

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
DEPARTAMENTO DE EJERCICIO PROFESIONAL
SUPERVISADO –EPS–**

**“DESARROLLO EN LAS DESTREZAS DE HABITOS DE ESTUDIO EN LOS
ESTUDIANTES (FAUSAC) DEL PRIMER SEMESTRE DEL 2,007, JORNADA
VESPERTINA”**

**INFORME FINAL DEL EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO
PRESENTADO AL HONORABLE CONSEJO DIRECTIVO
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**


POR

MARÍA GABRIELA CANTÓN VÁSQUEZ

**PREVIO A OPTAR AL TÍTULO DE
PSICÓLOGA**

**EN EL GRADO ACADÉMICO DE
LICENCIADA**

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2014

The background of the page features a large, faint watermark of the official seal of the University of San Carlos of Guatemala. The seal is circular and contains a central figure of a king in prayer, surrounded by various heraldic symbols including castles, lions, and columns. The Latin motto "CETERAS ORBIS CONSPICUA ACCADEMIA COACTEMALIS INTER" is inscribed around the perimeter.

CONSEJO DIRECTIVO
Escuela de Ciencias Psicológicas
Universidad de San Carlos de Guatemala

Licenciado Abraham Cortez Mejía

DIRECTOR

Licenciado Mynor Estuardo Lemus Urbina

SECRETARIO

Licenciada Dora Judith López Avendaño
Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez

REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES

Licenciado Juan Fernando Porres Arellano

REPRESENTANTE DE EGRESADOS

C.c. Control Académico
EPS
Archivo
REG.029-2007
CODIPs. 1778-2014

De Orden de Impresión Informe Final de EPS

01 de octubre de 2014

Estudiante
María Gabriela Cantón Vásquez
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto VIGÉSIMO SEXTO (26º.) del Acta CUARENTA GUION DOS MIL CATORCE (40-2014) de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 23 de septiembre de 2014, que copiado literalmente dice:

“VIGÉSIMO SEXTO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- titulado: **“DESARROLLO EN LAS DESTREZAS DE HABITOS DE ESTUDIO EN LOS ESTUDIANTES (FAUSAC) DEL PRIMER SEMESTRE DEL 2,007, JORNADA VESPERTINA ”**, de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

María Gabriela Cantón Vásquez

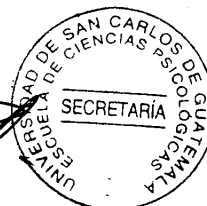
CARNÉ No.200021950

El presente trabajo fue supervisado durante su desarrollo por el Licenciado Domingo Romero Reyes y revisado por el Licenciado Rafael Estuardo Espinoza Méndez. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Investigación o Tesis, con fines de graduación profesional.”

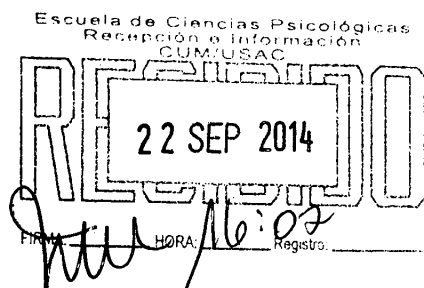
Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”


Licenciado Mynor Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO



/gaby



Reg. 418-2007
EPS. 029-2007

18 de septiembre del 2014

Señores Miembros
Consejo Directivo
Escuela de Ciencias Psicológicas

Respetables Miembros:

Informo a ustedes que se ha asesorado, revisado y supervisado la ejecución del Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- de

María Gabriela Cantón Vásquez, carné No. 200021950, titulado:

"DESARROLLO EN LAS DESTREZAS DE HABITOS DE ESTUDIO EN LOS ESTUDIANTES (FAUSAC) DEL PRIMER SEMESTRE DEL 2,007, JORNADA VESPERTINA."

De la carrera de Licenciatura en Psicología

Así mismo, se hace constar que la revisión del Informe Final estuvo a cargo del Licenciado Rafael Estuardo Espinoza Méndez, en tal sentido se solicita continuar con el trámite respectivo.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

[Signature]

Licenciado Oscar Josué Samayoa Herrera
COORDINADOR DE EPS

USAC

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO
COORDINACION

/Dg.
c.c. Control Académico

Reg. 418-2007
EPS. 029-2007

21 de noviembre del 2013

Licenciado
Oscar Josué Samayoa Herrera
Coordinador de EPS
Escuela de Ciencias Psicológicas
CUM

Respetable Licenciado:

Tengo el agrado de comunicar a usted que he concluido la revisión del Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- de

María Gabriela Cantón Vásquez, carné No. 200021950, titulado:

“DESARROLLO EN LAS DESTREZAS DE HABITOS DE ESTUDIO EN LOS ESTUDIANTES (FAUSAC) DEL PRIMER SEMESTRE DEL 2,007, JORNADA VESPERTINA.”

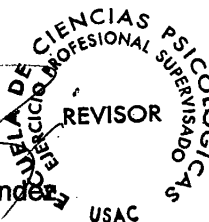
De la carrera de Licenciatura en Psicología

Así mismo, informo que el trabajo referido cumple con los requisitos establecidos por este departamento, por lo que me permito dar la respectiva APROBACIÓN.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"


Licenciado Rafael Estuardo Espinoza Méndez
REVISOR



/Dg.
c.c. Expediente

Reg. 418-2007
EPS. 029-2007

01 de octubre del 2013

Licenciado
Oscar Josué Samayoa Herrera
Coordinador de EPS
Escuela de Ciencias Psicológicas
CUM

Respetable Licenciado:

Informo a usted que he concluido la supervisión del Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- de

María Gabriela Cantón Vásquez, carné No. 200021950, titulado:

**"DESARROLLO EN LAS DESTREZAS DE HABITOS DE ESTUDIO EN LOS
ESTUDIANTES (FAUSAC) DEL PRIMER SEMESTRE DEL 2,007,
JORNADA VESPERTINA."**

De la carrera de Licenciatura en Psicología

En tal sentido, y dado que cumple con los lineamientos establecidos por este Departamento, me permito dar mi APROBACIÓN para concluir con el trámite respectivo.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"


Licenciado Domingo Romero Reyes
Asesor-Supervisor

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO
ASESOR SUPERVISOR
USAC

/Dg.
c.c. Expediente



c.c. Control Académico
EPS
Archivo
Reg.418-2007
CODIPs.599-2007

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"
TEL.: 2485-1910 FAX: 2485-1913 y 14
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

De Aprobación de Proyecto EPS

27 de abril de 2007

Estudiante
Maria Gabriela Canton Vasquez
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto DÉCIMO (10) del Acta DIECINUEVE GUIÓN DOS MIL SIETE (19-2007) de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 24 de abril de 2007, que literalmente dice:

"DÉCIMO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el proyecto de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-, titulado: **"DESARROLLO DE LAS DESTREZAS DE HÁBITOS DE ESTUDIO EN LOS ESTUDIANTES DE LA FAUSAC DEL PRIMER SEMESTRE DEL 2,007, JORNADA VESPERTINA"** de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

MARIA GABRIELA CANTON VASQUEZ

CARNÉ No. 200021950

Dicho proyecto se realizará en la ciudad capital, asignándose al Licenciado José María Santos quién ejercerá funciones de supervisión por la parte requiriente, y al Licenciado Domingo Romero Reyes, por parte de esta Unidad Académica. El Consejo Directivo considerando que el proyecto en referencia satisface los requisitos metodológicos exigidos por el Departamento de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-, resuelve **APROBAR SU REALIZACIÓN.**

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAR A TODOS"


Licenciado Helvin Velásquez Ramos; M.A.
SECRETARIO



c.c.f

Ref. UPDEA Aps. 018-2014

A QUIEN INTERESE:

Por este medio se hace constar que la estudiante Maria Gabriela Cantón Vásquez, carné No. 200021950, realizó su Ejercicio Profesional Supervisado-EPS- en esta Unidad Académica durante el ciclo académico 2007.

La estudiante Cantón Vásquez cumplió con todos los requisitos institucionales, demostrando capacidad y dedicación en las tareas encomendadas.

Para los usos que a la interesada convenga, se entiende la presente a los 16 días del mes de septiembre de 2014.

"Id y enseñada a todos"

Lic. José María Santos Albizures
Asesor de UPDEA

Vo.Bo. Ing. Agr. Pedro Peláez Reyes
Coordinador de UPDEA



MADRINA DE GRADUACIÓN

GLENDAYASMINE NEAL ESTRADA

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

COLEGIADO NO. 3841

ACTO QUE DEDICO:

A DIOS por darme todas las oportunidades de mi vida.

A MIS ABUELOS Y PADRES por apoyarme desde el comienzo de mi vida.

A MIS HIJAS por los tiempos de espera y alegrías.

A MI ESPOSO por el apoyo físico y emocional para concluir mis estudios.

A MIS REVISORES Y CATEDRATICOS que me brindaron su tiempo y dedicación para salir adelante a pesar del tiempo.

A MIS AMIGOS quisiera mencionarlos a todos, pero cada uno de ellos sabe el valor y el ánimo que continuamente me dieron para valorar mi carrera.

AGRADECIMIENTOS

A LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA y a la ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, por abrirme sus puertas y permitirme crecer profesionalmente y personalmente.

A LA FACULTAD DE AGRONOMIA FAUSAC, por darme la oportunidad de ampliar mis conocimientos al ejercer el Ejercicio Profesional Supervisado.

	INDICE	Pag.
RESUMEN		
INTRODUCCIÓN		
	CAPÍTULO I	
	ANTECEDENTES	
1.1 Monografía del lugar		1
1.2 Descripción de la institución		12
1.3 Descripción de la población atendida		22
1.4 Planteamiento del problema o de los problemas		25
	CAPÍTULO II	
	REFERENTE TEORICO METODOLÓGICO	
2.1 Abordamiento teórico metodológico		28
2.2 Objetivos		53
2.2.1 Objetivo general u objetivos generales		53
2.2.2 Objetivos específicos (por sub-programa)		53
2.2.3 Metodología del Abordamiento (por sub-programa)		54
	CAPÍTULO III	
	PRESENTACION DE ACTIVIDADES Y RESULTADOS	
3.1 Sub-programa de servicio		60
3.2 Sub-programa de docencia		66
3.3 Sub-programa de investigación		70
	CAPÍTULO IV	
	ANALISIS Y DISCUSION DE RESULTADOS	
4.1 Sub-programa de servicio		74
4.2 Sub-programa de docencia		79
4.3 Sub-programa de investigación		81
	CAPÍTULO V	
	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
5.1 Conclusiones		86
5.1.1 Conclusiones generales		86
5.1.2 Sub-programa de servicio		86
5.1.3 Sub-programa de docencia		87
5.1.4 Sub-programa de investigación		87

5.2 Recomendaciones	88
5.2.1 Recomendaciones generales	88
5.2.2 Sub-programa de servicio	88
5.2.3 Subprograma de docencia	88
5.2.4 Sub-programa de investigación	89
 BIBLIOGRAFIA	 90
GLOSARIO	91

RESUMEN

El Ejercicio Profesional Supervisado se realizó con el apoyo de la Unidad de Planificación y Desarrollo Educativo de la Facultad de Agronomía (UPDEA), de la Facultad de Agronomía de la Universidad de San Carlos de Guatemala.

Estuvo dirigido a estudiantes de primer ingreso del 2,007, con quienes se trabajó destrezas para facilitar el proceso de aprendizaje, y se brindó apoyo psicológico a quien lo solicitó.

Los edificios que se utilizaron fueron el T-8 y T-9, con los salones que se asignaron para la realización de las actividades. Se implementó un salón para atención a estudiantes, ya sea para consulta psicológica como para solución de dudas en los exámenes del curso de Vida Universitaria, el cual fue de gran experiencia para la Epesista por el contenido de la clase y el enriquecimiento personal que la docencia provee al catedrático.

Se observó la necesidad en los estudiantes de reforzar y aprender nuevas técnicas de hábitos de estudio que les permitiera facilitar el proceso de comprensión y ahorrar tiempo en las tareas universitarias.

El mayor reto fue la atención de la clínica psicológica que llamó la atención de muchos estudiantes dentro y fuera del edificio de Agronomía, acudiendo incluso trabajadores de la misma y de otras unidades académicas.

INTRODUCCIÓN

Cada año mundialmente, aumenta la necesidad de educación; la mayor parte de países europeos se encuentran con desarrollo escolar ideal para la evolución de la cultura; pero esto no es posible en América Latina, en donde los altos índices de pobreza impiden que en la mayor parte de estos países, los habitantes tengan derecho a una educación mínima; no se diga en educación superior.

En Guatemala, actualmente se dice que los estudiantes que tienen la oportunidad de ingresar a la universidad son aventajados y “corren con buena suerte”, a diferencia de aquellos que con sacrificio han concluido los estudios de educación media y tienen que trabajar sin tener el mérito a optar a estudios superiores.

Es por eso que en la Facultad de Agronomía de la Universidad de San Carlos de Guatemala, existe la Unidad de Planificación y Desarrollo Educativo (UPDEA), que se encarga de evaluar, estudiar, planificar, y llevar a cabo programas de desarrollo que contribuyan al bienestar académico y emocional de todos y cada uno de los estudiantes.

Esta es la razón por la que el Ejercicio Profesional Supervisado se realizó con los estudiantes de primer ingreso, orientándolos para desarrollar en ellos habilidades y destrezas que en los primeros años de todas las carreras universitarias son esenciales para el desenvolvimiento personal y educativo. Para esto, se implementaron actividades destinadas al mejoramiento de los estudiantes durante el 2,007.

CAPÍTULO I

ANTECEDENTES

1.1 MONOGRAFIA DEL LUGAR:

Guatemala es el país más poblado del istmo centroamericano gracias a sus magníficas condiciones biosféricas. "Uhatezmala", que significa: montaña que lanza fuego, país donde nació y se desarrolló la civilización maya.

Su población absoluta es de 14, 000,000 de habitantes. La constituyen 22 departamentos; en relación con la población 42,8% es indígena, 52.2% mestizo (ladino), 4% blanco y 1% otros. Guatemala cuenta con una población cuyos rasgos característicos están determinados por factores étnicos, socioeconómicos y biogeográficos muy marcados. Entre sus creencias se encuentra el catolicismo, evangélicos y la antigua religión maya. En memoria de la Virgen de La Asunción se realiza la celebración el 15 de agosto de cada año en la ciudad capital, esta fiesta fue traída por los españoles durante los primeros años del siglo XX. Se le conoce como La feria de Jocotenango que fue celebre durante muchos años, hasta que en los años 30 pasó a segunda categoría pues el General Jorge Ubico cuando asumió la presidencia, creó la feria de Noviembre que se celebraba con motivo de su cumpleaños que era el 10 de noviembre.

A la caída del régimen ubiquista en 1944 la feria de Jocotenango se recuperó y se volvió a celebrar, aunque nunca llegó a ser una celebración tan grande como en los primeros años del siglo XX. Entre otras fechas importantes también se encuentra la fiesta nacional del 15 de septiembre; cuando se celebra el Día de la Independencia.

