



Organismo Público Descentralizado del Gobierno del Estado de México

GUÍA PARA TRABAJAR TUTORÍA GRUPAL

Elaboro: Ps. Gabriela Figuero M.

Septiembre - Diciembre 2009

Nombre del curso taller: GUÍA PARA TRABAJAR TUTORÍA GRUPAL

Objetivos generales del curso: Proporcionar una serie de temas, ejercicios y dinámicas que le permitan al tutor de grupo trabajar con sus alumnos tutorados durante una sesión a la semana para disminuir la reprobación y la deserción, aumentando así el indicador de eficiencia Terminal.

La guía es lo suficientemente flexible para permitir al tutor aplicar sus propios métodos, técnicas y estrategias de trabajo que le permitan alcanzar el objetivo deseable del programa de tutorías. **No se nos olvide que precisamente es una GUÍA.**

<p>Lugar: UNIVESIDAD TECNOLÓGICA DE TECÁMAC</p> <p>Aula</p>	<p>Número de participantes.</p> <p>25 a 30 personas máximo</p>
<p>Material didáctico:</p> <ul style="list-style-type: none"> Aula con mesas binarias pizarrón blanco y pluma o gis. En algunos casos el material tendrá que ser duplicado (fotocopiado, reproducido en acetato y/o elaborado en rotafolios, dependiendo de los acuerdos que se establezcan con los profesores-tutores de cada División. 	<p>Horas del curso taller:</p> <p>De acuerdo al horario de cada tutor en el horario de grupo asignado</p> <p>14 sesiones de 1 hora 40 minutos</p>
<p>Contenido temático del curso</p>	
<p>Sesiones programadas</p>	<p>Objetivo</p>
<p>1ª sesión: Objetivos y Actividades de la Tutoría</p>	<p>Definir: Tutor, tutorado, funciones del tutor, políticas y procedimiento de tutorías.</p>
<p>2ª sesión: Modelo educativo, servicios y reglamentos.</p>	<p>Conocer el modelo educativo de las Universidades Tecnológicas, los servicios que ofrece la Universidad y los reglamentos para desarrollar una identidad universitaria de los tutorados.</p>
<p>3ª sesión: “El perfil de mis intereses”</p>	<p>Conocer qué es lo que les gusta a nuestros alumnos, con el objetivo de saber si realizaron una adecuada elección de carrera y qué tanto</p>

	corresponde su perfil con el de la carrera que están cursando
4ª sesión: 1er. Seguimiento de la planeación de la asignatura y administración del tiempo	Se sugiere con el seguimiento de la planeación de la asignatura, lo que nos permitirá poder hablar con el grupo sobre cómo se han sentido en estas dos semanas de trabajo, conocer si han tenido algún problema con alguna asignatura o profesor; destinarle el tiempo según las necesidades del grupo. Verificar como aprovechar mejor el tiempo fuera de clase.
5ª sesión: “Evaluación de Autoestima”	Sondear a los alumnos sobre la organización de su tiempo y aprovechar el tiempo para prepararse bien para los exámenes parciales. Trabajar con situaciones muy básicas de autoestima, necesitamos conocer cómo están nuestros alumnos para dirigir el trabajo para mejorar autoestima y motivación.
6ª sesión: ¿cómo visualizar la perspectiva de tu desarrollo personal?	Que el alumno tutorado tenga un panorama de su pasado, su presente y empiece a delinear su futuro.
7ª sesión: 2º Seguimiento de la planeación de la asignatura; verificar memoria, atención y concentración.	Hacer el seguimiento de la planeación de la asignatura trabajando algunos aspectos importantes sobre memoria, atención y concentración.
8ª sesión: Verificar memoria, atención y concentración.	Revisar la importancia de saber escuchar, para lograr la atención y poder concentrarse.
9ª sesión: Importancia de la comunicación	Demostrar los numerosos problemas de malos entendidos que pueden ocurrir con la comunicación unilateral.
10ª sesión 3er. Seguimiento de la planeación de la asignatura y percepción	Hacer el seguimiento de la planeación de la asignatura en la semana 10, Demostrar que las personas, con mucha frecuencia, no somos buenos observadores de las cosas comunes y corrientes.

