aconsejaban estudiar? Derecho.

- **La gran pregunta: cambiemos el «por qué» por el «para qué».** Si le preguntamos «por qué» será sencillo responder «porque me gusta», pero la gran pregunta es «para qué». Con ella les haremos reflexionar sobre lo que esperan conseguir de la profesión o los estudios para su experiencia vital. Si no saben contestar, será la prueba que evidencie que necesitan informarse más sobre las alternativas en su toma de decisión. Debemos evitar darles nosotros las soluciones.

136

Para poder acompañarles debemos estar preparados e informados, así que nos toca actualizarnos e investigar con profundidad sobre todo lo relacionado al tema «continuidad de estudios». Con suma probabilidad la situación habrá cambiado bastante a cuando nosotros tuvimos que decidir qué estudiar. ¡Hace ya muchos años, en 1990, que desapareció el BUP!

Algo que será muy útil, en primer lugar, es disponer de una información vocacional de calidad y contrastada, saber qué es un Ciclo Superior de Formación Profesional, en qué consiste la Formación Profesional Dual y qué es un Grado Universitario (cuáles son, qué salidas laborales ofrecen, dónde se pueden cursar, costes...). Por lo general, los chicos suelen recibir esta información a través de los orientadores y tutores del colegio, así que debemos ir algo más allá propiciando momentos de diálogo en los que profundizar y «bucear» en toda esa in-

formación. Así podrán conocer cómo se organizan esos estudios, qué asignaturas los forman y otros aspectos prácticos que podréis aportarles desde vuestra experiencia de adultos. Cuando sepáis cuáles son las profesiones que más interesan a vuestros hijos, ya se trate de un Grado Universitario (por ejemplo, Magisterio) o un Ciclo Superior de Formación Profesional (por ejemplo, Administración y Finanzas), podremos ayudarles a decidirse valorando las ventajas e inconvenientes que pueden presentar las distintas alternativas. Es fundamental que no perdamos de vista las necesidades del mercado como otro indicador a la hora de barajar las diferentes opciones a estudiar. De esa forma, obteniendo y aprendiendo de la información que vuestro hijo necesita, estaremos colaborando con su orientador y los tutores, y recibirán también el consejo de quienes más apoyo esperan recibir: vosotros, sus padres.

PARA PROFUNDIZAR RECOMENDAMOS

Libros recomendados

Pérez, R., *Lo mejor y lo peor de la adolescencia: La buena comprensión del malestar del adolescente, una herramienta para padres y adultos*, Madrid, Cahoba, 2007. Este libro nos ayuda a profundizar sobre aspectos tratados en este artículo con ejemplos. Trata, además, aspectos emocionales de la adolescencia importantes de conocer.

Guembe, P., y Goñi, C., *Es que soy adolescente... y nadie me comprende*, Bilbao, Desclée De Brouwer, 2015. Un libro que nos acerca a aspectos de la adolescencia de manera sencilla, haciéndonos reflexionar sobre cada una de las áreas que trata.

Recursos en la red

Espacio madrileño de enseñanza superior: <www.emes.es>. Ofrece información actualizada sobre el acceso a la universidad, Enseñanzas Artísticas y Formación Profesional.

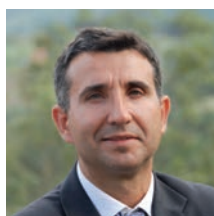
Portal web de Formación Profesional del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte: <www.todofp.es>.

137



ISABEL LÓPEZ FLORINDO (Madrid, 1989)

Máster en Psicología General Sanitaria, especialista en terapia familiar y de pareja. Experiencia como colaboradora en la Orientación Profesional de los estudiantes que participan en el Proyecto Orión.



GONZALO AZA BLANC (Madrid, 1971)

Doctor en Psicología, Profesor de la Universidad Pontificia Comillas. Director del Máster en Terapia Familiar Sistémica.

¿Cómo preparar a vuestros hijos para que puedan elegir y desarrollar bien una profesión que les haga felices? ¿Qué nos enseña la psicología que pueda ayudarles a formarse y adquirir las habilidades que necesitarán?



MARÍA PRIETO URSÚA

138

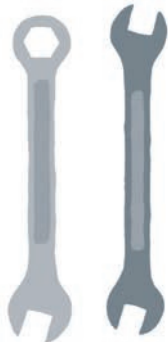
10. Herramientas básicas de psicología para orientar a vuestros hijos

Los padres no somos psicólogos ni tenemos la obligación de conocer técnicas psicológicas concretas; pero la mezcla del cariño que sentís hacia vuestros hijos y el sentido común que os proporciona vuestra experiencia es una magnífica ayuda para educarles y ayudarles a ser felices. En este capítulo vamos a aprender un poco de psicología para que podamos confirmar lo que ya sabíamos y descubrir algunos recursos nuevos y útiles.

Los 5 aprendizajes para ser felices con nuestra profesión



Aprender a esperar



Conocerse a uno mismo



Aprender a disfrutar



Aprender a relacionarnos con respeto



Aprender a situarnos ante los problemas



Llevo más de veinte años dando clases en la Universidad. Durante ese tiempo, he conocido a cientos de estudiantes que luego han pasado a ser mis antiguos alumnos. Muchos de ellos vienen a verme de vez en cuando para contarme cómo les va y a qué se dedican. En el transcurso de todos estos años he podido comprobar lo importante que es encontrar una profesión con la que sentirse a gusto, competente y necesario. He sido testigo del sufrimiento de algunos jóvenes que se encuentran estudiando una carrera que no les gusta ni les aporta nada, sólo porque su familia les ha presionado y han sido incapaces de resistirse, o porque pensaron que lo mejor era elegir una carrera con unas supuestas mejores salidas profesionales que otra por la que sí sentían interés. He conocido estudiantes que llegan a la psicología después de haber empezado otras carreras. He detectado el brillo en sus ojos y sus sonrisas cuando descubren que existe algo que les apasiona. Es el mismo brillo de los que vienen a verme y me cuentan lo mucho que disfrutaban de sus trabajos.

Lo cierto es que pasamos muchísimo tiempo en nuestro trabajo. Dedicamos a la profesión las mejores horas del día, los mejores años de nuestra vida, en concreto más de cuarenta (si todo va bien). Son demasiados años como para pasarlos a disgusto, desmotivados y hartos. Como terapeuta, he atendido a muchos pacientes con problemas de depresión que sentían que malgastaban su vida con un trabajo donde no encontraban motivación ni reconocimiento alguno, o para el que no se sentían capaces. No siempre se puede encontrar

empleo en lo que a uno le gustaría; pero siempre se puede intentar disfrutar más de lo que uno hace, tratar de hacerlo mejor o buscar motivaciones cotidianas para ayudarnos a darle un sentido a nuestra tarea.

El primer paso para la felicidad laboral es hacer una buena elección de la profesión a la que quiero dedicarme. Pero eso no es todo: luego hay que prepararse para ella y desarrollarla lo mejor posible.

Vuestros hijos están en las edades ideales para aprender lo que necesitarán después en su desempeño profesional, y vosotros, padres, tenéis el privilegio de ser los más importantes para llevar a cabo esta tarea. A veces parece que vuestros hijos ya están hechos, que ya son mayores, pero en el fondo es cuando más os necesitan. Seguro que no os lo confesarán, pero nadie duda de que es así. Os escuchan, se fijan en vosotros y les encanta que les dediquéis atención (aunque os llamen pesados) y les pongáis límites (aunque protesten).

Nuestro papel como padres es precisamente ayudarles a desarrollar sus valores, ayudarles a pensar el mundo, a forjarse su propia identidad y a fundamentar con criterio sus propias opiniones y creencias. Tenemos que aprovechar esta etapa para dejar que nos conozcan, que sepan cómo pensamos, cómo sentimos y por qué hacemos lo que hacemos. También es un buen

momento para contarles cómo les vemos y enseñarles cómo pueden llegar a ser.

En este capítulo pretendo contribuir con un pequeño granito de arena a que, dentro de unos años, vuestros hijos os hablen de su trabajo con una gran sonrisa y un bonito brillo en los ojos...

Para ello, como padres, tendréis que cultivar cinco aprendizajes fundamentales. Ayudándoles a adquirirlos, vuestros hijos sabrán tomar decisiones respetando su vocación y, más adelante, disfrutarán de un satisfactorio desempeño profesional.



141

Primer aprendizaje: aprender a esperar

Cuando nacemos, nuestro cerebro funciona de manera «primaria»: estamos diseñados para buscar el placer y evitar el dolor. Repetimos lo que nos produce satisfacción y dejamos de hacer lo que supone desagrado. Este funcionamiento es muy importante, asegura nuestra supervivencia y bienestar.

Pero en la vida a menudo necesitamos sacrificarnos a corto plazo para conseguir lo que pretendemos en un plazo más largo. Esto significa que necesitamos dejar de funcionar como niños y ser constantes, esforzarnos durante mucho tiempo para conseguir una satisfacción futura (por ejemplo, estudiar durante días para alcanzar una buena media en las notas al final de curso). La capacidad para es-

merarse y perseverar sin rendirnos por el camino, aunque a corto plazo cueste mucho, es lo que en psicología llamamos «autocontrol», y lo que comúnmente se denomina «fuerza de voluntad». Como dijo el poeta americano Emerson: «Carácter firme es aquel que puede continuar sin éxitos».

La buena noticia es que la fuerza de voluntad se aprende. Esto quiere decir que no tenemos por qué asumir de buenas a primeras que no la tenemos ni la tendremos nunca. Se puede entrenar. ¿Cuáles son las claves para enseñar a vuestros hijos a ser constantes, a ser capaces de hacer sacrificios, a funcionar con metas a largo plazo? La técnica se llama «moldeado», y responde a las siguientes pautas:

Ser realistas

Partir siempre de la realidad. Si tu hijo tiene costumbre de estudiar durante media hora, no puedes esperar que empiece a estudiar todos los días cuatro horas diarias. En todo caso, ése podrá ser nuestro objetivo final, pero hay que dar muchos pasos previos para conseguirlo.

Ir poco a poco

Pasar del nada al todo sólo funciona durante muy poco tiempo. Siguiendo con el ejemplo anterior, la primera semana podemos ponernos como objetivo estudiar 45 minutos y, cuando estemos acostumbrados a esos 45 minutos, podemos proponernos estudiar una hora... No pasa nada por ir despacio si vamos consolidando cada paso.

Premiar el esfuerzo

Es importante premiar cada escalón. Cuando uno empieza a sacrificarse para conseguir un objetivo lejano (por ejemplo, un régimen, ponerse en forma, estudiar...) tarda cierto tiempo en conseguirlo. Esto quiere decir que conviviremos con la parte negativa del sacrificio a diario, es decir, cada vez que nos esforzamos. Por ello, tenemos que compensarlo de alguna manera para que podamos aguantar más allá de unos pocos días. Es fundamental regalarme algunas pequeñas recompensas que podamos conseguir pronto (por ejemplo, felicitaciones, alguna celebración...). Si los esfuerzos no consiguen nada a corto plazo, se abandonarán enseguida.

Hay muchas pequeñas cosas que puedes hacer para entrenar la «fuerza de voluntad» de tu hijo. Te ofrecemos algunas propuestas:

Explica a tu hijo cada sacrificio que haces, cada vez que tienes que ser paciente y constante antes de conseguir lo que buscas. No supongas que él se dará cuenta solo.

Felicitale cuando se esmere por algo, aunque sea un esfuerzo pequeño.

Ponle retos adecuados a sus posibilidades, no le dejes que se acomode, plantea situaciones que le supongan un esfuerzo (asequible) para que sienta la satisfacción de esforzarse y conseguir superarse a sí mismo.

¿Soy un modelo de esfuerzo para mi hijo? ¿Puede fijarse en mí para aprender que a veces merece la pena sacrificarse?

¿Me fijo en los esfuerzos y sacrificios que mi hijo hace? ¿Se los valoro, le felicito por ellos?

¿Le estoy acostumbrando a obtener lo que quiere inmediatamente? ¿Le ayudo a aprender a tener paciencia?

Para pensar



Segundo aprendizaje: *conocerse*

Para adaptarnos a nuestro mundo tenemos que saber lo que podemos y lo que no podemos hacer. No somos perfectos, todos tenemos unos talentos y carecemos de otros. Y todos aprendemos quiénes y cómo somos a través de lo que los demás nos reflejan. Vosotros, como padres, sois un espejo donde vuestro hijo se mira, y la imagen que le devolvéis de él es importante para que se vaya conociendo mejor.

Siendo esto así, vuestra responsabilidad es devolverle una imagen realista. No es bueno para él que le hagáis creer que es alguien que no es, o que puede hacer lo que en realidad no puede. En nuestros días, son frecuentes los mensajes del tipo «puedes conseguir cualquier cosa que te propongas». Pero no es verdad. No todo el mundo puede ser neurocirujano o ingeniero aeroespacial.

Es cierto que la ilusión y la motivación pueden ayudar a conseguir muchos retos, y que todos conocemos historias de superación, éxito y logros que, a primera vista, parecían imposibles. No debéis cortar las alas de vuestros hijos desmotivándoles o dudando de su capacidad; pero tampoco decirles que tienen alas si no disponen de ellas. No olvidemos que no hace falta ser perfecto para ser feliz o sentirse competente. Conocerse a uno mismo, saber distinguir dónde están sus

capacidades y dónde sus limitaciones, qué se le da bien y qué se le da fatal por mucho que se esfuerce, sin dejar de tener una imagen realista y cariñosa de sí mismo, es fundamental para que vuestros hijos puedan elegir con realismo su futuro profesional.

Como padres hay muchas pequeñas cosas que puedes hacer para que tus hijos desarrollen una sana autoestima y una visión realista de sus propios talentos. Te ofrecemos algunas propuestas:

144

Háblale a tu hijo de él mismo, dile cómo le ves, qué te gusta de él.

Transmítele que es valioso aunque algo no se le dé bien y tenga defectos, déjale que vea que tú tampoco eres perfecto.

No le confundas: sé sincero, si no hace bien algo díselo con cariño. No le engañes: sé un buen espejo.

¿Comparto con mi hijo mis limitaciones?
¿O creo que para ser un buen padre tengo que ocultarlas y darle una imagen de persona perfecta?

¿Le transmito confianza en sus capacidades?

¿Le digo lo que no hace bien, o siempre le digo que todo lo hace bien?

¿Le ayudo a conocerse? ¿Le enseño lo que puede cambiar y mejorar y le motivo a hacerlo?

*Para
pensar*

Para
pensar

¿Doy importancia a la motivación interna, a la satisfacción personal?
¿O creo que sólo es importante el sueldo, la estabilidad, la facilidad para encontrar trabajo?

¿Le ayudo a mi hijo a valorar la satisfacción que siente cuando hace algo que le gusta?



145

Tercer aprendizaje: *aprender a disfrutar*

En realidad no necesitamos aprender a disfrutar, todos lo hacemos desde que nacemos. Lo que necesitamos es aprender a fijarnos en cuánto nos hacen disfrutar las cosas. Vuestros hijos pasarán, en el futuro, la mayor parte de su día dedicados a su trabajo. Y aunque no debemos subestimar las necesidades del mercado laboral, elegir una profesión que les guste, un trabajo donde se sientan bien, es muy importante para su felicidad futura.

Las fuentes de satisfacción con lo que hacemos pueden venir de fuera o de dentro de nosotros mismos. Por ejemplo, podemos dibujar porque nos dan un premio por hacerlo, o nos pagan dinero, o porque a mi madre le gusta que dibuje (todos estos son ejemplos de satisfacción que viene de fuera, una satisfacción externa). O podemos hacerlo porque disfrutamos mientras lo hacemos y nos sentimos muy bien

cuando vemos lo que hemos dibujado (ésta es la satisfacción que viene de dentro: interna). Es decir, hay dos tipos de motivación: interna y externa.

A la hora de decidir qué profesión elegir, vuestro hijo va a tener en cuenta varios criterios: qué se le da bien, qué cree que otros esperan de él, en qué profesión tiene más probabilidades de encontrar trabajo, qué sueldo puede ganar, cuáles son las condiciones laborales o qué amigos suyos van a elegir lo mismo que él, etc. Es importante que la satisfacción **interna**, la que anticipa qué conseguirá con esa profesión, sea uno de los criterios centrales a tener en cuenta a la hora de elegir sus estudios o profesión. Trabajar en algo que le haga sentirse competente y que tenga un sentido para él más allá del dinero o el éxito, que le motive a crecer y mejorar cada día, que le ayude a sentirse satisfecho y

orgulloso de su trabajo, es una excelente oportunidad para la realización personal y la felicidad. En el fondo, se trata de lo que todos los padres queréis para vuestros hijos. Permitidme citar nuevamente a Emerson: «Ata tu carro a una estrella y tu vida a un ideal».

Como padres hay muchas pequeñas cosas que puedes hacer para enseñarles a darse cuenta de las consecuencias que anticipan cuando piensan en las profesiones o estudios de su interés. Te ofrecemos algunas propuestas:

Enseña a tu hijo a «escucharse», a prestar atención a cómo se siente cuando hace algo, a que descubra la motivación interna, la satisfacción que le producen las distintas actividades que realiza. Pregúntale sobre ello, deja que te cuente...

Habla con él y explícale tus motivaciones internas. Cuéntale cómo te hacen sentir tus actividades, qué te gusta de tu trabajo, qué te lleva a sentirte satisfecho de tu profesión.

Habla con él también de los obstáculos y barreras que pueden presentarse para conseguir sus metas. Enséñale a que se plantee posibles soluciones con suficiente tiempo por delante y a buscar creativamente otras alternativas.

146



Cuarto aprendizaje: *aprender a situarnos ante los problemas*

Lo cierto es que nuestro sistema educativo no nos enseña a resolver los problemas de la vida. Los problemas que encontramos en matemáticas cuando estamos estudiando son distintos a los que nos encontramos después. En el colegio, los problemas siempre tienen una solución correcta y una única manera de «hacer bien las cosas». O lo haces así y obtienes el resultado correcto, o lo estás haciendo mal. Además, para resolverlo, te facilitan

todos los datos y toda la información que necesitas.

Por el contrario, en la vida los problemas son distintos: casi nunca disponemos de toda la información que necesitamos y tenemos que decidir desde la incertidumbre. Por si fuera poco, no hay una única solución correcta ni una única manera de hacer bien las cosas: con cada decisión uno va creando su propio camino, y puede ser tan bueno como el



Para pensar

¿Cómo reacciono emocionalmente ante los problemas? ¿Soy un modelo para mi hijo, puede aprender de mí cómo enfrentarse a los problemas?

¿Le ayudo a mi hijo a tranquilizarse cuando hay problemas? ¿Le transmito confianza en sí mismo y le animo a que lo solucione él solo? ¿O le evito los problemas y se los soluciono yo para que no se angustie?

que conseguiría si hubiera decidido otra cosa.

Esto nos lleva a darnos cuenta de que lo primero que hay que hacer cuando tenemos un problema es tranquilizarnos y quitarnos la presión de encima. No se trata de «acertar». No hay una única buena decisión que, de no tomarla, ya no se pueda arreglar. De modo que tenemos que controlar nuestra tendencia a actuar rápido y sin pensar, movidos por el impulso. Es mejor afrontar que, de momento, no estamos seguros de tomar esa decisión a estar dudando constantemente. Pero tampoco nos sirve negar el problema y actuar como si éste no existiera. No olvidemos que siempre hay varias posibles decisio-

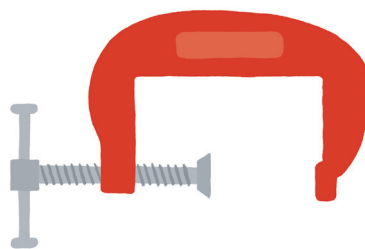
nes buenas. Y si me equivoco, tampoco es una tragedia: podemos rectificar, corregir y aprender para la siguiente ocasión. Lo bueno está en que, en el camino, me voy conociendo y, mientras tanto, voy viviendo, es decir, adquiriendo experiencia. **Los errores son una fuente de aprendizaje necesaria para crecer en la autonomía personal y la responsabilidad.** El camino regala la experiencia que, una vez reflexionada, nos lleva a la madurez.

Como padres, en la vida cotidiana familiar hay muchas pequeñas cosas que puedes hacer para enseñarles a afrontar las pequeñas o grandes contrariedades y frustraciones que surgen en la vida social. Te ofrecemos algunas propuestas:

Comparte con tu hijo cómo actúas y cómo te sientes cuando tienes un problema, qué has pensado y cómo has decidido actuar.

No le evites problemas ni se los soluciones tú: no le sobreprotejas. Apóyale, dale ánimos y quítale angustia y presión.

Felicítale cada vez que haya intentado solucionar un problema, aunque no le haya salido bien todavía. Ponte con él a buscar otras alternativas y enséñale a perseverar hasta encontrar el camino correcto.



Quinto aprendizaje: *aprender a relacionarse con respeto*

Somos seres sociales, vivimos en sociedad y estamos continuamente relacionándonos con otras personas. En el trabajo también. Es fácil que a veces se produzcan situaciones en las que otros intentan imponer su criterio por encima del nuestro, o no nos tratan y respetan como merecemos. En esos casos necesitamos saber defendernos, expresar lo que pensamos y sentimos, con respeto pero con claridad y firmeza. Si nos quedamos callados (aunque enfadados por dentro) para evitar un conflicto, a largo plazo nos sentiremos muy mal, como un «cero a la izquierda». Y si reaccionamos con agresividad también acabaremos sintiéndonos infelices, solos e incomprensidos.

Se puede aprender a pedir y conseguir que nos traten con respeto, es decir, a solucionar los problemas con los demás de forma correcta y sin dañar a nadie. También se puede aprender a no depender de la opinión de los demás, sino a tenerla en cuenta pero mantener nuestro criterio si nos parece correcto. El mejor aprendizaje para la madurez es sentir que «yo soy mi propio juez».

Como padres, en la vida cotidiana familiar, hay muchas pequeñas cosas que puedes hacer para enseñarles a afrontar los conflictos que surgen en sus relaciones con otras personas, tanto dentro del hogar familiar como fuera del mismo, en la escuela, en el equipo deportivo, etc. Te ofrecemos algunas propuestas:

Muéstrale a tu hijo que su opinión es importante. Pregúntale qué opina a menudo, y no desprecies ninguna de sus opiniones, aunque creas que está equivocado.

Cuéntale situaciones en las que has resuelto problemas con otras personas hablando con ellas, haciéndote respetar sin atacar a nadie.

Si enseñáis a vuestros hijos estos cinco aprendizajes básicos para la educación familiar les ayudaréis a tener una infancia feliz, que es el mejor fundamento para crecer y madurar saludablemente. Como padres sabéis que el mejor legado que podéis dejar a vuestros hijos es una buena educación en la que aprendan a elegir con satisfacción y a prepararse para la profesión o profesiones por las que tendrán

que transitar durante su vida adulta como ciudadanos responsables de sí mismos y de la sociedad de la que forman parte y les sostiene. Cinco aprendizajes que vosotros, sus padres, convertiréis en faros que iluminen vuestros momentos de incertidumbre. Siempre estaréis dispuestos para enseñarles a esperar; conocerse a uno mismo; disfrutar; situarse ante los problemas y a relacionarse con respeto.

Para pensar

¿Cómo me defiendo cuando me siento atacado por otros? ¿Intento ser correcto? ¿Puede mi hijo aprender de mí a cómo actuar cuando hay un conflicto personal?

¿Cómo enseño a mis hijos a resolver los conflictos de convivencia que aparecen en las relaciones con otros niños?

149

PARA PROFUNDIZAR RECOMENDAMOS

Libros recomendados

Labrador, F. J., *¿Voluntad o autocontrol?: Cómo ser lo que quieres ser*, Madrid, Temas de Hoy, 2000. Este libro es muy sencillo y a la vez completo, y puede ser una valiosa ayuda para el primer aprendizaje: aprender a esperar. Ofrece ejercicios prácticos y registros para ir avanzando mientras se ponen en práctica los contenidos.

Castanyer, O., *La asertividad: expresión de una sana autoestima*, Bilbao, Desclée De Brouwer, 2014. Este libro explica de forma muy clara y comprensible los contenidos fundamentales para el quinto aprendizaje: aprender a relacionarnos con respeto. También ofrece ejemplos y ejercicios para ponerlos en práctica.



MARÍA PRIETO URSÚA (Bilbao, 1966)

Doctora en Psicología y Profesora en la Universidad Pontificia Comillas de Madrid, Experta en terapia y modificación de conducta, ha trabajado como terapeuta en los centros IAMCO (Madrid, 1990-1998), UNINPSI (Madrid, 2001-2006) y Betania (centro que fundó y codirigió desde 2006 hasta 2013).

¿Cuándo fue la última vez que tu hijo te pidió consejo? ¿Puedes recordar cómo fueron esas ocasiones en las que hablaste con tu hijo y compartió contigo lo que piensa o lo que siente?

CIRO CARO GARCÍA

150

11. Prepararse para ofrecer conversaciones de crecimiento

¿Por qué hay personas a las que estamos dispuestos a contar «nuestras cosas» y en cuyas reacciones confiamos? ¿Cómo convertirnos en una persona de confianza para vuestros hijos? Favorecer su autonomía significa aportarles seguridad y amor, para que puedan explorar el mundo con autoestima. Y también, acompañarles en los momentos de duda e indecisión, ofreciéndoles conversaciones que les ayuden a elegir con responsabilidad.