En primer lugar, es uno de los países centroamericanos donde el elemento indígena es predominante: 42,8 por ciento de la población. La sociedad ladina se distingue por una fuerte jerarquización de sus diferentes estratos a partir de la cultura y la lengua españolas, de modo que en este caso se imponen más los factores socioculturales que los estrictamente étnicos en la definición y comportamiento del grupo. Se observa un flujo migratorio del campo hacia la ciudad, y aunque su ritmo es muy lento como consecuencia del escaso desarrollo de los sectores industrial y de servicios, la orientación preferente de dicho flujo hacia la ciudad de Guatemala y otras como Quetzaltenango y Escuintla amenaza con convertirlas en grandes aglomeraciones y crear nuevos desequilibrios en la distribución de la población urbana.

Como consecuencia, genera problemas de alojamiento, sanitarios, educativos y seguridad ciudadana; miles de personas, la mayoría

muy jóvenes, se concentran en los suburbios urbanos de la capital en condiciones críticas y sometidas a una economía de subsistencia ante la incapacidad de la industria y los servicios para absorber toda esa fuerza de trabajo. La migración se acentúa mayormente por la necesidad de trabajo para la subsistencia que por estudios. Los que vienen con deseos de estudiar muchas veces se ven frustrados porque no hay cupo en las escuelas por exceso de alumnos, pues ya están saturadas. Lo mismo ocurre en la educación media y superior, que es la universitaria. Por una parte, la búsqueda de trabajo más allá de las fronteras del país, sobre todo en EE.UU, y por otra, la migración hacia zonas de selva, en el norte, en busca de nuevas tierras donde iniciar una actividad agrícola. Cabe resaltar el esfuerzo que se concentra en proyectos educativos y de armonización social, cultural y política de los distintos grupos étnicos.

Entre las instituciones que se dedican a la formación superior se encuentra la Universidad de San Carlos de Guatemala, es la encargada de prestar educación superior a la mayor parte de la población guatemalteca y extranjera que solicitan cada año el ingreso a diferentes carreras, con la finalidad de que toda persona no importando su religión, raza o procedencia tenga acceso a la formación profesional que en el pensa de estudios se ofrece.

Al mencionar la ciudad universitaria se sabe que su ubicación geográfica se encuentra en la zona 12 de la ciudad capital. Entre los datos relevantes que todo profesional egresado y estudiante universitario debieran saber es la fecha en la que la universidad fue fundada, siendo esta el 31 de enero de 1676, al igual que su historia.

Fundada por la Real Cédula de Carlos II. Elevada a Pontificia, por Bula, Ex Suprema de su Majestad, el Papa Inocencio XI. (Roma, 18 de junio de 1687). Conocida desde entonces como "Regia y Pontificia Universidad de San Carlos de Guatemala, hasta 1,832". De 1832-1840 el Dr. Mariano Gálvez sustituye la universidad por una academia de ciencias. En 1855, en la administración de Rafael Carrera, a la universidad se le da el nombre de Nacional. En 1875, según Decreto No. 140, Justo Rufino Barrios le da el nombre de Universidad de Guatemala. En 1918 se crea la universidad de Guatemala, centro que llevará el nombre de Universidad Estrada Cabrera (Acuerdo de la Asamblea). En 1927, según Acuerdo No. 953, se le da el nombre de Universidad Nacional de Guatemala. 1 de diciembre de 1944, se obtiene la autonomía y recobra su primitivo nombre: Universidad de San Carlos de Guatemala. Al mismo tiempo, se originó la frase "Id y enseñad a todos" (Ite et docete omnes gentes), que en la traducción correcta sería "Id y enseñad a todas las naciones" texto obtenido de la Biblia en el libro de

San Mateo, versículo 28: 16-20. La Universidad de San Carlos ha sintetizado esta frase para significar el objeto que le inspira: la enseñanza por medio de la indiscriminación. Es por eso que la enseñanza se ha encontrado siempre a la disposición de todos aquellos que desean formarse en esta universidad.

Además, surge el escudo actual que consta de dos círculos concéntricos, en medio de los cuales se lee "Carolina Academia Coactemalensis Inter Caeteras Orbis Conspicua", cuya traducción sería: **Universidad de Guatemala grande entre las del mundo.**

Dentro del círculo central podemos ver: La tiara y las llaves del pontificado, correspondientes a la categoría internacional otorgada por el Papa Inocencio XI, en 1687. (Pontificia Universidad del Reino de Guatemala). La efigie de San Carlos de Borromeo, patrono del Reino de España, don Carlos II. Dos torres y dos leones, que corresponden al escudo de armas del Rey de España y que vendrían a representar a los reinos de Castilla y León. Una columna del lado izquierdo con la leyenda Plus y otra del lado derecho con la leyenda Ultra, las cuales significan el alto nivel académico de la Universidad. En la parte inferior el Apóstol Santiago, refiriéndose a la "Muy Noble y Leal Ciudad de Santiago de los

Caballeros de Guatemala”. Y por último, los volcanes de Agua, Fuego y Acatenango.

El Licenciado José Mata Gavidia escribe el libro Fundación de la Universidad en Guatemala, en el cual, basado en investigaciones efectuadas en el Archivo de la Curia, Archivo de Indias y distintas crónicas, describe el ambiente en el que se desarrollaron los primeros años de vida universitaria (1680-1685). El pregón que con júbilo anunciaba en las distintas plazas de la ciudad y a las puertas de la Real Universidad, el tan esperado inicio de clases. Relata el humor universitario y también las primeras represiones contra los estudiantes por parte de algún miembro del ejército y el ingreso de éste en el recinto universitario.

A finales de la historia, con la caída de Ubico, como la inmediata de su fugaz sucesor, general Federico Ponce Vaides, abrieron los derroteros por los que actualmente se encamina nuestra Universidad: autónoma y con absoluta libertad de cátedra, sin discriminaciones sociales, económicas ni raciales, como anteriormente se mencionó. Esto último contrasta con la época colonial que las tuvo para los judíos o herejes y moros, no así para los indígenas americanos a los que mencionan especialmente las “Constituciones de la Real Universidad”, aprobadas

por Carlos II, al tratar de las probanzas y autos que han de hacer los estudiantes para recibir los grados de bachilleres en todas las facultades: “Que cualquiera que hubiere sido penitenciado por el Santo Oficio o sus padres o abuelos, o tengan alguna noticia de infamia, no sean admitidos a grado alguno en esta Universidad... Y se declara, que los indios como vasallos libres de su Majestad pueden y deben ser admitidos a matricularse y graduarse”.

El afán de reforma pedagógica y de lograr cambios de criterio científicos es también una característica que data de los primeros años de su existencia.

Los primeros atisbos de colegiación pueden observarse desde el año 1810, cuando se fundó en Guatemala el ilustre Colegio de Abogados, cuya finalidad principal era la protección y depuración del gremio. Esta institución desapareció en el último cuarto del siglo XIX, para resurgir en el año de 1947.

A semejanza de lo que ocurrió en otros países de América Latina, nuestra universidad luchó por su autonomía, que había perdido a fines del siglo pasado, y la logró con fecha 9 de noviembre del año 1944, decretada por la Junta Revolucionaria de Gobierno. Con ello se restableció el nombre

tradicional de la Universidad de San Carlos de Guatemala y se le asignaron rentas propias para lograr un respaldo económico.

La dirección y administración de la USAC le corresponde al Consejo Superior Universitario, el cual es un cuerpo colegiado directivo y administrativo y se encuentra integrado por: Rector, Decanos de las facultades, Catedrático titular de cada facultad y un representante estudiantil de cada facultad. También forman parte del Consejo Universitario: El Secretario Administrativo y el Director Financiero, quienes únicamente opinan del proceso. El Consejo Superior Universitario se divide en comisiones, las cuales pueden ser ordinarias y extraordinarias, y se integran en la primera sesión de cada año de Consejo Superior Universitario.

El Rector de la Universidad es el representante legal de dicha institución y constituye el único órgano de comunicación entre la Universidad y el Gobierno de la República.

El Rector se elige por un periodo de cuatro años mediante el sufragio de un cuerpo especial que se denomina Cuerpo Electoral Universitario. Esta elección es en extremo cuidadosa y se trata de seleccionar entre

los candidatos a aquel académico que reúna los más altos meritos de capacidad, honradez y experiencia.

El Rector ejerce la inspección superior de todas las dependencias de la USAC, cumple y hace cumplir las leyes que se refieren a la USAC, los acuerdos y resoluciones de Consejo Superior Universitario, preside todos los actos universitarios y desarrolla funciones de carácter administrativo, autorizando egresos financieros, nombrando empleados y resolviendo los problemas que por su naturaleza le corresponden. En caso de ausencia temporal e impedimento, lo sustituye el Decano más antiguo, en carácter de Rector en funciones. Cada una de las facultades cuenta con un Decano como autoridades y las escuelas con un Director que las representa.

La Universidad de San Carlos de Guatemala cuenta con las siguientes Facultades y Escuelas:

1. Facultad de Agronomía
2. Facultad de Arquitectura
3. Facultad de Ciencias Económicas
4. Facultad de Ciencias Jurídicas y Sociales
5. Facultad de Ciencias Médicas

6. Facultad de Ciencias Químicas y Farmacia
7. Facultad de Humanidades
8. Facultad de Ingeniería
9. Facultad de Medicina Veterinaria y Zootecnia
10. Facultad de Odontología
11. Escuela de Ciencia Política
12. Escuela de Ciencias de la Comunicación
13. Escuela de Ciencias Psicológicas
14. Esc. Form. De Prof. Enseñanza Media –EFPEM–
15. Escuela de Historia
16. Escuela de Trabajo Social
17. Centro de Estudios del Mar y Acuicultura
18. Centro Universitario del Sur CUNSUR

Entre las Graduaciones universitarias se encuentran los actos oficiales como:

- Autonomía Universitaria
- Investidura de Rector
- Investidura de Decano
- Investidura de Directores de Escuela
- Investidura de Directores de Centros Regionales

No podía faltar la Huelga de Dolores, que forma parte de las tradiciones sancarlistas. Para ubicarla de manera histórica y cultural, se seleccionó el ofrecimiento que el entonces Rector Dr. Jafeth Cabrera Franco hizo en la publicación que conmemoraba los 100 años huelgueros.

La Universidad de San Carlos de Guatemala que cuenta con más de trescientos años de vida académica. La Huelga de Dolores nace el viernes 1 de abril de 1898, por iniciativa de estudiantes de Medicina, Derecho y Farmacia de la Universidad Nacional, aunque no ha constituido, ni constituye, una manifestación oficial de la Universidad de San Carlos, no hay duda que expresa, en muchos sentidos, las inquietudes de la comunidad universitaria, vertidas por medio de una serie de actividades festivas, burlonas y sarcásticas que, en una algarada de humor, hacen aflorar en su momento histórico la crítica al acontecer político y social del país.

Como se sabe, la Huelga de Dolores está vinculada a las más remotas tradiciones populares de occidente, de intención claramente democratizadoras, puesto que tanto en Grecia, como en Roma, en el marco de sociedades esclavistas; estas celebraciones carnavalescas permitían por unos días a las capas subalternas criticar y “compartir” con los grupos que detentaban el poder.

1.2 DESCRIPCION DE LA INSTITUCIÓN

La Facultad de Agronomía de la Universidad de San Carlos de Guatemala –FAUSAC- fue creada el 14 de junio de 1950, por el Consejo Superior Universitario, siendo Rector el Ingeniero Miguel Asturias Quiñónez. En una de las justificaciones se indica que para propiciar el desarrollo socioeconómico de Guatemala “debe crearse una Facultad de Agronomía que contribuya a ampliar el cuadro de la enseñanza científica que por ahora imparte la Universidad y coloque a la nación en la posibilidad de aprovechar en mejor forma sus recursos naturales”. Se fundó durante el período revolucionario de 1944-1954, en virtud de que en esa década, al impulsarse el desarrollo capitalista independiente, era necesario contar con profesionales de la Agronomía de educación superior, capaces de mejorar la producción agrícola y contribuir a la modernización de Guatemala.

Desde entonces se han desarrollado cuatro planes de estudio, los cuales han sido modificados en diferentes momentos, debido a los cambios que se han dado en la facultad, en la universidad y el ambiente externo. Cabe mencionar que los cambios significativos se dieron a partir del año 1969, cuando se eliminan los Estudios Generales, el pensum de la Carrera de Ingeniero Agrónomo se orientó en cuatro especialidades:

Fitotecnia, Zootecnia, Ingeniería Agrícola y Socio economía. Posterior a esto, en 1971 se inicia el Ejercicio Profesional Supervisado –EPS-. En 1980, derivado de la Evaluación realizada al Plan de Estudios en 1976, se aprueba el Plan de estudios 1980, el que establece las carreras: Ingeniero Agrónomo en Sistemas de Producción Agrícola e Ingeniero Agrónomo en Recursos Naturales Renovables. En 1985, se realiza el estudio “Factores que inciden en el desarrollo curricular”, concluyendo entre otras situaciones, que el 50% de estudiantes de la Facultad estudian y trabajan, razón que limita su rendimiento académico, falta de coordinación entre estudiantes, docentes y personal administrativo y como fortaleza, el hecho de contar con un porcentaje significativo de docentes que poseen estudios de postgrado.

De 1986 a 1991, se realizan en la Facultad de Agronomía varios eventos, cuyo objetivo fue evaluar permanentemente el Plan de Estudios. En 1993 se realizó una evaluación al sistema educativo, este estudio permitió obtener información que identificó la problemática que limitó el desarrollo académico, de investigación y extensión.

Derivado de los estudios realizados, en 1997 se aprobó el Plan de Estudios 1998, el cual tiene como finalidad formar profesionales que respondan a los cambios suscitados en la oferta y demanda laboral,

además de ser capaces de desarrollar tecnología para la producción, formación para el autoempleo y que además demuestre actitudes de liderazgo, sea crítico, responsable y con valores éticos y humanos que permitan incorporarse y contribuyan en el desarrollo, presentando alternativas y soluciones viables que resuelvan los problemas del agro, los recursos naturales renovables y el ambiente en Guatemala.

Vale la pena destacar que el Plan 1998 fue innovador, pues luego de los estudios y evaluaciones realizadas se observó la falta del espacio para realización prácticas por parte de los estudiantes, por lo que se implementaron los Módulos de Experiencias Prácticas –MEP-.

Desde la implementación del Plan de Estudios 1,998 a la fecha, se han realizado varias acciones que han permitido determinar si los objetivos que se plantearon en dicho plan se cumplieron, y se observó que los Perfiles de Egreso y los Módulos de Experiencias Prácticas, una actividad que desestabilizó el currículo, pues un estudiante podía adelantar en su formación, pero no le era permitido hacerlo con los Módulos. Las acciones que permitieron modificar el Plan de Estudios 1998 son: Estudio de Mercado Laboral realizado en 2001, la Autoevaluación de los Programas Académicos que ofrece la facultad en el marco del SICEVAES, los resultados de la Evaluación Externa realizada por pares

académicos, el trabajo desarrollado con los profesores de Áreas y subáreas y módulos, plan general de desarrollo de la Facultad de Agronomía 2005-2014 y el Plan estratégico USAC-2022.

La Facultad de Agronomía empezó a funcionar con profesionales de diferentes carreras, tales como: Médicos y Cirujanos, Ingenieros Civiles, Químicos Farmacéuticos, Biólogos, entre otros. En los inicios coordinados por una Junta Directiva integrada por el Ing. Alfredo Obiols, Decano; Ing. Enrique Luna Castañeda, Vocal e Ing. Francisco Villep, Vocal. Los representantes estudiantiles eran el Capitán de Caballería Mario Penados y el Bachiller Otto Slowing; aún no existía el Colegio de Ingenieros Agrónomos, por lo que Junta Directiva careció de representantes.