SESIÓN 1

Objetivos y actividades de la Tutoría

Es importante que en la primera sesión el tutor solicite los datos más indispensables de sus alumnos (teléfono de casa y celular).

El tutor deberá contar con la entrevista de ingreso, resultados de exámenes psicométricos, datos socioeconómicos, verificarlos y obtener la mayor cantidad de información que le permita conocer a sus alumnos para iniciar su programa de tutoría.

En la primera sesión el tutor iniciará explicando a sus alumnos el objetivo del programa y dará a conocer las definiciones de tutoría, tutor, tutorado, las políticas para aplicar la acción tutorial y las funciones del tutor, de tal manera que el alumno tenga muy claro, desde la primera sesión, los conceptos, objetivos del programa y la importancia del mismo.

También es importante que el tutor explique a sus alumnos sobre el **seguimiento de la planeación de la asignatura**, ya que éste se realiza en la semana 3, 6, 9, 12 y 15 y tomarán unos minutos de las sesiones destinadas al programa de tutoría grupal para revisar y llevar a cabo dicho seguimiento.

DEFINICIONES

Tutoría

Proceso de acompañamiento durante la formación académica del alumno, que se concreta mediante su atención colectiva o personalizada, por parte de un profesor de tiempo completo o un profesor de asignatura (en caso de ser necesario), de manera sistemática, por medio de la estructuración de objetivos, programas, organización por áreas y técnicas de enseñanza apropiadas con ciertos criterios y mecanismos de monitoreo y control.

Tutor

Es el profesor de tiempo completo o un profesor de asignatura (en caso de ser necesario) para orientar, asesorar y acompañar al alumno durante su formación académica a fin de conducirlo hacia su formación integral y hacerlo responsable de su propio aprendizaje.

Tutorado

Es el alumno inscrito en la Universidad Tecnológica de Tecámac. Es a quien se le aplica la tutoría y con el cual se tiene una relación y comunicación continua, ya sea de primero a quinto cuatrimestre o durante su estadía profesional.

POLÍTICAS PARA APLICAR LA ACCIÓN TUTORIAL:

- a)** Inicialmente la tutoría la reciben todos los tutorados del grupo asignado en forma colectiva.
- b)** Para impartir la tutoría individualizada, el tutor debe considerar los siguientes criterios:
 - Que por los resultados de la prueba psicométrica así lo indiquen.
 - Que por su estudio socioeconómico, estén en una categoría de alto riesgo.
 - Que se encuentre en riesgo su rendimiento académico o aprobación escolar.
 - Que sea becario PRONABES, Bécalos o por servicio social comunitario.
 - Que sea alumno de Estadía Profesional con muestras de rezago en los avances de su proyecto.
 - Que se encuentre en proceso de titulación.
 - Haber obtenido menos de 850 puntos en el EXANI II de CENEVAL.
 - Que presente conductas inapropiadas o contra el reglamento de la Universidad.
 - Que tenga promedio igual o menor al 7.0 en el nivel medio superior.
- c)** Se recomienda que el tutor sea el mismo durante toda la trayectoria académica de un tutorado (es decir, que un mismo grupo tenga a un solo tutor de primer a quinto cuatrimestre).
- d)** Debe organizarse, cuando menos, una reunión de padres de familia por nivel con los tutores de grupo.
- e)** Se sugiere hacer un reconocimiento público, preferentemente por escrito, a los mejores promedios del grupo tutorado (diploma, constancia, cuadro de honor con fotografía, etcétera).
- f)** Debe asignársele una calificación a la asistencia y participación de los tutorados a las sesiones tutoriales programadas en su carga horaria. La calificación asignada se integrará a una materia curricular. (complementariamente a la que el docente asigne), la que estadísticamente presente mayor índice de reprobación en el nivel correspondiente.