1. *Hola.* El saludo y la mirada de reconocimiento ayudan a tu hijo a conversar contigo, pues representan la apertura a lo que depare el futuro.

2. *El silencio.* Con el silencio puedes comunicar que estás escuchando (mucho mejor que diciendo «te escucho»).

3. *Aquí me tienes.* Sólo es posible ayudar cuando estás decidido a estar ahí para lo que tu hijo necesite de ti. Exprésalo con la mirada y la postura de tu cuerpo.

4. *Yo.* A veces, el «aquí me tienes» puede abrumar a los adolescentes... Salvo cuando hablas de tus propios sentimientos. Entonces, les resulta más fácil conversar con tu «yo adulto».

5. *Tú* es la palabra que crea un espacio para tu hijo («¿cómo lo ves tú?»).

6. *Los sentimientos.* Interésate por cómo le hacen sentir las distintas opciones. Recordemos que los sentimientos no son un problema, sino la fuente de los pensamientos más auténticos.

7. *Qué.* Para decidir, es necesario referirnos a lo concreto (al «qué» de las cosas). Por eso, fomenta una conversación rica en ejemplos.

8. *Sí.* Elegir es decir «sí» a algo, y no sólo descartar el resto. Ayuda a tu hijo a expresar de forma afirmativa lo que quiere, y luego buscad las opciones que lo lleven a la práctica.

9. *Gracias...* No olvides agradecer a tu hijo que hable contigo. El hecho de que te cuente sus pensamientos o sentimientos es el regalo más valioso para ti como padre. Estarás disfrutando de una conversación de crecimiento.

10. *Acompañar.* Recuerda que conversar no es discutir. Aunque acostumbramos a hablar tratando de convencer, intenta acompañar a tu hijo mientras explora, y será dueño de sus elecciones.

Cuando un humanista pidió al sabio Almusafa que hablara acerca de «la conversación», éste les dio el secreto para llegar a ser buenos conversadores ante los ojos de sus semejantes: «Cuando hables con alguien a quien quieras, deja que el espíritu —esa experiencia en el pecho que contiene la sensación de quién eres y lleva implícito lo que puedes llegar a ser—, sea quien mueva tus labios».

Adaptado a partir de *El Profeta* de KAHILIL GIBRAN

Hablamos con las personas que de verdad nos escuchan

152 Nos pasamos gran parte del día conversando con otras personas, pero ¿con quién hablamos de verdad?

- Hablamos con las personas que nos escuchan, no con las que hacen una pausa, pero en realidad están preparándose para decirnos algo.
- Hablamos con las que sentimos que nos comprenden y que nos ayudan a comprendernos a nosotros mismos.
- Hablamos con aquellos de los que no tememos que nos juzguen.
- Hablamos con los que no son rápidos y simples a la hora de dar un consejo o de decirnos que eso es «lo que nos conviene».
- Incluso los padres que mejor escuchan, pueden fracasar como conversadores con sus hijos si no evolucionan para atraer su interés. Son muchos los padres que se lamentan resignados porque su hijo ya no habla con ellos. Sin embargo, podéis hacer algo para convertirlos en conversadores interesantes para vuestros hijos.

Por ello, si como padres pretendéis mantener conversaciones de crecimiento con vuestros hijos, deberéis evitar a toda costa actitudes como las siguientes:

- Responder desde el filtro de vuestros propios miedos.
- Prevenirlos para que no cometan los errores que vosotros habéis cometido.
- Alertarles de los peligros que intuís a partir de vuestros temores.
- Presionarles para que consigan lo que vosotros mismos no habéis logrado (a veces, lo hacemos sutilmente, con el argumento de que algo «te conviene»).

Cuando estas actitudes dirigen la conversación, hablar se hace pesado y poco apetecible para vuestros hijos. Un diálogo que no promueva la toma de decisiones

propias no ayuda a crecer. En esos casos, se convierte en una charla con una sola respuesta correcta, y la inteligencia y el corazón se cierran.

Cómo hacer para que tu palabra sea un referente válido y no un «tienes que» para tus hijos

Pero tampoco tenéis que resignaros al silencio. La alternativa consiste en prepararos para ofrecer conversaciones de crecimiento interesantes, que os conviertan en referentes para vuestros hijos, es decir, en personas en las que apoyarse para reflexionar y tomar decisiones.

Tradicionalmente, la psicología ha reducido estos temas al entrenamiento en habilidades de comunicación. Éstas nos ayudan a «decir las cosas bien y sin perder la calma», pero lo cierto es que no sirven para conseguir que los hijos quieran hablar con sus padres.

Por eso, para mantener conversaciones de crecimiento interesantes, resulta imprescindible:

-  Escuchar de forma atenta y sincera.
-  Prestar atención a la relación entre lo que dice tu hijo y el modo en que lo dice, para detectar el momento en que no habla con seguridad y entonces apoyarle.
-  Escuchar, sobre todo, poniéndote en el lugar desde el que tu hijo se expresa.

Se trata de «escuchar ahí dentro», para que vuestros hijos puedan permanecer en el «aquí y ahora», sintiéndose a su lado como padre... ¡Sin «irse de ti»! Al menos sin marcharse mentalmente... Porque ¿cuántas veces os miran con cara de plástico esperando a que terminéis con vuestro rollo, pero su mente está ya en otra parte?

Escuchar «ahí dentro» es prestar atención a la sensación que tenemos de las cosas, lo que sentimos en el estómago o cómo «algo» nos presiona el pecho (cada uno lo percibe a su manera) y dejar que esa sensación se exprese.

De modo que no podéis ofrecerlos para conversar con vuestros hijos con la finalidad preconcebida de que elijan tal y como vosotros lo haríais. No sólo porque hacer eso sería imponerles vuestra decisión sin respetar la suya, sino porque jellos ya tienen su propia sensación de las cosas! Por eso resulta fundamental que escuches y hables a tu hijo «ahí dentro».

Debemos tener en cuenta que estas conversaciones de crecimiento son a menudo iniciadas por los propios hijos, aunque lo hagan de manera sutil. Por eso debes estar preparado y disponible para cuando te inviten a conversar... de esta manera.

A menudo es difícil señalar cuándo mantuvisteis la primera conversación de crecimiento, pero ten en cuenta que las primeras veces marcarán la pauta. De

modo que presta atención no tanto a los resultados, sino a cómo ha sido la experiencia de dialogar juntos:

- ¿Ha sido una conversación de cabeza de padre a cabeza de hijo?
- ¿Ha sido un choque de egos que temen y se enfadan el uno con el otro?
- ¿O ha sido quizá una experiencia de «curiosear» juntos, de ponerle palabras a sensaciones y sentimientos? ¿Habéis compartido experiencias tratando de ser concretos pero sin sentir el agobio de tener que resolver nada aún?

Recordemos que las conversaciones de crecimiento han de ser conversaciones abiertas, en las que se cree el espacio necesario para que se forme nuestra propia «sensación de las cosas». Es cierto que no es fácil definir esta actitud. Fíjate, de hecho, en que a veces nos referimos a este tipo de experiencias con frases como «hablar desde las tripas», «decir las cosas desde el corazón» o «reaccionar de modo intuitivo» («me da a mí en la nariz que...»).

¿Y cómo lo haremos?

Espero que en los siguientes apartados de este capítulo tengas la sensación de que «aprendes» fácilmente, ¡como si ya supieras de qué va el asunto! Quizá porque alguna vez te hayan ofrecido a ti una conversación de crecimiento. Por eso, antes de seguir leyendo, te recomiendo que repases tu experiencia, utilizando el cuestionario que encontrarás junto a estas líneas.

CUESTIONARIO DE REFLEXIÓN

Instrucciones:

Puedes responder personalmente y reflexionar después sobre tus respuestas («¿de qué me doy cuenta?»).

Pero también puedes pedir a tus hijos o a tu pareja que respondan pensando en ti a las preguntas 3, 4 y 5, y luego podéis compartir vuestras respuestas, de un modo que no sea crítico ni defensivo. Al contrario, intenta mantener la mente abierta para crecer... ¡Y eso te convertirá para ellos en un conversador verdaderamente interesante!

1. ¿He tenido algún maestro de conversación? En caso afirmativo, ¿qué aprendí de ellos?
2. ¿Cómo actuaban mis padres ante mis incertidumbres y cómo reaccionaban frente a ellas? ¿Cómo me afectaba su reacción?
3. ¿Desde dónde hablo y desde dónde escucho yo a mis hijos?
4. ¿Cómo son mis respuestas? ¿Cómo parecen influirles hasta ahora?
5. ¿Cómo me siento yo ante sus incertidumbres y qué hago frente a ellas?

Encontrar la pregunta adecuada

Lo cierto es que tu hijo necesita una conversación de crecimiento cuando se halla ante una decisión y no siente la seguridad para tomarla por sí mismo. Si quieres que crezca, no deberías responder tú en su lugar, ni tampoco deberías evitarle que sea él quien tenga que tomar la decisión. No adquirirá la seguridad que le falta obteniendo más información sobre el tema, sino contando con el apoyo y la guía para:

- 1 Ver cómo se siente frente a las diversas opciones y qué sensación interna le despiertan.
- 2 Qué consecuencias tendrá cada alternativa y cómo le hacen sentir.
- 3 Pensar «con el corazón» sobre cada una de ellas («¿encaja en ella?», «¿esto qué me dice de mí?»).

La experiencia de conversar contigo, según estos pasos, le aportará la seguridad para explorar y decidir. Además, el diálogo será más productivo si juntos os hacéis las **preguntas de crecimiento** necesarias. Estas preguntas ayudan a crecer porque:

- a) Permiten considerar todas las consecuencias de las distintas alternativas a la hora de escoger en términos de «lo que me define» (no sólo de «lo práctico» o de lo que se supone que es mejor o peor familiar o socialmente), y
- b) Permiten analizar si la decisión que se tome encajará o no con el desarrollo de la identidad o de la vocación de tu hijo (es decir, considerando la sensación que tiene de quién es él o ella, y del tipo de persona que quiere ser).

No debes olvidar que estas preguntas no buscan «saber más», ni tampoco que tu hijo se dé cuenta de cosas de las que tú ya te das cuenta como adulto, sino que persiguen activar su crecimiento. Éstos son algunos ejemplos de lo que ayuda a formular una pregunta de este tipo:

- a) Preguntar por necesidades profundas (lo que tu hijo realmente quiere o necesita, y en el fondo siente «ahí dentro», pero que aún no sabe definir con palabras claras, sino que se expresa mediante dudas, sentimientos de confusión ¡o incluso ideas de bombero!);
- b) Permitirle comunicar sus sentimientos sin prisas, de modo que las palabras adecuadas tengan tiempo de llegar a expresar el significado de eso a lo que tu hijo está dando vueltas;
- c) Ofrecer de modo tentativo, nunca crítico y siempre cariñoso, una conjetura acerca de lo que tu hijo está tratando de expresar, y esperar a ver qué sucede (por ejemplo, elegir una formación concreta u otra), y
- d) Captar los dos aspectos que suele tener todo dilema, y preguntarle de manera que pueda contrastar cómo siente cada uno por separado (por ejemplo, preguntándole cómo se siente tanto la parte de su persona que desea seguir la primera formación, como aquella que se plantea seguir la segunda).

La ventaja de este tipo de diálogo es que si tú consigues encontrar la pregunta adecuada, tu hijo encontrará su respuesta.

Encuentra el momento y practica

156

Te recomiendo que repases las «10 palabras de los padres que ayudan a sus hijos a crecer» expuestas al principio de este capítulo y que practiques con ellas. Presta atención al ajuste o desajuste que se produce entre lo que dices y cómo lo dices. Observa si los silencios se convierten en momentos incómodos o bien en momentos en los que se puede prestar atención a vuestro interior. Valora la «agenda oculta» que sueles llevar auestas cuando hablas con tu hijo, es decir, aquella con tus propias necesidades, temores o expectativas. Ten

en cuenta que pueden interponerse entre tu hijo y sus necesidades de orientación y crecimiento. Mira a ver en qué medida puedes compartir con tu hijo esa agenda, de modo que no te vea como un oponente o un obstáculo, sino como un aliado transparente y seguro. Interésate por sus sentimientos sin discutirlos e invítale a que los use para contrastar sus reacciones ante un «sí» o ante un «no» con respecto a algo... y agradece abiertamente al terminar. Y por supuesto, trata de generar siempre que puedas alguna pregunta de crecimiento.

PARA PROFUNDIZAR RECOMENDAMOS

Libros recomendados

Greenberg, L. S., *Emociones: una guía interna. Cuáles sigo y cuáles no*, Bilbao, Desclée de Brouwer, 2007. Les Greenberg escribe con un estilo muy personal y directo, que te ayudará a desarrollar tu inteligencia emocional a cualquier edad. Su gran claridad y capacidad didáctica, ejercicios para practicar, y dos capítulos sobre la emoción en pareja y en la crianza de los hijos, no te dejarán indiferente.

Richo, D., *Cómo llegar a ser un adulto*, Bilbao, Desclée de Brouwer, 1998. Una guía de crecimiento en esto de llegar a ser un adulto psicológicamente integrado, que es condición para ser un adulto que no sólo sabe conversar, sino que como ya ha crecido, puede ayudar a crecer a sus hijos, sin confundir sus necesidades y generosamente.

Snunit, M., *El pájaro del alma*, México, Fondo de Cultura Económica, 2006. Un cuento infantil para ser leído y releído a todas las edades, que nos habla de que en el centro del alma existe un pájaro que se sostiene sobre una sola pata... Una metáfora viva del lugar interno desde donde reaccionamos ante la vida, o como decimos aquí, «el oído de nuestro oído».

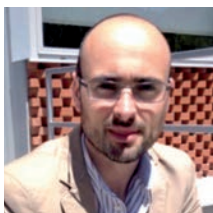
Recursos en la red

Universidad de Padres: <<http://universidaddepadres.es/>>. Proyecto educativo liderado por el filósofo y divulgador José Antonio Marina, pensado para que todas las familias encuentren referentes actuales, vivos y accesibles a la hora de educar sus hijos. Encontraréis desde información hasta materiales sugerentes, pasando por orientaciones y cursos online.

Beckman, Ash, *Todos escondemos algo; encontremos el coraje para abrirnos:* <https://www.ted.com/talks/ash_beckham_we_re_all_hiding_something_let_s_find_the_courage_to_open_up>. Una de las charlas TED, en las que ofrece un acercamiento fresco a la empatía y la autoapertura. Beckman comienza explicándonos que todos hemos experimentado, alguna vez, la dureza de una situación que requiere una «conversación difícil», y que mientras esto no sucede, nos mantiene dentro de un armario del que es necesario salir, porque no es un buen lugar para vivir (subtítulos en español).

157

Focusing España: <www.focusing.es>. Sitio web de la Asociación Española de Focusing, en el que podrás encontrar propuestas formativas (cursos y talleres) en toda España, así como profesionales de referencia. Pero sobre todo enlaces y referencias para seguir creciendo y para encontrar como padre la voz de tu voz.



CIRO CARO GARCÍA (Madrid, 1974)

Experto en comunicación. Psicólogo y Máster en Psicología por la Universidad Pontificia Comillas de Madrid, institución en la que imparte como profesor las asignaturas de Desarrollo de la Personalidad Docente. Taller de Crecimiento Personal y Terapia Focalizada en la Emoción, y donde ejerce como psicoterapeuta en la Unidad de Intervención Psicosocial (UNINPSI).

¿Qué debéis conocer los padres sobre la teoría de las Inteligencias Múltiples para ayudar a vuestros hijos en su orientación académica y profesional?

AMPARO ESCAMILLA GONZÁLEZ

12. Descubrid las múltiples y secretas inteligencias de vuestro hijo

Un observatorio para favorecer su Orientación Profesional

El mundo ha cambiado considerablemente.

El conocimiento sobre las diferentes habilidades, también. Hagamos una apuesta constructiva por el futuro de vuestros hijos. Conocer sus habilidades bajo la orientación de la teoría de las Inteligencias Múltiples nos permitirá entenderlos mejor y descubrir cualidades valiosas y hasta muchas veces secretas para apoyarles y para que construyan un proyecto profesional a su medida.

UN, DOS, TRES ¡ACCIÓN!

El verbo es la clase de palabra que expresa acción, cambios, movimientos. Te mostramos los 10 verbos que te ayudarán a enfocar la utilidad de las Inteligencias Múltiples para apoyar a tu hijo en el proceso de Orientación Profesional.



10 verbos que te ayudarán en la Orientación Profesional de tus hijos

159

1. **ASOMBRARNOS** ¡Hay **ocho maneras de ser inteligente!**
2. **APOSTAR** por una **visión positiva**. Las inteligencias nos dan poder para aumentar nuestras posibilidades de comprender y hacer.
3. **RECONOCER** que el mundo laboral, en el **siglo XXI**, es muy **exigente**. Demanda **profesionales** con amplias **capacidades**: saber relacionarse, cooperar, analizar alternativas, tomar decisiones, etc.
4. **OBSERVAR** los **comportamientos** y actitudes de vuestros **hijos para identificar** sus poderes, sus **inteligencias**.
5. **COMPARTIR** nuestras **observaciones** con otros familiares y tutores: **dar y recibir** información. Nos dará una **perspectiva** más amplia sobre cómo se manifiestan sus inteligencias en distintos contextos y **situaciones**.
6. **CONTRASTAR** pareceres sobre las **observaciones**, comprobar que son consistentes, que nos dan información **significativa**.
7. **RELACIONAR** las habilidades que manifiesta vuestro hijo con las que exigen determinadas profesiones.
8. **TRANSMITIR** a vuestro hijo todo ello: tienes muchas habilidades, hay que buscar los estudios y la profesión que mejor encajen con ellas. **La FP también es una alternativa valiosa**.
9. **ADOPTAR** siempre una visión positiva: conocerse para buscar las profesiones más acordes con nuestras inteligencias.
10. **CONTRIBUIR A CONSTRUIR** una perspectiva de **desarrollo y evolución**, de mejora continuada. Conocernos para **aprovechar y enriquecer** más nuestras habilidades e intentar **compensar y superar** algunas debilidades.

La línea de salida

Para comenzar abordaremos las siguientes cuestiones previas:

- ¿Son inteligentes vuestros hijos?
- ¿Por qué, en qué se «nota»?

Sin duda, estas cuestiones os preocupan. Golpean con más fuerza en la adolescencia, una etapa en la que se manifiestan cambios significativos en la personalidad de vuestros hijos. Observamos, con perplejidad, cómo viven momentos en los que muestran una aparente seguridad (incluso desafiante) sobre lo que piensan y hacen, y otros, en los que parecen dudar de todo y, muy especialmente, de sus capacidades.

En efecto, la adolescencia es una etapa en la que se deben construir pilares sólidos para una identidad que se irá manifestando en elecciones académicas y profesionales. Siendo un tramo complejo, **podemos y debemos** abordarlo con **herramientas eficaces** y con una **actitud positiva** que nos permita afrontar los cambios y los retos que representan desde la mejor disposición.

Por fortuna, tenemos buenas noticias. Éste es un capítulo escrito desde el **optimismo**. Nos abrimos a una **visión constructiva** que nos dice que **tienen y pueden**. Y nuestro optimismo está fundamentado. Vamos a familiarizarnos con información que nos revela que no podéis fijaros sólo en los resultados académicos para determinar si vuestros hijos son o no inteligentes.

A poco que prestemos atención, comprobaremos que muchas de las personas distinguidas con distintos tipos de reconocimientos y premios (biólogos, médicos,

escritores, economistas y pintores, entre otros profesionales) no fueron reconocidos del mismo modo por el sistema educativo tradicional. Ese sistema parece valorar sólo dos tipos de capacidad: la lingüística y la matemática. Sin embargo, sabemos que la vida familiar, social y profesional es mucho más compleja y rica que los conocimientos que nuestros hijos puedan adquirir en esas dos materias escolares.

Así pues, vamos a entrar en contacto con una teoría que nos dice que nuestra mente es mucho más poderosa de lo que creíamos. Nos presenta todo un universo de posibilidades; entre ellas, la de tomar decisiones profesionales más abiertas y acordes con el potencial de talentos que vuestros hijos llevan dentro y que, sin duda, podéis ayudar a descubrir.

Sois los primeros y principales educadores. Respecto a las trayectorias y decisiones profesionales jugáis un enorme papel. Y no sólo por los condicionantes económicos. **La principal influencia es la que se refiere a las actitudes y los valores**. La manera en que reconozcáis sus habilidades y logros en unos tipos de actividad u otros, hará que se sientan más seguros y fortalecidos o no. Eso les orientará en direcciones determinadas. Un comentario positivo o negativo que hagáis sobre profesiones y profesionales concretos (un investigador, un profesor, un médico, un cocinero, un deportista, etc.) también les influye de manera determinante.

Vamos a conocer una herramienta (el observatorio) para ayudar a vuestros hijos a conocerse, primero, y a relacionar, después, sus propias habilidades con campos

profesionales concretos (el cuadro de inteligencias y profesiones). La información será, también, de gran interés para comunicar y aportar datos «auténticos»,

y resultará muy valiosa para tutores y orientadores sobre la manera en que se muestran vuestros hijos fuera del entorno escolar en el que ellos les conocen.

El conocimiento de base

Para ayudar a construir la identidad vocacional, la **teoría de las Inteligencias Múltiples de Gardner** (2012) será una herramienta muy valiosa. Os ayudará a descubrir y valorar nuevas facetas de vuestros hijos. Como hemos señalado, las habilidades matemáticas y lingüísticas son las que se han tenido en cuenta, tradicionalmente, a la hora de medir el éxito académico y las posibilidades profesionales de los jóvenes (simplificando mucho, si se le dan bien los números vale para ciencias, si se le dan bien las palabras, vale para letras).

Pero el siglo **xxi** nos sitúa en escenarios muy complejos. Entre ellos, los cambios en las profesiones, pues algunas se quedan obsoletas y se abren nuevas expectativas. Estas transformaciones nos piden saber más sobre ellos, por ejemplo:

- ¿Sabe trabajar con otros?
- ¿Convince, es líder?
- ¿Se desenvuelve con personas de diferentes edades e intereses?
- ¿Se preocupa por las consecuencias de lo que hace?

Si tenemos dificultades para responder a estas preguntas, tal vez no hayamos observado lo suficiente, o tal vez nos faltan las herramientas adecuadas. Para empezar, vamos a mostrar lo más significativo de la teoría de las Inteligencias Múltiples: qué propone, qué entiende por intelligen-

cia y qué aspectos roza cada inteligencia.

Howard Gardner presentó su teoría en 1983 y la sintetizó en 2012. Ha recibido multitud de reconocimientos internacionales: una veintena de distinciones Honoris causa por diferentes universidades y el premio Príncipe de Asturias de las Ciencias Sociales en 2011. Sus estudios defienden que tenemos una mente extraordinaria. Más allá de las palabras y los números, ¡poseemos ocho inteligencias! Para ser reconocidas como tales, como inteligencias, han tenido que superar ocho tipos de pruebas científicas.

Las inteligencias son potenciales de gran utilidad en nuestra vida: en las relaciones, en los estudios y en el ejercicio profesional. Nos permiten comprender, construir conocimientos, comunicar información, tomar decisiones, forjar proyectos y crear productos (Escamilla, 2014).

El desarrollo de nuestras inteligencias no depende sólo de la herencia. Las inteligencias se construyen, desarrollan o estancan (Gardner, 2001). Dependen también del medio y de las experiencias que se desarrollan en la escuela, en la familia y en el entorno vital. Por eso, vuestro papel es tan importante, va más allá de los genes. Podéis cooperar para que se enriquezcan en el día a día: con vuestras actitudes y estímulos, con vuestra forma de tratar y responder a sus actuaciones, con vuestra forma de valorar sus proyectos y sus resultados.

Las 8 Inteligencias Múltiples de Howard Gardner

- **Lingüístico-verbal.** Hablar, escuchar, leer y escribir. Esencial en nuestras relaciones, basadas en la comunicación con la palabra.
- **Lógico-matemática.** Trabajar con números y operaciones, calcular el tiempo, dinero, distancias, esfuerzo, etc., reflexionar sobre las causas y las consecuencias de lo que sucede, plantear y resolver problemas.
- **Viso-espacial.** Orientarnos en el espacio, determinar trayectorias, distinguir formas, tamaños, colores, posiciones, calcular distancias.
- **Corporal-cinestésica.** Expresarnos con el cuerpo, entender lo que otros nos quieren decir con él, construir y transformar objetos.
- **Musical.** Captar y expresarnos con todo un universo de sonidos, y sus cualidades, con la voz e instrumentos.
- **Naturalista.** Captar y comunicar sobre el cuerpo humano y la naturaleza: el suelo, el cielo, el paisaje, las plantas, los animales.
- **Interpersonal.** Entender a los otros, relacionarnos con ellos, cooperar: saber quiénes son, qué sienten, qué quieren, qué necesitan.
- **Intrapersonal.** La central; la que nos da nuestro mapa interior: quiénes somos, cuáles son nuestros puntos fuertes, nuestros puntos débiles, etc., cómo aprovechar unos y superar otros, qué decisiones debemos tomar, qué repercusiones tendrán.

Indicadores para un observatorio inteligente

¿Cómo se manifiestan las ocho inteligencias? Vamos a presentar sus poderes, sus capacidades, lo que permite o facilita esencialmente cada una de ellas.