La Facultad se inició en una casa ubicada en la 5ta. Calle entre primera y segunda Avenida de la zona 1. Sus primeros directivos y profesores fueron profesionales de diferentes carreras: médicos y cirujanos, ingenieros civiles, químicos farmacéuticos y biólogos. La primera Junta Directiva fue integrada por el Ing. Alfredo Obiols, Decano; Ing. Carlos Quezada, Secretario; Ing. Enrique Luna, Vocal I; Ing. Francisco Villep, Vocal II. Los representantes estudiantiles fueron el capitán de caballería Mario Penagos y el bachiller Otto Slowing. En 1952, por órdenes del

Decano Obiols se hicieron traslados al Chalet Villa Ernestina, ubicado en la Avenida Reforma, zona 9. En ese entonces eran alrededor de 80 estudiantes, así se dio la necesidad de crear laboratorios y centros de prácticas agrícolas que obligó a las autoridades a realizar trámites para que Agronomía se trasladara al campus universitario. Fue en 1954 cuando se trasladó a Ciudad Universitaria, proyecto del Rector Magnífico Carlos Martínez Durán, ocupando el edificio que ahora es Sede del Centro de Aprendizaje de Lenguas de la Universidad (CALUSAC).

Actualmente la Facultad de Agronomía se ubica en la ciudad universitaria de la zona 12, en los edificios T-8 y T-9. Los dos edificios cuentan con tres niveles para oficinas, laboratorios y aulas. Posee 18 hectáreas para prácticas de campo y experimentación. Además cuenta con las Fincas Sabana Grande, localizada en la aldea El Rodeo, departamento de Escuintla, y Bulbuxyá (CATBUL) ubicada en el municipio de San Miguel Panán, Suchitepéquez. Tomando en cuenta que debe responderse a las demandas de la sociedad, la Facultad de Agronomía ha diversificado su oferta académica con las siguientes carreras:

- Ingeniero Agrónomo en Sistemas de Producción Agrícola
- Ingeniero Agrónomo en recursos Naturales Renovables
- Ingeniero en Industrias Agropecuarias y Forestales

- Ingeniero en Administración de Tierras
- Técnico en Agrimensura, como carrera intermedia de la anterior.

En el año 2000 se inicia el programa de estudios de postgrado. Maestría en Manejo sostenible de suelo y agua con especialidad en:

- Maestría en Biotecnología en áreas de farmacia, veterinaria y agronomía.
- Nutrición vegetal y manejo de la fertilidad del suelo.
- Planificación y manejo de recursos hídricos en agronomía.
- Postgrado de especialización en administración de tierras para el desarrollo sostenible.

La Facultad de Agronomía está conformada por varias Unidades de Apoyo, entre ellas se encuentra la Unidad de Planificación y Desarrollo Educativo de Agronomía -UPDEA-, esta fue creada por la Junta Directiva el 12 de diciembre de 1979, según acta No. 975.

UPDEA es el organismo de la Facultad de Agronomía que depende del Decano. Su propósito es velar por el desarrollo académico y la excelencia estudiantil. Asesora a Junta Directiva, Decanatura y otros organismos académico-administrativos así como es responsable de

estudiar, planificar, evaluar y proponer proyectos que contribuyan al desarrollo educativo.

La UPDEA orienta a los estudiantes en el área académica y psicopedagógica. Cuenta con un Coordinador, un asesor en el área de Psicología, una asesora en el área de Pedagogía, un profesional en el área de Agronomía y una epesista de la Escuela de Psicología, que conjuntamente trabajan en el área de Orientación Estudiantil, que es el encargado de atender el esfuerzo de la Facultad de Agronomía de asistir al alumno de manera especial con el objetivo de que sea capaz de utilizar inteligentemente las oportunidades educacionales formativas y de progreso que ofrece la Universidad y la Comunidad. Los recursos físicos con los que cuenta la Facultad son: dos edificios de tres niveles cada uno, con salones distribuidos en aulas, laboratorios, el Centro Experimental Docente de Agronomía -CEDA-, oficinas administrativas, salas de catedráticos, servicios sanitarios, departamentos de limpieza, un patio donde se observan una gran diversidad de plantas que reciben el cuidado de los mismos estudiantes de la facultad. Así también se cuenta con áreas verdes alrededor de los edificios, las cuales son utilizadas con fines de aprendizaje como recreativos. Y es este el lugar donde los estudiantes reciben los conocimientos teórico- prácticos de su carrera. Agronomía es de las facultades de la USAC que cuentan con

el mayor número de profesores con grados académicos de postgrado (diplomados, maestrías y doctorados), obtenidos en prestigiosas universidades extranjeras. Muchos de sus egresados han sido protagonistas del desarrollo agrícola y del manejo sostenible de los recursos naturales renovables, ocupando puestos de dirección en la administración pública, empresas del sector privado y en organismos internacionales.

MISIÓN DE LA FACULTAD DE AGRONOMIA

Debido a las exigencias laborales y de servicio que el mundo actual requiere de un profesional, los egresados de la Facultad de Agronomía son profesionales líderes, con compromiso ético, social y educativo. Es por eso que una de las expectativas de la facultad es brindarle al estudiante y al profesional que desee continuar con los estudios en diferentes postgrados, la oportunidad de desarrollarse ampliamente con una alta capacidad técnica, científica y de trabajo en equipo.

Se pretende contribuir al desarrollo nacional y regional promoviendo el conocimiento, la innovación tecnológica y la prestación de servicios de excelencia por medio de los programas de investigación que anualmente son impulsados para obtener avances en la producción agrícola y

forestal, desarrollo rural, en las ciencias de la tierra, en recursos naturales renovables y el ambiente.

Educar a los estudiantes con personal altamente calificado, tecnología apropiada y avanzada e investigación con rigor científico. Como centro superior para el estudio y avance de las ciencias agrónomas se ha impulsado el desarrollo de la tecnología para el uso de los recursos naturales renovables y los sistemas de producción agrícola.

Es parte de la misión elevar el nivel cultural y social de sus integrantes, fomentando actitudes, valores y principios que contribuyan al avance social, el desarrollo sostenible y la consecución de la excelencia académica.

VISION DE LA FACULTAD DE AGRONOMIA

La Visión de la Facultad de Agronomía cubre las expectativas actuales del proceso educativo, tecnológico y científico que promueve el servicio de calidad a todo nivel en diferentes áreas de Guatemala y fuera de ella; es por eso que para el año 2022 la unidad académica es responsable de la educación superior en los niveles de técnico universitario, grado de

licenciatura y postgrado, impartidos con calidad educativa y pertinencia académica.

Formará profesionales en agronomía con conciencia social en procesos de transformación de productos agrícolas, en desarrollo rural, en las ciencias de la tierra, en los recursos naturales renovables y el ambiente; agrónomos y agrónomas que desempeñarán con valores éticos (integridad, responsabilidad, solidaridad e identidad). Es por eso la importancia de articular eficazmente en las funciones de investigación, docencia y extensión, impulsando la actualización permanente de la curricula, incorporando los avances científicos a la pensa de estudio.

Se pretende contribuir a la transformación social, aportando propuestas de solución a las necesidades y exigencias actuales que requiere el país, permitiendo la formulación de políticas públicas y leyes que propicien el uso sostenible de los recursos naturales renovables y el desarrollo rural que sustenten un modelo de desarrollo nacional alternativo.

OBJETIVOS DE LA FACULTAD DE AGRONOMIA

- Promover el desarrollo sostenible en la producción agrícola y manejo de los recursos naturales de país, con el objetivo de mejorar la calidad de vida de los guatemaltecos.

- Continuar con la divulgación, conservación y sostenimiento del conocimiento científico-tecnológico que la carrera ofrece para un mejoramiento en la calidad de profesionales y servicios.
- Formar capital humano a nivel de educación superior universitaria en producción agrícola y en el manejo de recursos naturales renovables, obteniendo una formación profesional integral que le permita desempeñarse dentro de la sociedad con eficiencia, responsabilidad, ética y respeto a la naturaleza.
- Vincularse permanentemente con los sectores involucrados en la actividad agrícola y el manejo de los recursos naturales renovables, a fin de contribuir al desarrollo de programas de trabajo nacionales e internacionales.

1.3. DESCRIPCION DE LA POBLACIÓN ATENDIDA

De acuerdo al programa de trabajo que se realizó en la Facultad de Agronomía de la Universidad de San Carlos de Guatemala, a través de la Unidad de Planificación y Desarrollo Educativo de Agronomía –UPDEA-, la población atendida fueron estudiantes de primer ingreso del ciclo 2007 según el requerimiento institucional, Además se atendieron estudiantes de semestres intermedios y aquellos que cursan la última etapa de la carrera; se prestó el servicio de atención psicológica a

estudiantes, trabajadores de la FAUSAC, así como a estudiantes de otras unidades académicas y/o familiares.

La edad promedio de la mayoría de estudiantes que se atendieron es de 25 años. Estado civil solteros y nivel económico medio. Los alumnos de la jornada vespertina, por lo regular gran cantidad de ellos laboran en diferentes instituciones académicas medio tiempo, y muy pocos en empresas relacionadas a la carrera de agronomía; al relacionarme académicamente un poco más con ellos comentaron que aportaban a la economía familiar, muchos de ellos no gozaban de tiempos libres para ocuparlos en actividades recreativas, únicamente por las noches realizaban las tareas diarias de la carrera y muy pocos practican algún deporte el fin de semana, otros laboran sábado y domingo. Se puede hacer la diferencia con los estudiantes de la jornada matutina, gran parte de ellos no laboran, dedican la jornada completa al estudio, practican algún deporte o actividad cultural, algunos colaboran en fincas propiedad de los mismos padres; y muy pocos son los que laboran por la tarde o fin de semana. En ambas jornadas se notó que la formación académica de los estudiantes proviene de instituciones privadas de la capital, siendo de menor cantidad los provenientes de instituciones públicas o aquellas relacionadas con la educación agronómica.

Se pudo comprobar la diferencia entre cantidad de alumnos de la jornada matutina con los de la jornada vespertina. Son originarios del interior de la república; pero residen en la capital, en menor grado los que viajan todos los días.

Hubo acercamiento de pocos trabajadores de la FAUSAC al servicio psicológico que se prestó en el 2007; sin embargo, se logró la confianza y éxito en el tratamiento. Catedráticos referían al servicio a estudiantes que ellos detectaban en sus salones apatía o inestabilidad emocional; otros trabajadores solicitaron atención clínica psicológica para familiares y conocidos que se encontraron urgentes del servicio, a veces se presentaban madres con hijos adolescentes o niños de edad escolar. También se le dio atención a estudiantes de diferentes unidades académicas, entre ellas cabe mencionar: Medicina, Humanidades, Ingeniería y Económicas, por la razón de que la Unidad de Salud de la universidad ya no contaba con más espacios de atención; la edad promedio de los estudiantes era de 27 años. De acuerdo al subprograma de docencia e investigación se trabajó con la Cohorte 2007 en los cinco primeros meses en que dio inicio el Ejercicio Profesional Supervisado en la FAUSAC. Se impartió el curso de Vida Universitaria, talleres y otras actividades de interés general. Los alumnos de la jornada vespertina desde un principio se mostraron interesados en el

contenido académico y formación profesional. Con los de la jornada matutina se consideró con el psicólogo Licenciado José María Santos, que la falta de atención de ellos probablemente radicó en que eran más que los de la otra jornada. Al final se logró controlar el grupo grande; muy pocos fueron los que reprobaron el curso anteriormente descrito y también de otros catedráticos. En ese mismo salón asistieron estudiantes de carnés de otros años, muchos por falta de interés han permanecido en los primeros semestres, otros por obligaciones familiares, pero es en su minoría.

1.4. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En un ejercicio aplicado a los estudiantes de primer ingreso en el curso de Vida Universitaria se les indicó que escribieran cuál o cuales eran los aspectos negativos y positivos de la carrera de Agronomía o de la facultad en general; al examinar los resultados se determinó que una de las limitantes sentidas por el estudiante fue la falta de una adecuada comunicación por parte de catedráticos y auxiliares para con ellos; verbalmente expresaron el malestar que les provoca la manera en cómo algunos auxiliares se dirigen a ellos, muchos lo hacen con ofensas verbales, y otros sin importancia. Esto trae como consecuencia que el alumno no perciba la armonía, comprensión y tranquilidad que en todo lugar de permanencia debe existir. Los alumnos de la jornada

vespertina y muy pocos de la matutina atribuyeron a la falta de tiempo la repitencia de cursos, la poca comprensión para captar las lecciones de algunos catedráticos y/o auxiliares, poca atención dentro del salón de clase, deficiente base para el estudio de la materia, inadecuada utilización de hábitos de estudio o no saber siquiera que existen, por cumplir a obligaciones laborales o familiares y por último no contar con conocimientos previos que la carrera de agronomía exige de la educación de diversificado; estos factores son los que contribuyen a la deserción del estudiante de la facultad.

Al principio se hizo propaganda del servicio psicológico; pero cada vez que se publicaron anuncios desaparecieron de la pared; aún así los alumnos buscaban atención y se les atendió durante el año. Algunos estudiantes que se encontraron negativos a la presencia de la Epesista de Psicología, aceptaron tiempo después el trabajo que se realizó, posiblemente por estereotipos de que el que asiste con un psicólogo está "loco"; algunos al ver a compañeros(as) asistir por un buen tiempo a terapia vieron en ellos el cambio; fue cuando se acercaron y preguntaron por el servicio también.

Como parte de la observación realizada en los salones de clase, al interaccionar con los estudiantes y en el momento de atención

psicológica se encontró que precipitantes emocionales influyeron en el rendimiento académico y emocional de los estudiantes, tales como: poca o mala relación familiar, problemas personales como baja autoestima, codependencia, depresión, dando como resultado a la poca relación interpersonal. Y por último, una situación económica con pocas posibilidades de llevar una mejor calidad de vida. Cuando la persona no se encuentra totalmente dedicado a la actividad que está realizando, es muy difícil que los resultados esperados sean satisfactorios. En estos casos, el estudiante se encuentra presente en el lugar de estudio, pero su pensamiento se encuentra en otro lugar. Es por eso se creó la necesidad en promover las técnicas de estudio para mejorar la situación del alumnado.

Otra problemática que se notó en toda la universidad fue la toma de entradas y salidas del centro de estudios con el motivo a que otras unidades académicas apoyaran las decisiones de la Asociación de Estudiantes de Agronomía ante el Consejo Superior Universitario y demás autoridades, lo que trae como consecuencia la inestabilidad de los cursos regulares en la universidad, ni la tranquilidad de sus estudiantes.

CAPÍTULO II

REFERENTE TEÓRICO METODOLÓGICO

2.1 Marco Teórico

Aprender permitió en el pasado la supervivencia de nuestra especie porque nos hizo sumamente adaptables. Esto permitió hacer frente a los enormes cambios climáticos y geográficos que vencieron a muchos otros animales. Dependemos de las habilidades y capacidades que el aprendizaje realiza en nuestras mentes. Hay muchas formas de aprendizaje, algunas de ellas las compartimos con otras especies, pero los humanos se distinguen de otros animales por tener la capacidad de recibir educación en la cual entran en juego procesos cognitivos superiores como el lenguaje. El niño nace sin saber nada, con el paso del tiempo interpreta, entiende y capta cada fenómeno que se le presenta. Congrains Martin define aprender como "adquirir habilidades y pautas de conducta. Efectivamente, las habilidades se adquieren por observación, imitación y práctica, como por ejemplo: escribir a máquina, manejar un azadón, conducir un automóvil"¹. Con frecuencia, los alumnos y catedráticos desearían que el tiempo y esfuerzo que dedican a aprender dieran mejores resultados que lo esperado. Esta falta de resultados suele deberse al empleo de formas de estudio poco eficaces.