FUNCIONES DEL TUTOR:

1. Recibir el FOR-02-B y el FOR-06-A para integrar un expediente de su grupo tutorado.
2. Impartir tutoría colectiva con su grupo tutorado.
3. Con la información de los FOR-02-B y FOR-06-A, diagnosticar a los tutorados que ameriten tutoría individualizada.
4. Impartir tutoría personalizada a los tutorados en riesgo.
5. Emitir el FOR-06-B cuando canalice a alguno de sus tutorados, recibirlo sellado y firmado de parte de Servicios Estudiantiles y resguardarlo como evidencia en el expediente del grupo.
6. Elaborar los informes parciales en el FOR-06-A para entregar los miércoles de las semanas 6 y 11, presentarlos a Dirección y resguardarlos sellados y firmados como evidencia dentro del expediente del grupo.
7. Elaborar el informe final integrando los datos del informe de Servicios Estudiantiles, presentarlo a Dirección y resguardarlo sellado y firmado como evidencia dentro del expediente del grupo.
8. Explorar diversas formas de resolver problemas académicos de sus tutorados.
9. Comprender el plan de estudios del Programa Educativo en el que labore y las opciones de trayectoria académica de los tutorados a su cargo
10. Adquirir técnicas adecuadas de lectura y comprensión para compartirlas con sus tutorados.
11. Desarrollar estrategias de estudio con su grupo de tutorados.
12. Colaborar en la superación de dificultades en el rendimiento académico de los tutorados que así lo requieran.
13. Ayudar a sus tutorados en la adaptación e integración a la institución y al ambiente académico.
14. Seleccionar actividades extraescolares que mejoren la formación integral de su grupo tutorado.
15. Recibir retroalimentación en su avance y áreas de oportunidad por parte de los tutorados y del director de división.
16. Conocer los apoyos y beneficios que pueden obtener sus tutorados de diferentes instancias universitarias externas.

SESIÓN 2

Modelo educativo y reglamentos

En la segunda sesión se recomienda revisar con los tutorados el modelo educativo de las Universidades Tecnológicas, explicarles los servicios con los que cuenta la Universidad (Extensión Universitaria, Servicios Estudiantiles, Secretaría de Vinculación, Servicios Médicos y Servicios Escolares) es muy importante explicarles el periodo de promoción de becas (PRONABES y FONABEC) así como revisar con ellos el reglamento de alumnos.

SESIÓN 3

El perfil de mis intereses

En la tercera sesión se recomienda aplicar el cuestionario de Intereses de Luis Herrera y Montes, los resultados nos permitirán conocer qué es lo que les gusta a nuestros alumnos, con el objetivo de saber si realizaron una adecuada elección de carrera y qué tanto corresponde su perfil con el de la carrera que están cursando. Se recomienda que el tutor vaya leyendo las preguntas y el alumno anote su respuesta en la *hoja de respuestas*.

Ejercicio. El perfil de mis intereses

El objetivo del ejercicio es que al responder la prueba el alumno tutorado obtenga su perfil de intereses. Si sabe a qué quiere dedicarse, se fijará metas y objetivos centrados en dicha preferencia y le será más fácil lograrlos. Por lo que le proponemos esta actividad para que conozca más sobre sus intereses.

EL PERFIL DE MIS INTERESES

En la medida en que vayas leyendo cada pregunta, piensa ¿qué tanto me gustaría hacer esto? Luego en la hoja de respuestas escribe con un número la que selecciones, según se indica.

4. Me gusta mucho.
3. Me gusta algo o en parte.
2. Me es indiferente, pues ni me gusta, ni me disgusta.
1. Me desagrada algo o en parte.
0. Me desagrada mucho o totalmente.

Contesta de izquierda a derecha, procura no equivocarte de cuadro, ni saltarte alguno, cada cuadro tiene un número que te servirá de guía y corresponde al número de pregunta del cuestionario.

Anota tus respuestas.

¿Qué tanto te gustaría?