Para conocerlos y conocerlos, vamos a mostraros una plataforma sencilla y funcional a partir de unas tablas de observación que os permitan explorar en vuestra

actividad familiar los rasgos que poseen vuestros hijos. Forman el «retrato» de cada inteligencia.

Jamás empleéis la observación de estos rasgos para **etiquetar** de manera inamovible una inteligencia. Nunca consideréis estos parámetros como una foto fija y rígida. Os muestran un momento de la si-

tuación, del contexto y de la evolución. La mirada ha de ser constructiva y evolutiva. Es decir:

- Si muestra un rasgo positivo: ¡A por ello!, hay que reafirmarlo.
- Si todavía hay pocas evidencias en un rasgo, seguimos perseverando, vamos a buscar y proponer alternativas para que se acerque a él, para que lo construya.

Como hemos dicho, no los uséis como etiquetas: en ese caso pueden convertirse en una profecía que se cumple a sí misma («no valgo para...»). Esto, en el caso de habilidades no desarrolladas en un primer momento, puede entorpecer una evolución positiva posterior. En definitiva, vamos a identificar comportamientos para comprender, para vislumbrar nuevos horizontes y construirlos. Para abrir vías que potencien otras inteligencias: siempre en positivo.

163

Paso 1: «Visualizamos» los rasgos de las inteligencias: sus indicadores

Presentaremos, a continuación, algunos rasgos de conducta en que se expresan las inteligencias. Nos permiten conocer y comprender si se manifiestan o no y hacer una estimación sencilla sobre su grado de desarrollo evolutivo en nuestros hijos.

Como ya hemos indicado, este «observatorio» debe tener un carácter constructivo. Nos muestra qué encontramos y en qué dirección debemos estimular su desarrollo en el caso de que algunos de estos rasgos no se manifiesten en los comportamientos observados. Se trata de observar, analizar si aparecen estos comportamientos y determinar su frecuencia –Siempre (S); Frecuentemente (F); A veces (A/V), o Nunca (N)–, para estimular

todo el potencial de desarrollo de vuestros hijos.

Voluntariamente hemos huido del empleo de números, de la cuantificación. Al hacer los registros, se comprueba con facilidad el dominio de las habilidades de cada inteligencia y su desarrollo general. Tras realizar esta valoración, estudiaréis, en el apartado siguiente, los vínculos entre profesiones e inteligencias (por el tipo de habilidades que su ejercicio va a precisar). Será el momento de contrastar, con vuestros propios hijos si la Orientación Profesional hacia la que se están dirigiendo es la más adecuada o idónea en relación con el momento de desarrollo de sus capacidades.

Descubrid las múltiples
y secretas inteligencias
de vuestro hijo

164

INDICADORES INTELIGENCIA LINGÜÍSTICA

	S	F	A/V	N
Capta la atención de los otros (familia, iguales, adultos), con el empleo de la palabra (vocabulario apropiado y lenguaje expresivo).				
Tiene buena memoria para los datos de cultura general, los relatos y las anécdotas.				
Participa activamente en diálogos, debates y conversaciones.				
Inventa y comunica con facilidad distintos tipos de relatos (de personas, viajes, trabajos, animales).				
Presta atención a palabras, expresiones, informaciones y las incorpora en su discurso.				
Lee y comprende diferentes tipos de texto (cuentos, novelas, libros de texto, anuncios, noticias, etc.).				
Participa eficazmente en juegos de lenguaje (trabalenguas, retahílas, rimas, crucigramas, sopas de letras).				
Escribe cartas, notas y relatos y transmite adecuadamente ideas, emociones y experiencias.				

INDICADORES INTELIGENCIA LÓGICO-MATEMÁTICA

	S	F	A/V	N
Manipula objetos y materiales de distinto tipo con intención de contar, ordenar, comparar, clasificar, pesar y medir.				
Identifica e interpreta números en diversos contextos (transportes, direcciones, fechas, tallas, precios, descuentos, ubicaciones, horarios, información económica, histórica, social, cultural, deportiva).				
Recuerda números y datos estadísticos con facilidad (fechas, precios, asistentes, habitantes, resultados deportivos, distancias).				
Resuelves enigmas, adivinanzas y juegos matemáticos.				
Se pregunta por las causas de los sucesos («ocurre porque...»).				
Se pregunta por las consecuencias de los sucesos («puede ocurrir que... a...»).				
Resuelve situaciones problemáticas y realiza cálculos con rapidez.				
Organiza información en cuadros y gráficos.				
Investiga y comprende el funcionamiento de los ordenadores.				

INDICADORES DE LA INTELIGENCIA VISO-ESPACIAL

	S	F	A/V	N
Resuelve puzles y laberintos con facilidad.				
Recuerda colores, tamaños, rostros, objetos y escenarios en diferentes lugares y circunstancias (posiciones, distancias).				
Tiene en cuenta, en sus dibujos, esculturas y maquetas, aspectos relativos a la forma, el color, el tamaño, la proporción, el equilibrio.				
Analiza y valora obras plásticas considerando criterios de calidad relacionados con el empleo del color, el tamaño, la perspectiva, la proporción, etc.				
Interpreta correctamente mapas y planos (ubicación, recorridos, trayectorias, distancias).				
Diseña mapas y planos de manera precisa, ordenada, rigurosa.				
Reconoce patrones en el entorno y en obras plásticas (líneas, rectángulos, cuadrados, círculos).				
Utiliza ilustraciones (figuras, señales) para estudiar y recordar con más facilidad.				

165

INDICADORES INTELIGENCIA CORPORAL-CINESTÉSICA

	S	F	A/V	N
Imita expresivamente gestos y movimientos de personas (familiares, amigos, profesores) y de profesionales (deportistas, actores, humoristas, bailarines).				
Montar y desmontar objetos con facilidad.				
Realiza, con destreza, obras (modelado, cerámica, pintura...) que suponen experiencias táctiles.				
Mantiene el equilibrio y el control en movimientos y desplazamientos para conseguir fines concretos (construir, modelar, trazar, alcanzar, depositar en, extraer de).				
Comunica eficientemente, con gestos y movimientos, ideas, preguntas y emociones.				
Emplea, en juegos, deportes y bailes, los movimientos apropiados para una determinada finalidad (lanzar, recibir, alcanzar, sobrepasar, sortear, ajustar, acoplarse...).				

Descubrid las múltiples
y secretas inteligencias
de vuestro hijo

166

INDICADORES INTELIGENCIA MUSICAL

	S	F	A/V	N
Recuerda y reproduce con facilidad melodías escuchadas.				
Se interesa por escuchar distintos tipos de obras musicales en diferentes momentos y lugares.				
Tararea, canta y se mueve al ritmo, de manera espontánea, mientras realiza distintas tareas.				
Interpreta con instrumentos y/o la voz melodías y canciones destacando, en la ejecución, la letra, el ritmo y la entonación.				
Identifica instrumentos musicales y sus características e «inventa» creativamente otros con cualquier tipo de objeto.				
Reconoce e imita con facilidad las voces y los sonidos de personas, objetos, animales y fenómenos de la naturaleza.				
Distingue instrumentos y voces que se escuchan al mismo tiempo.				
Compone melodías, poesías y canciones.				
Recuerda distintos tipos de informaciones y datos formando canciones con ellos.				

INDICADORES INTELIGENCIA INTERPERSONAL

	S	F	A/V	N
Se integra eficazmente en situaciones que le permiten conocer y relacionarse con otros (conversaciones, trabajo en equipo, juegos, proyectos sociales, etc.).				
Interpreta las actitudes y comportamientos de diferentes personas en distintas situaciones (juegos, trabajos, viajes, fiestas, deportes, películas).				
Se muestra y es aceptado como líder «natural».				
Los otros (compañeros, adultos) muestran interés y deseo por su compañía.				
Se sitúa en el lugar de los otros (empatiza): qué les gusta, qué sienten, qué piensan.				
Expone lo que piensa y siente sin molestar, herir o irritar (de manera asertiva).				
Se relaciona eficazmente con personas de diferentes edades y en distintos contextos (adapta las palabras, estética y vestido, voz, gestos, posturas, movimientos, distancias).				

INDICADORES INTELIGENCIA NATURALISTA

	S	F	A/V	N
Plantea preguntas relacionadas con las características y el funcionamiento de los objetos.				
Analiza y estudia el cuerpo humano: sus partes, su funcionamiento, su cuidado, la salud y la enfermedad.				
Analiza y valora el estado, las características y necesidades propias de distintos tipos de animales.				
Analiza y valora el estado, las características y necesidades propias de distintos tipos de plantas.				
Identifica cualidades y características propias de fenómenos atmosféricos (lluvia, viento, granizo, nieve).				
Participa activamente en proyectos relacionados con la naturaleza (estudio del paisaje, observación de aves, de especies a preservar).				
Emplea, en el estudio de la naturaleza estrategias propias del trabajo científico: problemas, hipótesis, observación y experimentación, recogida de datos y estudio, comparación, clasificación y conclusiones.				

167

INDICADORES INTELIGENCIA INTRAPERSONAL

	S	F	A/V	N
Mantiene la atención y el esfuerzo en el desarrollo de los trabajos.				
Reflexiona sobre lo que hace, siente o dice.				
Reconoce las emociones (alegría, tristeza, miedo, etc.) que siente y sus razones.				
Reconoce sus cualidades y sus defectos más destacados (sus habilidades y debilidades).				
Atiende, con interés, las orientaciones para aprovechar sus cualidades y equilibrar sus errores (qué hacer para mejorar en deportes, relaciones, trabajos).				
Propone soluciones para problemas (juegos, trabajos, viajes, comidas, proyectos, regalos, etc.).				
Muestra iniciativa buscando recursos para llevar a cabo proyectos (con quién, con qué, dónde, cuándo, por qué, qué pasará).				
Expresa con seguridad y flexibilidad sus ideas.				
Se recupera (muestra resiliencia) tras vivir situaciones que supongan disgusto, dolor, fracaso, contrariedad o frustración.				

Descubrid las múltiples
y secretas inteligencias
de vuestro hijo

Correspondencia entre las distintas inteligencias y profesiones afines

Lingüístico-verbal

Guionista, editor, profesor, bibliotecario, poeta, novelista, logopeda, presentador de programas, traductor, periodista, locutor, político, abogado, agente comercial, publicista.

Lógico-matemática

Contable, controlador aéreo, perito, auditor, economista, filósofo, analista de datos, informático, ingeniero, tesorero, matemático, profesor, estadístico, agente de bolsa, agente de seguros, especialista en comercio

Viso-espacial

Publicista, dibujante de animación, arquitecto, decorador, cartógrafo, ilustrador, cámara, director de cine, diseñador (moda, muebles, paisajes), fotógrafo, profesor (geometría y plástica), topógrafo, urbanista, escaparatista, diseñador industrial, taxista, piloto, artista plástico (joyería, cerámica, pintura, fotografía, textiles, escultura).

Corporal-cinestésica

Actor, mimo, gimnasta, bailarín, coreógrafo, masajista, peluquero, carpintero, cirujano, artista (escultor, tejedor, ceramista, joyero), profesor, acróbata, fisioterapeuta, sastre, deportista.

Musical

Especialista en sonido, compositor, director de orquesta, director de coro, productor musical, profesor, letrista, musicoterapeuta, disc-jockey, escritor de anuncios musicales, intérprete.

Naturalista

Veterinario, astrónomo, biólogo, agricultor, jardinero, diseñador de paisajes, ganadero, meteorólogo, granjero, fotógrafo (animales, plantas, paisajes), guarda forestal, geólogo, vulcanólogo, abogado medioambiental, inspector medioambiental, cocinero, frutero, pescadero, marinero, profesor, médico.

Interpersonal

Sociólogo, político, árbitro, publicista, entrevistador, consejero, entrenador, líder (empresa, política, social) director (empresa, colegios, cine, teatro, etc.), abogado, presentador, comercial, recepcionista, especialista en recursos humanos, relaciones públicas, orientador, psicólogo, médico, enfermero, psiquiatra, profesor, trabajador social.

Intrapersonal

Orientador, filósofo, detective, empresario, director (cine, teatro, orquesta), entrenador, inventor, líder (empresa, política, social), consejero moral, terapeuta, psiquiatra, psicólogo, trabajador autónomo, teólogo, trabajador social, médico.

Paso 2: Pensar y contrastar con vuestros hijos

Además de poder resolver, en el día a día, situaciones en el colegio, en la vida social y en la vida familiar, esas habilidades pueden servir como indicadores para orientar a vuestros hijos sobre qué estudiar, qué

profesiones necesitan ciertas inteligencias y cuáles otras. Mostramos un cuadro que ejemplifica relaciones concretas entre inteligencias y profesiones.

Y AHORA, ALGUNAS SUGERENCIAS PARA ACTUAR:

1. **Relaciona** las **habilidades** de tu hijo con las **profesiones** vinculadas al desarrollo de algunas inteligencias.
 2. **Muéstrale «el observatorio»** de inteligencias y sus rasgos. Ayúdale a conocerse. Que determine él mismo su valoración en cada rasgo. Le ayudará a progresar en su autoconocimiento.
 3. **Contrastad** vuestras valoraciones. Esa **comparación** entre el **cómo se ve y cómo le ven** le dará una imagen más ajustada de sí mismo. Adoptad siempre una visión constructiva. Lo que vemos que no está desarrollado, entonces... ¿qué podríamos hacer para...?
- Les ayudará a progresar en una **autoestima equilibrada** y en una línea de mejora y superación.
4. **Buscad** en **el cuadro** de relación entre **inteligencias-profesiones** aquellas que se **adecuan**, en mayor medida, a las **habilidades** que manifiesta tu hijo tras las observaciones y el contraste.
 5. **Reflexionad** sobre la **complejidad** de las **profesiones**. Aunque requieran alguna/s inteligencia/s dominantes, **un desempeño excelente necesitará un desarrollo equilibrado en habilidades de distintas inteligencias**.
 6. **Extraed conclusiones**: pensad en cuál es la situación actual, conoced qué habilidades están más desarrolladas en su persona; tales habilidades le capacitan para determinadas profesiones. Si estas profesiones son las que le interesan y convienen, perseverad y profundizad. Si sus habilidades, su personalidad y sus intereses no «cuadran» bien con **las profesiones** que le **atraen**, determinad qué tipo de **habilidades** son necesarias, cómo podríais **desarrollarlas**, quiénes y qué podría ayudarles. Qué, cuándo y cómo tiene que actuar.

Un desempeño excelente necesitará un desarrollo equilibrado en habilidades de distintas inteligencias.

Y AHORA, REFLEXIONAMOS SOBRE LO APRENDIDO:

CUESTIONARIO

- ¿Es la inteligencia un «poder» con múltiples «caras»? ¿Cuántas «caras» reconoce la teoría de las Inteligencias Múltiples?
- ¿Puedo observar y analizar en el comportamiento de mi hijo diferentes inteligencias? ¿En qué puedo apoyarme?
- ¿Tienen algo que ver las inteligencias con la atracción hacia determinadas profesiones?
- ¿Qué relación encuentro entre las distintas inteligencias con el desempeño eficaz de una profesión?
- ¿Para qué puede ser útil en la vida profesional la habilidad con las palabras, con las imágenes, con los números, con las personas, etc.?
- ¿Cómo puedo ayudar a mi hijo a descubrir sus «poderes»?

Podemos afirmar que la teoría de las Inteligencias Múltiples os ofrece una visión optimista sobre la riqueza de las habilidades de vuestros hijos. Necesitaréis descubrirlas para ayudarles a mejorar en orientación académica y profesional. Este conocimiento, sumado al de la personalidad y sus intereses, más las observaciones y estudios de profesores, tutores y orientadores, y un vistazo a las necesidades

del mercado laboral, ampliará de manera extraordinaria vuestra perspectiva sobre cómo enriquecer la Orientación Profesional de vuestros hijos.

¡Buena suerte para el camino, la tarea de acompañar a los hijos en su proceso de elección vocacional de estudios y profesión es uno de los mayores regalos que ellos nos ofrecen como padres!

PARA PROFUNDIZAR RECOMENDAMOS

Libros recomendados

Armstrong, J. A., *Eres más listo de lo que crees*, Barcelona, Ariel, 2013. Se trata de un manual asequible para trabajar en familia y entender mejor qué son las Inteligencias Múltiples.

Gardner, H., *La inteligencia reformulada. Las Inteligencias Múltiples en el siglo XXI*, Barcelona, Paidós, 2001. Este libro os permitirá conocer el sentido de las Inteligencias Múltiples desde la perspectiva de su principal investigador.

Escamilla, A., *Inteligencias Múltiples. Claves y propuestas para su desarrollo*, Barcelona, Graó, 2014. Este libro sirve para dar un paso más en la teoría de las Inteligencias Múltiples. Contiene preguntas y respuestas sobre cada inteligencia, además de técnicas para ayudar a desarrollar las inteligencias.

171

Recursos en la red

Educaweb: <<http://www.educaweb.com/orientacion/intereses-profesionales/>>. Este portal proporciona ayuda en el proceso de decisión del proyecto profesional. Tiene como finalidad profundizar en el autoconocimiento, para determinar qué estudios u ocupaciones pueden proporcionar una mejor satisfacción.



AMPARO ESCAMILLA GONZÁLEZ (Cuenca, 1958)

Directora de Proyectos Pedagógicos. Profesora en el CES Don Bosco de Madrid. Coordina la asesoría externa de una estrategia para estimular las Inteligencias Múltiples en cuatrocientos centros. Autora y coautora de diez libros, veinte artículos y cuarenta guías de recursos sobre didáctica, competencias, Inteligencias Múltiples y asesoramiento a familias.

¿Qué debéis saber como padres para favorecer el desarrollo de las competencias socioemocionales de vuestros hijos? ¿Cómo ayudar a vuestros hijos para que tomen la mejor decisión teniendo en cuenta la información de sus emociones?

MARIO PENA GARRIDO

NATALIO EXTREMERA PACHECO

13. Competencias socioemocionales y empleabilidad

172

Como padre, seguro que le das importancia al hecho de que tu hijo aprenda inglés; de que tenga un buen hábito de estudio o de que mejore sus calificaciones asistiendo a clases de refuerzo de matemáticas, o, simplemente, de que se esfuerce en la práctica de algún deporte. Pero todo esto ¿garantiza que vaya a conseguir reconocimiento profesional en el futuro?

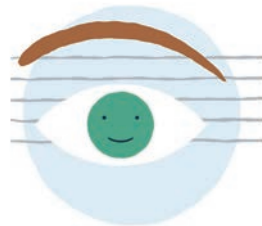
El éxito profesional y personal dependerá, en gran medida, de la capacidad que tengan para generar emociones positivas en su entorno o de su habilidad para ponerse en el lugar de otra persona. Por tanto, invertir en educación emocional es asegurarle un brillante futuro laboral.

Las 7 notas musicales emocionales para componer un buen trabajo en el pentagrama de la vida

Mario Pena Garrido
Natalio Extremera Pacheco



1. LA NOTA DE LA AUTOPERCEPCIÓN Y LA EXPRESIÓN EMOCIONAL, porque reconocer cómo me siento, qué me hace feliz y qué me entristece, es el primer paso para aceptarme y quererme tal como soy, con mis grandezas y mis defectos.



2. LA NOTA DE LA PERCEPCIÓN EMOCIONAL DE LOS OTROS, porque ser una persona cercana, atenta a las necesidades de los demás, a sus alegrías y sufrimientos, es una de las cualidades más valoradas por los compañeros de trabajo.



3. LA NOTA DE LA COMPRENSIÓN EMOCIONAL, porque cuando no está en tu mano cambiar algún aspecto en el puesto de trabajo (mal carácter del jefe, envidia o desidia de los que te rodean), basta con entender las causas de esa situación para adaptarte mejor a ella, aceptarla con serenidad y no amargarte en el día a día.



4. LA NOTA DE LA EMPATÍA, porque en un mundo laboral en el que la tecnología y las prisas predominan, y en el que apenas nos paramos a atender a los demás, es necesario que haya gente dispuesta a «perder el tiempo» escuchando a los otros, poniéndose en su lugar y comprendiendo aquello que les pasa. Se trata de un paso imprescindible para ayudar en la resolución de los problemas personales y laborales.



5. LA NOTA DE LA FACILITACIÓN EMOCIONAL, porque nuestras emociones nos ayudan a llevar a cabo mejor ciertas tareas o a tomar decisiones de forma más equilibrada.



6. LA NOTA DE LA REGULACIÓN EMOCIONAL, porque pasamos muchas horas en el trabajo; porque nos sometemos a muchas exigencias, algunas de carácter urgente, y porque nos demandan roles y desempeños tan variados, que es necesario no dejarnos arrastrar por el agotamiento, las emociones negativas y las tensiones que, inevitablemente, se producen.



7. LA NOTA DEL MANEJO INTERPERSONAL, porque nos relacionamos con personas tan diferentes, pero a la vez tan necesarias, que se alcanzan mejores resultados creando un clima laboral e interpersonal positivo que centrándose exclusivamente en alcanzar los objetivos, pasando por encima de trabajadores y compañeros.

Si quieres triunfar en tu empleabilidad «afila el hacha» siempre que puedas

Dame seis horas para cortar un árbol y pasaré las primeras cuatro afilando el hacha. ABRAHAM LINCOLN

Había una vez un leñador que se presentó a trabajar en una maderera. El sueldo era bueno y las condiciones de trabajo mejores aún, así que el leñador se propuso hacerlo bien. El primer día se presentó al capataz, que le dio un hacha y le asignó una zona del bosque. El hombre, entusiasmado, salió al bosque a talar. En un solo día cortó dieciocho árboles. «Te felicito —le dijo el capataz—. Sigue así.»

Animado por las palabras de su superior, el leñador se decidió a mejorar su propio trabajo al día siguiente. Por eso se acostó bien temprano esa noche. A la mañana siguiente, se levantó antes que nadie y se fue al bosque. A pesar de todo su empeño, no consiguió cortar más de quince árboles. «Debo estar cansado», pensó. Y decidió acostarse con la puesta de sol.

Al amanecer, se levantó decidido a batir su marca de dieciocho árboles. Sin embargo, ese día no llegó ni a la mitad. Al día siguiente fueron siete, luego cinco, y el último día estuvo toda la tarde tratando de talar su segundo árbol. Inquieto por lo que diría el capataz, el leñador fue a contarle lo que le estaba pasando y a jurarle y perjurarle que se estaba esforzando hasta los límites del desfallecimiento. El capataz le preguntó:

—¿Cuándo afilaste tu hacha por última vez?

—Afilar... No he tenido tiempo para afilar. He estado demasiado ocupado talando árboles.

La moraleja de este relato es que tenemos que dedicar tiempo a «afilarse el hacha». Cualquier profesión requiere de una serie de conocimientos teóricos y competencias técnicas y/o procedimentales, pero debemos también «invertir tiempo» en analizar qué estamos haciendo bien y mal, no sólo con nuestra activi-

dad sino como personas. Afilarse el hacha implica utilizar y potenciar al máximo nuestros recursos, de tal manera que nos permitan conseguir objetivos laborales y personales. Por ejemplo, si queremos tener éxito como coordinadores de un departamento, más allá de seguir el calendario de tareas y ayudar a cada empleado

a alcanzar los objetivos profesionales, debemos «afilar» el lado humano de nuestros trabajadores.

¿Cómo somos con nuestros compañeros? Ser amables, ayudar a los otros, escuchar sus problemas, anteponer sus necesidades, ser empáticos... Los compañeros y jefes con los que nos toque trabajar valorarán muchísimo estos ingredientes, que se conocen como «salario emocional». Se trata de ese otro tipo de ventajas y beneficios psicosociales (compañerismo, buen trabajo, clima positivo, relaciones interpersonales adecuadas...) que el trabajador

percibe en su trabajo y que hacen que no se plantee ni por un momento cambiar de profesión. La mayoría de profesionales considera que invertir en capacitarnos a nivel socioemocional es una «pérdida de tiempo». Sin embargo, dejar pasar la maravillosa oportunidad de superarnos como seres humanos y de ser mejores profesionales, es algo que cada día los expertos en recursos humanos tienen más en cuenta para la contratación. Si quieres que tu hijo tenga éxito en el mercado laboral, ayúdale a «afilar el hacha» de sus fortalezas y virtudes socioemocionales.

175

Una pregunta «atípica» en el examen o la importancia de las personas que conocemos

En educar a tus hijos, gasta la mitad de dinero y pasa el doble de tiempo. ANÓNIMO

Durante mi último año en la Universidad, mientras cursaba un prestigioso posgrado internacional de Dirección de Empresas, nuestro profesor de psicología nos puso un examen. Yo me consideraba un estudiante responsable, con una media de sobresaliente, aplicado y disciplinado, y había contestado seguro y rápido todas las preguntas. Hasta que leí la última: «¿Cuál es el nombre de la mujer que limpia todos los días el aula donde has asistido a clase durante estos tres años?».

Pensé que se trataba de algún tipo de chiste. Lo cierto era que había visto a la mujer de la limpieza entrar con el carro en la clase, una vez finalizada, en multitud de ocasiones. Era alta, de pelo oscuro y de aproximadamente 50 años de edad, pero ¿por qué debería conocer su nombre?

Entregué el examen dejando en blanco la última pregunta. Justo antes de que se terminara la clase, un estudiante preguntó si la última pregunta contaría para la nota del examen.