¹ Congrains Martin, Enrique. "Así es como se estudia". P.10

Para ello es necesario conocer qué es un hábito. El diccionario de la Real Academia de la Lengua Española define la palabra hábito como “costumbre adquirida por la repetición de actos de la misma especie. Así, podemos dar como un ejemplo de hábito, el cepillarse los dientes después de cada comida, ya que es una actividad que acostumbramos a hacer diariamente, aprender, desaprender y reaprender, lo cual constituye por supuesto un buen hábito”². El rendimiento de un estudiante no depende sólo de la inteligencia, sino de diversos factores que influyen en mayor o menor medida como:

- La salud, condiciones de higiene y una alimentación sana.
- Nivel intelectual.
- La personalidad, el carácter y temperamento (lo que se conoce como “la manera de ser”)
- El ambiente familiar.
- Las técnicas de trabajo intelectual y los hábitos de estudio.
- El ambiente académico de cada centro de enseñanza.
- Los intereses y las motivaciones personales de cada alumno

Unas estrategias de aprendizaje eficaces pueden mejorar el rendimiento al aprovechar al máximo la capacidad intelectual de cada estudiante y permitir sacar el mejor partido de todos esos factores. El éxito en el

² Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española. P.48

estudio no depende sólo de pasar muchas horas ante los libros, ni de la suerte o gustos de cada uno. El estudio es principalmente una cuestión de organización del trabajo. Por eso, todos los estudiantes pueden mejorar su rendimiento en mayor o menor grado, tanto los que van más apurados porque temen a que los reprueben, como los que obtienen buenas calificaciones. El estudio constituye un trabajo que requiere técnicas propias y hábitos que pueden y deben adquirirse con tiempo y esfuerzo. Todo esfuerzo de estudio está destinado a conseguir dos objetivos:

- La máxima eficacia: Mejor rendimiento en mejor tiempo y con menor esfuerzo posible.
- La máxima calidad: No significa tener las mejores calificaciones, sino alcanzar el mayor dominio de las distintas materias de acuerdo a la propia capacidad y alto grado de formación personal.

El alumno que estudia de forma adecuada organiza su tiempo razonablemente; de este modo emplea el tiempo necesario (no más), y también tiene tiempo para el ocio, para descansar y divertirse. En la costumbre de estudiar se adquieren adecuados e inadecuados hábitos. Entre los correctos se encuentran:

- Estudiar todos los días no para un examen; sino para la vida.

- Repasar lo aprendido.
- Subrayar lo más importante de un texto.
- Consultar con otros expertos en el tema (pueden ser de diversas fuentes).
- Estudiar en grupo para aclarar dudas; no para divertirse.

Entre algunos malos hábitos se encuentran:

- No estudiar todos los días.
- No repasar lo aprendido.
- No tratar de localizar lo más importante de un libro.
- No realizar preguntas al Expositor por miedo al “qué dirán”, o por acomodo.
- Encontrar pretextos para no dedicar tiempo al estudio.

Enrique Congrains en su libro “Así es como se estudia”³ nos dice que debemos entender por “hábito” la costumbre de hacer algo, como la cosa más natural del mundo; y que el “hábito de estudiar” es la costumbre de hacerlo sin necesidad de que se lo tengan que estar ordenando, una y otra vez. En lo que se refiere a las condiciones para el estudio se resumen en: Aislamiento psicológico, disponibilidad y planificación del tiempo, condiciones psicofísicas, ambiente apropiado, material adecuado y motivación.

³ Obra Citada, p. 48

EL AISLAMIENTO PSICOLÓGICO

Consiste en suspender momentáneamente todo tipo de actividades mientras se estudia. Además, liberarse de preocupaciones económicas, problemas personales y familiares. Cuando se estudia se supone que la persona se encuentra totalmente concentrada en lo que está leyendo; pero no siempre es así, ya que la mente de muchas personas no se encuentra en el lugar de estudio, sino en otro lugar. Sin embargo, no debe permitirse que tales pensamientos interfieran con los objetivos de largo alcance, como son el prepararse para una ocupación futura y desarrollar una filosofía de la vida cargada de sentido.

DISPONIBILIDAD Y PLANIFICACION DEL TIEMPO

El proceso de estudiar requiere de “Un tiempo único”, quiere decir que no puede ser compartido o mezclado con el tiempo de otra actividad. En todas las fases del ser humano se realizan planificaciones, a corto y largo plazo, en horas, días, meses, años, y no es fácil que una actividad marche bien sin una planificación previa. La pregunta que debemos hacer al estudiar es: ¿Cuándo es mejor estudiar? Para ello se describen cinco recomendaciones para aprovechar el tiempo:

- Planifique la utilización del tiempo: las actividades del día, de la semana, de la semana entrante, el próximo mes, metas para el año, etc.
- Jerarquice las actividades en categorías:
 - Prioritarias.
 - Importantes,
 - Rutinarias e
 - Intrascendentes.
- En casos de emergencia, economice tiempo en todo aquello que no sea prioritario y en situaciones normales ahorrar tiempo, suprimiendo las repeticiones innecesarias. En cosas simples como escribir claro para que no desperdiciar tiempo descifrando lo que anotó.

CONDICIONES PSICOFÍSICAS

Es encontrarse saludable física y mentalmente. Lógicamente, esto muchas veces no se encuentra en nuestras manos; pero se puede hacer algo para mejorarlo. Las condiciones psicofísicas se pueden mejorar con:

- Tener una alimentación adecuada (dieta balanceada con mayor énfasis en los desayunos y evitando en lo posible los alimentos que no sean frescos)
- Controlar el peso.
- Cuidar la dentadura.
- Adoptar una postura erguida.
- Horas de sueño suficientes.
- Actividad física.
- No fumar ni tomar en exceso.
- No consumir drogas.
- Relajación antes de cualquier actividad que pueda perturbar la tranquilidad y el estado de ánimo de la persona.

AMBIENTE APROPIADO

Hay ambientes que invitan a estar en ellos, por limpieza, tranquilidad, jardines y adecuada presentación, otros ambientes producen intranquilidad por el ruido o malas condiciones. Existen tres ambientes de estudio:

1ro. La ciudad y país en que vive (parques, jardines, etc.)

2do. Centro de estudio y biblioteca

3ero. Habitación.

Se puede estudiar perfectamente en los parques, en la habitación, aún en la cama, pero el problema de estudiar acostado es que produce sueño. Definitivamente no se puede estudiar y a la vez ver televisión.

Lo principal será:

- Tener un sitio fijo de estudio, esto implica cuando se dice “un rato en la casa y otro en la biblioteca”. La Biblioteca es útil únicamente para personas con alto nivel de responsabilidad y para aquellos que no pueden disponer de condiciones ambientales adecuadas en el hogar.
- Mobiliario adecuado: Mesa ordenada, limpia y con el material a utilizar a la mano.
- Silla con respaldo, cómoda y que los pies lleguen al suelo.
- Temperatura adecuada
- Silencio. Cierta tipo de música dificulta la concentración, mejor evitarla cuando se requiera de mucha concentración.
- Iluminación: Si no se puede hacer uso de la luz natural, con la iluminación artificial desde el lado izquierdo (para no proyectar sombra

con la mano cuando se escribe, en el caso de las personas zurdas, desde la derecha), y con otra iluminación por arriba de la cabeza.

MATERIAL ADECUADO

Contar con los textos adecuados a utilizar, así también como los instrumentos para el trabajo. Es conveniente mantener ordenado el material para evitar tropiezos a la hora de realizar la tarea. Entre los lugares que nos proporcionan material de estudio gratuito son:

- Bibliotecas
- Museos y galerías de arte.
- Lugares históricos.
- Conferencias, foros, mesas redondas, etc.
- Exposiciones y ferias.
- Diálogos y debates.
- Seminarios.
- Periódicos
- Revistas con apoyo científico.
- Cine documental.

- Viajes por el interior del país.
- Documentales científicos por televisión.
- Adquisición de libros de calidad.
- Actualmente, en el Internet.

MOTIVACION

La pirámide de las necesidades propuesta por Abraham Maslow ilustra cómo ciertas necesidades básicas predominan sobre otros motivos y cómo diversos anhelos y deseos adquieren prominencia a medida que otras necesidades van quedando satisfechas. Según Maslow, "las personas actúan para satisfacer sus necesidades fisiológicas básicas y su necesidad de tener seguridad, y no es sino hasta que estas necesidades han quedado satisfechas cuando otras adquieren importancia, por ejemplo, la necesidad de amor, de pertenencia y de autoestima. Todos los niños necesitan mucho aliento y atención, y su necesidad de saber y entender predomina cuando todas las demás necesidades han quedado satisfechas."⁴ Por tanto, los niños que tienen otras necesidades plenamente satisfechas probablemente encontrarán más fácil prestar toda su atención a las tareas escolares de aprendizaje, ya que están en libertad de dirigir sus energías a satisfacer la necesidad de saber y

⁴ Howe, Michael. Psicología del aprendizaje. P. 108

entender. Además es cierto que el éxito que obtenga el niño en las tareas escolares le ayudará a satisfacer otras necesidades, por ejemplo, la necesidad de autoestima, o incluso de amor y pertenencia. Lo anterior es igual o con mayor dominio para con los adultos, por las diferentes necesidades y obstáculos que conlleva la vida adulta, en la que muchas veces se necesita del elogio y aliento de los demás. La medida en la que la persona desea trabajar bien influye en sus actividades y en el grado de éxito que alcance. David Ausubel (1968) sugirió que la motivación tiene tres componentes:

El primero es el impulso cognitivo, que se refiere a los efectos motivantes que tiene la necesidad de competir y por eso se encuentre el interés

El segundo es el fortalecimiento del ego, son los factores que refieren las personas profesionales a lo que sienten en cuanto al estatus, la autoestima, el ser adecuado y tener éxito.

El tercero es la afiliación, la cual busca captar la aprobación de los demás.

“La eficacia de todo aprendizaje realizado a través del estudio depende, en gran medida de la voluntad del que estudia. El empleo a fondo de nuestras posibilidades intelectuales requiere un gran esfuerzo que no

sería posible sin el empeño de la voluntad”⁵ Cuando alguien trata de aprender algo, es preciso que vea claramente la utilidad y los fines de ese aprendizaje. Se puede estudiar:

- Para combatir la ignorancia.
- Para contribuir al progreso y bien de la humanidad.
- Porque es un deber.
- Porque estudiando se consigue una posición social más destacada e influyente.
- Para ser un buen profesional.
- Porque gusta lo que se estudia.
- Porque es necesario para aprobar una asignatura o hacer una carrera.
- Porque toda profesión exige haber aprendido.
- Porque si se aprende, se puede hacer el bien en la vida propia y en la de los demás.
- Por el deseo de saber más.
- Por lograr la satisfacción de los seres queridos, etc.

⁵ Carrasco, José Bernardo. “Cómo Aprender Mejor”. P. 17.

“Entre otros aspectos y actitudes, que usted debe formar y desarrollar, consideramos que están, por un lado, un estado de ánimo positivo frente al estudio, al trabajo y a la propia vida, es decir: un creciente interés, entusiasmo, voluntad, perseverancia, metas y objetivos por y para el estudio; por el otro lado, adecuar las condiciones materiales y demás relaciones sociales, culturales, económicas, históricas, políticas a la propia actividad del estudio. Las primeras, suelen ubicarse en la esfera de las actitudes psicológicas frente al estudio. Las segundas, corresponden a condiciones eminentemente externas u objetivas”⁶ Una de las técnicas de trabajo más importantes a lo largo de la vida es la lectura. El rendimiento escolar depende de la capacidad lectora, porque es la aptitud más importante para adquirir nuevos conocimientos por medio del lenguaje. “La lectura es, además elemento fundamental en la formación intelectual. La ciencia llega a nosotros, principalmente, a través de la letra impresa, a pesar de la importancia que tienen en la sociedad y en la propia escuela los modernos medios de comunicación social. Se ha dicho que la lectura es para la mente lo que el ejercicio físico para el cuerpo, de ahí la importancia de alcanzar un alto nivel en hábitos lectores”⁷ Leer un libro es dialogar con el autor, es ponerse en actitud de comprender, escuchar y responder. Sólo hay verdadera y

⁶ Elizardi, Mario Aguilar. “Técnicas de estudio e investigación”. P.9

⁷ Obra Citada. P. 37

plena lectura cuando se entiende lo que el autor quiso expresar. Entender requiere reflexión y esfuerzo mental. Hay muchos estudiantes que al leer se distraen porque tienen ante el libro una actitud pasiva, y el libro da en la medida en que damos. Leer un libro supone actitud de recibir, interés activo, diálogo y crítica, se cumplen si se realizan las cuatro siguientes operaciones:

- Reconocer las palabras, comprender el significado de los términos.
- Entender las ideas, el mensaje del autor, pensamientos.
- Elaborar el pensamiento del autor, contrastándolo con el propio.
- Evaluar lo leído. "El buen lector es el que tiene una actitud positiva hacia la lectura, y además lee de prisa, comprendiendo lo que lee. Por eso las cualidades del buen lector se dos aspectos fundamentales de la lectura: La velocidad lectora y la comprensión lectora"⁸

TÉCNICA DEL SUBRAYADO

Muchas personas comienzan a subrayar un texto sin haberlo leído antes en su totalidad. Con esto se pierde la visión general del tema y se corre el riesgo de subrayar lo que no es importante. "Porque lo que se pretende al subrayar es eso: destacar lo que es verdaderamente

⁸ Obra Citada. P. 38

importante en un texto”⁹ El subrayado es fundamental en las áreas de Lenguaje, Ciencias Sociales y Ciencias Naturales, Historia, Literatura y Filosofía, pero no siempre es posible hacerlo en Física, Química o Matemáticas.

MEMORIA

En un sentido amplio se puede definir la memoria como “la capacidad de almacenar, procesar y recuperar información que proviene del mundo exterior.”¹⁰ Según la entrada sensorial, la memoria puede distinguirse en visual, auditiva, gustativa, olfativa o táctil. Cada uno de los hemisferios cerebrales, derecho e izquierdo, es el responsable de procesar los diferentes tipos de información según la modalidad sensorial:

- Auditiva
- Gustativa
- Olfativa
- Táctil.

Según el hemisferio cerebral que procesa la información:

Hemisferio cerebral derecho:

⁹ Obra Citada. P. 45

¹⁰ Farré M., Josep. “Enciclopedia de la Psicología”. P 218

- Trayectos
- Geografía visual
- Figuras geométricas
- Melodías
- Identidad de las voces
- Tonos emocionales

Hemisferio cerebral izquierdo:

- Primera lengua y otras
- Escritura
- Lectura
- Cálculo aritmético
- Nombres de personajes
- Números de teléfono
- Nombres de las calles.