1. Atender y cuidar enfermos
2. Intervenir activamente en las discusiones de clase.
3. Escribir cuentos, crónicas o artículos.
4. Dibujar y pintar.
5. Cantar en un coro estudiantil.
6. Llevar en orden tus libros y cuadernos.
7. Conocer y estudiar la estructura de las plantas y de los animales.
8. Resolver cuestiones matemáticas
9. Armar o desarmar objetos mecánicos
10. Salir de excursión.
11. Proteger a los muchachos menores del grupo.
12. Ser jefe de un grupo.
13. Leer obras literarias.
14. Moldear en barro, la plastilina o cualquier otro material.
15. Escuchar música clásica.
16. Ordenar y clasificar los libros de una biblioteca.
17. Hacer experimentos en un laboratorio.
18. Resolver problemas de aritmética.
19. Manejar herramientas y maquinaria.
20. Pertenecer a un club de exploradores.
21. Ser miembro de una sociedad de ayuda y asistencia.
22. Dirigir la campaña política para un candidato estudiantil.
23. Hacer versos para una publicación.
24. Encargarte del decorado del lugar para un festival.
25. Aprender a tocar un instrumento musical.
26. Aprender a escribir a máquina y en taquigrafía.
27. Investigar el origen de las costumbres de los pueblos.
28. Llevar las cuentas en una institución.
29. Construir objetos o muebles.
30. Trabajar al aire libre, fuera de la ciudad.
31. Enseñarle a leer a los analfabetos.

32. Hacer propaganda para la difusión de una idea.
33. Representar un papel en una obra de teatro.
34. Idear y diseñar el escudo de un club o sociedad
35. Ser miembro de una asociación musical.
36. Ayudar a calificar pruebas.
37. Estudiar y entender las causas de los movimientos sociales.
38. Explicar a otros cómo resolver problemas de matemáticas.
39. Reparar las instalaciones eléctricas, de gas o de plomería en tu casa.
40. Sembrar y plantar en una granja durante las vacaciones.
41. Ayudar a tus compañeros en sus dificultades y preocupaciones.
42. Leer biografías de políticos eminentes.
43. Participar en un curso de oratoria.
44. Diseñar el vestuario para una función teatral.
45. Leer biografías de músicos eminentes.
46. Encargarte del archivo y los documentos de una sociedad.
47. Leer revistas y libros científicos.
48. Participar en cursos de matemáticas.
49. Proyectar y dirigir alguna construcción.
50. Atender animales en un rancho durante las vacaciones.

¿Qué tanto te gustaría trabajar como?

51. Funcionario al servicio de las clases humildes.
52. Experto en relaciones sociales de una gran empresa.
53. Escritor en un periódico o empresa editorial.
54. Dibujante profesional en una empresa.
55. Concertista en una sinfónica
56. Técnico organizador de oficinas.
57. Investigar en un laboratorio.
58. Experto calculista en una institución.
59. Perito mecánico en un taller.
60. Técnico cuyas actividades se desempeñan fuera de la ciudad.

Nombre: _____

Fecha: _____

INSTRUCCIONES FINALES

Suma los números de cada columna y anota el resultado bajo la misma. Enseguida transforma este número en el que corresponde a la escala ubicada a la izquierda de tu hoja de respuestas. La cifra relativa al porcentaje anótala debajo del número de la suma. Verifica que la máxima suma que obtengas por columna sea un total de 24 y cuando transformes este número a porcentaje, a éste le corresponderá el 100%, si fue el caso.

HOJA DE RESPUESTAS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
S.S	E.P	V.	A.P.	Ms.	Og.	Ct.	Cl.	M.C.	A.L.	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	
51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	
										S
										%

ESCALAS

1. SERVICIO SOCIAL (SS)

Es el gusto por servir a los demás y en primer lugar a los necesitados, enfermos, niños y ancianos.

2. EJECUTIVO PERSUASIVO (EP)

Es el gusto del trato por la gente, a quienes agrada imponer sus puntos de vista, convencer a los demás respecto a algún artículo, etc.

3. VERBAL (V)

Es el gusto por la lectura o el placer por expresar sus ideas en forma oral o escrita.

4. ARTES PLÁSTICAS (AP)

Es el gusto por hacer trabajos de tipo manual, usando combinaciones de colores, materiales, formas y diseños.

5. MUSICAL (Ms)

Es un marcado gusto por tocar instrumentos musicales, cantar, bailar, leer sobre música, asistir a conciertos, estudiar la vida de destacados compositores, etc.

6. ORGANIZACIÓN (Og)

Es el gusto por un tipo de trabajo de escritorio que requiere exactitud y precisión.

7. CIENTÍFICO (Ct)

Es el placer o gusto por investigar la razón de los hechos o de las cosas, en descubrir sus causas y en resolver problemas de distinta índole, por mera curiosidad científica y sin pensar en los beneficios económicos que puedan resultar de la investigación.