«Absolutamente —dijo el profesor—. En sus carreras ustedes conocerán a muchas personas y dirigirán o trabajarán con ellas para alcanzar unos objetivos compartidos. Todas son significativas y tendrán su importancia para que el trabajo salga adelante. Ellas se merecen su atención y cuidado si forman parte de su equipo, aun si todo lo que ustedes hacen es sonreír y decir “hola, buenos días”.»

Nunca he olvidado esa lección. También aprendí que su nombre era Laura.

176

La moraleja de este relato es que, en ocasiones, estáis preocupados por que vuestros hijos tengan la mejor educación posible y se matriculen en un Ciclo Superior de Formación Profesional, FP Dual o una Universidad de excelencia, mientras que dejáis de lado aspectos socioemocionales básicos. Tanta especialización ya sea en los cursos de FP como en la formación universitaria está provocando que olvidemos los conocimientos y habilidades que son comunes a cualquier persona y que constituyen la base inherente de un «gran profesional». Por ejemplo, saber reconocer a los demás (decir «buenos días», «¿qué tal la semana, Luis?»); saber apreciar el valor de los demás en su labor («has hecho un gran trabajo»); reconocer que no siempre somos perfectos («admito que el error fue mío»); apreciar los conocimientos y aptitudes de los demás («¿cuál es tu opinión?»); reconocer el trabajar en equipo («nosotros hemos conseguido») más que el individual («yo lo conseguí»); ser educado en el trato con las personas («¿me podrías hacer este favor?»); valorar y reconocer la ayuda de los demás («muchas gracias por tu colaboración»), etc. En todas estas expresiones y conductas habituales subyace una serie de habilidades y competencias socioemocionales básicas para navegar por el complejo mundo de las relaciones interpersonales. Deberían convertirse en asignaturas troncales en

los planes de estudios, especialmente en aquellas carreras profesionales que conlleven el trabajo dentro de un equipo o de cara al público.

Durante la formación académica previa de vuestros hijos, antes de empezar la ardua labor de buscar trabajo, los padres debéis **cultivar y estimular sus competencias socioemocionales**, pues son habilidades clave para facilitar su empleabilidad. Este conjunto de habilidades determinan la forma de trabajar, la actitud hacia el empleo y la vida, o el modo de relacionarnos con los demás. En la actualidad, las empresas las consideran un valor al alza entre sus miembros, pues distinguen al trabajador excelente del trabajador medio. Las investigaciones en psicología del trabajo están poniendo de manifiesto que determinadas competencias y habilidades no sólo contribuyen de forma importante a la inserción laboral sino que, posteriormente, hacen que el rendimiento de un trabajador sea muy superior al de otro con los mismos conocimientos técnicos pero sin las citadas capacidades. A este respecto, un número considerable de estudios indican que las habilidades emocionales, las competencias sociales, los niveles de empatía, el potencial para trabajar de forma armoniosa en equipo y la resistencia ante la adversidad, entre otras, son características personales que determinan en gran medida la empleabilidad de una

persona. Como puede observarse, muchos de estos factores son competencias y destrezas que se adquieren a través de la experiencia directa, el aprendizaje vicario (por imitación de modelos valiosos) y/o el aprendizaje por medio de instrucciones durante el proceso de socialización en casa y en el aula. Como veis, disponemos de un considerable margen para la educación y la formación dirigida a desarrollar todas estas estrategias. Además, nos gustaría resaltar que estas habilidades emocionales no sólo ayudan a encontrar trabajo más rápidamente; también nos conceden más opciones de promocionar y ascender dentro de la organización. Asimismo, nos facilitan mantener el puesto en un mundo laboral cambiante y dinámico que requiere de personas fluidas y «flexibles» que se adapten. No olvidemos tampoco que estas habilidades actúan como factor protector o de resistencia, lo que se asocia a menos bajas laborales, menos víctimas del malestar o tensión en el trabajo, menor aparición del síndrome de *burnout* («estar quemado»), menor cantidad de depresión y de todas las enfermedades psicosomáticas asociadas al estrés laboral crónico. Por todo ello, educar en competencias sociales y emocionales a vuestros hijos, aunque apenas requiera de esfuerzo en el día a día, puede ser una de las inversiones laborales más segura y de mayor futuro para su empleabilidad.

Teniendo presentes las 7 notas musicales que hemos mencionado al principio de este capítulo, vamos a esbozar algunos de los **contenidos que sería conveniente considerar a la hora de hablar con vuestros hijos sobre su futuro laboral**:

Al hablar de la nota de la autopercepción y la expresión emocional, conviene comentar la importancia de reconocer lo que estoy sintiendo y saber expresarlo de forma adecuada. En ocasiones, las continuas demandas en el mundo laboral nos impiden pararnos a pensar sobre nosotros, sobre cómo nos está afectando emocionalmente nuestra propia situación laboral. Reconocer que a veces las exigencias nos sobrepasan y verbalizar lo que estamos sintiendo en nuestro interior, nos ayuda a tomar conciencia, a tomar un respiro y a disponer de los medios para que las circunstancias no nos superen; ya sea desahogándonos con alguien o buscando un rato de ocio y diversión para desestresarnos.

Al hablar de la nota de la percepción emocional de los otros, hemos de comentarles que es muy importante no sólo fijarse en aquello que nos dicen las personas con sus palabras, sino también en aquello que nos están diciendo con sus gestos, su mirada, los movimientos de sus manos o la posición de su cuerpo. Ello nos ayudará a comprobar la veracidad de sus palabras sobre su estado emocional, y nos convertirá en una persona receptiva a las verdaderas necesidades de los compañeros.

Al hablar de la nota de la comprensión emocional, es necesario que nuestros hijos entiendan que es posible sentir odio y alegría por la misma persona, o que a veces no es fácil reconocer la causa de por qué me estoy sintiendo de una determinada manera. En

el desempeño de una profesión son muchas las alegrías y sinsabores que experimentamos, y quizá, en relación a la misma persona con la que convivimos a diario.

Al hablar de la nota de la empatía, siempre pensamos que el jefe o el profesor deberían ponerse en nuestro lugar para comprender por qué no alcanzamos los objetivos o por qué no cumplimos con las expectativas que se habían forjado sobre nosotros. Sin embargo, vuestros hijos han de comprender que también ellos deben ser capaces de mostrar esta habilidad, tratando de entender que el jefe también tienen sus propios motivos para enfadarse o para exigir más allá de lo que pensamos que es correcto (por ejemplo, presiones de sus superiores o percepción de que podemos dar más de nosotros mismos).

Al hablar de la nota de la facilitación emocional, nos referimos a la habilidad para tener en cuenta los sentimientos cuando razonamos o solucionamos problemas, y cómo las emociones nos ayudan a focalizar la atención en aquello que es relevante a la hora de afrontar una situación concreta. Las emociones facilitan el cambio de perspectiva, la formación de juicios y la consideración de nuevos puntos de vista de los problemas como consecuencia de sus continuas fluctuaciones. Por eso es bueno ayudarles a que analicen qué estado de ánimo le vendrá mejor para llevar a cabo la tarea que tienen que realizar. Pararse a pensar antes de actuar, to-

marse unos minutos para ver si su estado de ánimo ayudará o entorpecerá a la hora de hacer los deberes de matemáticas, llamar a un amigo para pedirle los apuntes, afrontar un examen, etc., son algunos ejemplos.

Al hablar de la nota de regulación emocional, tenemos que ayudarles a que sean capaces de crear situaciones en las que predominen las emociones positivas y sepan mitigar las negativas. Ya sea con el grupo de amigos, del deporte o de cualquier actividad que les haga sentir bien consigo mismos, es importante enseñarles a que no presten excesiva atención a aquello que les hace sentir mal. Además, pensar de manera continua y repetida en los errores cometidos no conduce a nada. Al contrario, el error ha de convertirse en la ocasión para reafirmarse y demostrar que somos capaces de hacerlo mejor la próxima vez, generando un sentimiento de autoconfianza.

Al hablar de la nota del manejo interpersonal, hay que procurar que aprendan a resolver conflictos de forma positiva en los que las emociones estén presentes. El adolescente con altos niveles de manejo interpersonal sabe cómo calmarse y dominar su tensión y malestar ante algún enfrentamiento con otro compañero de instituto. También sabe mostrarse tranquilo y con seguridad y no se deja llevar por la sensación de desbordamiento. O bien aquel alumno que sabe animar e ilusionar a sus compañeros de clase hacia la consecución de una

meta difícil pero alcanzable con esfuerzo y tesón (por ejemplo, ganar el campeonato local de baloncesto). En las empresas, las personas que son capaces de crear un clima positivo son muy valoradas. Además, si con su mediación ayudan a restablecer el buen ambiente en mitad de una discusión, se estará ganando el respeto

de los compañeros y de sus superiores, por contribuir de esa manera a la cohesión del grupo.

Para finalizar este apartado os proponemos una serie de **preguntas que os ayuden a reflexionar** sobre todo lo que hemos comentado a lo largo del capítulo con vuestros hijos:

1. *¿Normalmente tu hijo presta atención a lo que siente?*
2. *¿Tu hijo piensa que merece la pena dedicar tiempo a atender las emociones de las otras personas como síntoma de preocupación por ellas?*
3. *¿Tu hijo comprende las razones de por qué está triste, enfadado o apático?*
4. *¿En qué medida tu hijo trata de ponerse en el lugar de sus compañeros?*
5. *¿Crees que tu hijo se deja llevar por sus emociones a la hora de tomar decisiones?*
6. *¿Consideras que tu hijo trata de tener sentimientos positivos aunque se encuentre mal?*
7. *¿Piensas que tu hijo es bueno mediando en la resolución de las discusiones que se dan entre sus amigos de clase o de pandilla?*

La respuesta está en tus manos

Nos gustaría proponeros como padres **tres actividades** a través de las cuales vuestros hijos pongan en práctica sus competencias emocionales, y vayan preparándose para un exitoso futuro profesional.

1 No olvidemos que, aunque nos pese, los malentendidos y las críticas son pan de cada día en todos los puestos de trabajo. Por otro lado, los adolescentes se muestran muy sensibles ante la falta de aprecio de sus amigos y familiares. Se sienten heridos cuando no son tenidos en cuenta. Como padres, podéis aprovechar estas circunstancias para ir entrenando el modo eficaz de afrontarlas. ¿Cómo reaccionan cuando hablan mal de ellos, cuando les critican, cuando les acusan de algo que no han hecho, cuando no les avisan para dar una vuelta con la pandilla? Por lo general, los hijos reaccionan con tristeza, con rabia e incluso con violencia verbal en estas circunstancias. Sin embargo, será bueno que, para empezar, les ayudemos a expresar la emoción que están viviendo. A continuación, y para no dejarse llevar por las consecuencias negativas de esas emociones, tratarán de comprender por qué sus compañeros han actuado de ese modo relativizando, así, el pensamiento que les causa esa tristeza (por ejemplo, se trata de no pensar exclusivamente que «no les caigo bien a mis amigos»; y cambiarlo por

este otro: «Ha habido un fallo a la hora de quién tenía que avisarme»). Se les puede hacer ver que la mejor manera de solucionarlo es dialogar con los amigos de una manera tranquila y sin echarles nada en cara, proponiendo soluciones alternativas para ocasiones futuras (por ejemplo, crear un grupo de *WhatsApp*). Seguramente todo se aclarará, y si en algo tenían razón, lo mejor es aceptarlo y buscar los medios para que no vuelva a repetirse en lo sucesivo. De esta manera, les estaremos preparando para hacer frente de la mejor manera posible a su futuro profesional.

2 Desde que nos levantamos por la mañana, tomamos decisiones a cada rato. Unas veces no implican grandes consecuencias (por ejemplo, qué ropa me pongo hoy); pero en otras ocasiones, suponen cambios sustanciales en nuestra vida (por ejemplo, cambiar de trabajo con mejor remuneración económica pero con una jornada laboral más amplia o mudarme a otro país para ocupar un puesto de mayor categoría en la empresa). Pues bien, las decisiones no se toman únicamente de un modo racional, sino que podemos obtener información de nuestros estados de ánimo para actuar en un sentido u otro. Por ejemplo, experimentar ansiedad e inseguridad ante una situación laboral desconocida

es algo normal. Por tanto, afrontar lo novedoso como un reto en vez de como un obstáculo insalvable, es un aspecto que puede enseñarse desde jóvenes. ¿Qué acontecimientos son los más adecuados para ir entrenando esta habilidad? El hecho de cambiar de instituto, o de cursar FP, FP Dual o estudios universitarios en una ciudad diferente a la que se vive; o simplemente, acudir a una ciudad extranjera durante el verano para aprender un idioma sin la compañía de un amigo, puede causar incertidumbre e intranquilidad en vuestros hijos. No tenemos por qué ahorrarles esa experiencia, ya que son ocasiones propicias para aprender a no dejarse llevar por ese temor inicial y estar abierto a lo bueno que está por venir.

3 La relación con los compañeros es uno de los elementos fundamentales en la satisfacción que experimentamos en nuestro trabajo, hasta el pun-

to de que podemos llegar a hacernos amigos de verdad o, por el contrario, convertirse en motivo de sufrimiento diario. Por eso, es recomendable aprender a cuidar las relaciones con ellos. El primer paso para lograrlo es caer en la cuenta de qué sentimientos tienen en un momento determinado. Y ello sin necesidad de preguntarles, sino con sólo atender a lo que expresan con su mirada, con sus gestos, incluso con su silencio. Ser capaz de percibir la emoción que los demás están sintiendo te hará más sensible a sus preocupaciones, pues estarás interesándote por ellos, o bien podrás participar de su alegría. Vuestros hijos pueden adquirir esta habilidad cada día, tratando de conocer qué estáis sintiendo cuando les contáis algo que os ha pasado durante el día o bien preguntando directamente a algún amigo: «Tengo la impresión de que estás muy contento/triste hoy; ¿me equivoco?». De esta manera, confirmamos la intuición.

PARA PROFUNDIZAR RECOMENDAMOS

Libros recomendados

Extremera, N., y Fernández-Berrocal, P., *Inteligencia emocional y educación*, Madrid, Editorial Grupo 5, 2015.

Vallés, A., *La inteligencia emocional de los padres y de los hijos*, Madrid, Pirámide, 2007.

Muñoz, C., *Inteligencia emocional: el secreto para una familia feliz. Una guía para aprender a conocer, expresar y gestionar nuestros sentimientos*, Madrid, Dirección General de Familia, Comunidad de Madrid, 2007.

Recursos en la red

A continuación os ofrecemos algunas web en las que encontraréis información muy interesante, a nivel teórico y práctico, sobre las competencias emocionales.

Laboratorio de Emociones de la Facultad de Psicología de la Universidad de Málaga: <<http://emotional.intelligence.uma.es/>>. Este laboratorio lleva más de diez años trabajando sobre la inteligencia emocional y sus relaciones con el bienestar de las personas. Aquí podréis descargaros la mayoría de sus publicaciones y obtener información sobre el Máster en Inteligencia Emocional que imparten en la actualidad.

Bienestar Emocional, página web del Ministerio de Sanidad: <<http://www.bemocion.msssi.gob.es/emocionEstres/emociones/manejoEmocional/inteligenciaEmocional/home.htm>>. En esta web encontraréis información sobre el bienestar emocional y su relación con la salud. A través de la lectura de sus contenidos, hallaréis herramientas para aprender a manejar vuestras emociones, controlar el estrés y mejorar el estilo de vida.

Sociedad Internacional de Inteligencia Emocional (ISEI): <<http://www.emotionalintelligence.org>>. Si queréis conocer las novedades que se están llevando a cabo a nivel internacional, no dejéis de visitar esta página.



MARIO PENA GARRIDO (Toledo, 1972)

Profesor de la Facultad de Educación (UNED). Doctor en Educación y Licenciado en Psicopedagogía. Coordinador del prácticum del Máster en Formación del Profesorado de la UNED. Autor de varios artículos sobre competencias emocionales y formación del profesorado.



NATALIO EXTREMERA PACHECO (Málaga, 1976)

Profesor titular de Psicología del Trabajo de la Universidad de Málaga (UMA). Co-director del Máster de Inteligencia Emocional de la UMA. Autor de más de cien artículos sobre inteligencia emocional e indicadores de ajuste psicosocial, bienestar personal y profesional en diferentes colectivos profesionales.

¿Qué nuevos trabajos habrá dentro de diez años? No lo sabemos, pero sí sabemos quiénes los crearán y ocuparán: las personas con espíritu emprendedor. La buena noticia es que ese espíritu se puede educar.

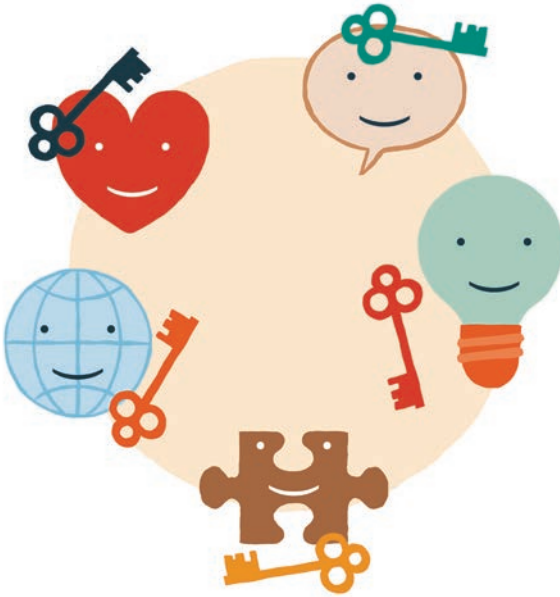
JERÓNIMO GARCÍA UGARTE
CÉSAR GARCÍA-RINCÓN DE CASTRO

184

14. Cinco llaves para abrir las puertas del futuro a vuestros hijos

Claves para desarrollar la competencia emprendedora desde la familia

Parafraseando a Woody Allen, nos interesa el futuro de vuestros hijos, porque es ahí donde van a pasar el resto de su vida. Y ese futuro es a la vez apasionante e incierto, y está lleno de oportunidades pero también de dificultades. Es bastante probable que los que desarrollen con pasión su talento y los que se fijen en el lado bueno de las cosas lo tengan más fácil: éstas son dos facetas importantes de los emprendedores.



5 llaves para emprender en el siglo xxi: abriendo puertas al futuro

185

1 LA LLAVE DE LA **CREATIVIDAD**, porque en tiempos de incertidumbre y cambio es más importante la imaginación que el conocimiento. Cada vez se demanda mayor creatividad y capacidad de innovar en los perfiles profesionales.

2 LA LLAVE DE LOS **CONTACTOS**, porque hemos pasado de la «era Superman» a la «era Spiderman»: ahora la fuerza está en la red, no en hacerlo todo solo. Y esa red es global e instantánea, requiere rapidez y agilidad.

3 LA LLAVE DE LA **MOTIVACIÓN**, porque necesitamos más que nunca estar enfocados. En este caos de posibilidades y estímulos del mundo actual, los cambios han dejado de ser algo ocasional para convertirse en lo habitual. Y, sobre todo, ser optimistas, es decir, ver el vaso medio lleno.

4 LA LLAVE DE LA **COMUNICACIÓN**, porque vivimos en un mundo interconectado, y nuestros mensajes deben competir con otros mensajes, y además en múltiples formatos. Hoy más que nunca, saber comunicar con inteligencia resulta fundamental.

5 LA LLAVE DEL **HUMANISMO**, porque ya somos conscientes de los límites del planeta y de las consecuencias nefastas de hacer negocios y tomar decisiones sin criterios éticos: un negocio malo, desde el punto de vista ético, al final acaba siendo un mal negocio.

La cinta métrica y el proceso de selección de personas

En un proceso de selección de personal para cubrir cinco puestos de trabajo, llegaron al final doce candidatos con la misma valoración en todas las cualidades o rasgos. Los evaluadores estaban ante el dilema de encontrar el elemento clave o diferencial y no sabían cómo abordarlo. Habían hecho todo tipo de pruebas. Al final llamaron a una experta internacional en selección de personas para que los ayudara, y ésta les sugirió que al día siguiente todos los candidatos se presentasen ante ella con una cinta métrica —el clásico metro de medir— en el edificio donde tenía lugar el proceso de selección.

Así se hizo y, en esa primera sesión, la experta retó a todos los candidatos a medir el perímetro del edificio en que se encontraban en el menor tiempo posible. Uno de los candidatos llegó a los dos minutos con la solución exacta, habló con la experta y ésta le dijo: «Espere aquí, no se vaya». Otra candidata, que había olvidado traer la cinta métrica, averiguó el perímetro en cinco minutos. Acto seguido habló con la experta y ésta le dijo también que se esperara. A los siete minutos llegaron tres candidatos que se habían repartido el trabajo y habían sumado sus medidas. La experta también les pidió que esperasen. El resto de candidatos comenzó a llegar a partir de quince, veinte o veinticinco minutos: todos fueron enviados amablemente de vuelta a sus casas.

Los evaluadores, asombrados, preguntaron a la experta por qué había escogido a esos cinco candidatos. Su respuesta fue ésta: «Al primero de ellos, porque le preguntó directamente al portero de la casa cuál era el perímetro, y como ya había obtenido la información que necesitaba, nos ahorró tiempo y esfuerzo. Usó la habilidad de las relaciones interpersonales. La segunda candidata, que había olvidado la cinta métrica, averiguó el perímetro del edificio a través de su teléfono móvil: entró en internet y fue capaz de resolver un problema sin las herramientas tradicionales, pero sí con las digitales. Y los otros tres fueron capaces de ponerse de acuerdo y de trabajar en equipo, de cooperar en lugar de competir: en una situación en la que se jugaban un puesto de trabajo, usaron su llave de los valores humanos. Todos ellos tenían algo importante y diferencial con respecto a los demás candidatos: la actitud emprendedora que ustedes buscaban».

CÉSAR GARCÍA-RINCÓN DE CASTRO, 2015

En los últimos cinco años, coincidiendo con la profunda crisis global que vivimos, se ha comenzado a hablar con más intensidad del emprendimiento, de los emprendedores y de la competencia emprendedora. Siempre ha habido emprendedores. Por emprendedor no hay que entender solamente el trabajador autónomo o el empresario; también hay emprendedores dentro de las empresas: son los llamados intraemprendedores.

El caso es que ser emprendedor ahora está de moda, pero más por una necesidad laboral que por un modo de ser, una actitud o un carácter. Nosotros optamos por el segundo factor: emprender como actitud ante la vida y ante el trabajo. Porque el carácter emprendedor esconde una serie de cualidades y herramientas personales que ayudarán a vuestros hijos a ser más felices profesionalmente y a dar más sentido a sus vidas.

Hablar de «espíritu emprendedor» hoy, en España, significa luchar contra la tiranía de nuestra **cultura dominante** acerca del mundo laboral. Se trata de algo que se nos ha transmitido de generación

en generación, con frases como éstas: «Aprueba una oposición y a vivir», «Un trabajo fijo para toda la vida y una buena pensión», «Médico, abogado, ingeniero, todo menos ser artista, autónomo, etc.», «Lo mejor es colocarte en una empresa grande, cuanto más grande mejor»...

¿Os suenan estas frases? Pertenecen al pasado, pues ya no son verdad. Las cosas han dejado de ser tan estables y tan rentables: cualquier tiempo pasado fue «anterior». Con estas claves y estas **creencias** acerca del trabajo, impedís que vuestros hijos desarrollen el potencial de emprendedores. Más bien los condenáis a vivir amarrados al dique del aparente confort, mientras otros emprendedores navegan por el mar de los retos, rumbo a nuevas profesiones.

Vamos a conocer cuáles son esas cinco llaves o rasgos del espíritu emprendedor, y cómo podéis ayudar a vuestros hijos a cultivarlas lo mejor posible. Nosotros las hemos llamado las **5 Llaves del Espíritu Emprendedor**, una metáfora que nos gusta, porque al final las llaves nos ayudan a abrir y traspasar las puertas del futuro profesional y personal.

187



1. Llave relacional Somos seres en relación, en comunicación con otros. Ningún proyecto de emprendimiento tiene sentido en solitario: la red de personas y contactos con clientes, proveedores y otros profesionales es esencial. La cooperación con otros en proyectos de talento compartido multiplica los resultados. Hemos pasado de la era del emprendedor Superman —el que lo hace todo solo, el más fuerte—, al **emprendedor Spiderman** —la persona ágil, flexible y dinámica que teje redes y hace que su talento crezca de forma exponencial: **la RED es su fuerza y sostenibilidad**.



2. Llave motivacional La motivación de logro, las emociones proactivas, las creencias positivas, la realización personal, el desarrollo de los propios talentos y la autonomía personal son esenciales para el emprendimiento, para salir de la zona de confort y afrontar los retos con ilusión y valentía. El emprendedor no es un tipo duro, sin corazón; no es el «ejecutivo agresivo» de los años setenta y ochenta, sino más bien **una persona emocionalmente inteligente**, que hace de la **resiliencia (flexibilidad mental)** uno de sus mejores escudos para soportar con éxito las dificultades y adversidades.



3. Llave creativa La creatividad es una herramienta básica en el emprendedor: le da la capacidad de satisfacer nuevas necesidades, mejorar procesos y aportar valor. Ello implica apertura y curiosidad, perseverancia, imaginación y también rigor. El emprendedor no piensa siempre de la misma manera, intuye cuándo tiene que ver las cosas de otro modo, cuándo tiene que innovar. Por eso **utiliza varias rutas de pensamiento**, otros puntos de vista y formas de ver y hacer las cosas. Estudia a los mejores, descubre por qué lo son, y aprende de ellos.