EL OLVIDO

“Es la secesión del recuerdo”¹¹ Entre las condiciones que favorecen al olvido se encuentran:

¹¹ Mira, Emilio y López. “Cómo entrar y como aprender” pp. 81-100

1. Irregularidad de los períodos de estudio, distracción y descanso.
2. Desarreglos funcionales de la salud corporal.
3. Falta de sueño.
4. Ausencia de interés.
5. Emociones intensas de cualquier género.

Entre las condiciones que favorecen el recuerdo y disminuye el olvido se encuentran:

1. Regularidad en los períodos de estudio, distracción y reposo.
2. Un ligero grado de ejercicio físico y vida al aire libre.
3. Sueño reparador.
4. Persistencia del deseo de aprender e interés general.
5. Evitar sobresaltos de cualquier género que sean.

ESTRES O FATIGA

Según R. S. Lazarus de la Universidad de California ha sido la figura principal en la investigación y en la teoría del estrés, con la elaboración del modelo transaccional del estrés en 1984, en el que dice que "el estrés psicológico es una relación particular entre el individuo y el entorno que es evaluado por éste como amenazante o desbordante de

sus recursos y que pone en peligro su bienestar”¹² Es agitación, cansancio, molestia en la respiración y agotamiento.

FATIGA NERVIOSA, se manifiesta por malestar en la cabeza, nuca y espalda.

FATIGA MUSCULAR, se localiza en el pecho y en las extremidades.

¿Cómo se engendra la fatiga mental?

Cuando nos disponemos a realizar un estudio, pasamos por un período inicial de ajuste, adaptación y concentración. Sigue un segundo período de aprovechamiento progresivo de “calentamiento”, durante el cual vencidas las resistencias del comienzo, el sujeto entra cada vez más en el asunto y absorbe sus datos y sentidos con creciente facilidad. En el tercer período (de nivelación) se contrabalancean los efectos del entrenamiento y de la incipiente fatiga, aumentando insensiblemente el esfuerzo de concentración, que tiende a mantener el rendimiento en el mismo nivel, pero se observan oscilaciones en el aprovechamiento mental. Finalmente el cuarto período, los efectos de la fatiga sobre los del entrenamiento y a partir de entonces declina progresivamente la curva del aprovechamiento, a la vez que aumenta la molestia del esfuerzo, produciéndose una impresión de cansancio, aburrimiento o

¹² Obra Citada. P. 81.

desinterés que afecta el funcionamiento cerebral que produce el sueño. Con lo que se ha producido una fatiga cerebral generalizada. En esos períodos puede haber oscilaciones, derivadas de una renovación de intereses o incentivos, o de la acción de motivos de distracción o de enojo.

FACTORES DE LOS QUE DEPENDE LA FATIGA MENTAL

Factores intrínsecos:

- Falta de pausas adecuadas durante el tiempo de estudio o trabajo.
- Excesiva velocidad o atropellamiento.
- Operaciones desagradables durante su ejecución.
- Textos inadecuados.
- Posturas impropias.
- Exceso de ruido.
- Iluminación deficiente o excesiva.
- Temperatura deficiente o excesiva.
- Falta de ventilación o malos olores.
- Alteraciones digestivas.

- Perturbaciones emocionales (temor al fracaso).
- Antipatía al trabajo.

Factores extrínsecos:

- Dificultad en el transporte.
- Habilidad defectuosa.
- Conflictos familiares.
- Preocupaciones diversas.
- Nutrición deficiente.
- Enfermedades.
- Falta de intereses compensadores.

La fatiga mental se manifiesta cuando se han acumulado las sensaciones desagradables de cansancio, pesadez, monotonía, aburrimiento, depresión, irritabilidad, mal humor, fracaso, etc. Y entonces la curva de rendimiento empieza a producir sentimientos negativos por no haber alcanzado el éxito esperado. La fatiga tarda mucho en sobrevenir cuando se estudia en la mañana, y en cambio su crecimiento es más rápido después de cenar.

¿CÓMO EVITAR Y COMBATIR LA FATIGA?

1. Nunca estudiar más de una hora seguida sin efectuar descansos (de uno a cinco minutos).
2. Alternar siempre las diversas fases del estudio: lectura general, discusión y solución de dudas con algún compañero y ejercicios de elaboración de resúmenes, notas, etc.
3. Cambiar de postura cada diez o quince minutos y descansar la vista medio minuto en los intervalos.
4. Tras una sesión de dos o tres horas, introducir una larga pausa de distracción y reposo.
5. Practicar durante las pausas algunas fricciones en la nuca y movimientos rítmicos, para desentumecer las extremidades.

RELAJACION

El estrés, la tensión y la ansiedad son perjudiciales en nuestra sociedad, tanto para los adultos como para los niños. La tensión ejerce un efecto negativo sobre nuestras vidas dañándonos física y mentalmente, reduce nuestra capacidad para disfrutar de la vida y adaptarnos a ella.

En la literatura científica existe cada vez más evidencia de que la gente puede aprender a reducir sus niveles de tensión a través de un procedimiento llamado relajación. Los procedimientos de relajación son

útiles en la prevención y recuperación de enfermedades orgánicas y en la reducción de movimientos espasmódicos, insomnio y tics. “La relajación en sentido estricto hace referencia a un estado del organismo definible como ausencia de tensión o activación y que se manifiesta a tres niveles: fisiológico, conductual y subjetivo”¹³.

Procedimiento:

Se enseña la relajación haciendo que la persona ponga tensos ciertos músculos del cuerpo y después los relaje. Los mismos músculos que la persona tensa son los que se ponen tensos cuando se está angustiado o nervioso. Se utiliza la palabra relajación como una técnica de autocontrol para el resto de su vida, antes de una situación que le produzca ansiedad, durante la situación, mientras está ansioso, y después de una situación si todavía siente ansiedad. Hacer relajación dos veces al día o en cualquier momento en que se necesite, ayudará a mantener un nivel bajo de ansiedad, con esto dejará de sentir miedo de las cosas nuevas y a ciertas situaciones.

La posición de relajación:

Siéntese en una silla lo más cómodo que pueda. Mantenga la cabeza recta sobre los hombros, no la incline ni hacia delante ni hacia atrás. La

¹³ Cautela, Joseph. “Técnicas de Relajación”. P. 10

espalda debe estar tocando el espaldar de la silla. Coloque adecuadamente las piernas sin cruzarlas y apoye totalmente los pies en el suelo. Ponga las manos sobre los muslos. Ahora puede comenzar a intentar relajarse.

Tensar y relajar grupos de músculos:

Una vez que se encuentre cómodo, debe comenzar a tensar y relajar grupos de músculos. Cuando tense un músculo, intente notar en qué zona particular siente la tensión. Es muy importante que consiga el máximo grado de tensión posible, siendo capaz de alcanzar cada grupo de músculos. Concéntrese en lo que siente cuando los músculos están relajados. La secuencia es la siguiente:

1. Tensar los músculos en su grado máximo.
2. Notar en todos los músculos la sensación de tensión.
3. Relajarse y
4. Sentir la agradable sensación de la relajación.

Cuando tense una zona particular del cuerpo, debe mantener el resto del cuerpo relajado. Al principio le resultará difícil, pero con un poco de práctica lo conseguirá. En la relajación participan:

- Ojos
- Nariz

- Sonrisa
- Lengua
- Mandíbula
- Labios
- Cuello
- Brazos
- Piernas
- Espalda
- Tórax
- Estómago
- Debajo de la cintura

TERAPIA BREVE

Las raíces de la terapia breve se encuentran en algunos casos tratados por Freud y en obras de Ferenczi (1926), Gutheil (1933), Groddeck (1951) y Alexander (1946). Para ellos "la terapia psicodinámica breve es una terapia menos prolongada que satisface las crecientes restricciones de tiempo en el que pretende ayudar al paciente a aliviar

su síntoma, a aumentar su bienestar y a mejorar su funcionamiento”¹⁴.

Para la terapia breve lo importante es:

La insistencia en la resolución de problemas por medio de:

- Utilizar la sesión para motivar a los pacientes.
- Guiarlos reeducar sus habilidades para resolver problemas por ellos mismos.
- Animarlos a mantenerse en mejores condiciones
- Inducirlos a un comportamiento activo.

Esta terapia se aplica en:

- Escasa autoestima
- Falta de individuación
- Sentimientos reprimidos
- Poca comunicación
- Mal aprendizaje
- Control de estrés

¹⁴ Zeig, Jeffrey “Terapia breve”. P. 66

“La terapia es una conversación entre dos personas como mínimo (un terapeuta y un paciente) sobre el modo de alcanzar la meta de este último”¹⁵

2.2 OBJETIVOS

2.2.1 OBJETIVO GENERAL

Mejorar el rendimiento académico y desempeño personal del estudiante de primer ingreso de la Facultad de Agronomía de La Universidad de San Carlos, a través de la atención psicológica individual y educativa por medio del curso de Vida Universitaria.

2.2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Subprograma de Servicio:

1. Brindar atención psicológica individual al estudiante que solicite el servicio para determinar cuál es su problemática y permitir que la persona solucione dudas o conflictos.
2. Disminuir la ansiedad que provoca un examen, exposición de temas, etc. aplicando técnicas de relajación.

15 Obra Citada. P. 131

3. Mejorar el rendimiento académico de los estudiantes de la FAUSAC trabajando técnicas de hábitos de estudio.

- Subprograma de Docencia:

1. Contribuir a mejorar la motivación laboral en personal administrativo por medio de un programa de charlas.
2. Trabajar con los estudiantes talleres de temas educativos y psicológicos, con el propósito de darles la oportunidad a que solucionen dudas del tema a tratar.

Subprograma de Investigación:

Determinar si los estudiantes de la FAUSAC aplican las técnicas de hábitos de estudio.

2.3 METODOLOGÍA DE ABORDAMIENTO

- Subprograma de Servicio

Fase de promoción:

Se visitó la institución como parte del reconocimiento previo al EPS, las observaciones que se realizaron fueron necesarias; y se recopiló información necesaria para el proceso de los ocho meses. La epesista se

Presentó con las autoridades correspondientes de la FAUSAC; se dio a conocer con el personal administrativo y alumnos durante las Actividades propuestas en su calendario, como las propias de la Facultad. Se les presentó el plan de servicio; se realizaron las actividades durante los ocho meses que duró el Ejercicio Profesional Supervisado. Se tuvo contacto con los alumnos de la jornada matutina y vespertina en sus respectivos horarios y salón de estudio. Se promocionaron los talleres y atención psicológica individual; a los cuales, los alumnos estuvieron anuentes y algunas alumnas persistieron durante el resto del año en terapia psicológica individual.

Fase de atención:

Se trabajó con los estudiantes en el curso de Vida Universitaria; se les evaluó en base al cuestionario sobre habilidades de estudio y a los contenidos vistos en clase. Se atendieron a los estudiantes que solicitaron terapia individual en un salón asignado exclusivamente para las terapias psicológicas. Se entrevistó a la persona para conocer el motivo de consulta y demás información detallada necesaria para las historias clínicas. El tiempo asignado a cada terapia fue de 45 minutos a una hora; estos y demás detalles se acordaron al finalizar la primera entrevista, como parte del contrato terapéutico. Al concluir todo el proceso terapéutico con los estudiantes, se hizo el cierre de casos en

donde se expusieron conclusiones e información relevante durante el tiempo que duró el Ejercicio Profesional Supervisado.

- Subprograma de Docencia

Fase de Promoción:

Por medio de los requerimientos de la Institución se solicitó a la epesista trabajar directamente con los alumnos de primer ingreso. La Coordinadora encargada del área UPDEA solicitó brevemente las fases de atención en que se atendió a la población, objetivos y tiempo del EPS.

También por solicitud de UPDEA, se le indicó a la epesista la necesidad de trabajar con la población los siguientes temas: Hábitos de Estudio, Relaciones Humanas, Moral y Motivación; los cuales se impartieron en el salón de clases situado en el primer nivel del edificio T-9 de la FAUSAC, en jornadas matutina y vespertina, durante el curso Vida Universitaria. Se reunieron a los estudiantes y se les dio a conocer el tema por medio de actividades introductorias como dinámicas “rompe- hielo”; visuales, como por ejemplo, la proyección de películas cortas y se les proporcionó material de apoyo. Posteriormente, se procedió al desarrollo del tema; en el que se trató siempre que la actividad fuera de utilidad e interés de los estudiantes. Al finalizar la presentación se les dio tiempo para

resolver dudas y comentarios; solicitándoles un trabajo escrito con el resumen de la charla.

- Subprograma de Investigación

A) Fase de Desarrollo:

La investigación se realizó para determinar si los estudiantes de la FAUSAC aplican técnicas de hábitos de estudio, en base a las actividades de los subprogramas de servicio y docencia.

B) Selección de la Población:

Como parte del requerimiento y las necesidades que se presentaron en la población que se atendió, por medio de la observación se trabajó con la Institución y como solicitud de las autoridades encargadas de UPDEA se solicitó la aplicación del proceso a la epesista, quien trabajó con alumnos de primer ingreso de la FAUSAC, cursantes del primer semestre del año 2007. Se tomaron en cuenta las actividades descritas anteriormente en subprogramas de servicio y docencia.

C) Selección y Estructuración de Instrumentos:

Con el fin de obtener datos útiles para la realización de la investigación, se trabajó con una ficha personal de recolección de datos, encuestas y

entrevistas aplicadas directamente a la población durante los cursos de Vida Universitaria y en las terapias individuales.

D) Elaboración y Aplicación del instrumento:

Se elaboró un breve cuestionario con 8 preguntas, un espacio para observaciones e instrucciones con actividades a realizar dentro del salón de clase y fuera de ella. Se evaluaron únicamente a los presentes en clase. Asistieron en la primera reunión únicamente 6, en la segunda reunión 10 y sucesivamente aumentaron a un total de 15 en la jornada vespertina. El instrumento se elaboró en hojas simples de papel bond, al concluir cada taller.

E) Tabulación y análisis de resultados:

Se hizo el conteo de los cuestionarios aplicados a los estudiantes que asistieron al taller de hábitos de estudio. Los cuestionarios no contaban con el nombre de los participantes, únicamente las respuestas. Se tomaron en cuenta todos los resultados obtenidos. Al contar con las actividades realizadas por los estudiantes y las entrevistas, se procedió a analizar de forma general los resultados obtenidos.

F) Conclusiones y recomendaciones:

Se realizaron de forma concreta, procurando de la mejor forma posible sintetizar los resultados para explicar cualitativamente los hallazgos de la investigación y así se tomaron acciones aplicables a corto y largo plazo para el mejor rendimiento estudiantil.