8. CÁLCULO (CI)

Es el gusto por trabajar con números.

9. MECÁNICO (MC)

Es la preferencia por trabajar con máquinas y herramientas, construir o arreglar objetos mecánicos, artefactos eléctricos, etc.

10. ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE (AL)

El gusto por pasar la mayor parte del tiempo en el campo, en los bosques o en el mar, también por cultivar plantas y cuidar animales.

También se recomienda empezar a trabajar ejercicios de desarrollo de habilidades del pensamiento, aunque esto se sugiere que se lleve a cabo en todas las sesiones, es decir, destinar los últimos minutos para que los alumnos resuelvan algún ejercicio.

24=100%	23=96%	22=92%	21=89%	20=83%	19=79%	18=75%	17=71%	16=67%	15=63%	14=58%	13=54%	12=50%	11=46%	10=42%	9=38%	8=33%	7=29%	6=25%	5=21%	4=17%	3=13%	2=8%	1=4%	0=0%
---------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	------	------	------

Ejercicios de razonamiento lógico.

Completa las siguientes series de números agregando por lo menos cuatro términos.

- a) 2, 4, 8, 16, 32, ... _____
- b) 2, -1, 3, -2, 4, -3, 5, -4 _____
- c) 1, 4, 9, 16, 25, 36, 49... _____
- d) 501, 5002, 50003, 500004, _____
- e) 7×2 , 8×3 , 9×4 , 10×5 ... _____
- f) 5, 7, 12, 14, 19, 21... _____
- g) 3, 6, 7, 10, 11, 14, 15... _____
- h) 6, 3, 10, 7, 14, 11, 18... _____

Completa el siguiente cuadro. Acomodar los números del 1 al 16, sin repetirlos, de tal manera que la suma de filas, columnas y diagonales debe dar 34.

SESIÓN 4

1er. Seguimiento de la planeación de la asignatura y administración del tiempo

Se sugiere iniciar esta tercera sesión con el **seguimiento de la planeación de la asignatura**, lo que nos permitirá poder hablar con el grupo sobre cómo se han sentido en

estas dos semanas de trabajo, conocer si han tenido algún problema con alguna asignatura o profesor; destinarle el tiempo según las necesidades del grupo.

Continuar la sesión con el tema Administración del tiempo.

A veces parece difícil encontrar el tiempo adecuado para estudiar, y éste nos resulta insuficiente. Constantemente parece que imaginamos el tiempo en actividades que no nos benefician pero si nos divierten mucho. Equilibrar actividades recreativas y estudio no es tan complicado.

Ejercicio: La próxima semana

Objetivo: Que el alumno conozca como está organizando su tiempo actualmente

Pedir al alumno que elabore el siguiente horario después de terminar sus clases.

Horario de actividades diarias

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
2:00 pm						
3:00 pm						
4:00 pm						
5:00 pm						
6:00 pm						
7:00 pm						
8:00 pm						
9:00 pm						
10:00 pm						
11:00 pm						
12:00 pm						

Explicar al alumno la importancia de administrar su tiempo, de revisar sus prioridades, asignar un determinado tiempo a realizar tareas, trabajos, repasar, etc., sin olvidar que un hábito se consolida en 30 días, es importante que empiece a hacerlo, si es que no tiene el hábito de estudiar en casa.

Pedirle que reelabore su horario, tomando en cuenta la importancia de la organización del tiempo.

Horario de Actividades Diarias

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
2:00 pm						
3:00 pm						
4:00 pm						
5:00 pm						
6:00 pm						
7:00 pm						
8:00 pm						
9:00 pm						
10:00 pm						
11:00 pm						
12:00 pm						

Continuar, si el tiempo lo permite, con ejercicios de desarrollo de habilidades del pensamiento. Se sugiere el siguiente ejercicio, el tutor puede aplicar cualquier otro que considere importante. Coloca los números del 1 al 16 sólo una vez, de tal manera que la suma en forma horizontal, vertical y en cada diagonal sea 34.

			4
	3		
		2	
1			

Otra propuesta de actividad para Administración del Tiempo

INSTRUCCIONES

Usted es gerente de marca de la Compañía J & E, la cual se dedica a la manufactura de productos domésticos y está localizada en Xochimilco. Usted tiene que realizar un viaje urgente a la ciudad de Washington D.C. por un lapso de un mes; su avión sale a las 9 p.m.