4. Llave humanista Los buenos negocios los hacen las buenas personas. Un negocio malo desde el punto de vista ético, acaba siendo un mal negocio. Por desgracia, todos los días vemos noticias y ejemplos de malos negocios. El emprendedor necesita una **ética como principio personal** y también como estrategia a largo plazo de la sostenibilidad de su negocio, para construir **relaciones de confianza con sus clientes**, para mejorar la vida de otras personas y el entorno en que actúa.



5. Llave comunicativa La capacidad de expresar las ideas en varios formatos comunicativos como dibujos, mapas, narraciones, formas de hablar, tanto verbal como no verbal, es fundamental para el emprendimiento, porque **de nada vale tener buenas ideas y proyectos si no sabemos venderlos**, si no convencemos a la sociedad de ello, si no persuadimos. Esta dimensión es el «departamento de marketing personal» del emprendedor. Las buenas ideas se deben saber comunicar de la forma oportuna y en el momento oportuno. Si no desarrollamos una comunicación inteligente, si no logramos impactar en las emociones de nuestros clientes, de poco sirve tener buenas ideas.

La buena noticia es que estas cinco llaves se pueden educar. Como padres podéis colaborar para que vuestros hijos puedan desarrollarlas. **Piensa en emprendedores de éxito** y fácilmente descubrirás que todos ellos han utilizado estas llaves, y que con ellas han logrado abrir las puertas de su talento y su futuro profesional. Por ejemplo, J. K. Rowling, autora de la saga de *Harry Potter*, en una situación de dificultad personal, casi en la indigencia, refugiándose en los cafés de Edimburgo con su hija pequeña, recordó que cuando iba al colegio, de niña, era muy hábil inventando y contando cuentos e historias fantásticas a

sus amigas. Digamos que siempre tenía el típico corrillo a su alrededor. En esos cafés comenzó a escribir *Harry Potter*. Esta habilidad especial, esta mezcla de llave comunicativa (contar historias), creativa (inventar historias), motivacional (una hija pequeña a quien alimentar y ofrecer un futuro), relacional (vivir en casa de su hermana, llegar hasta un editor que apostó por ella) y humanista (enfocarse en el público infantil, contar historias con valores...), fue la que la ayudó a emprender y escribir la primera entrega de *Harry Potter* que, como hoy sabemos, gozó de unos beneficios económicos extraordinarios.

189

5 llaves para hablar con vuestros hijos sobre su futuro

La primera pregunta que, como padres, os tenéis que hacer antes de sentaros a hablar con vuestros hijos sobre su futuro es: ¿Cómo queréis que sean vuestros hijos en ese futuro que está por venir?

Nuestro papel no es el de diseñar para ellos un futuro cerrado y a nuestra medida. Pero si queremos acompañarlos y aconsejarlos en este camino que están iniciando, es necesario ofrecerles, enseñarles una serie de competencias, herramientas, etc., que no deben faltar nunca en su «mochila».

A ellos les corresponde asumir todo el protagonismo en la construcción de su futuro. Pero tampoco podemos olvidar que necesitan que la primera parte del camino cuente con unas guías que les vayan orientando.

Todos, en algún momento, habéis tenido que preparar la mochila de vuestros hijos cuando se han ido de excursión, y ellos han

puesto en vosotros su confianza para que, al llegar a su destino, no les faltase nada. Ahora el viaje es más largo. En la construcción de su futuro irán dejando atrás y desechando algunas de las cosas que vosotros les habéis puesto en la mochila, y con muchas otras llegarán hasta el final.

Lo cierto es que no todo aquello que les ofrecéis ahora formará necesariamente parte de su vida a largo plazo. Pero para que puedan elegir es necesario que en el punto de salida su mochila guarde cosas valiosas.

Estamos seguros de que imagináis a vuestros hijos habitando el mundo de un modo positivo. Que pensáis en ellos como personas íntegras personal y profesionalmente. Recordad, entonces, que no podréis conseguir que vuestros hijos sean buenos profesionales emprendedores si antes no habéis conseguido que sean buenas personas.

La construcción del futuro de vuestros hijos tiene mucho que ver con la construcción de un edificio, en el que la parte más importante no son los distintos pisos que se irán levantando a la vista de todos, sino los cimientos sobre los que se

alza el edificio y que no podemos ver a simple vista.

En esos cimientos se sitúan las cinco llaves para hablar con vuestros hijos sobre algunas estrategias a las que no deben renunciar en la construcción de su futuro:

190

Al hablar de la **llave humanista**, debemos destacar la importancia de que su propia felicidad no puede ser ajena a la felicidad de los demás. Y para ello es necesario que entiendan que la característica más destacada y la mejor estrategia de una persona que posee esta competencia es la de vivir continuamente atenta, observando y buscando el momento oportuno para ayudar a quien lo necesite sin esperar nada a cambio. De hecho hoy en día se valora mucho el «liderazgo de servicio» en las empresas. Esto implica ayudar a los demás y estar disponible para ellos, «hacerse cargo», no como un ejercicio de poder, sino de servicio a los demás y a un proyecto compartido de trabajo, cada uno desde su puesto, sea el que sea.

Al hablar de la **llave motivacional**, tenemos que ayudarlos a formarse un concepto positivo de sí mismos. Y eso supone hablarles tanto de sus puntos fuertes para poder reforzarlos, como de sus puntos débiles para poder afrontarlos y superarlos. El modo de percibirse y valorarse a sí mismos marca la diferencia entre dos estrategias diferentes a la hora de «asomarse» a la vida: desde la luminosidad de la azotea o desde la oscuridad del sótano.

Al hablar de la **llave relacional**, seguro que las palabras de Michael Jordan les ayudarán: «Las individualidades ganan partidos, el trabajo en equipo gana campeonatos». Vivimos en un mundo global donde renunciar a la riqueza que aporta la diversidad es la peor de las estrategias. Como ya hemos comentado anteriormente, una de las características clave de un emprendedor es tener una buena red de contactos o socios, es decir, saber elegir y rodearse de personas íntegras y de confianza.

Al hablar de la **llave creativa**, tenemos que potenciar el hecho de que sean capaces de sacar fuera esa creatividad que todos llevamos dentro y que, por desconocimiento, quizá nunca salga a la luz. Debemos ayudarlos a descubrir, situarlos ante aquello que les motiva y apoyarlos, personal y materialmente, en su desarrollo. Tenemos que incentivar sus creaciones, reforzar su curiosidad, su aprendizaje de nuevas herramientas, invitarles a «pensar al revés», o a «unir o mezclar dos cosas que antes nadie ha unido» para crear productos innovadores. También podemos animarlos a participar en concursos de creación artística o creativa del tipo que sea.

Al hablar de la **llave comunicativa**, tenemos que dialogar con ellos desde nuestro ejemplo. Además de las necesarias habilidades de comunicación en diferentes formatos, la estrategia que siempre deben seguir al comunicarse es la de la sinceridad y la credibilidad. Es decir, estimular la coherencia entre lo que hacen y lo que dicen. Y recordemos que el ejemplo es el mejor modo de influir de forma positiva en los demás.

Algunas actividades, como el teatro escolar, son magníficas oportunidades para entrenar la capacidad de oratoria y de hablar en público. Un curso de oratoria para adolescentes es una excelente inversión de futuro.

191

A todos aquellos padres que os acerquéis a estas páginas os dejamos la «tarea» de pensar en otras posibles estrategias para hablar con vuestros hijos, sin olvidar que cada uno es diferente y que, como os puede ayudar a ver este pequeño test, no todos parten del mismo punto de salida.

- | | | |
|---|----|----|
| 1. ¿Crees que tu hijo piensa y ayuda a que los demás sean felices? | SÍ | NO |
| 2. ¿Piensas que tu hijo tiene un concepto positivo de sí mismo? | SÍ | NO |
| 3. ¿Crees que tu hijo prefiere hacer las cosas solo a hacerlas con otros? | SÍ | NO |

El emprendimiento empieza en casa

También queremos proponeros tres actividades para que podáis ayudar a vuestros hijos en la construcción de un futuro emprendedor:

1

Para ayudar a que vuestros hijos sean emprendedores es absolutamente necesario que tengan un conocimiento adecuado de sí mismos. Y para ello podéis plantearles que dibujen, o escriban, lo que ha sido hasta ahora el «camino» de su vida, señalando sus puntos débiles y sus puntos fuertes, tanto en su desarrollo personal como académico. Después de haber pensado y puesto por escrito los aspectos y competencias en los que tienen que mejorar, les pediréis que se propongan una acción de logro (mejora) para cada una de las debilidades.

2

La familia también es un equipo en el que cada uno debe aportar lo mejor de sí mismo. Cada miembro del equipo ha de asumir sus responsabilidades. Cuando os anticipáis o asumís responsabilidades que son de vuestros hijos, lo que realmente hacéis es restarles maduración, progreso, etc. Por ello es fundamental dejar claro cuáles son las responsabilidades de cada miembro de la familia y no asumir (salvo en circunstancias muy especiales) las de otros. En su futuro no siempre vais a estar ahí, a su lado, para resolver por ellos los problemas que, inevitablemente, la vida les vaya deparando.

3

No podemos cerrar este capítulo sin hacer hincapié en que pensar en emprendimiento no es solamente pensar en el beneficio profesional (económico) que vuestros hijos puedan obtener en el futuro. Ser emprendedores exige también un compromiso social que podéis empezar a trabajar pensando y colaborando en familia con alguna causa, con alguna necesidad social de vuestro entorno. No tenéis más que salir a vuestro barrio, preguntar en alguna institución municipal, ONG, etc., por aquellas necesidades de colaboración, ¡y ponerlos juntos a ello!

PARA PROFUNDIZAR RECOMENDAMOS

Libros recomendados

Tres libros que tienen en común el ofrecerlos, de un modo muy claro y fácil de leer, los ejes fundamentales que vertebran la identidad emprendedora hacia la que queréis que se dirijan vuestros hijos.

Herrera, H. y Brown, D., *La guía del emprendedor. Combinaciones transgresoras para crear un negocio único*, Barcelona, Urano, 2008.

Covey, S., *Los siete hábitos de los adolescentes altamente efectivos. La mejor guía práctica para el éxito juvenil*, Barcelona, Grijalbo, 1998.

Spencer Johnson, M. D., *¿Quién se ha llevado mi queso? Cómo adaptarnos a un mundo en constante cambio*, Barcelona, Empresa Activa, 2002.

Recursos en la red

El blog Aula Planeta: <www.aulaplaneta.com/blog>. Un excelente blog sobre educación, cuyos contenidos se actualizan constantemente, con un espacio especialmente dedicado a las familias. Ofrece orientaciones muy prácticas que os ayudarán a educar a vuestros hijos para ese futuro que están a punto de empezar a vivir.

193



JERÓNIMO GARCÍA UGARTE (Torrelavega, 1965)

Profesor de Filosofía y Psicología. Máster en Organización y Práctica de la Educación y Máster en Dirección y Organización de Recursos Humanos. Formador de profesores, padres y equipos directivos. Tutor de *superpadres.com*. Autor de varios libros sobre educación.



CÉSAR GARCÍA-RINCÓN DE CASTRO (Madrid, 1966)

Consultor y Experto en Desarrollo Humano. Doctor en Sociología, Licenciado en Sociología Industrial y Diplomado en Trabajo Social. Coordinador del curso *Especialista en Educación para el Desarrollo Global* de la Universidad Pontificia Comillas. Autor de varios libros sobre pedagogía, psicología y educación.

¿Qué debéis tener en cuenta para ayudar a vuestros hijos a prepararse para un escenario cada día más global? ¿Cómo afianzar sus valores interculturales? ¿Qué claves necesitan para desarrollar la competencia intercultural?

JOSÉ MANUEL SÁENZ ROTKO

194

15. La competencia intercultural y de internacionalización:

Claves para favorecer la empleabilidad de vuestros hijos en un mundo global

Vuestros hijos tendrán que desempeñar una carrera profesional en un mercado laboral cada día más global, en el que se relacionarán y competirán con personas de todo el mundo. Vuestros hijos pueden –y deben– prepararse para ese futuro. ¿Cómo acertar en esta tarea? ¿Qué debéis tener en cuenta para ayudarles a prepararse para este escenario? Aquí os ofrecemos unas pautas para que, como padres, podáis ayudarles de forma natural y efectiva.



6 claves para una Orientación Profesional en un entorno globalizado

195

- 1 Conocer y valorar la propia cultura, tradición y lengua.
- 2 Ampliar el horizonte de «mi mundo».
- 3 Despertar el interés por los temas globales.
- 4 Entender lo diferente como enriquecedor.
- 5 Conocer y convivir con otras culturas en primera persona.
- 6 Aprender lenguas extranjeras como puente de comunicación.

En el protocolo de los negocios en China, lo habitual es celebrar la firma de un contrato con una cena ceremoniosa en un buen restaurante. Así pues, el representante de la empresa británica, que acababa de cerrar un gran negocio con una compañía china, fue el invitado de honor de aquella cena elegante celebrada en uno de los mejores restaurantes de Shanghái. Para agasajar al invitado, el presidente de la empresa chino ordenó al camarero que, como primer plato, sirviera sopa de serpiente. Para ilustrar la excelencia del producto, el jefe de cocina presentó al británico la serpiente viva antes de convertirse en condimento de la sopa. Haciendo de tripas corazón, nuestro hombre londinense probó la sopa. Con la intención de no ofender a los anfitriones y poner en peligro el contrato se la acabó entera y dejó el plato limpio como una patena. El gerente chino se apresuró entonces a dar nuevas órdenes al metre y a los cinco minutos llegó un nuevo plato de sopa, hecho a base de una serpiente aparentemente más opulenta. Otra vez los buenos modales del comercial británico no le permitieron rechazar el plato. Al acabárselo de nuevo, y para sorpresa y gran pesar suyo, llegó, tras las órdenes pertinentes del socio comercial chino, el tercer plato todavía más impresionante... de sopa de serpiente.

Unos días más tarde, de vuelta en la capital británica, nuestro empresario fue ilustrado por una persona bien formada en las cuestiones interculturales de que acabarse un plato por completo indicaba a un anfitrión chino que el invitado se había quedado con hambre y que debía evitar una ofensa ofreciendo una mayor cantidad de la misma comida. De haber prestado mayor atención a las normas sociales de culturas diferentes a la suya propia, el delegado británico se habría evitado una indisposición estomacal.

*Adaptación de un spot publicitario del banco multinacional británico
HSBC bajo el eslogan «El banco mundial más local»*

Con cierta frecuencia escuchamos aquello de que «en España se vive mejor que en cualquier otro lugar del mundo». El mejor vino es el español; la belleza de sus playas, insuperable, al igual que su gastronomía. Y el clima es único, como lo es su riqueza artística y cultural. En fin, la idea de «como en España, en ningún lado». Tales afirmaciones, más que de resultados comparativos de personas muy viajadas y conocedoras de medio mundo, provienen en general de gente que, justo al contrario, no ha salido de su entorno local, regional o, como mucho, nacional. Son, en realidad, prejuicios basados en el desconocimiento de cualquier otro país, cultura o sociedad diferente a la suya propia. Reflejan la expresión de que nos creemos el ombligo del mundo, precisamente porque no somos capaces –o no queremos– mirar más allá de nuestro propio ombligo.

Con la crisis económica, que ha afectado con especial fuerza a nuestro país en los últimos años, hemos hablado más que antes de movilidad laboral internacional. Muchos de nosotros conocemos algún ingeniero que se ha ido a Alemania, una enfermera que vive ahora en el Reino Unido o incluso trabajadores de la construcción que han encontrado oportunidades en Angola o los estados de la región del Golfo. Quizá para muchos en España, la movilidad laboral internacional esté siendo todavía un «mal menor» frente al hecho de no tener trabajo, algo, en definitiva, no deseado. Pero la crisis no ha hecho otra cosa que poner de relieve que la globalización influye, naturalmente, también al mercado laboral. Estudios recientes predicen que las personas que inician hoy su carrera profesional, no sólo cambiarán varias veces de empleador sino también de países de trabajo.

Un mercado laboral globalizado ofrece grandes oportunidades para aquellos que saben cómo prepararse adecuadamente, que son capaces de adaptarse a estos cambios o de anticiparlos. Al margen de lo que un profesional debe saber de su propio oficio, **la competencia más demandada en este mercado laboral global es la competencia intercultural**. Internacionalizarnos significa entrar en contacto con personas que hablan, piensan, actúan de forma (aparentemente) diferente a la nuestra. La capacidad de entenderlos, no sólo a nivel lingüístico sino de forma integral, es decir, con su cultura, su sistema de valores, etc., es indispensable para poder trabajar con ellos en equipos multinacionales. Esos equipos son una realidad en la mayoría de las grandes compañías, en las que los compañeros de trabajo están físicamente repartidos por los cinco continentes, pero permanentemente presentes por videoconferencias, chats y Skype.

Un reciente estudio internacional del British Council sobre la relevancia de las destrezas interculturales, realizado entre 367 empresas de nueve países repartidos en cuatro continentes, arroja unos resultados muy ilustrativos al respecto: en torno al 90% de los directivos de recursos humanos encuestados asegura que la competencia intercultural es importante o muy importante en la selección de personal para sus empresas que, por lo general, actúan de forma global. La capacidad de relacionarse con éxito con otros países, otras organizaciones y personas depende en buena medida de si se poseen las competencias interculturales y de lenguas extranjeras necesarias para construir vínculos productivos, tanto en sectores privados (comercio o inversio-

nes) como en el ámbito público de la administración nacional o los organismos internacionales.

Pero también para aquellos futuros jóvenes profesionales y muy especialmente para aquellos que han realizado ciclos de FP o de FP Dual que no se ven trabajando

en el extranjero, la capacidad de relacionarse y comunicarse correctamente con personas de otras lenguas y culturas va a ser imprescindible. España no es una isla, sino destino de personas que vienen a vivir y trabajar aquí. No sólo el mundo se globaliza, también España.

SELLO NÓMADA. Comunicación no verbal



OK

Estados Unidos

En 1839, unos humoristas de Boston crearon la abreviación para OK («todo correcto» o «todo bien») como un deliberado error de ortografía.



DINERO

Japón

El círculo formado por la unión del pulgar y el dedo índice representa una moneda.



CERO

Francia

Sin valor o sin utilidad. Para comunicar el equivalente al OK norteamericano, se usa el pulgar hacia arriba.



OBSCENO

Argentina, Brasil, Alemania, Grecia, Italia, Paraguay, Rusia, Singapur, España, Túnez

Este signo se usa como gesto despectivo para representar un orificio corporal.

Fuente: <http://1.bp.blogspot.com/-23vsT45JNfg/TaGva_Q61kI/AAAAAAAAAlog/CI mazij-0ss/s1600/non-verbal-communication-po.jpg>

¿Qué debéis tener en cuenta para ayudar a vuestros hijos a prepararse para este escenario, que se aleja bastante de aquel para el que os habéis formado vosotros?

Las cosas grandes empiezan con lo pequeño. Así, la competencia intercultural no se construye inicialmente y sólo con el aprendizaje de idiomas. Las lenguas son una herramienta más bien técnica que permite

comprender y hacemos entender lingüísticamente. La habilidad intercultural debe construirse poco a poco y desde los cimientos más profundos, como si de un edificio se tratase. Te proponemos **seis claves**:

1. Conocer y valorar la propia cultura, tradición y lengua

Poder abrirse a otras culturas requiere, en primer lugar, tener una conciencia de nuestra propia identidad cultural. Saber cuál y cómo es nuestra propia cultura, sociedad y religión, conocer bien la propia lengua y respetar nuestro sistema de valores. Formamos parte de una tradición cultural, de pensamiento y de valores que, aunque no hayamos elegido conscientemente, debemos entender como aquello que nos otorga identidad. Una identidad que es reconocible también para aquellas personas que forman parte de una cultura diferente. Sólo teniendo identidad propia podemos reconocer identidades diferentes. Sólo respetando y valorando nuestra propia cultura estamos preparados para respetar y valorar otras culturas diferentes y comunicarnos eficazmente con ellas. Preocupémonos en un primer paso, pues, por una educación sólida en lo propio. Atendamos primero a la historia y la lengua española y a la propia Comunidad Autónoma. Después estudiemos la historia universal y los demás idiomas. Por ejemplo, leamos a Platón y Aristóteles seguidos de Confucio o Zaratustra, y no al revés. Entendamos el cristianismo, el judaísmo y el islam como expresión de nuestra cultura —aunque no necesariamente profesemos dichas religiones— para interesarnos después por el budismo o el hinduismo si queremos aspirar a alcanzar una visión integrada de la complejidad cultural de nuestro mundo global.

199

2. Ampliar el horizonte de «mi mundo»

Conocer la propia cultura no quiere decir «absolutizarla». Hay mucho más que lo mío propio. Para darnos cuenta de ello no tenemos más que mirar a nuestro alrededor. En las calles de nuestro barrio, en nuestra propia ciudad, escuchamos idiomas que no entendemos. La televisión e internet nos muestra constantemente lo que sucede en otros países. Por ello, debéis preocuparos como padres para que vuestros hijos desarrollen una sensibilidad y comprensión hacia la pluralidad y diversidad que ya caracteriza hoy a todas las sociedades. Podéis y debéis percibirlos también en vuestro entorno más inmediato. Porque el horizonte del espacio geográfico y cultural en el que se desarrollarán las vidas de vuestros hijos en lo personal y en lo profesional ya no será su ciudad, ni siquiera su país, sino que será global y heterogéneo.

3. Despertar el interés por los temas globales

Una manera fácil y entretenida para fomentar esa conciencia es despertar en vuestros hijos el interés por las llamadas cuestiones globales. Para los jóvenes es fácil de entender que el cambio climático y la polución de los mares no son retos que pueda solucionar un país en solitario. Como tampoco cuestiones como los recursos energéticos, la sobrepoblación o las amenazas a nuestra seguridad. Todas estas problemáticas requieren de una respuesta negociada entre muchos o todos los países, precisa de la comunicación intercultural y del compartir con otros entornos culturales nuestras preocupaciones. Para ello, tenemos que entender a los demás, y también confiar los unos en los otros. Tratar estos temas ayuda a que vuestros hijos, desde el marco de su identidad como ciudadanos europeos, se entiendan cada vez más también como ciudadanos de un mundo global que está dando los primeros pasos en su construcción.

4. Entender lo diferente como enriquecedor

Conocer el rol que juega la religión para un tibetano suma, no resta. Entender el valor del esfuerzo, la libertad del individuo y su desarrollo personal en la sociedad norteamericana suma, no resta. Percibir la importancia del orden o el trabajo bien hecho para un alemán suma, no resta. Conocer la cocina peruana o tailandesa suma, no resta. La diferencia entraña valor añadido. El conocimiento de la diferencia nos abre la puerta a relativizar alguno de nuestros propios valores, o a darles incluso mayor importancia. Forma parte de la habilidad intercultural identificar fortalezas de otra cultura. Hacerlo nos permite incorporar elementos o visiones externas a nuestro proyecto de vida y, con ello, enriquecerlo. Por eso debéis ayudar a vuestros hijos a convencerse de que otras culturas pueden tener el mismo valor que la propia.

5. Conocer y convivir con otras culturas en primera persona

El conocimiento de cómo viven y piensan otras culturas aprendido mediante lecturas de libros no puede sustituir en ningún caso la experiencia personal. Debemos preocuparnos por que nuestros hijos se relacionen con otros jóvenes de entornos culturales y de lenguas diferentes. Si la economía lo permite, pensad en enviar a vuestro hijo a un campamento o curso de verano en el extranjero donde pueda integrarse en la vida diaria de una familia local. Pero tampoco son necesarios grandes y costosos viajes para una experiencia en primera persona. Con gran probabilidad, en el colegio, incluso en la propia clase de vuestro hijo, hay niños que hablan otras lenguas. O hijos de compañeros de trabajo, del equipo de deportes, de familiares que se han casado con extranjeros. ¿Se relacionan vuestros hijos con los suyos? Sólo la experiencia en primera persona —y mejor desde temprana edad— os asegura que vuestros hijos vivan las relaciones interculturales con la naturalidad, el interés y el respeto más absolutos.

6. Aprender lenguas extranjeras como puente de comunicación

¡Cómo no! Ya todos tenéis bastante asumido que fomentar en vuestros hijos el estudio de lenguas extranjeras es uno de los aspectos más importantes para su futuro laboral. Y así es, sin duda. Con cuantas más personas puedan comunicarse mediante algún idioma compartido, mayores serán sus opciones de empleabilidad en un mercado laboral global. Más aún si vuestros hijos han decidido realizar estudios de FP o FP Dual. Dicho de manera más radical —pero no menos cierta—: para una carrera profesional de éxito, el dominio del inglés y una base en una segunda lengua extranjera serán herramientas imprescindibles para la generación de vuestros hijos. De lo contrario serán considerados cuasi «analfabetos». Y los idiomas, no lo olvidemos, son también el instrumento para comprender con mayor profundidad las diferentes culturas, de las que sus lenguas son la principal expresión. Nunca es mal momento para empezar a aprender un idioma, si bien lo mejor es comenzar en edad temprana. La ventaja de los colegios bilingües es que los niños aprenden una lengua extranjera

de la manera más natural posible: como si fuera otra lengua materna. Nuestra madre no nos ha dado clases de español, simplemente lo hemos ido asimilando. Pero igualmente bilingüe puede llegar a ser un niño que empieza el estudio del inglés con 10 años, siempre que lo haga con ilusión, compromiso y el mismo rigor que es necesario para aprender, por ejemplo, matemáticas.