CAPÍTULO III

PRESENTACION DE ACTIVIDADES Y RESULTADOS

3.1 Subprograma de servicio

Se trabajó con la población de la Facultad de Agronomía de la Universidad de San Carlos de Guatemala, cursantes del primer semestre del 2007, jornada matutina y vespertina. El propósito del Subprograma de Servicio fue el de brindar atención psicológica individual al estudiante que solicitó el servicio, para determinar la o las problemáticas y permitir que el estudiante solucionara dudas o conflictos. Para ello se inició con la observación durante el tiempo de reconocimiento de la institución durante el mes de febrero; fecha en la que se tuvo acercamiento con Docentes, personal administrativo y estudiantes de la FAUSAC, por medio del curso de Vida Universitaria y demás actividades durante el año; pero desde un principio se incluyó a la epesista como parte esencial en actividades, reuniones y conferencias relacionadas al mejoramiento de la Facultad. Durante los períodos del curso de Vida Universitaria, se promocionó el servicio psicológico a los estudiantes, al mismo tiempo estableciendo rapport, tanto para impartir el curso, como para incentivarlos a que asistieran a las terapias. El proceso duró una semana, en la que se elaboraron carteles y se colocaron en los tres niveles del edificio T-8 y T-9. Fue inquietante observar que a los quince minutos o después del medio día de haber colocado los anuncios, éstos fueron quitados de la pared. Se comentó con el Licenciado José María, (psicólogo encargado de la Supervisión Institucional) el hecho que los estudiantes posiblemente no aceptaran la información que se les

estaba haciendo llegar; pero él lo adjudicó que al menos lograron captar la atención de quienes los tomaron. Y fue así como a los quince días fueron llegando a la oficina preguntando los días y horarios de las terapias psicológicas individuales. Se acercaron jóvenes del curso, trabajadores administrativos, personas ajenas a la FAUSAC recomendadas por los mismos pacientes y trabajadores; e incluso, estudiantes de otras facultades dentro de la Universidad.

Fue de gran satisfacción el recibir en la clínica a tres señoritas, una de la Facultad de Ingeniería, otra de Ciencias Económicas y la última de Ciencias Políticas; lo más interesante fue recibir el comentario por una de ellas, que por medio de otras unidades académicas; fueron referidas al servicio; al parecer ya se conoce el servicio que en UPDEA se ofrece. En cuanto a la terapia psicológica individual se atendieron 13 mujeres; entre ellas 3 adolescentes referidas por personal administrativo, 2 mujeres adultas ajenas a la universidad, y el resto de ellas estudiantes de la FAUSAC y de otras unidades académicas como ya se mencionó anteriormente.

Se atendieron 9 hombres; entre ellos 3 de personal administrativo, el resto estudiantes, todos de la FAUSAC de todos los semestres. Se dio paso a las entrevistas individuales como parte de la terapia. En el proceso terapéutico tras el saludo y presentaciones pertinentes, se abordaron diversos datos personales, biográficos y examen mental, con el objetivo de formular la historia clínica. Se identificó el motivo de consulta por el cual el paciente llega a terapia. De acuerdo al diagnóstico que el estudiante presentó, se procedió al tratamiento.

En resumen, a la mayoría de pacientes que asistieron al servicio se les abordó con Terapia de Apoyo, debido a su aplicación en casos de acompañamiento durante el proceso de negación o duelo; también en casos de baja autoestima. Solicitaron el servicio; y al mismo tiempo se trabajó en el tema de la depresión y ansiedad. La patología se explica en que la persona presenta tristeza, desilusión, sentimientos de impotencia e inutilidad, se critica, acusa, se preocupa por todo, juzga, lleva la contraria a otros, se muestra pesimista y tiende a sentirse culpable o arrepentido. El duelo puede usarse cuando el objeto de atención clínica es una reacción a la muerte de una persona querida.

Como parte de la reacción de pérdida, las personas se muestran con sentimientos de tristeza y síntomas asociados como insomnio, anorexia y pérdida de peso. La persona con duelo valora el estado de ánimo depresivo como "normal", hasta que busca ayuda profesional para aliviar los síntomas asociados como el insomnio y la anorexia. La duración y la expresión de un duelo "normal" varían considerablemente entre los diferentes grupos culturales.

Se valoró la evolución de los problemas y se estableció la agenda de trabajo o contrato, en el que se programaron horarios y número de sesiones a la semana. Por lo regular se atendía a cada paciente 45 minutos a una hora. Algunos pacientes concluyeron con el proceso terapéutico en cuatro meses, y otro hasta finalizar el EPS en la facultad.

Los alumnos y demás personal buscaron se les atendiera de igual modo en la mañana, como por la tarde. Durante el proceso fueron pocos los que únicamente desertaron, uno de ellos comentó haber

resuelto la problemática en tres sesiones; mientras que la otra persona ajena a la universidad mencionó vivir lejos de la FAUSAC por lo que le costaba asistir a las terapias; y en su mayoría continuaron con el proceso terapéutico hasta cerrar los casos incluso después del tiempo propuesto de permanencia en el EPS.

Se aplicaron técnicas de relajación a los alumnos que acudieron al anuncio que se hizo durante el curso de Vida Universitaria, en jornada matutina y vespertina. Se les indicó se impartirían los talleres por la tarde; no importando la cantidad de alumnos que llegaran; ya que ésta técnica se aplica a una o varias personas para el uso que sea conveniente, por ejemplo: antes de una exposición, entrevista o en situaciones de tensión o stress. Lo trabajado consistió en que la persona encuentre un espacio o se sienta cómoda en un lugar donde pueda realizar los ejercicios de relajación mental y muscular; realizándose acostado, sentado e incluso de pie (si no existiera un lugar apropiado). Pero lo importante de esta técnica es que la persona tenga el sentido de reconocer el estado emocional en que se encuentra.

También se hizo la invitación a estudiantes que asisten a terapia psicológica individual de otras unidades académicas. Lo interesante y llamó la atención fue la asistencia de alumnos ajenos a la facultad, y no precisamente alumnos del curso de Vida Universitaria.

Se trabajó con siete estudiantes; todas mujeres de diferentes edades y facultades. Muchas de ellas interesadas en continuar la actividad. El ambiente de trabajo fue muy ameno, a pesar de que las asistentes no tenían relación amistosa unas con otras anterior a la actividad.

Algunas de ellas dijeron sentirse mejor al finalizar; y otras que llevarían a una amiga la próxima vez.

Con la finalidad de mejorar el servicio del EPS se amplió el período del taller a una hora. Luego de finalizar la actividad, se platicó en grupo aproximadamente 20 minutos más.

Este tipo de actividades son productivas y satisfactorias tanto para el estudiante, como para la epesista por el ambiente y el resultado del trabajo realizado con las personas que asisten de manera interesada. Se atendieron a 10 estudiantes, todas de género femenino.

Al trabajar técnicas de hábitos de estudio se mejoró el desarrollo de las destrezas académicas aprendidas anteriormente en los estudiantes para el buen funcionamiento dentro de la Universidad. Las técnicas de estudio se consideran importantes para los estudiantes que inician su carrera universitaria. Por una parte la actitud de la epesista que debe inculcar a los alumnos estas aptitudes básicas para cualquier propósito académico. Por otra parte el estudiante que debe revisar su postura frente a estos principios para proseguir con éxito sus estudios en la FAUSAC. Los talleres de técnicas de estudio se incluyeron en el curso de Vida Universitaria, impartido a 28 alumnos en la jornada vespertina y 103 estudiantes en la jornada matutina.

La solución del problema fundamental del aprendizaje implica la necesidad de resolver los problemas de ¿Por qué estudiar? ¿Cuánto estudiar? ¿Cómo estudiar? ¿Dónde estudiar?

A los estudiantes del curso de Vida Universitaria se les dio las técnicas de cómo leer y demás hábitos de estudio, tanto para la jornada matutina, como la vespertina durante el transcurso en que se realizó el EPS. Se le dio importancia al trabajo en grupo porque estimula el

interés, ayuda a aclarar las ideas y enseña a los estudiantes a trabajar en común. La presencia de los demás influye en el rendimiento del trabajo; debido al efecto de “aceleración” en los que trabajan con lentitud. Incluyó la participación activa de todos y cada uno de los integrantes en las presentaciones de temas, exposiciones y dramatizaciones; generando interés y retención a largo plazo por la metodología aplicada. Se utilizó como medio de apoyo la lectura, que es un método fácil, porque todos lo dominan, con el plan general de que todos están leyendo, y distinguen las ideas principales de los detalles. A partir de allí, aprender de un modo inteligente la crítica constructiva. Los alumnos se dieron cuenta de la diversidad de ideas de los demás.

Se les enseñó técnicas para enfrentar los exámenes donde se les impartió actividades a inicios del curso, con la finalidad de realizar pruebas y repasos con una cierta frecuencia. Se les indicó que para que el proceso de aprendizaje fuera eficaz; el repaso habría de hacerse a diario por períodos cortos, establecer un horario de estudio a fin de evitar la ansiedad y temor al curso.

Se tuvo el apoyo y supervisión del Licenciado Jose María, quien apoyó con películas y videos cortos en relación a los temas que se estudiaron en la unidad. Al mismo tiempo que se les dio las herramientas y el contenido; también se les motivó a no perder la inquietud por la investigación. En especial, en la primera unidad en donde se les enseñó la historia de la universidad desde sus inicios, e historia de Guatemala. Por el alto contenido de relatos e historia que la universidad contiene; se tocaron los puntos básicos que todo estudiante debería conocer como quiénes son las autoridades máximas, por quiénes está conformada, cuáles son sus funciones, y

demás; tanto de la universidad en general, como de la propia facultad. Porque en la mayoría de los casos, los estudiantes adquieren el conocimiento propio de su carrera; pero posiblemente no conocen la historia de cómo surgió a lo largo de muchos cambios en el sistema educativo y del tiempo.

Si se imparten técnicas de estudio y no se incluye la investigación, pronto dejará de ser un instrumento del saber por el proceso de análisis y síntesis que el estudiante tiene a la mano.

En general, los estudiantes se mostraron dispuestos y colaboradores en las actividades de estudio, con mayor cantidad de participantes en la jornada matutina, que en la jornada vespertina.

Se les enseñó a corregir los hábitos que ya conocen; pero que posiblemente los aplicaban de una forma inadecuada; y se les dio a conocer el propósito de este curso para su desarrollo personal dentro de la carrera universitaria.

3.2 Subprograma de Docencia

Como parte de los requerimientos de la Institución se solicitó a la epesista impartir charlas motivacionales o trabajar directamente con el personal administrativo de la FAUSAC; con la finalidad de mantener armonía en las relaciones laborales y favorecer el desarrollo y desempeño laboral.

Se aprovechó el espacio con el personal de UPDEA, ya que la actividad trataba de que cada participante debería leer una obra motivacional y luego comentarla como experiencia propia, o como una enseñanza a los presentes. Se realizaron durante el año aproximadamente seis sesiones, debido a la cantidad de trabajo y

actividades ajenas al EPS. En cada una se demostró el interés del personal por el tema de la felicidad y el convivir con los demás. Era satisfactorio escuchar a los Catedráticos decir palabras y frases de positivismo. Eso da la idea que los estudiantes no solo reciben el conocimiento de la carrera; sino también pueden percibir el apoyo de sus maestros.

Se realizó un taller en el que en esta vez, no se contó con la lectura de un libro, sino la epesista tendría que dar un taller motivacional. Se trató de no acudir a carteles, ni pizarrón, ni al retroproyector. Esta vez se realizó algo diferente en el que se hizo un folleto de actividades, se mandaron a fotocopiar para cada asistente. Comenzó con la repetición de diferentes frases como: "Yo soy_____", "Tengo_____", "Me siento_____", y así sucesivamente. En donde la persona podría bien haber escrito frases positivas de él o ella misma, o bien, situaciones no muy agradables dependiendo del estado anímico en que se encuentre. Se realizaron dibujos de cómo se siente la persona en ese momento y por último dibujaron un paisaje que de tranquilidad y en donde sienta que se ha esmerado, el fin era que al terminar el dibujo, tendría que dárselo a la persona que más admira en el mismo grupo de participantes. Fue un momento muy agradable, el observar como mediadora de la actividad, y no como participante el agrado y el cariño con que compartieron unos con otros; y también la aceptación de una persona a la que no se le fue entregado ningún dibujo.

Eso causó el asombro de la mayoría, y al final fue la persona que más recibió elogios y opiniones positivas; aunque no recibió dibujo. Se felicitó a la epesista por ese tipo de actividades no muy comunes en el ambiente profesional de la universidad. Comentaron que a veces hay

que permitir darse un regalo personal de muestras de apoyo, respeto y cariño entre compañeros de trabajo. El propósito fue precisamente recordarles a los catedráticos su punto emocional como seres humanos que son al igual que los estudiantes y de personas que buscan de su colaboración y conocimiento. También se les hizo conciencia del por qué trabajan, para quién trabajan; la mayoría comentó que el motivo de su trabajo y esfuerzo es por la familia, por los hijos en especial y por satisfacción personal.

Como parte del EPS se impartieron cátedras del curso de Vida Universitaria, dirigido a estudiantes de primer ingreso en las jornadas matutina y vespertina. Se trataron temas como la historia de la universidad, historia de Guatemala, historia de la FAUSAC, Huelga de Dolores; en especial hábitos de estudio lo cual comprende una amplia cantidad de subtemas tales como: la lectura, el subrayado, el resumen, la investigación, etc. Se les impartieron clases con el apoyo de los Licenciados Jovita Miranda y José Maria, quienes en diferentes temas también impartieron el curso con la ayuda de la epesista.

Como parte de los hábitos de estudio se trabajó con énfasis en el uso del tiempo, se les solicitó a los estudiantes realizaran un horario completo diario, incluyendo sábado y domingo; y a partir de allí, muchos reflexionaron en aprovechar el tiempo, en especial los horarios libres, algunos opinaron que retomarían otro tipo de actividades recreacionales que previo a ingresar a la universidad realizaban, como una forma de aliviar el cansancio diario. La mayoría de jóvenes de la jornada vespertina trabajan por la mañana, y de la jornada matutina no laboran y tienen más tiempo para realizar otro tipo de actividades. Son pocos los estudiantes de la jornada matutina

los que mencionaron que luego de asistir a la universidad trabajan por la tarde. Otros en una mínima cantidad, laboran fin de semana.

Al finalizar el período, el curso fue un éxito debido a que los estudiantes fueron evaluados y los resultados académicos en su mayoría fueron satisfactorios, con punteos altos; y muy pocos los desertores. Se les brindó material de apoyo como hojas de trabajo, retroproyector y cualquier otro material; los alumnos solicitaron al momento de pasar a exponer. Se llevó cuadro de notas, tareas, pruebas cortas como cualquier otro curso universitario. La meta fue que los estudiantes de primer ingreso conocieran la historia y enseñarles hábitos de estudio para mejorar su calidad académica durante el transcurso de la carrera de Agronomía, y no únicamente para el curso.

Al principio causó ansiedad a la epeista el enfrentar gran cantidad de alumnos, no de edad escolar, sino incluso, algunos estudiantes mayores a la epeista. Pero se logró la empatía desde un principio y se mantuvo el respeto incluso de estudiantes de otros años. Es así, que ya finalizado el EPS, en enero del año siguiente, la epeista fue solicitada por el Lic. José María para auxiliarlo en la aplicación de pruebas psicológicas a los estudiantes que pronto irían a realizar su EPS. Como epeista, fue una experiencia enriquecedora el trabajar con alumnos de la facultad de Agronomía próximos a graduarse.

Se considera la importancia de impartir este tipo de cursos, en el que incluya temas educativos y a la vez motivacionales a fin de mejorar la calidad del estudiante, enseñándole la responsabilidad y la madurez que va adquiriendo durante el transcurso de la carrera, y el acercamiento que conlleva un proceso desde el primer día de clase

hasta el final de la carrera. Es por eso que se trabajó la confianza en ambos lados para poder inspirar al proceso de enseñanza-aprendizaje.

3.3 Subprograma de Investigación

La investigación se realizó para determinar si los estudiantes de la FAUSAC aplicaron las técnicas de hábitos de estudio, a través del contenido dado en el curso de Vida Universitaria y además en los talleres fuera de clase con los temas: Hábitos de estudio y bajo rendimiento académico. Las actividades se comenzaron con establecer Rapport hacia los estudiantes. Se aplicaron encuestas de hábitos de estudio y se realizaron entrevistas.