Como padres, ¿tenéis presentes estos aspectos para favorecer en vuestros hijos la competencia intercultural y de internacionalización en vuestro proyecto de vida familiar?			SÍ	NO
1. Conocer y valorar la propia cultura, tradición y lengua.				
2. Ampliar el horizonte de «mi mundo».				
3. Despertar el interés por los temas globales.				
4. Entender lo diferente como enriquecedor.				
5. Conocer y convivir con otras culturas en primera persona.				
6. Aprender lenguas extranjeras como puente de comunicación.				

201

Para avanzar desde la familia en la competencia intercultural de vuestros hijos

Como hemos podido comprobar, la «competencia intercultural», tan valorada por las empresas a la hora de favorecer la empleabilidad futura de vuestros hijos, va mucho más allá del dominio de idiomas. Hay que empezar a desarrollarla progresivamente desde la infancia y en muchos niveles diferentes. El nivel más importante es, sin duda, el de la experiencia personal. El hecho de estar en contacto con personas de otras culturas, no sólo durante un viaje de vacaciones sino en lo cotidia-

no del día a día, es fundamental. El hecho de sentir y participar, en cierta medida, de otra cultura, proporciona el conocimiento, la voluntad y la sensibilidad necesarias para desarrollar lo esencial de la destreza intercultural. Me refiero a la capacidad de respetar y adaptarse a formas de pensar y maneras de hacer diferentes, que constituyen la base del funcionamiento del trabajo en equipo en un entorno profesional internacionalizado como el que espera a la generación de vuestros hijos.

Como decíamos, lo grande empieza con lo pequeño. A continuación os proponemos algunas ideas para dar un paso concreto más en el camino de la internacionali-

zación de vuestros hijos. Podéis empezar hoy mismo. Son propuestas sencillas, fácilmente realizables y hasta entretenidas, pero no por ello menos efectivas:

- 1 Haced una excursión a un museo antropológico, histórico o de bellas artes y mostrad a vuestros hijos el interés que tiene para vosotros y que debería tener para ellos, conocer, valorar y estar orgulloso de la tradición cultural de la que formamos parte.
- 2 Plantead en el colegio de vuestros hijos que trabajen algún proyecto sobre una cuestión global. Encajan en casi cualquier asignatura y se prestan para realizar proyectos interdisciplinares. O, cuando sea posible, regalad a vuestros hijos un libro interesante sobre el cambio climático u otra temática global que pueda interesarles.
- 3 ¿Por qué no cenar comida tailandesa, marroquí, india o peruana una vez al mes? Implicad a vuestros hijos en el «día familiar de la cocina internacional». Es divertido y puede ser una excelente excusa para que quieran saber más sobre aquellas culturas. Aparte de que puedan enamorarse de sus deliciosos platos.
- 4 Para el próximo cumpleaños de vuestro hijo proponedle hacer una fiesta multicultural e invitad a todos los niños que conocéis que provienen –o cuyos padres son– de otros países. ¿Cuántos países sumamos? Es una buena manera no sólo de abrir el horizonte sino también para hacer amistades interculturales.
- 5 Hablad con vuestro hijo sobre cómo podéis darle un perfil intercultural a las próximas vacaciones. Un viaje al extranjero, un viaje virtual a través de libros y museos sobre otros países, un campamento de idiomas etc., pueden ser buenas propuestas. Incorporad al joven en la planificación e intentad tener en cuenta sus propias propuestas.

El mundo es hoy más pequeño que nunca. Las distancias parecen haber desaparecido. Comunicarnos con un desconocido en Australia no sólo es posible mediante internet y las redes sociales sino que es gratis. Nos enteramos en tiempo real de lo que está sucediendo en lugares remotos y, además, esos sucesos pueden tener un efecto bastante directo e inmediato en nuestras vidas. La globalización acerca e interconecta a todas las personas que habitamos este planeta. Por ello intuimos, mejor dicho, sabemos que vuestros hijos tienen que prepararse para un mundo que no es el mismo para el que os habéis formado vosotros.

Espero que todo lo que hemos compartido en este capítulo os pueda haber resultado inspirador para que, desde los hábitos y rutinas de la educación familiar, podáis ayudar a vuestros hijos a desarrollar esa competencia intercultural y de internacionalización que tan importante será para multiplicar sus posibilidades de empleabilidad futura en un mundo cada vez más global.

También para vosotros, los padres, como los primeros orientadores profesionales de vuestros hijos, vale aquello de «**pensemos en lo global y actuemos en lo local**».

PARA PROFUNDIZAR RECOMENDAMOS

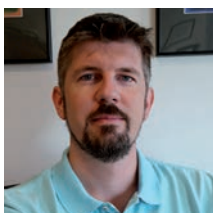
Libros recomendados

Dennis, M., y Matas Pla, M., *Entrecruzar culturas: Competencia intercultural y estrategias didácticas*, Bruselas, De Boeck et Larcier, 2002. Es una guía didáctica con abundante material para trabajar la competencia intercultural en la niñez y la adolescencia. Aunque en principio está orientada a los profesionales de la docencia, nos puede ayudar a captar ideas para hacerlo en casa.

Recursos en la red

Culture at Work. The value of intercultural skills in the Workplace, British Council e Ipsos Public Affairs, 2013: <<http://www.britishcouncil.org/sites/britishcouncil.uk2/files/culture-at-work-report-v2.pdf>>. Se trata del estudio más completo y reciente sobre lo que los empleadores tienen que decir en relación a la competencia intercultural como habilidad profesional crucial para la próxima generación.

203



JOSÉ MANUEL SÁENZ ROTKO (Graz, Austria, 1976)

Experto en Educación Internacional. Máster en Relaciones Internacionales. Doctor en Teología. Jefe de Estudios de Relaciones Internacionales y Traducción e Interpretación en la Universidad Pontificia Comillas.

¿Qué saberes, habilidades y competencias debéis potenciar en vuestros hijos para que sean capaces de convivir y desarrollarse profesionalmente en este nuevo mundo de lo digital, en el que vivimos y viviremos en el futuro?

JUAN MANUEL NÚÑEZ COLÁS

16. Competencia digital: Preparad a vuestros hijos para un mundo profesional en cambio

204

¿Habéis intentado imaginar y definir cómo serán las profesiones del futuro? Quizá no sean muy distintas a las que vemos ahora en películas de ciencia ficción. Vuestros hijos se forman en las escuelas, institutos, centros de formación profesional o facultades para un mundo de profesiones diversas. Y, curiosamente, muchas de ellas no existen aún: «Programador de emociones», «Curador de contenidos», «Piloto de drones», «Impresor 3D», «Ingeniero BigData», «Entrenador de Identidad Digital», «Community manager», etc. El tren del futuro tecnológico ya está aquí y tu hijo irá en él. ¿Te animas a subir tú también?

10

claves para acompañar a tu hijo en su viaje digital



1. **Aprender:** utiliza la red y la tecnología para formarte y adquirir una competencia digital básica que te permita estar junto a tu hijo en su desarrollo y en la conformación de su identidad digital.
2. **Entender** cómo son los niños y jóvenes hoy en una sociedad mediada por la tecnología. Analiza las diferencias tecnológicas y cognitivas que hay entre ellos y nosotros.
3. **Favorecer:** pon en marcha todos los mecanismos a tu alcance para que desarrolle sus competencias digitales desde un punto de vista ético y responsable. Fomenta en todo momento su autonomía y su capacidad de toma de decisiones.
4. **Compartir:** pasa tiempo junto a él en su viaje hacia lo digital. Intenta, en la medida de lo posible, compartir sus redes, sus videojuegos y sus acercamientos a las tecnologías de la información y comunicación (TIC). Déjale que te explique qué hace y dialoga con él sobre cómo son sus momentos de ocio o de estudio cuando la tecnología está por medio.
5. **Preguntar:** la tecnología tiene luces y sombras. Infórmate y pregunta sobre ello. Ayúdate y ayuda a tu hijo a hacer un uso responsable de las TIC y de la red.
6. **Aportar:** la red no es nada sin los aportes de la comunidad. Todos tenemos algo que decir. Tú mismo y tu hijo podéis aportar información y contenidos. Esto le enseñará también el valor de compartir, igual que otros lo hicieron para que él tuviera acceso a esos contenidos.
7. **Exigir** a las personas responsables del aprendizaje de tus hijos que utilicen la tecnología y sean ejemplo de uso y le faciliten su acceso. Promueve también que las metodologías docentes y sus experiencias de enseñanza-aprendizaje estén cerca de los conceptos 2.0 y les inviten a crear, compartir y colaborar.
8. **Colaborar** con el resto de agentes educativos para que tu hijo tenga la capacidad de adaptarse al cambio y de aprender a aprender.
9. **Disfrutar:** la tecnología nos ofrece grandes posibilidades de aprender, viajar sin moverse del sitio, jugar, compartir y conocer o volver a conectar con personas de todo el mundo.
10. **Hablar:** las competencias digitales nos llevan a un mundo globalizado, sin fronteras, por lo que será necesario hablar idiomas. No olvides este componente de su listado de competencias necesarias para su futuro profesional.

Hace poco más de una década, en 2004, en Nueva Orleans, una niña le pidió ayuda a su primo Salman en relación con un problema matemático. Cuando otros familiares y amigos le pidieron que también les ayudara, Salman Khan decidió subir sus explicaciones en vídeo a YouTube y descubrió que miles de personas visitaban sus clases y se servían de su conocimiento a través de la red. Cuatro años después, veía la luz la Khan Academy (<<https://es.khanacademy.org/>>), que actualmente se ha convertido en una plataforma con cientos de miles de vídeos y millones de usuarios en más de cuarenta idiomas. Estos usuarios aprenden en la mayor academia online gratuita de internet, donde puedes, además, gestionar tu ritmo y tus itinerarios de aprendizaje.

Al otro lado del mundo, en la India, unos años antes, en 1999, el investigador Sugata Mitra colocaba en la pared de una casa, a la altura de los niños, un ordenador conectado a internet. En unas semanas los niños de la calle, muchos de los cuales no habían ido nunca a la escuela ni sabían inglés, navegaban por internet y ayudaban a otros a entrar en el mundo de la red. Había nacido Hole in the Wall (<<http://www.hole-in-the-wall.com/>>), proyecto que ha llevado a Sugata Mitra a comentar: «Me di cuenta de que los niños van a aprender a hacer lo que ellos quieran aprender a hacer».

Aquí en España, hace pocos años, los emprendedores sociales Daniel Losada y Pablo del Palacio ponían en marcha Trip-Drop (<<http://www.trip-drop.com/>>), una iniciativa de viajes solidarios que conecta necesidades reales de todo el mundo con personas que viajarán allí. De esa manera pueden ayudar, sin intermediarios, a gente que realmente lo necesita. Y todo ello a través de internet, sólo con ayuda de la red y el poder de la comunidad de usuarios e internautas. Miles de personas se han beneficiado ya de esta idea que mezcla solidaridad, emprendimiento y tecnología.

¿Qué ha hecho posible que estas personas hayan puesto en marcha sus proyectos? El mundo ha cambiado, y cambia de forma acelerada y debemos aprender a aprovechar esos cambios para crear un mundo mejor y más justo. Cualquiera de vuestros hijos puede ser Salman, Sugata, Daniel o Pablo. ¿Verdad que sí?

Los que ya tenemos cierta edad, estudiamos y nos formamos en un mundo en el que el conocimiento era estático, estaba

controlado y era poco cambiante. Pero vuestros hijos y los hijos de vuestros hijos viven y vivirán en un mundo en el que la cultura es cambiante, poco organizada y, gracias a la tecnología, está por todas partes. La realidad que os rodea es distinta y las necesidades de vuestros niños y jóvenes en su desarrollo como personas y ciudadanos también lo es. La tecnología tiene mucho que ver con todo ello y hay que entenderlo, aceptarlo y, sobre todo, aprovecharlo.

Los residentes digitales

207

Cualquier momento de la historia, vista con perspectiva, nos parece una época de cambios, pero la realidad es que ninguna transformación en la historia se ha producido a la velocidad que lo está haciendo esta que nos ha tocado vivir. La tecnología y, en concreto, las TIC tienen mucho que ver con todo ello.

Vuestros niños y jóvenes, esos que hemos dado en llamar **residentes digitales** (mientras que nosotros seríamos solamente visitantes, quizá turistas) tienen distintas maneras de hacer, vivir, pensar, relacionarse, participar, aprender y comunicarse de las formas que utilizamos nosotros. No son ni mejores ni peores, pero definitivamente distintas. Ese cambio es una realidad que no tiene vuelta atrás y que va a ir a más en el futuro próximo.

Desde esta perspectiva de cambio social y cultural causado por la irrupción de las TIC en nuestro día a día, veremos, por un lado, qué saberes, habilidades y competencias debéis potenciar en vuestros hijos para

que sean capaces de convivir y desarrollarse personal y profesionalmente en este nuevo mundo de lo digital. Y, por otro, qué conocimientos y destrezas deberíais intentar desarrollar como padres para poder apoyar a vuestros hijos cuando sea necesario.

La tecnología en general e internet en particular han traído consigo una revolución sin precedentes, «un cambio rápido y profundo»,¹ según la RAE (Real Academia de la Lengua). En definitiva, una revolución constante en la que el mundo cambia bajo nuestros pies día a día.

La idea clave que un joven debe tener en cuenta de cara a su futuro profesional en relación con la tecnología o –diría yo–, en relación con su futuro personal y profesional, es la «adaptación al cambio». Podríamos definirla como la **necesidad de tener las capacidades, habilidades y competencias que harán falta para vivir en un mundo en constante evolución**. Además, han de ser capaces de adaptarse a situaciones, herramientas, modelos culturales,

1. <<http://lema.rae.es/drae/srv/search?key=revoluci%C3%B3n>>.

de ocio o de participación que a día de hoy, quizá, ni siquiera podemos imaginar.

La adaptación al cambio resulta fundamental por muchas razones. En primer lugar, porque los conocimientos a adquirir irán quedando obsoletos o porque sus competencias y habilidades le llevarán a trabajar en profesiones y formatos hasta

ahora desconocidos. Pero también porque el modelo de «un trabajo para toda la vida» tiende a desaparecer, y la movilidad, tanto laboral como geográfica, es cada vez más una característica inherente a los nuevos modelos laborales y de producción en la economía global en la que ya vivimos.

La web 2.0

Si contextualizamos un poco más, cuando empezamos a tener conciencia de que existía algo llamado internet (en realidad no hace mucho tiempo de eso, de hecho hace sólo unas décadas), en general, el acceso a los contenidos de la red se hacía de forma unidireccional. Estábamos en lo que se ha dado en llamar la web 1.0. En ese momento, el usuario se acercaba a la información (un periódico digital, una página web, etc.), consumía la información y salía del sistema, sin tener prácticamente ningún grado de interacción con el contenido ni con otros usuarios. Además, el contenido de estas páginas había sido creado, en general, por expertos.

Sin embargo, desde hace unos años, este concepto ha evolucionado hacia otro

que nos ayudará a entender mucho mejor a nuestros jóvenes: el de la web 2.0. Este concepto nos habla de páginas y sitios de internet en las que se puede interactuar con el contenido y con otros usuarios así como dar tu opinión. Pero sobre todo, y ésta es una de las grandes claves que nos ayuda a comprender el mundo de internet de hoy, **son los usuarios quienes crean el contenido y son también ellos los que deciden qué es válido o no**. A esto lo llamamos «el poder de la comunidad». En este sentido, pensemos en las redes sociales o en fenómenos como YouTube. Los **entornos web 2.0** nos posibilitan realizar de forma autónoma algunas cosas que configuran y definen los patrones de pensamiento y actuación de vuestros hijos:

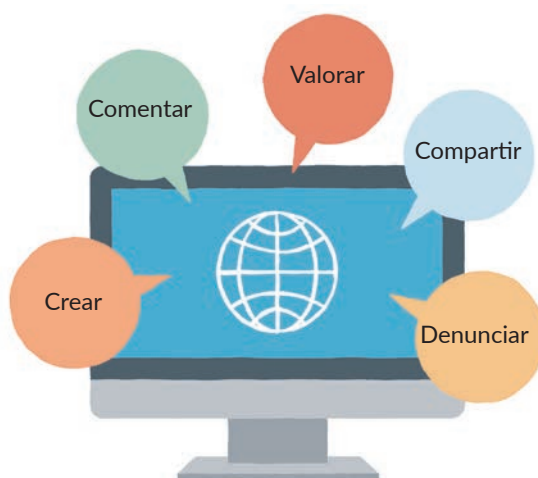
Crear: La red nos ofrece multitud de herramientas, aplicaciones y posibilidades para generar, de forma sencilla, contenido digital de calidad.

Comentar: De manera que podemos aportar mejorando lo que ya han hecho otros.

Valorar: Para ofrecer una opinión que en ocasiones supondrá que ese contenido tome mayor o menor relevancia para el resto de usuarios.

Compartir: Esto nos ayudará a entender que la red es cosa de todos y que igual que yo consumo la información facilitada por otros, mi contenido puede resultar de utilidad a los demás.

Denunciar: La red nos ofrece canales mediante los que comunicarnos con los administradores de estos sitios web o incluso con las autoridades competentes para denunciar lo que nos parezca injusto, ilegal o que atenta contra la dignidad de las personas.



209

Aparecen aquí ya, a la luz de estos conceptos, algunas competencias que deberá tener el alumno y el ciudadano 2.0. El ciudadano ya no es un mero consumidor pasivo y acrítico. Podemos pensar que la juventud hoy es más apática o carece de implicación social en algunos momentos, pero la realidad es que una inmensa mayoría de ellos ponen en marcha estas habilidades cada día cuando entran en la red.

A partir de aquí, os proponemos una primera pregunta para la reflexión: ¿Soy un padre 1.0 o 2.0? Es decir, cuando me relaciono con mi hijo, ¿simplemente le

doy información y él la consume sin opción a la interacción entre nosotros, al comentario o la denuncia? ¿O, por el contrario, establezco modelos de comunicación en los que mi hijo puede crear, comentar, valorar o compartir en relación a aquello que le estoy diciendo? Aunque siempre seremos su modelo primario de referencia, parémonos a reflexionar un momento sobre este particular, porque, su «cerebro digital», conformado a partir de su identidad como usuario de las tecnologías, está acostumbrado a actuar de esta segunda forma.

La Orientación Profesional en un entorno digital

Cuando nos planteamos su Orientación Profesional, los padres debéis considerar **que vuestros hijos deberán tener, desde la**

perspectiva de la tecnología, tres tipos de habilidades: cognitivas y competencias, técnicas y éticas.

a Las habilidades cognitivas y competencias se refieren a las capacidades que deben tener los ciudadanos del siglo **xxi** para enfrentarse con garantías a un futuro cambiante que aún vemos difuminado. Nos referimos a la «adaptación al cambio», que ya hemos comentado más arriba.

En el ámbito de las habilidades cognitivas y competencias está también «la inteligencia social y el pensamiento crítico y adaptativo». Éstas son capacidades clave y cobrarán mayor importancia cada día. Cualquier trabajo futuro en una sociedad tecnificada necesitará de gente capaz de interactuar, analizar críticamente las situaciones y adaptarse a los distintos contextos, retos y situaciones de incertidumbre a los que deberá enfrentarse trabajando en red y de forma colaborativa.

Por otro lado, es necesario también cultivar la «actitud emprendedora» desde una visión amplia. Esto quiere decir que debemos entenderla como la capacidad de leer la realidad e identificar los problemas, para después plantear soluciones creativas e innovadoras y llevarlas a la práctica.

Sin duda, otra de las competencias que debemos potenciar con intensidad es la capacidad de buscar, analizar y seleccionar la información para después convertirla en conocimiento. La red nos ofrece una cantidad ingente de contenido e información, pero no todo es válido ni está a «golpe de clic».

Como capacidad global y generalista, no hay que dejar de lado tampoco «hablar diferentes idiomas». En esta sociedad globalizada, el intercambio con personas de otras culturas o que hablen otras lenguas será habitual y debemos prepararnos para ello.

Por último, está la competencia de **aprender a aprender**. Debemos estar listos para seguir aprendiendo a lo largo de toda la vida y hacernos conscientes de que una parte (quizá una buena parte) del conocimiento que adquiramos en nuestra vida académica quedará obsoleto, y lo que contará es la capacidad de seguir aprendiendo cada día.

b La dimensión propiamente técnica, se refiere a concretar más los puntos anteriores y bajar a la arena de las redes, los teclados y la conectividad. Eso sí, siempre desde la perspectiva del «aprender a aprender» a la que nos acabamos de referir. Debemos ser conscientes de la prevalencia que deben tener los aprendizajes competenciales y procedimentales sobre el dominio de determinados programas y aplicaciones.

Para ello es necesario haber adquirido los rudimentos básicos para entender la tecnología, evaluarla y utilizarla en pro del aprendizaje y crecimiento personal y profesional, bajo el paraguas de la «alfabetización digital».

Esta «alfabetización digital» tiene que ver con «moverse cómodo» en este mundo 2.0. Se trata del manejo de aplicaciones para la generación de contenidos digitales en nuevos lenguajes, el manejo de redes sociales y otras herramientas de colaboración o el uso de dispositivos móviles como herramienta para el acceso a la información y el aprendizaje, en cualquier momento y en cualquier lugar. Vuestros hijos llevan en el bolsillo lo que algunos expertos han dado en llamar «la memoria extensiva», un dispositivo que va mucho más allá de un teléfono móvil y que constituye una verdadera unidad de amplia-

ción de las potencialidades de su cerebro biológico. Con el teléfono se interactúa de tal forma que contribuye a configurar la totalidad de las capacidades tanto a nivel cognitivo como emocional.

También existen otros conceptos aún en ciernes pero que tomarán especial relevancia los próximos años, como son la robótica y la programación. No se trata sólo de un contenido tecnológico, sino más bien de un modelo metodológico que pone sobre la mesa patrones complejos de pensamiento y procesamiento de la información. Además, hace que los alumnos adquieran competencias y conocimientos de gran valor para su futuro. Junto a esto, el uso de videojuegos, siempre en su justa medida y bien escogidos, puede fomentar

de forma lúdica estos aprendizajes a los que nos estamos refiriendo.

C Para finalizar, **la componente ética** se ocupa de formar a ciudadanos íntegros, empáticos y capaces de aprovechar el potencial de las tecnologías para mejorar su realidad.

El uso responsable de las TIC en general y la red en particular resumiría bien este último paquete de conocimientos y competencias en las que vuestros hijos deberían moverse con soltura. Y aparece aquí un concepto en el que me gustaría incidir por la relevancia que tendrá en el futuro de vuestros hijos: es eso que hemos llamado **identidad digital**.

211

La identidad digital

La **identidad digital** es, por proponer una definición sencilla, lo que Internet dice de mí, ya sea porque yo mismo lo he dicho (lo he publicado) o porque lo han dicho terceros (un amigo que publica una foto, la administración que hace público un dato mío, etc.). Todos, absolutamente todos, tenemos una identidad digital, puesto que la red dice cosas de cada uno de nosotros. Un papel clave que tenemos como padres es, en primer lugar, cuidar nuestra propia identidad digital pero, sobre todo, acompañar a nuestros hijos en la conformación de la suya explicándoles que todo lo que está en la red es lo que nos define como «ciudadanos digitales» y será lo que el resto de usuarios conocerán sobre lo que soy, lo que pienso o sobre cuáles son mis gustos o cualidades. Debemos cultivar esta

identidad desde un punto de vista ético, sin mentiras, y acostumbrarnos a gestionarla cuidando por un lado la publicación de contenidos que puedan ofender o molestar a otras personas y por otro publicando aquellas cosas que pueden ayudar a otros a aprender, crecer o simplemente a aprovechar lo que he creado y compartido.

Y como padres, ¿qué debéis saber? ¿Qué debéis aprender? ¿Qué podéis exigir o solicitar a las personas que os apoyan en la educación de vuestros hijos? **¿Cómo podéis ayudar a vuestros hijos?** Hagamos algún apunte a este respecto.

En primer lugar, debemos comprender que «lo virtual» no deja de ser un espejo de lo analógico. Por ello, los límites, la confianza, la autonomía o la capacidad de

toma de decisiones que habéis inculcado en vuestro hijo gracias a la educación en la familia, será lo que él aplique y ponga en funcionamiento en su vida al otro lado de la pantalla.

Por otro lado, es necesario que toméis conciencia, en la medida de lo posible, de la realidad «digital» en la que viven y crecen vuestros hijos. Tenemos que ser conscientes de que un niño que juega en red, si lo hace con responsabilidad y entendiendo los límites, está jugando, aprendiendo y adquiriendo competencias. Debemos entender que internet es la

nueva plaza del pueblo; las redes sociales, sus nuevos canales de comunicación, y los videojuegos en red, la nueva acera del barrio. Eso no significa que no tengamos que fomentar el encuentro cara a cara o el juego más allá de lo digital. Sólo debemos tener en cuenta que, en la actualidad, existen dos realidades complementarias: una analógica y otra digital. Lo cierto es que un joven de hoy no puede entenderse sin una y otra. **La «vida digital» de vuestros hijos es un factor clave de su identidad personal que tenéis que conocer, atender y educar como padres.**

Conocer las nuevas tecnologías

Asumido esto, es necesario acercarse a la tecnología y adquirir algunos conocimientos básicos para poder estar junto a ellos. No es necesario (o más bien es imposible), conocer y dominar las aplicaciones y herramientas que utilizan en cada momento, pero sí podemos informarnos de cuáles son y qué funcionalidades y potencialidades (con sus luces y sombras) tienen para poder hablar y reflexionar juntos. Este manejo, aunque sea rudimentario, de algo tan sencillo como las redes sociales, nos puede ayudar también a aprender más y más, a estar informados sobre estos temas y saber comunicarnos, en un círculo virtuoso, con otros padres y expertos que nos ayuden a crecer también a nosotros en nuestra tarea educadora.

Por otro lado, debéis exigir al «ecosistema educativo» (desde las administraciones a los docentes), que esté preparado para ayudarles en la conformación de

su **identidad digital** y que esté capacitado para aprovechar al máximo el potencial educativo de estas herramientas. Sin duda redundará en la mejora de la calidad de la educación que reciben. No temáis exigir profesores formados, de orientación 2.0, capaces de proponer a los alumnos actividades realmente significativas, retadoras, emocionantes, que promuevan en ellos las competencias y los aprendizajes de los que hemos hablado, a través de metodologías activas que pongan a vuestros hijos en el centro de su proceso de aprendizaje. La relación familia-escuela debería también jugar un papel protagonista. Las escuelas de padres, por ejemplo, pueden ser un buen foro en el que aprender y debatir sobre estos temas para solucionar nuestras dudas y compartir nuestras inquietudes.

Internet democratiza el conocimiento y nos abre una ventana infinita para conocer el mundo, y alguien que conoce

mundo es alguien tolerante y empático. Y yo me pregunto: ¿Acaso no es justo lo que queréis para vuestros hijos?

En definitiva, se trata de colaborar desde la familia para que vuestros hijos sean auténticos ciudadanos digitales, que conocen la tecnología, comprenden sus luces y sombras, entienden que su uso trae con-

sigo derechos y obligaciones, y la utilizan de forma responsable para construir un mundo mejor. Es también vuestra mejor contribución para que, una vez llegado el momento, puedan desenvolverse con eficiencia en los entornos digitales en los que están llamados a desarrollar su actividad profesional futura.

Para pensar sobre la educación en competencia digital de vuestros hijos

213

Puedes reflexionar individualmente sobre las preguntas que se plantean aquí, comentarlo con tu hijo o buscar información en internet relativa a lo que se cuestiona a continuación:

- 1 ¿Sabrías definir qué es la web 2.0 y cuáles son sus características? Una vez las tengas claras, contrástalas con tu modelo educativo y las metodologías de aprendizaje que tienen tus hijos en clase.
- 2 Entra en la red y teclea en un buscador lo siguiente: «herramientas web 2.0 para Educación». Verás cuántas herramientas existen para ayudar a tu hijo. Busca una que te parezca atractiva y ponla en uso ayudando a tu hijo con sus trabajos y sus estudios.
- 3 Revisa: ¿Qué y cuántos momentos recuerdas haber propiciado en los que has compartido con tu hijo ratos de ocio, estudio o búsqueda de información a través de las tecnologías? Por ejemplo, jugar con la videoconsola, compartir sus redes sociales, ayudarle a crear alguna presentación o contenido relacionado con sus estudios, etc.
- 4 En educación, a menudo hablamos del «efecto Pigmalión», que básicamente nos cuenta la historia de este mito antiguo. Lo cierto es que, a partir de un experimento, se demostró que las expectativas que tengo sobre mis alumnos (mis hijos en este caso) tienden a cumplirse. Reflexiona sobre las expectativas personales y profesionales que tienes y proyectas sobre tu hijo. En la medida de lo posible, hazle ver que confías en él y que es capaz, con esfuerzo, de llegar a donde se proponga.

PARA PROFUNDIZAR RECOMENDAMOS

Libros recomendados

Prensky, M., *Enseñar a nativos digitales*, Madrid, SM, 2011.

Reig, D., *Socionomía: ¿Vas a perderte la revolución social?*, Barcelona, Deusto, 2012.

Reig, D., y Vilches, L. F., *Los jóvenes en la era de la hiperconectividad*, Madrid, Telefónica, 2013: <http://www.fundaciontelefonica.com/artes_cultura/publicaciones-listado/pagina-item-publicaciones/?itempubli=182>.

Recursos en la red

Pantallas Amigas: <<http://www.pantallasamigas.net/>>. Tal y como ellos mismos se definen, «Pantallas Amigas es una iniciativa que tiene como misión la promoción del uso seguro y saludable de las nuevas tecnologías y el fomento de la ciudadanía digital responsable en la infancia y la adolescencia».

Educacontic: <<http://educacontic.es/>>. Esta web, mantenida por el Ministerio de Educación, nos ofrece multitud de herramientas y aplicaciones que podéis usar con fines educativos, tanto para ayudar a vuestros hijos como para que ellos puedan mejorar en el uso de las competencias digitales de cara a su vida escolar.

OSI (Oficina de Seguridad del Internauta): <<http://www.osi.es/>>. En este sitio web se puede encontrar información general sobre seguridad en internet y herramientas de navegación segura. Además, mantiene un canal de avisos (<<http://www.osi.es/actualidad/avisos>>) desde el que puedes estar informado sobre las últimas alertas de seguridad.

Khan academy: <<https://www.khanacademy.org/>>. Ésta es la mayor academia gratuita online del mundo. Podrás encontrar miles de vídeos con explicaciones sobre cuestiones curriculares que podrán ayudarte y ayudar a tu hijo a entender los conceptos que está trabajando en el aula y a acercarse a una nueva manera de aprender de forma autónoma.

LinkedIn: <<https://es.linkedin.com/>>. LinkedIn es la mayor red social profesional del mundo. En ella podrás colgar un currículum vitae o hacer búsquedas de gente con la que te interese conectar para temas profesionales. Es un lugar ideal para buscar empleo o entender las necesidades de las empresas en el mercado actual.

215



JUAN MANUEL NÚÑEZ COLÁS (Madrid, 1970)

Maestro, Pedagogo y Máster en Informática Educativa. Socio-Director de la Consultora en Innovación Educativa OTBInnova orientada al acompañamiento de Centros e Instituciones Educativas en procesos de transformación y en formación del profesorado. Profesor en la Universidad Autónoma y en la Pontificia Comillas de Madrid en Innovación y Tecnología Educativa. Le encuentras en su cuenta de Twitter @juannunezc.

Sin ánimo de ser demasiado críticos con vosotros mismos como padres, os podéis preguntar: ¿Enseñáis a vuestros hijos a tomar conciencia de sus fortalezas y de sus límites? ¿Les ayudáis en su crecimiento personal? ¿Y en su proyecto de vida?

LUIS LÓPEZ GONZÁLEZ

216

17. La habilidad de ser uno mismo: La competencia de interioridad

Los adolescentes «adolecen» de no tener suficientes habilidades para responsabilizarse todavía de ser UNO MISMO. Para ello, los padres jugamos un papel esencial a la hora de educar su interioridad.

Podéis ayudarles a tomar conciencia de sus fortalezas y de sus límites para que se conozcan a sí mismos. Su crecimiento personal les ayudará a construir un proyecto de vida feliz y una satisfactoria trayectoria profesional.



Los 8 aprendizajes clave de interioridad

217

- 1** *Saber estar en calma, cultivarla y expandirla en tu entorno.*
- 2** *Saber estar solo y disfrutar de ello.*
- 3** *Conocer las propias fortalezas y los propios límites.*
- 4** *Encontrar los nutrientes de «nuestra flor interior».*
- 5** *Cultivar algún arte o actividad que implique sensibilidad.*
- 6** *Expandir la conciencia.*
- 7** *Ser responsable del propio proyecto de vida: saber decir «no».*
- 8** *Dar sentido a todo lo que se hace.*

Se cuenta que, un buen día, un padre de familia muy acomodada llevó a su hijo de viaje por una zona rural con el firme propósito de que el joven, al ver lo pobre que era la gente del campo, comprendiera el valor de las cosas y lo afortunados que eran ellos. Estuvieron por espacio de todo un día y una noche en una granja de una familia campesina muy humilde.

218

Al finalizar el viaje y ya de regreso a casa, el padre le preguntó:

—¿Qué te ha parecido el viaje que hemos hecho?

—¡Muy bonito, papá!

—¿Te diste cuenta de lo pobre que puede llegar a ser la gente?

—¡Sí, papá!

—¿Y qué aprendiste?

—Muchas cosas, papá: Vi que nosotros tenemos un perro y que ellos tienen cuatro. Nosotros, una piscina pequeña en el jardín y ellos, todo un arroyo sin fin. Nosotros tenemos unas lámparas importadas en el patio y ellos tienen las estrellas. Nuestro patio está cerrado con vallas y ellos tienen todo el horizonte. Ellos tienen tiempo para hablar y convivir cada día en familia, mientras que tú y mamá tenéis que trabajar tanto que casi nunca os veo.

Al terminar el hijo el relato de lo que había aprendido, el padre se quedó mudo. Su hijo añadió:

—¡Gracias papá, por enseñarme lo ricos que podemos llegar a ser!

SOLER, J., Y MERCÈ, M.

Aplicarte el cuento. Relatos de Ecología Emocional

La **interioridad** es una capacidad que está a caballo entre la psicología y la espiritualidad. Sus competencias son diversas. Cabe destacar la autopacificación, el autocoñocimiento, la sensibilidad, los valores, la cosmovisión (idea sobre el mundo) y el proyecto de vida. La sociedad que estamos construyendo obstaculiza la interioridad, pues nos vemos asediados por un exceso de ruido e información, por prisas, la atrayente virtualidad, el egoísmo, la apa-

riencia, en definitiva, lo que podríamos llamar «activitis».

Pero sabemos que existen tres vías para educar la interioridad: **la razón, el arte y la cuerpo-mente**. En este capítulo te mostraremos lo fundamental para que podáis ayudar a desarrollar y expresar la interioridad de vuestros hijos, partiendo siempre de la reflexión y las autocríticas y acabando con pautas y actividades concretas.

219

¿De qué hablamos cuando hablamos de interioridad?

Las personas, a diferencia de otros seres vivos, estamos dotadas de una dimensión especial, la **conciencia**. A medida que nos hacemos conscientes –a veces por causa del dolor–, nos planteamos más preguntas. Lo cierto es que el buscar nos es innato, o para decirlo de otra forma, lo traemos «de fábrica». Tal búsqueda pasa, tarde o temprano, por uno mismo. Es decir, o **nos incluimos dentro** de lo que buscamos o no profundizamos.

A esa profundidad le llamamos **interioridad**. A veces, las personas que cultivan la interioridad sienten que todo trasciende a nuestra existencia y a los valores tangibles (dinero, negocios, etc.) y descubren la **espiritualidad**. Cuando esta espiritualidad gira en torno a la vivencia de una persona o a

unos hechos o creencias, y acaba implicando una serie de ritos, credos y prácticas devocionales, se configura lo que llamamos una **religión**. Al fin y al cabo, religión quiere decir volver a unirse (*re-ligare*). Para algunas personas, es normal sentir la necesidad de re-unirse, de re-componerse, de *re-ligarse*. **Pero no es necesario ser religioso para buscar en el interior.**

Os propongo que reflexionéis sobre el desarrollo de la competencia de interioridad en vuestro hogar familiar realizando el siguiente cuestionario.¹ Se trata de poner una crucecita donde creáis conveniente teniendo en cuenta el significado de cada opción. A continuación, os plantearéis en qué aspectos os gustaría profundizar y crecer como familia.

1. Adaptado de «Cuestionario de Competencias de Interioridad (CCI)», extraído de L. López-González, *Educación la interioridad*, Barcelona, Plataforma, 2015, pp. 222-223, donde se puede encontrar una versión más completa y las normas de interpretación cuantitativa.

La habilidad de ser uno mismo: La competencia de interioridad

Cuestionario de evaluación de la competencia de interioridad en el hogar familiar

0 = Nada/nunca; 1 = Ni mucho ni poco/a veces; 2 = Mucho/siempre.

INDICADOR	0	1	2
1. Hay paz y tranquilidad en nuestro hogar.			
2. Somos una familia solidaria.			
3. Hacemos cosas toda la familia junta.			
4. Cultivamos nuestra manera de ser.			
5. Sabemos resolver los conflictos hablando lo antes posible.			
6. Ganar dinero y tener éxito no es lo más importante.			
7. Sabemos expresar nuestros sentimientos.			
8. Propiciamos el autoconocimiento.			
9. Nos preocupa el dolor ajeno.			
10. Practicamos la introspección.			
11. Damos importancia a los demás.			
12. Intentamos encontrar un sentido a lo que hacemos.			

220

¿Qué obstaculiza el desarrollo de la interioridad?

Si os fijáis en nuestro día a día, los obstáculos que impiden el desarrollo de vuestra interioridad y la de vuestros hijos son los siguientes:

- El **exceso de información** nos hace prestar atención a muchos sitios diferentes a la vez.
- La **prisa** nos impide vivir en el «aquí-ahora», que es donde está la interioridad.
- La **virtualidad** y el exceso de **consumo** de artefactos tecnológicos puede terminar por alienarnos.
- El dar más importancia al **hacer-tener** que al **ser-saber**.
- La **falta de valores** nos aboca a una deshumanización constante.
- La **pérdida del sentido de vivir** no permite que la vida tenga gusto a eso, a vida.

Observad a vuestros hijos, ¿cuál de estos obstáculos están más presentes en sus vidas?

¿Qué competencias integran la interioridad?

Un referente para cultivar la interioridad es pasar del **qué** soy al **quién** soy. Para ello podemos tener en cuenta estas cuatro intenciones:

1. Descubrir y desarrollar el potencial interior.
2. Profundizar en el sentido de la vida.
3. Crecer como persona.
4. Abrirse al amor, al misterio y a la belleza.

221

Estas intenciones suelen llevar consigo el desarrollo de una serie de competencias que recogemos en la ilustración siguiente.



Seis peldaños para «bajar» a nuestro interior

Vuestros hijos, cuando llegan a los 12 años y comienzan la ESO, ya llevan viviendo con vosotros mucho tiempo. Por eso, todo lo que no hayamos sembrado antes, será muy difícil hacerlo ahora. Aun así, podemos plantearnos tomar en serio su educación interior. Para eso, ni siquiera hará falta leer libros, sino que sólo es menester cimentar los fundamentos para que, por sí misma, la vida se despliegue en ellos. A poco que prestemos atención, nos daremos cuenta de que la mayoría de culturas coinciden en potenciar los siguientes aspectos, los cuales os invitamos a contrastar con vuestros hijos:

1 Lo primero es preguntarnos cómo vemos por nuestro crecimiento como padres delante de ellos.

2 ¿Qué normas podemos consensuar abiertamente con ellos y qué pueden aportar ellos para velar por el orden, la paz y la armonía (normas)?

3 Se puede concretar una serie de hábitos o **rituales** (costumbres) a cumplir (comer juntos, poner música de fondo suave, dar un paseo una vez a la semana, ir al campo, meditar juntos, etc.).

4 Sería conveniente elaborar una lista de aquellos aspectos a los que ellos y vuestra familia dais máximo valor. Se pueden discutir y contrastar opiniones. Es como construir lo **fundamental** entre todos.

5 ¿Qué sienten ellos de especial perteneciendo a vuestra familia?

Construyendo con vuestros hijos la competencia de interioridad

Lo primero a lo que os invito es a realizar todos juntos una DAFO² (D = Debilidades; A = Amenazas; F = Fortalezas; O = Oportunidades) sobre la interioridad en vuestra familia. Ello os dará pistas para trabajar después con vuestros hijos. Se trata de hacer una lista de aquellos aspectos internos de vuestra familia que creéis que deben ser mejorados respecto a la interioridad (D = Debilidades). A continuación, observad qué elementos externos vivís como distorsiones o influencias negativas (A = Amenazas). Después

expresáis vuestros puntos fuertes en ese sentido (F = Fortalezas) y, finalmente, os proponéis señalar varias situaciones cotidianas o rasgos característicos de vuestra familia que puedan considerarse como oportunidades (O = Oportunidades). Por lo general, el hecho de hacer este ejercicio en un entorno natural o un tanto apartados del ámbito cotidiano suele dar muy buenos resultados. También os puede ayudar en esta reflexión repasar el Cuestionario de Competencias de Interioridad.

2. Técnica de análisis de desarrollo organizacional utilizada en muchos ámbitos que se atribuye a Alfred Humprey de la Universidad de Standford (entre 1960 y 1970), y que fue desarrollada a partir de 1980 por Michael Porter.

Os propongo tres caminos para que, de forma natural desde el hogar familiar, fomentéis en vuestros hijos desde muy niños el **desarrollo de su competencia de interioridad**.

El arte

Ayúdales a desarrollar alguna actividad artística y procura que se «enganchen» a ella. Da igual si es la escritura, la música, la pintura, el teatro, etcétera.

La reflexión

Proponles que escriban un diario. Ayúdales a filosofar, a saber enunciar sus inquietudes y sus problemas. Enséñales a formularse bien las preguntas y a plantearse abiertamente las cosas sin pretender llegar a la solución de todo.

Las técnicas de relajación/meditación

Invertir en saber relajarse e interiorizarse es de sabios. No hace falta que seamos expertos en yoga para poder gozar de algunas habilidades introspectivas. Todas las tradiciones espirituales utilizan los recursos psicocorporales para acceder al mundo interior. ¿Cuáles son, exactamente? Un estudio de la Universidad de Barcelona determinó que existen nueve que podemos considerar como los más

importantes. Éstos son: **atención, respiración, relajación, visualización, voz-habla, conciencia sensorial, postura, energía y movimiento**. El desarrollo de estas nueve habilidades conforman el Programa TREVA (ICE-UB) sobre el que podéis obtener más información en el apartado de recursos en la red que recogemos al final del capítulo.

Permitidme una breve reflexión final a modo de despedida. Vuestros hijos, en la adolescencia, se encuentran ante muchas encrucijadas en las que tienen que tomar decisiones de todo tipo, tanto en el ámbito académico como personal. Estas decisiones afectarán a su desarrollo vital y a su inserción futura en el mundo laboral. Si lo que te hemos comentado en este capítulo ha resonado dentro de ti y lo consideras importante, estarás de acuerdo con nosotros en la idea de que, sea cuál sea el trabajo con el que finalmente se gane la vida tu hijo, o los distintos tipos de ocupaciones que desempeñe, **educar su competencia de interioridad le dará acceso, siempre que lo necesite, a su «templo interior», es decir, a su conciencia, a su interioridad**. Allí encontrará la paz y la fuerza necesaria para saber cuidar de sí mismo y de aquellos que sean de su responsabilidad.

PARA PROFUNDIZAR RECOMENDAMOS

Libros recomendados

López-González, L., *Educación la interioridad*, Barcelona, Plataforma, 2015. Es una ampliación de este capítulo. Contiene muchas actividades y pautas concretas para trabajar la interioridad en familia, así como fichas de autoevaluación.

López-González, L., *Relajación en el aula. Recursos para la educación emocional*, Madrid, Wolters Kluwer, 2013. Es un libro teórico con más de doscientos ejercicios de todas las competencias con introducciones teóricas.

Gaarder, J., *El mundo de Sofía*, Madrid, Siruela, 2014. Una novela preciosa que enseña a pensar y a filosofar a niños y adolescentes.

224

Recursos en la red

Programa Teva: <www.programatreva.com>. Información, actividades y cursos de relajación, meditación y *mindfulness* aplicados a la educación.

Jornadas de Relajación y Meditación en la Escuela: <www.relajacionymeditaciones-escuela.com>. Materiales (vídeos, actividades, webs...) recogidas en diversas jornadas específicas de interioridad en la escuela.

Programa Aulas Felices: <<http://catedu.es/psicologiapositiva/descarga.htm>>. Programa a base de ejemplos prácticos para desarrollar la atención plena y las fortalezas de los adolescentes.



LUIS LÓPEZ GONZÁLEZ (Mérida, 1961)

Doctor en Psicología. Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Diplomado en Ciencias Religiosas. Director del Máster de Relajación, Meditación y Mindfulness (Universidad de Barcelona) y del Programa TREVA (relajación y meditación escolar) (ICE-UB). Ha escrito numerosos libros y artículos sobre pedagogía de la interioridad.

Habréis preguntado muchas veces a vuestros hijos qué quieren ser de mayores, ¿verdad? Pero... ¿son ellos conscientes de quiénes son hoy? ¿Conocen qué caminos, aprendizajes vitales, valores y opciones pueden ayudarles a crecer y a convertirse en aquello que desean ser?

ROGELIO NÚÑEZ PARTIDO

226

18. Un proyecto para vivir la vida

El proyecto de felicidad para vuestros hijos se basa en que sean ellos mismos y vivan su vocación en plenitud. Es fundamental que apuesten por el tipo de vida a la que se sienten inclinados. Pero para descubrirlo, necesitarán transitar el espacio que separa quiénes son ahora y quiénes quieren llegar a ser. Entonces, ¿qué pasos podemos dar, como padres, para acompañarles en esa dirección? ¿Cómo se va construyendo la propia identidad? Antes de comenzar, vuestros hijos necesitarán definir su propio proyecto personal de vida.



1. Aprender a conocerse

con honestidad y realismo. Es importante distinguir entre la imagen que perciben los demás, la imagen ideal y el yo real. Aceptar sus limitaciones, pero sin dejar nunca de mejorar y crecer.

2. Escuchar la vida:

atender a las cosas que le pasan, los sentimientos que le invaden, las personas con las que se encuentra. No se puede vivir ajeno a la vida. Hay que vivirla tal y como se presente.

3. Saber elegir,

tomar decisiones. La vida es como un árbol de múltiples ramificaciones, que nos obliga a escoger unos caminos para renunciar necesariamente al resto.

4. No tener miedo a equivocarse.

El que siempre pierde es el que no decide o deja que otros decidan por él. Ser valiente para aceptar los errores y sabio para aprender de los mismos.

5. Ser

responsable de las consecuencias de las decisiones. En muchas ocasiones los resultados no son precisamente los que esperábamos. Es entonces cuando se puede llegar a sentir dolor y conflicto con uno mismo y con los demás.

6. Ser flexible y creativo.

Porque la vida da muchas vueltas que escapan a nuestro control. Un cambio de planes supone cambiar de rumbo o incluso volver a empezar.

7. Comprometer su libertad.

Ser libre significa tener capacidad de elegir, optar, comprometerse, ceder espacio, dar nuestro tiempo, gastarnos la vida.

8. Compartir proyectos comunes.

Los proyectos de vida no tienen por qué ser exclusivamente individuales. La mayoría son compartidos, desplazando lo «mío», por el «contigo» o por el «vosotros».

9. Buscar la coherencia

entre todas las dimensiones de su vida: entre su vida familiar y afectiva, su desempeño profesional o su compromiso social.

10. Vivir centrado y unificado.

No vivir roto o disociado entre lo que uno piensa, dice, hace o siente. Ser uno mismo, auténtico, sin dobleces ni esquizofrenias.

El que llega a Tecla poco ve de la ciudad, detrás de las cercas de tablas, las protecciones de arpillera, los andamios, las armaduras metálicas, los puentes de madera colgados de cables o sostenidos por caballetes, las escalas de cuerda, las torretas.

A la pregunta: «¿Por qué la construcción de Tecla se hace tan larga?», los habitantes, sin dejar de levantar cubos, de bajar plumadas, de mover de arriba abajo largos pinceles: «Para que no empiece la destrucción», responden. E interrogados sobre si temen que apenas quitados los andamios la ciudad empiece a resquebrajarse y hacerse pedazos, añaden con prisa, en voz baja: «No sólo la ciudad».

Si, insatisfecho con la respuesta, alguno apoya el ojo en la rendija de una empalizada, ve grúas que suben otras grúas, armazones que cubren otras armazones, vigas que apuntalan otras vigas.

«¿Qué sentido tiene este construir? —pregunta—. ¿Cuál es el fin de una ciudad en construcción sino una ciudad? ¿Dónde está el plano que seguís, el proyecto?» «Te lo mostraremos apenas termine la jornada; ahora no podemos interrumpir», responden. El trabajo cesa al atardecer. Cae la noche sobre la obra en construcción. Es una noche estrellada. «Éste es el proyecto», dicen.

ITALO CALVINO,
Las Ciudades Invisibles,
Capítulo VIII: «Las ciudades y el cielo»

¿Qué es un proyecto personal de vida?

Un proyecto personal de vida no es más que una herramienta. Se trata exactamente de una técnica que, por lo general, resulta de gran utilidad para ayudar a los jóvenes a enfrentarse a la vida con madurez. El hecho de sentarse a pensar y redactar su propio proyecto, tiene un gran valor como instrumento clarificador del individuo. Les ayuda a conocerse mejor y definir sus expectativas frente a la vida teniendo en cuenta sus vivencias, fortalezas y debilidades. Así, se abre para ellos un horizonte de responsabilidad y sentido más amplio del

que habitualmente maneja nuestra sociedad, y se entrenan para formular, desde el autoconocimiento, metas a corto, medio y largo plazo. Además, favorece la adquisición de competencias que contribuyen a lograr su desarrollo como ser humano y como ciudadano: consciente, libre, comprometido con su entorno y capaz de tomar decisiones. Pueden escribir el proyecto por primera vez a un nivel muy básico durante su adolescencia, y revisarlo, corregirlo y completarlo a lo largo de los años posteriores.