Al inicio del curso se les presentó el contenido con los temas durante el transcurso del año. Los alumnos mostraron interés y apoyo a la epesista durante la realización de las actividades, no solo dentro del aula, sino además en actividades extra-aula.

Al momento de que se les introdujo a los talleres de hábitos de estudio; se les indicó de inicio que no se trataba de un examen, como muchos pensaron, sino de medir y mejorar la calidad de tiempo y habilidades en el estudio. Ellos pudieron constatar con una actividad, que les pareció al principio sin importancia; pero al evaluarla en la clase opinaron que fue interesante; presentaron un horario sencillo de todas las actividades que realizaron desde que se levantaban, hasta que finalizaban actividades. El resultado fue que muchos sorprendidos en que no estaban distribuyendo, ni aprovechando el tiempo en actividades productivas, ni tampoco los períodos libres para concluir tareas o investigar. Esta fue una de las primeras actividades que se

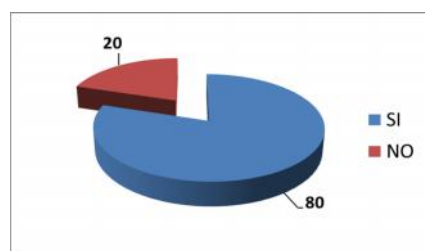
realizó para llamar el interés y la participación del estudiante. Para que no tuviera la idea que sería aburrido, por el tema a tratar. El trabajar con este tema se dio la oportunidad que los estudiantes colaboraran en los talleres y en especial en la clase de Vida Universitaria, ya que fue allí donde ellos aplicaron la mayor parte de su tiempo al estudio. Además, que por ser curso obligatorio en el primer año, la temática de hábitos de estudio se pudo introducir al pensum de estudios de la materia. Se observaron las necesidades existentes, en lo que se refiere al desempeño y aprovechamiento de las habilidades al estudiar.

A continuación se presentan los resultados de la encuesta sobre técnicas y motivación de estudio, la cual fue aplicada a cien estudiantes:

1. ¿Sueles dejar para el último momento la preparación de tus trabajos?

Si 80%

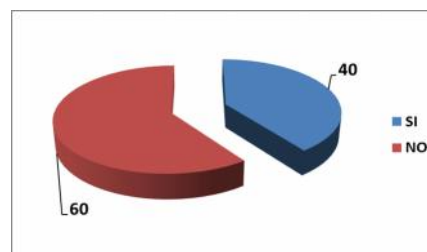
No 20%



2. ¿Tus actividades sociales o deportivas te llevan a descuidar, a menudo, tus tareas escolares?

Si 40%

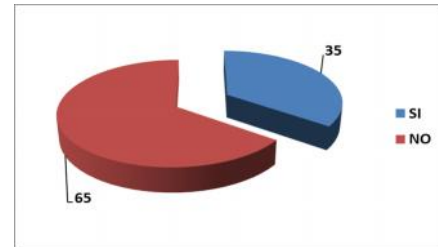
No 60%



3. ¿Te parece que tu rendimiento es muy bajo, en relación con el tiempo que dedicas al estudio?

Si 35%

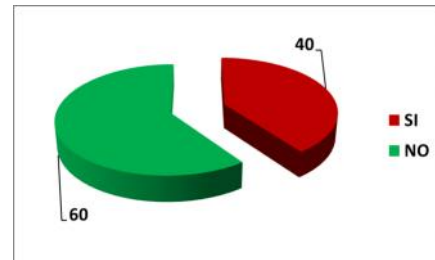
No 65%



4. ¿Te preparas a veces para un examen memorizando fórmulas, definiciones o reglas que no entiendes con claridad?

Si 40%

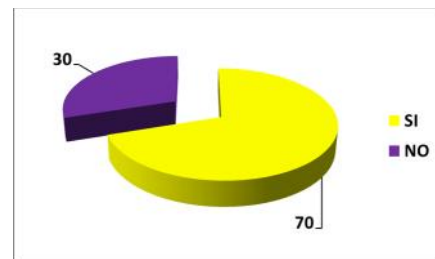
No 60%



5. Al prepararte para un examen, ¿sueles estudiar toda la asignatura en el último momento?

Si 70%

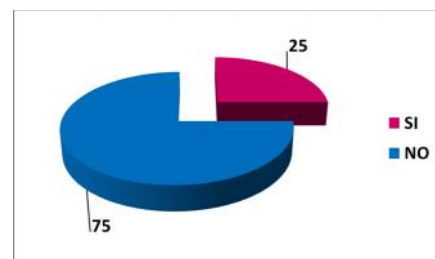
No 30%



6. ¿Sueles entregar tus exámenes sin revisarlos detenidamente, para ver si tienen algún error cometido por descuido?

Si 25%

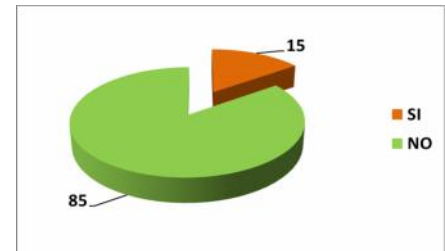
No 75%



7. Después de los primeros días o semanas del curso, ¿tienes a perder interés por el estudio?

Si 15%

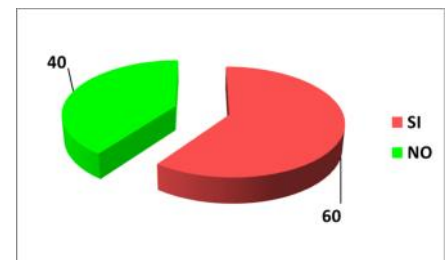
No 85%



8. ¿Sueles dedicar tu tiempo libre a otras actividades que no sea estudiar?

Si 60%

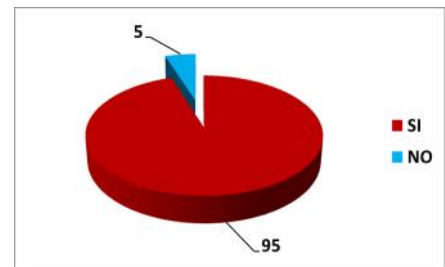
No 40%



9. ¿Utilizas buena iluminación al estudiar?

Si 95%

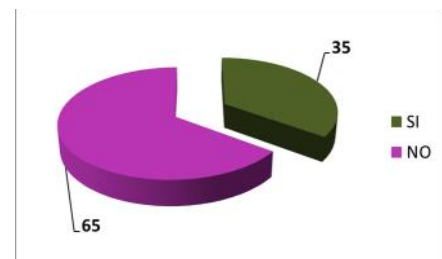
No 5%



10. Cuando tomas notas de un libro, ¿tienes la costumbre de copiar el material necesario, palabra por palabra?

Si 35%

No 65%



CAPÍTULO IV

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

4.1 Subprograma de servicio:

La causa de atención psicológica de manera individual al estudiante se dio por la necesidad en la población; quienes solicitaban el servicio desde un principio. Esto trajo como consecuencia la apertura al servicio desde el primer mes en la FAUSAC. Se consideró como una mala intención por parte de algunos estudiantes, cuando se colocaron rótulos ofreciendo el servicio de atención, al cabo de dos días los quitaron y muy pocos aparecieron en su lugar. Posiblemente se debió a que ellos mismos estuvieran interesados. No importó, porque se volvieron a colocar cuantas veces los quitaran. Hasta último momento en que ya no molestaron y comenzó el servicio a prosperar. Se considera que fue el servicio más solicitado, a diferencia de los talleres y demás actividades. Incluso estudiantes de diferentes unidades académicas acudieron de manera inmediata y muy insistente a las terapias. Como consecuencia, se tuvieron que ampliar los horarios de atención, incluso en períodos y horas extras del estipulado para la epesista. En algunas ocasiones hasta las siete de la noche porque personal administrativo se desocupaba después de las cinco o seis de la tarde.

Por las mañanas, muchas veces no hubo un lugar apropiado para atender a los estudiantes porque la sala para sesiones estaba ocupada. Debido a esto, se atendieron estudiantes en los jardines

cercanos a la FAUSAC, e incluso en bancas frente a CALUSAC. La interrupción de las personas que por allí transitaban y demás ruidos externos no colaboraron en el proceso de atención psicológica, sino que al contrario, atenuó la atención del paciente y el enfoque terapéutico correcto, no se cumplió. En conclusión, el espacio no fue muy adecuado ni la privacidad para atenderlos, debido a que las demás personas escuchaban los relatos. Por las tardes, cuando el personal administrativo no permanecían en sus escritorios, fue de plena confianza para los estudiantes platicar, muchas veces llorar e incluso gritar. En algunos casos se dio caso resuelto, pero en otros se pensaba en la posibilidad de continuar el tratamiento, incluso, después de finalizar el EPS. Se pensó a futuro, en ese momento, la necesidad de continuar con el servicio sin interrumpir dos o tres meses en lo que se asignaba la siguiente epesista; evitando al mismo tiempo la codependencia por parte del paciente hacia la epesista.

Analizando la problemática que se presenta cuando la epesista no asiste a la institución, se llegó a la conclusión que esto afecta tanto a los estudiantes como al personal que labora en la universidad. Se tomó el abuso de atender a tres personas ajenas a la universidad, referidas de un trabajador de la FAUSAC, quienes al finalizar con el tratamiento quedaron agradecidas e incluso comentaron sobre la atención que se les brindó. Como consecuencia, todos los días se atendieron estudiantes, trabajadores y demás personal por la tarde, con quienes se planificó los días y horarios para no dejar a ninguno fuera de la atención psicológica. Esta práctica fue enriquecedora porque se aplicaron los conocimientos sobre la teoría clínica y además que se cumplió con lo estipulado en el servicio.

En el servicio de técnicas de relajación fueron pocos los estudiantes quienes asistieron a los talleres. Se consideró como un aspecto negativo el desinterés o posiblemente la falta de tiempo de los estudiantes, debido a que el horario fue por la tarde. Otro dato importante es que llegaban a consultar de manera breve qué técnicas o qué “cosas”, como lo mencionaron algunas estudiantes, podían aplicar para des- estresarse de las pruebas del semestre. Se tomó como algo no positivo también, debido a que no solo en momentos de tensión se pueden aplicar las técnicas de relajación, sino en todo momento de nuestras vidas, en el trabajo, en las relaciones interpersonales, estudios, hogar, etc. Una de las técnicas fue el uso profundo de la respiración, que se realizó con todos los estudiantes, en ambas jornadas a lo largo del año, durante el Curso de Vida Universitaria, antes de las pruebas cortas o exámenes teóricos. Se les enseñó previo a una prueba a permanecer tranquilos. La epesista también lo realizó desde un principio como medio de prueba, antes de pasar a exponer la clase magistral ante los estudiantes, desde el primer día que se impartió el curso. Un aspecto que llamó la atención de la epesista fue que a los talleres de relajación únicamente asistieron mujeres y no hombres. Al preguntarles comentaron dos de ellos sentir vergüenza y opinaron que era “ridículo” que los vieran los demás compañeros hombres; esto trae a consideración el dominio fuerte del género masculino en la Facultad, unos sobre otros.

Un apoyo al programa de servicio fue la introducción del Curso de Vida Universitaria, dictado durante el transcurso del año por la epesista, quien trató temas de gran interés en lo que respecta a la

manera o forma en que los estudiantes realizan sus tareas y emplean el tiempo necesario para enriquecerse dentro de la carrera de Agronomía. Se considera como aspecto positivo el impartir este curso, porque da la pauta de indicarle a los estudiantes todos aquellos factores que pueden contribuir a su rendimiento académico y personal. Un estudiante que limita su tiempo en el estudio y lo emplea más en otras actividades tendrá pocas probabilidades de adquirir nuevos conocimientos, a diferencia de otro quien aprovecha el tiempo y lo distribuye, no solo para el estudio, sino además para tareas del hogar, la familia, el trabajo y recreación. Al opinar sobre este último aspecto, la persona que es estimulada por el ambiente que le rodea, entiéndase familiares, amistades y su propia iniciativa de ver y aceptar las cosas, tendrá más deseos de superación. Otro punto necesario fue el de animarlos y hacerles sentir la emoción por el estudio, demostrándoles que no es por obligación, sino por iniciativa propia de superación y sentirse bien por ellos mismos. No fueron alentadoras las opiniones de pocos estudiantes, quienes opinaron no les interesaba saber sobre hábitos y técnicas de estudio, incluso uno de ellos dijo que no le daba tiempo ponerle atención a este tema por asuntos de trabajo. Fue cuando la epesista se dio cuenta que al hablar con este estudiante, poco a poco la razón de su malestar fue porque era segunda vez que repetía el curso, e incluso no organizaba correctamente su tiempo. Se considera que es un tema apropiado para trabajar con los estudiantes de primer ingreso, porque es una guía para ellos, además de ser una pauta para la epesista y otros catedráticos en saber si los estudiantes se encuentran preparados o no. Entre las actividades de hábitos de estudio se les solicitó realizar un horario, detallando todas las actividades que realizaban durante el día, desde que se levantaban,

hasta que dormían. Se puede decir que la actividad fue positiva, todos los estudiantes realizaron la tarea, e incluso hubo algunos que pasaron al frente a comentar, hablaron de sus debilidades y en qué estaban fallando con el tiempo disponible, tanto dentro como fuera de la universidad. Se llevaron pequeñas lecturas de diversos temas referentes al curso de vida universitaria, pero fue interesante observar que la mayoría de ellos participaban, comentaban e incluso hicieron una crítica constructiva. Al principio, cuando se comenzó a trabajar este tema, los estudiantes, como una forma de probar o determinar si la epesista sabía o no el tema que estaba impartiendo, hacían preguntas de fechas y lugares. Se considera que si la Epesista no hubiera leído antes e informarse de los temas, es muy probable que quedara en evidencia la falta de conocimiento o dominio del tema. Se opina sobre esto que los estudiantes, no importando la edad, ni condición de estudiantes realizan una especie de prueba o examen a los catedráticos para ver si saben o no. Para la epesista esto fue bueno porque respondió a lo que ellos le preguntaron. Todo esto a consecuencia de los hábitos de estudio.

También un aspecto negativo es que en algunos estudiantes el orden y la toma de apuntes fueron de manera inexacta, al preguntarles y quisieron consultar, no entendieron lo que tenían en los cuadernos. Este fue otro factor importante como tema de hábitos de estudio. En general, la respuesta de los estudiantes fue progresiva, positiva y enriquecedora porque los estudiantes que desde un principio mostraron desinterés, al finalizar el curso participaron, comentaron y dijeron sentirse contentos y a gusto con los temas que les ayudaron en los demás cursos de la carrera.