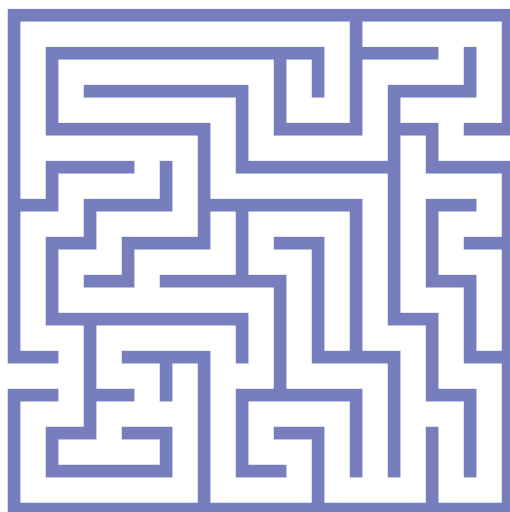
229

El proyecto personal de vida **no** es:

- Papel mojado, un formalismo.
- Algo establecido por otros (amigos, familia, pareja, profesor, etc.).
- Algo fabricado artificialmente o fuera de la realidad (pura teoría).
- Algo definitivamente establecido y cerrado, que evite la búsqueda y el cuestionamiento.
- Un modo de ensimismamiento personal olvidando la realidad externa.
- Una meta, el final de un proceso.
- Un bonito plan bien redactado para organizarse la vida hasta sus últimos detalles.

El proyecto personal de vida **sí** es:

- El reflejo del núcleo de la persona (valores, deseos, modos de vida, etc.).
- Un instrumento para integrar mi presente, mi pasado y mi futuro.
- Un espacio de encuentro y diálogo con la dimensión social e interior de la persona.
- Apertura a la oferta, al regalo, al don, a la oportunidad, a la posibilidad, etc.
- Un camino hacia la profunda inquietud del ser humano, pues nuestro destino es caminar antes que alcanzar una meta.



230

Una imagen que puede ayudar a tu hijo a comprender de qué se trata un proyecto personal es la del tradicional pasatiempo del laberinto. Un ratón debe seguir adelante para comerse el queso. Los **pasos a seguir** son muy sencillos e intuitivos:

Lo primero de todo es **el análisis de su realidad**: se trata de tomar conciencia de qué tipo de ratón es él, porque si se engaña en este aspecto, puede proponerse objetivos desproporcionados o inalcanzables. Tiene que formular con acierto quién es en este período de su historia personal. Olvidarse un poco del «yo ideal» con el que a veces sueña, como también del «yo mediocre», ese que la vida, en ocasiones, nos hace sentir.

Una vez que ha tomado conciencia de su situación, podrá **elegir** el tipo de queso que mejor le conviene. Es ahora cuando le toca formular los valores, sueños y horizontes que, en estos

momentos, quiere conseguir y por los que se siente inclinado. Invítale a formular un objetivo general que «tire de él», le ilusione, que sea especialmente atractivo y le motive. Después, puede dividirlo o «aterrizarlo» en tres o cuatro objetivos intermedios más concretos y específicos. Éstos han de ser realistas y fácilmente evaluables y revisados por él mismo: son pasos cortos para acercarle al objetivo general.

Por último, es fundamental **descubrir cuál es el camino** que verdaderamente desemboca en el queso. Llegar a un destino determinado nos exige dar unos pasos concretos y optar por unos caminos y no por otros. Se impone un trabajo de lucidez y discernimiento para formular con claridad los medios, tiempos, estrategias, ayudas, mediaciones, etc., que le ayuden a conseguir los objetivos que se ha propuesto.

Yo, como padre... ¿Qué factores no debería olvidar?

Cuando tu hijo sea mayor de edad y le preguntes: ¿Y tú quién eres?, probablemente te gustará escuchar como respuesta algo más que un título académico o el último empleo con el que se gana la vida. Sin duda que la profesión nos define en muchas ocasiones y ganarse la vida con ella puede ser muy importante y satisfactorio. Pero no olvidemos que el ser humano tiene otras muchas dimensiones. Por fortuna, también somos personas concretas con relaciones interpersonales, proyectos familiares, valores, creencias, ideologías, aficiones, pasiones, cuerpo, etc. Sin embargo, el mercado laboral, muy estrecho de miras, absolutiza el éxito profesional en detrimento del resto de las dimensiones que constituyen la enormemente rica identidad personal. No podéis, ni debéis permitir que el proyecto de vida de vuestros hijos quede reducido a un currículum vitae: el sentido, la felicidad y la plenitud de la vida normalmente van más allá de la carrera profesional.

Como padres, el mayor deseo respecto al futuro de vuestros hijos es que sean felices. Pero recordemos que no podemos darles la vida resuelta. De modo que si albergan algún sueño o se sienten inclinados por alguna vocación concreta, les toca a ellos decidir su camino, remangarse y ponerse manos a la obra. Nuestra sociedad debería educar a los jóvenes en la cultura vocacional para que, dueños de su destino, tomen las riendas de su propia vida para vivirla en primera persona. La dignidad de la condición humana llama a cada joven a crecer siempre hacia la plenitud, que pasa por implicarse personalmente en dicha tarea. Desde luego que reconocemos que,

como toda tarea artesanal, es un trabajo arduo a la vez que muy humano. Los adolescentes han de unir paciencia y honestidad en el gesto cotidiano de construir, mediante sencillas opciones y decisiones, la identidad y el marco existencial que hayan elegido. Por eso, definir y redactar un proyecto es un reto de madurez, es empezar a asumir responsabilidad sobre la propia vida, no sólo como actores protagonistas de la misma, sino sobre todo como sus legítimos autores.

A la hora de ayudar a vuestros hijos, debéis tener cuidado de no dejarlos llevar por dos equívocos que en nuestra cultura están muy arraigados en el inconsciente colectivo, y muy presentes a la hora de entender la forma de plantearse un proyecto de vida. El equilibrio, como siempre, es la opción más sabia y que nos llevará a la plenitud y la felicidad:

Por un lado, cabe la tentación, frente a la complejidad inabarcable de la vida, de formularla como puro azar o regida por un misterioso destino. Lo que provoca que los jóvenes se desentendían de todo esfuerzo o se pierdan en angustiosas disquisiciones para descubrir o acertar lo que el destino les deparará. Esta actitud tensa de forma absurda los procesos de decisión. Además, les llevan a rendirse pasivamente y renunciar a toda iniciativa: «Porque las cosas vendrán dadas... porque al final así tenía que ser».

Y en el otro extremo, se sitúa la cultura del «hombre hecho a sí mismo». Éste

cae en una ingenua interpretación de la realidad, en la que todos los factores de nuestra vida están en nuestra mano y a los cuales podemos manipular. De tal forma que para triunfar, tener éxito o ser feliz basta con la motivación, el esfuerzo y mucho tesón: «querer es

poder». Lo cierto es que no siempre es posible, aunque lo hayamos visto en las películas y leído en los libros de autoayuda. A menudo en la vida, por mucho que queramos y nos esforcemos, las cosas no salen como las habíamos proyectado.

Como padres nos podemos preguntar lo siguiente:

- Cuando pienso en la felicidad de mis hijos, ¿la vinculo exclusivamente a su carrera profesional?
- ¿Demuestro interés por todas las dimensiones de la vida de mis hijos: aficiones, amistades, valores, etc., o únicamente por su rendimiento académico y su itinerario formativo-laboral?
- ¿Soy consciente de que mis expectativas y sueños respecto al futuro de mis hijos no deben manipular ni contaminar su propio proceso vocacional?
- ¿Me fío de la capacidad de mis hijos para asumir progresivamente la responsabilidad de escoger su propio camino de vida?
- Cuando les narro a mis hijos mi propio recorrido de madurez y despertar vocacional, ¿les presento mi vida como fruto del azar o del destino?, o ¿exagero la cultura del esfuerzo hasta tal punto de dar a entender que a su alcance está todo aquello que se propongan?

¿Cuál es vuestro papel en la elaboración de su proyecto personal?

- Invítale a dedicar tiempo de calidad para **hablar contigo de la vida que le gustaría vivir**. Sugierele que reflexione y se sienta a escribir las primeras intuiciones que vayan dando forma a su proyecto. Aprovechad un fin de semana tranquilo, unos días de vacaciones, o cuando toque tomar decisiones importantes. Volved con frecuencia a lo escrito para evaluar su vigencia y para orientar nuevas decisiones. No dejes que se quede olvidado en un cajón. Lo de menos es el papel y sus conclusiones, lo importante es el proceso. Ayúdale a descubrir su utilidad como elemento de profundización y brújula de orientación.
- **Ofrécele información objetiva que le ayude a conocerse mejor**. No olvides dejarle muy claro que, por encima de todo, lo bueno y lo malo, está tu aceptación incondicional y tu amor. Atrévete a reconocer delante de tus hijos las luces y también las sombras de tu vida, de los rasgos de carácter que te definen. Ya no son niños y difícilmente les podrás engañar por mucho más tiempo. Aprovecha para dar ejemplo de un sano equilibrio entre la aceptación o superación de tus limitaciones y de la responsabilidad de desarrollar tus dones y cualidades.
- Cuando **dialogues con tus hijos sobre su futuro**, no añadas más leña al fuego de sus miedos e inseguridades. La sociedad ya se encarga de dibujarles un futuro muy oscuro para que encima nosotros potenciemos su temor frente a lo desconocido. Fomenta su mirada positiva y esperanzada frente a la realidad. Invítale a avanzar en la vida siempre de forma propositiva, activa, con confianza. Nunca huyendo, escondiéndose o a la defensiva. Aunque parezca contradictorio, nuestro afán protector les hace un flaco favor, dejándoles más indefensos y vulnerables a las adversidades de la vida.
- **Aborda con ellos las dificultades que experimenten** cuando tengan que enfrentarse a sus primeras elecciones. Además de crear desde muy pequeños el hábito en la toma de las propias decisiones, profundiza en la perseverancia de las mismas y en asumir la responsabilidad sobre las consecuencias que de ellas puedan derivarse. También tenemos que plantearnos desde la escuela la urgente y necesaria educación de esta destreza, tanto en la interacción cotidiana en el aula, como en los programas de acción tutorial.
- Aunque tus hijos **manifiesten el vértigo que les produce empezar a escoger opciones y caminos en la vida**, aunque sientan que se están limitando a sí mismos hacia otras posibilidades y perdiendo libertad, explícales que culturalmente estamos manejando un concepto desenfocado de la misma. Confundimos a menudo la plenitud de la libertad con la posibilidad de tener siempre todas las opciones abiertas: la libertad «de». Cuando en realidad, la libertad que en realidad nos construye y hace crecer es la libertad «para». La libertad puesta al servicio de un sueño, un proyecto, una causa o personas concretas.

Actividades concretas para favorecer el proceso de redacción del proyecto

Mi itinerario vital: el álbum de fotos

Prepara una selección de fotografías antiguas de la vida de los abuelos, tu propia infancia, adolescencia, juventud, el inicio de tu vida adulta, etc. Siéntate a repasarlas con tus hijos, aprovechándolas para ilustrar el relato de tu propio proceso de madurez, con sus etapas y momentos clave. Háblales de tus intuiciones, de tus dudas y elecciones para ir fraguando la vida que ahora vives. La persona que te sentiste llamada a ser y por la que luchaste por alcanzar.

234

Los tres espejos

Entrégale tres hojas en blanco. Ahora imaginad que son tres espejos mágicos, de esos que en las ferias ofrecen una imagen deformada del espectador. Pero en este caso, no reflejan el aspecto físico, sino su personalidad. Cada espejo tiene una curvatura distinta y le permite escribir en cada uno de ellos la imagen de sí mismo que descubre:

-  El primero le muestra la imagen de cómo le ven los otros. Tal y como siente que es percibido por los demás.
-  El segundo le muestra su imagen actual, tal y como él se ve. Acentuando sus cualidades y defectos.
-  El tercero es el que le muestra su imagen dentro de veinticinco años. Aquella con la que se identifica, tal y como le gustaría reconocerse en el futuro.

Después de hacer el ejercicio, ¿qué le dicen estos tres espejos sobre quién es y quién se siente inclinado a ser?

PARA PROFUNDIZAR RECOMENDAMOS

Libros recomendados

Alvear, J. M., y Núñez, R., *Soy yo. Aprendo a ser persona*, Madrid, PPC, 2006. Es un cuaderno de interioridad y personalización para jóvenes. Eminentemente práctico y lleno de recursos para el trabajo personal o grupal, dedica el último bloque a desarrollar la propuesta de proyecto personal de vida recogida en este capítulo.

Covey, S., *Los 7 hábitos de los adolescentes altamente efectivos*, Barcelona, DeBolsillo, 2012. Uno de los manuales más completos de crecimiento personal dirigido al público joven, con un lenguaje muy claro y didáctico. Está lleno de intuiciones valiosas, probablemente de gran utilidad para todos aquellos que deseen tomar la vida en sus manos.

Domínguez Prieto, X. M., *Llamada y proyecto de vida*, Madrid, PPC, 2007. Para un desarrollo teórico completo de la experiencia vocacional y de cómo realizar un proyecto personal de vida. En el capítulo 9 se describen con detalle los objetivos y contenidos que debe tener un buen proyecto de vida, incluyendo ejercicios prácticos para elaborarlo.

235



ROGELIO NÚÑEZ PARTIDO (Almendralejo, 1970)

Arquitecto. Profesor y tutor en ESO y Bachillerato. Experto en acompañamiento personal y formador de acompañantes en el ámbito educativo y pastoral. Autor de libros y colaboraciones en revistas educativas. Actualmente es el responsable del área vocacional de la red de colegios marianistas de España.

Bibliografía

Libros recomendados

Alvear, J. M., y Núñez, R., *Soy yo. Aprendo a ser persona*, Madrid, PPC, 2006.

Armstrong, J. A., *Eres más listo de lo que crees*, Barcelona, Ariel, 2013.

Armstrong, Thomas, *El poder de la neurodiversidad*, Madrid, Austral, 2012.

Castanyer, O., *La asertividad: expresión de una sana autoestima*, Bilbao, Desclée De Brouwer, 2014.

Colangelo, N., y Wood, S. M., «Counseling the Gifted: Past, Present, and Future Directions», *Journal of Counseling & Development*, 93, 2, 133-142, 2015.

Covey, S., *Los 7 hábitos de los adolescentes altamente efectivos*, Barcelona, DeBolsillo, 2012.

Dennis, M., y Matas Pla, M., *Entrecruzar culturas: Competencia intercultural y estrategias didácticas*, Bruselas, De Boeck et Larcier, 2002.

Domínguez Prieto, X. M., *Llamada y proyecto de vida*, Madrid, PPC, 2007.

Echeverría-Samanes, B., y Martínez-Muñoz, M., *Guía de Orientación Profesional coordinada. Manual práctico para una orientación de calidad en el ámbito educativo*, Barcelona, Fundación Bertelsmann, 2014.

Escamilla, A., *Inteligencias Múltiples. Claves y propuestas para su desarrollo*, Barcelona, Graó, 2014.

Extremera, N., y Fernández-Berrocal, P., *Inteligencia emocional y educación*, Madrid, Editorial Grupo 5, 2015.

Fernández Díez, J. *Errores en la educación de los hijos. Cómo evitar los veinticinco más comunes*, Madrid, Pirámide, 2012.

Gaarder, J., *El mundo de Sofía*, Madrid, Siruela, 2014.

Gardner, H., *Las cinco mentes del futuro*, Barcelona, Paidós, 2008.

Gardner, H., *La inteligencia reformulada. Las Inteligencias Múltiples en el siglo XXI*, Barcelona, Paidós, 2001.

Giralt Torrente, Marcos, *Tiempo de vida*, Barcelona, Anagrama, 2010.

Greenberg, L. S., *Emociones: una guía interna. Cuáles sigo y cuáles no*, Bilbao, Desclée de Brouwer, 2007.

Grün, A., *El arte de ser feliz*, Santander, Sal Terrae, 2008.

Guembe, P., y Goñi, C., *Es que soy adolescente... y nadie me comprende*, Bilbao, Desclée De Brouwer, 2015.

Herrera, H., y Brown, D., *La guía del emprendedor. Combinaciones transgresoras para crear un negocio único*, Barcelona, Urano, 2008.

Labrador, F. J., *¿Voluntad o autocontrol?: Cómo ser lo que quieres ser*, Madrid, Temas de Hoy, 2000.

Lindo, Elvira, *El otro barrio*, Barcelona, Seix Barral, 1998.

López-González, L., *Educación la interioridad*, Barcelona, Plataforma, 2015.

López-González, L., *Relajación en el aula. Recursos para la educación emocional*, Madrid, Wolters Kluwer, 2013.

Marina, J. A., *El talento de los adolescentes*, Barcelona, Ariel, 2014.

Martínez de Pisón, Ignacio, *Carreteras secundarias*, Barcelona, Anagrama, 2000.

Mendieta, C., y Vela, O., *Ni tú ni yo: Cómo llegar a acuerdos*, Barcelona, Graó, 2005.

Muñoz Avia, Rodrigo, *La jaula de los gorilas*, Madrid, Alfaguara, 2011.

Muñoz, C., *Inteligencia emocional: el secreto para una familia feliz. Una guía para aprender a conocer, expresar y gestionar nuestros sentimientos*, Madrid, Dirección General de Familia, Comunidad de Madrid, 2007.

Muratori, M. C., y Klose, C., «Guiding the Talent and Career Development of the Gifted Individual», *Journal of Counseling & Development*, 93, 2, 173-182, 2015.

Palmer, P., y Alberdi, M., *Autoestima: Un manual para adolescentes*, Valencia, Promolibro, 2010.

Pérez, R., *Lo mejor y lo peor de la adolescencia: La buena comprensión del malestar del adolescente, una herramienta para padres y adultos*, Madrid, Cahoba, 2007.

Pineda, Pablo, *El reto de aprender*. Madrid, San Pablo, 2013.

Prensky, M., *Enseñar a nativos digitales*, Madrid, SM, 2011.

Reig, D., *Socionomía: ¿Vas a perderte la revolución social?*, Barcelona, Deusto, 2012.

Reig, D., y Vilches, L. F., *Los jóvenes en la era de la hiperconectividad*, Madrid, Telefónica, 2013, <http://www.fundaciontelefonica.com/artes_cultura/publicaciones-listado/pagina-item-publicaciones/?itempubli=182>.

Richo, D., *Cómo llegar a ser un adulto*, Bilbao, Desclée de Brouwer, 1998.

Rojas-Marcos, L., *La familia*, Barcelona, Grijalbo, 2014.

Romagosa, M., *Las necesidades emocionales en niños con Altas Capacidades*, Málaga, Aljibe, 2013.

Sanz, C., *La maldición de la inteligencia*, Barcelona, Plataforma, 2014.

Siaud-Facchin, J., *¿Demasiado inteligente para ser feliz?*, Madrid, Paidós, 2014.

Snunit, M., *El pájaro del alma*, México, Fondo de Cultura Económica, 2006.

Spencer Johnson, M. D., *¿Quién se ha llevado mi queso? Cómo adaptarnos a un mundo en constante cambio*, Barcelona, Empresa Activa, 2002.

Vallés, A., *La inteligencia emocional de los padres y de los hijos*, Madrid, Pirámide, 2007.

Vidal, Fernando, *El reloj de la familia. Un método para el proyecto de familia*, Bilbao, Ediciones Mensajero, 2015.

Recursos en la red

Asociación Española para Superdotados y con Talento (AEST): <<http://www.aest.es/>>.
Bienestar Emocional, página web del Ministerio de Sanidad: <<http://www.bemocion.msssi.gob.es/emocionEstres/emociones/manejoEmocional/inteligenciaEmocional/home.htm>>.

Aula Planeta (blog): <www.aulaplaneta.com/blog>.

Beckman, Ash, Todos escondemos algo; encontremos el coraje para abrirnos: <https://www.ted.com/talks/ash_beckham_we_re_all_hiding_something_let_s_find_the_courage_to_open_up>.

Carteles motivacionales: <<http://www.saysomethingposters.com/gallery/>>.

Centro de Renzulli para el Desarrollo del Talento: <<http://www.centrorenzulli.es/>>.

Consejo Superior de Expertos en Altas Capacidades: <<http://altascapacidadesse.org/>>.

CREENA. Altas Capacidades Recursos: <<https://sites.google.com/a/educacion.navarra.es/banco-de-recursos/home>>.

Culture at Work. The value of intercultural skills in the Workplace, British Council e Ipsos Public Affairs, 2013: <<http://www.britishcouncil.org/sites/britishcouncil.uk2/files/culture-at-work-report-v2.pdf>>.

Echeverría-Samanes, B. y Martínez-Muñoz, M., Guía de Orientación Profesional coordinada. Manual práctico para una orientación de calidad en el ámbito educativo, Barcelona, Fundación Bertelsmann, 2014: <<http://www.fundacionbertelsmann.org/es/home/publicaciones-raiz/publicacion/did/guiade-orientacion-profesional-coordinada-1/>>.

Educaweb: <<http://www.educaweb.com/orientacion/intereses-profesionales/>>.

El mundo del superdotado (blog): <<http://www.elmundodelsuperdotado.com/Blog.html>>.

Espacio madrileño de enseñanza superior: <www.emes.es>.

Euroguidance: <<http://euroguidance.eu/>>.

Focusing España: <www.focusing.es>.

Formación Profesional del MECD: <www.todofp.es>.

Formación Profesional en el marco de la LOMCE del MECD: <<http://www.mecd.gob.es/educacion-mecd/mc/lomce/fp.html>>.

Grandin, Temple, El mundo necesita de todo tipo de mentes: <http://www.ted.com/talks/temple_grandin_the_world_needs_all_kinds_of_minds?language=es>.

Guía de recursos para alumnado con discapacidad, Servicio de Necesidades Educativas Especiales del MECD: <<http://www.mecd.gob.es/dms-static/66d774ca-df8c-4b9a-bb30-36b33297ee63/guia-discapacidad-cermi-pdf.pdf>>.

Jarque García, Jesús, Mundo primaria (blog): <<http://www.mundoprimeria.com/pedagogia-primaria/estandares-de-aprendizaje-evaluables.html>>.

Jornadas de Relajación y Meditación en la Escuela: <www.relajacionymeditacionescuela.com>.

Laboratorio de Emociones de la Facultad de Psicología de la Universidad de Málaga: <<http://emotional.intelligence.uma.es/>>.

Mi viaje vocacional: <<http://www.miviajevocacional.es>>.

Neag Center for Gifted Education and Talent Development en la Universidad de Connecticut: <<http://www.gifted.uconn.edu/>>.

Orienta de Universia: <<http://orientacion.universia.net.co/index.html>>.

Orientación Laboral de Infojobs: <<http://orientacion-laboral.infojobs.net/>>.

Píldoras vocacionales: <http://www.educastur.princast.es/fp/hola/pil_col/perfiles/index.php>.

Programa Aulas Felices: <<http://catedu.es/psicologiapositiva/descarga.htm>>.

Proyecto Orión: <<http://www.upcomillas.es/myvip/alumnos/>>.

Programa Teva: <www.programatreva.com>.

Qué estudiar y dónde (Universidad): <<http://universidad.es/estudiar-en-espana/el-sistema-universitario-espanol>>.

RECAPACITA, FUNDACIÓN MAPFRE: <<http://recapacita.fundacionmapfre.org/>>.

Revista *Imagine*, Johns Hopkins Center for Talented Youth: <<http://cty.jhu.edu/imagine/>>.

Sociedad Internacional de Inteligencia Emocional (ISEI): <<http://www.emotionalintelligencesociety.org>>.

Tu estrella polar: <<http://testorientacion.uchceu.es/es/questionnaire>>.

Universidad de Padres: <<http://universidaddepadres.es/>>.

UNIVERSIA: <<http://fundacionuniversia.net/inicio.html>>.

Coordinación Editorial de la obra: Dr. Vicente Hernández

Autores: Gonzalo Aza, Ciro Caro, Belén de la Banda,
Amparo Escamilla, Natalio Extremera, Aránzazu Garay-Gordovil,
Ana García-Mina, César García-Rincón, Jerónimo García,
Nacho Gonzalo, Oriol Homs, Sonia Jadraque, Isabel López,
Luis López, Sara Lozano, Aurora Muñoz, Juan Manuel Núñez,
Rogelio Núñez, Mario Pena, María Prieto, José Manuel Sáenz,
Victoria Urzáiz.

Prólogo: César Bona

Edita: © 2015 Fundación Bertelsmann
Travessera de Gràcia, 47-49, 2ª pl.
08021 Barcelona (España)

Responsable: Clara Bassols
Coordinador: Juan José Juárez
Revisión y supervisión: Elisabeth Gil / Marc de Semir
Diseño y maquetación: Winfried Bährle/ María García
Ilustraciones: Carlos Díaz, Canary Pete (pág. 99)
Gráficos: Jordi Salvany
Primera edición: Septiembre de 2015
Segunda edición: Diciembre de 2015

ISBN: 978-84-608-1936-3
Impreso en España por Punt Groc - Printed in Spain
Depósito legal: B 22227-2015