4.2 Subprograma de docencia:

Las charlas motivacionales se realizaron según calendario de actividades de la FAUSAC, no fueron de mayor cantidad, aunque se logró la participación de todos los docentes presentes y demás personal administrativo como secretarias y personal del área tecnológica. La epesista no fue la única expositora, debido a que había que regirse por los temas y expositores que en diferentes ocasiones eran invitados a eventos mayores, en donde, incluso hasta el decano de la FAUSAC se hizo presente. La participación y colaboración en las charlas se realizó en la mayoría de casos con los estudiantes en el horario respectivo de cada jornada. Fueron diversos los temas que se impartieron, pero se consideró que el de mayor impacto fue el de apreciar la vida física y personal a través de un video motivacional sobre la vida de un personaje llamado Nicky, quien no contaba con ambos brazos, sin embargo, el ejemplo de vida que él da es alentador y ejemplo para todos los que no cuentan con impedimentos físicos. Un aspecto positivo fue el ver los rostros de llanto y al final varios estudiantes pasaron al frente a exponer sus opiniones, y fue muy reconfortante escuchar las palabras de esfuerzo y superación por parte de ellos mismos hacia los demás compañeros. El mensaje fue que si una persona con diversas limitaciones logra alcanzar las metas propuestas, es muy probable que alguien que cuente con mejores y mayores posibilidades las cumplan y logre superarlas.

Esto trajo como consecuencia que luego al impartir el tema de hábitos de estudio los estudiantes se mostraron más atentos y positivos a participar, en querer hacer las cosas no por imposición, sino por iniciativa propia. Ellos comentaron que reconocieron al final que no era un curso más que se impartía en la universidad solo por

llenar espacios, sino el fin era ese, el de motivarlos a que se preparen y logren terminar la carrera. Aquí mismo se habla también de temas de la Huelga de Dolores. Tomando en cuenta que se encontraba próxima la fecha de la Huelga de Dolores, se les presentó un video de la historia, inicios y tradiciones del desfile bufo. Esto con la finalidad de motivarlos a una reflexión de no maltratar las calles, paredes, establecimientos y demás construcciones del Centro Histórico. Debido a que es una celebración en donde varias personas y turistas ven las hazañas y carrozas que los estudiantes realizan. De hacerles ver cómo era antes y qué actitudes no deberían realizarse. Por ser tema de tipo educativo se les dio la oportunidad a que expresaran dudas y solucionarlas.

Otros temas educativos fueron los de organización y el rendimiento académico, en donde los estudiantes demostraron sentirse intranquilos al momento de consultar las notas. En cierto punto esto es positivo porque se les habló de que es necesario prepararse previo a una prueba, realizar cuestionarios, tomar apuntes, investigar, realizar consultas y verificar en los libros o cualquier otro medio educativo. Se consideró que los temas psicológicos se trabajaron en conjunto porque se les habló de motivación, el sentido del por qué están estudiando, el interés por el estudio, cuáles son sus miedos y ansiedades frente a la carrera universitaria. Con gran interés, un estudiante mencionó sentir pena y cierto temor al preguntar y consultar con algún catedrático por miedo a la incomprensión. Se abordó este tema, con el fin de hacerles comprender que los educadores comprenden las necesidades e intereses de los estudiantes, normalmente se les explicó que sí es

importante el estudio fuera de la universidad para no someterse a pruebas que los hagan sentir desvalorizados y frustrados. Lo positivo de este tema fue escuchar sus opiniones, sus proyectos de vida a corto y largo plazo, y lo que más llamó la atención de la epesista fue la manera de sobrevivir económicamente en alguno de ellos. Emocionalmente cuando hablaron de su situación demostraron no solo valentía, sino también sinceridad al contar y charlar no solo con la epesista, sino también con los demás compañeros.

El saber cómo tratan la manera de mantenerse económicamente y emocionalmente algunos compañeros de clase sirvió de ejemplo para aquellos que no trabajan, ni tampoco son obligados a aportar recurso monetario al hogar. De aquí se desprendió otro tema, el de ser inspirador, se les motivó a que comentaran qué los motivaba a seguir estudiando, más en aquellos que ya era tercera vez que repetían el curso, fueron interesantes las opiniones de los alumnos quienes mencionaron que sentían el impulso por el estudio, pero que en algunas ocasiones se desmotivaron por no encontrar ese sentido de vida en ellos, que sí veían como otros pasaban los cursos, pero que aun así les costó llegar a entender el por qué estaban estudiando y por quién lo hacían. Fue motivante al escucharlos decir en muchos de ellos que su motivación era la superación para que sus familias prosperaran y tuvieran mejor estilo de vida.

4.3 Subprograma de Investigación:

Para determinar si los estudiantes de la FAUSAC aplican las técnicas de hábitos de estudio, primero se observaron las necesidades que mostraron dentro del salón de clase. Para la epesista fue de gran

ayuda impartir el curso de Vida Universitaria. Dentro de esta materia, los estudiantes recibieron talleres dirigidos a descubrir la situación personal y proponer técnicas que les ayudaran no solo a mejorar su ambiente académico, social, sino también familiar. Es necesario recordar la importancia para el estudiante en tener estabilidad en estos aspectos. Esto se ve reflejado muchas veces en el rendimiento académico y personal.

Se aplicó una encuesta para determinar la situación de los estudiantes. Se realizaron una serie de preguntas, en donde se les hizo referencia a contestar con la mayor sinceridad posible, así el resultado sería válido.

Esta fue la fase que fue de mayor agrado para la epesista por la aplicación de las preguntas, interpretación y resultados. Se considera se cumplió con el objetivo del cuestionario, que fue el de obtener resultados cuantitativos.

Sinceramente, por falta de tiempo con los estudiantes no se pudo realizar una segunda prueba, lo cual para la epesista no fue satisfactorio, esto debido a que el tiempo para permanecer con ellos fue corto, además que el tema de Hábitos de Estudio es extenso. Solo se trabajaron temas básicos. No se puede negar la importancia que tuvo para ellos, demostraron interés y fue notorio el cambio de actitud en el resto de materias, también en su comportamiento y relación interpersonal.

Posiblemente en años anteriores este tema se ya se vio, pero la epesista procuró armonizar y hacer interesantes los temas. En lo que respecta a la prueba, hubo dos estudiantes que mostraron apatía y desagrado al presentarles el plan de estudio, les pareció

“aburrido”, como uno de ellos comentó. La epesista platicó con él, quien dijo estaba repitiendo el curso. Esta reacción fue consecuencia de haber perdido la materia. Pero al mostrarle atención y hacerlo participar, el estudiante comenzó a debatir todo lo que se hacía, por último, aceptó que por no estudiar en un año anterior, perdió el curso. Fue cuando demostró dedicación al tema y mejoró en hábitos de estudio; incluso, fue uno de los que mejor punteo obtuvo durante el curso. Con este ejemplo, la epesista demuestra la importancia de la temática, no únicamente para esta carrera universitaria, sino también para las demás.

Se les preguntó si dedicaban mayor tiempo a otras actividades que al estudio, la mayoría contestó que el tiempo libre lo ocupaban para ver televisión, escuchar música, ir al cine y demás actividades que no colaboraban con el rendimiento académico. Esto trae a consecuencia, el bajo nivel en resultados, poco conocimiento de los cursos y distracción incluso dentro del aula.

Entre los aspectos positivos se encontró que utilizan buena iluminación para leer. El estudiante que pretende trabajar en tinieblas, es poco probable que realice el material correctamente. Además, que produce en la persona el deseo de dormir y dejar a un lado el estudio.

Fueron pocos los estudiantes quienes aplican correctamente diferentes técnicas de hábitos de estudio. Para la epesista fue positivo cuando una estudiante recordó que anteriormente en el centro de estudio donde cursó educación media, el tema de aplicación de hábitos de estudio era indispensable, tanto como el resto de materias. Ella se desenvolvió con claridad y naturalidad a la

hora de exponer. Supo utilizar adecuadamente los recursos con los que contaba el grupo. Se les exhorta continuar con las técnicas adquiridas dentro y fuera de la FAUSAC. Esto es el resultado de un sistema de estudios estructurado.

En la encuesta sobre Técnicas y Motivación de estudio la mayoría de estudiantes suelen dejar para último momento la preparación de trabajos. Esto trae como consecuencia que los estudiantes presenten inconclusas las investigaciones o tareas que el catedrático les ha solicitado. Agregando a esto, la presión del tiempo con que se realiza. Definitivamente, no se obtiene tranquilidad por el trabajo realizado.

El mismo resultado se obtuvo al preguntarles si estudian las asignaturas en el último momento previo a un examen. Se pudo comprobar en diferentes situaciones cuando se les pasaría comprobación de los cursos, muchos de ellos solicitaban previo al examen que no se realizara porque no habían estudiado, al preguntarles el por qué, dijeron que fue por falta de tiempo. Es dudoso escuchar esta frase y muchas otras en las que demostraron ni siquiera haber leído. Inmediatamente se forma una idea que posiblemente reprobará el curso. Se observó también la falta de interés hacia el estudio, la mayor parte del tiempo se debe a que dedican el tiempo libre a otro tipo de actividades como ver televisión, salir al cine, permanecer con amigos, salir por las noches y otras actividades.

En conclusión, se puede decir que es por la falta de dedicación y empeño. Todo estudio por mínimo que sea requiere de esfuerzo; muchas veces de dejar diversas actividades por el estudio y

realización de tareas. Se les indicó la importancia de leer y memorizar lo más importante del contenido de las materias día a día para luego no tener complicaciones, no solo con la entrega de tareas, sino también con estudiar previo a los exámenes. Los pocos estudiantes que demostraron lo contrario, lo reflejaron en el punteo adquirido. Ese es el resultado de atender el estudio.

Cuando se cuenta con poca ayuda económica, familiar o laboral, en algunos casos, se observa el interés de los estudiantes de salir adelante, incluso teniendo obstáculos. A diferencia de otros en donde las oportunidades son óptimas para adquirir y desarrollar un amplio nivel de conocimiento, más sin embargo, muchas veces no sucede lo mismo con estas personas.

Se acomodan a la situación, pensando que luego lo resolverán, o en cursos de vacaciones. El problema se presenta cuando por una clase no se les permite avanzar, o cuando dicha materia no se imparte en el tiempo que ellos esperaban. Es allí cuando se lamentan y preguntan a sí mismos: "¿Por qué no estudié? Incluso se les ha escuchado comentar a sus compañeros: "Voy a hablar con el Licenciado a ver si todavía me da otra oportunidad". La tuvieron durante el curso, pero no distribuyeron correctamente el tiempo de estudio. La investigación contribuyó para que los mismos estudiantes reflexionaran de sus hábitos, y qué consecuencias tuvieron.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

5.1.1 Conclusiones generales:

El Ejercicio Profesional Supervisado realizado en la FAUSAC contribuye de gran manera en la epesista a fortalecer el conocimiento adquirido en el transcurso de la formación de Licenciatura en Psicología durante los cinco años anteriores.

FAUSAC es un centro de práctica en donde el epesista encontrará disponibilidad, cooperación y apoyo, tanto del personal administrativo como de los alumnos, quienes a su vez solicitan el servicio de forma anuente.

5.1.2 Subprograma de servicio:

El servicio psicológico individual atiende a un gran número de estudiantes, no únicamente de la FAUSAC, sino también de otras unidades académicas, debido a la importancia que representa para la epesista dicho servicio como parte del apoyo emocional que se les brinda a los estudiantes que solicitan el servicio.

Previo a los exámenes en la FAUSAC los estudiantes demostraron nerviosismo y ansiedad al no recordar el contenido estudiado de los diferentes cursos; es por eso que se colocaron carteles anunciando los talleres de técnicas de relajación que orientan al estudiante a manejar de forma positiva momentos de tensión en el área académica y personal.

En el Curso de Vida Universitaria impartido por la epeista durante el transcurso de nueve meses se observó la necesidad en los estudiantes en mejorar los Hábitos de Estudio para obtener resultados positivos y mejor aprovechamiento académico.

5.1.3 Subprograma de docencia:

La participación de la epeista en el Curso de Vida Universitaria le ayudó a desarrollar habilidad y confianza para presentarse en público.

Los temas educativos motivan a los estudiantes a reflexionar sobre la historia de la universidad, e incluso es un espacio libre para que ellos opinen y se den a entender.

5.1.4 Subprograma de investigación:

Los hábitos de estudio no son aplicados por la mayoría de estudiantes dentro de la FAUSAC. Son pocos los que tienen el conocimiento y lo mantienen.

Las quejas y lamentos al finalizar los cursos de la FAUSAC demuestran el poco interés y dedicación al horario de estudio.

5.2 Recomendaciones

5.2.1 Recomendaciones generales:

Se recomienda a los próximos epesistas realizar su trabajo de EPS en la FAUSAC por el conocimiento que se adquiere al realizar este trabajo aplicativo.

Mantener disponible la oportunidad que brinda FAUSAC para realizar el EPS en las diferentes áreas de servicio.

5.2.2 Subprograma de servicio:

Continuar prestando el servicio psicológico no únicamente a los estudiantes de la FAUSAC, sino también de otras unidades académicas.

Promover continuamente los talleres de técnicas de relajación no solo a los estudiantes, también a personal administrativo.

Se recomienda a la siguiente Epesista continuar con el tema de Hábitos de Estudio.

5.2.3 Subprograma de docencia:

Por parte del Licenciado José María incentivar a la próxima epesista a que continúe impartiendo clases en el curso de Vida Universitaria.

Extender las charlas educativas a los estudiantes de la FAUSAC, motivándolos a que enumeren una lista de temas de su interés.

5.2.4 Subprograma de investigación:

Invitar a las autoridades encargadas de la educación a nivel nacional, la enseñanza y aplicación de técnicas de hábitos de estudio dentro de los distintos planteles educativos, sean estos públicos o privados.

Indicar a los estudiantes desde el principio del año a que visualicen su situación académica al finalizar el curso. Posiblemente, los únicos perjudicados serán ellos.

Bibliografía

Carrasco, Jose Bernardo-. "Como Aprender Mejor". 2da. Edición. Editorial Paidos. Mexico. 1993. Pp 450

Cautela, Joseph-. "Técnicas de Relajación". 3ra. Edición. Editorial Maison. Mexico. 1991. Pp 570.

Congrains Martin, Enrique-. "Asi es como se estudia"- . 4ta. Edición. Editorial Norma. Guatemala. 1992. Pp 290

Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española-. 2da. Edición. Barcelona. Pp 1250

Elizardi, Mario Aguilar. "Técnicas de Estudio e Investigación". 6ta. Edición. Editorial Universitaria. Guatemala. 2003. Pp 105

Farré M. Joseph-. "Enciclopedia de la Psicología". 2da. Edición. Editorial Oceano. Barcelona. Pp 950

Howe, Michael-. "Psicología del Aprendizaje". 4ta. Edición. Editorial Paidos. Mexico. 2001. Pp 560

Mira, Emilio y López-. "Como entrar y como aprender". 3era. Edición. Editorial Galgo. Argentina. 1993. Pp 400

Zeig, Jeffrey. "Terapia Breve". 2da. Edición. Editorial Cosmo. Mexico. 2001. Pp 480

Glosario

Aprendizaje: Adquirir conocimientos.

Estrés: es una relación particular entre el individuo y el entorno, que es evaluado como amenazante.

Lectura: elemento fundamental para la formación intelectual para recibir interés intelectual.

Material Adecuado: textos a utilizar, así como instrumentos de trabajo.

Máxima Calidad. Alcanzar el mayor dominio de las distintas materias.

Máxima Eficacia: Mejor rendimiento en menor tiempo y con menor esfuerzo posible.

Memoria: Capacidad de almacenar procesar y recuperar información que proviene del mundo exterior.

Olvido: es la secesión del recuerdo.

Planteamiento: ejercicio aplicado para la solución de problemas

Servicio Psicológico: Atención psicológica que se ofrece a las personas.

Subrayar: resaltar lo más importante de un texto.

Terapia: proceso que dirige la salud de una persona.