En este momento son las 9 de la mañana y tiene que administrar su tiempo de tal manera que pueda desempeñar las actividades que a continuación se detallan, antes de partir a su destino. Si se considera necesario, algunas de las actividades que se señalan pueden ser suspendidas o delegadas. Asimismo, le recordamos que usted cuenta con el soporte de una secretaria para el desempeño de sus funciones.

LISTA DE ACTIVIDADES

1. Junta para evaluar rediseño de empaque con el Departamento de Ingeniería Industrial. (60 minutos)
2. Analizar resultados de la marca durante el último mes, y dictar acciones correctivas si es necesario. (120 minutos)
3. Llamada del Gerente General solicitando informes sobre la marca. (10 minutos)
4. Reunión con el Gerente de Grupo para evaluar proyectos en proceso. (60 minutos)
5. Reunión con el Consejo Directivo para tratar últimos detalles de su visita a Washington (90 minutos)
6. Salir a comer con el Ejecutivo de Cuenta de la Agencia de Publicidad, para discutir una nueva estrategia de comunicación. (120 minutos)
7. Llamar al proveedor "X" para darle unos cambios en el diseño del exhibidor que se está fabricando (10 minutos)
8. Pagar tarjeta de crédito en el banco. (30 minutos)
9. Elaborar documento en el que se señale la nueva política de exhibición de la marca en el canal de autoservicios. (30 minutos)

10. Hablarle a su mamá para despedirse. (10 minutos)
11. Ir a la planta para checar problemas de producción. (40 minutos)
12. Durante el día usted tendrá que realizar distintas llamadas personales (60 minutos)
13. El Gerente de Ventas de su Compañía le informa que se encuentra con él el Gerente de Compras de las tiendas de autoservicio "Aurrera" y que se llevará a cabo una junta de trabajo en la que se discutirán distintos aspectos sobre la exhibición y material punto de venta que afecta a su marca. (120 minutos)
14. Debe de llevar, hoy mismo, documentos urgentes al Departamento de Finanzas (20 minutos)
15. Le recordamos que usted necesita llegar al aeropuerto 1:30 horas antes de que salga su avión para registrarse. Regularmente de su Compañía al aeropuerto se hacen 30 minutos de camino.

NOTA:

No existe ninguna restricción en cuanto al orden de las actividades. Las actividades que aparezcan en esta hoja de instrucción y se omitan en la "Agenda" deben de especificarse quién las va a realizar o por qué se omitieron.

SESIÓN 5

“Evaluación de Autoestima”

Es importante iniciar esta sesión haciendo un sondeo con los alumnos sobre la organización de su tiempo ya que, muy probablemente, estemos en semana de exámenes y no podemos olvidar el objetivo del programa de tutoría grupal, disminuir la reprobación y la deserción.

En esta sesión trabajaremos con cuestiones muy básicas de autoestima, necesitamos conocer cómo están nuestros alumnos para dirigir el trabajo para mejorar autoestima y motivación.

Autoestima. Autoexamen.

La autoestima es nuestra autoimagen, o sea, cómo nos sentimos sobre nosotros mismos. La misma se compone de pensamientos y sentimientos sobre cómo somos y actuamos. Mientras más positivos seamos, mayor será nuestra autoestima. Mientras más negativos nos mantengamos, menor será la misma. A partir de una evaluación personal lo más objetiva posible indique con una marca de cotejo en la columna provista a la derecha el número a su respuesta de acuerdo con la siguiente escala:

4. Siempre	3 Casi Siempre	2 Algunas Veces	1 Nunca			
			4	3	2	1
1. Me siento alegre.						
2. Me siento incómodo con la gente que no conozco.						
3. Me siento dependiente de otros.						
4. Los retos representan una amenaza a mi persona.						
5. Me siento triste.						
6. Me siento cómodo con la gente que no conozco.						
7. Cuando las cosas salen mal es mi culpa.						
8. Siento que soy agradable a los demás.						
9. Es bueno cometer errores.						
10. Si las cosas salen bien se deben a mis esfuerzos.						
11. Resulto desagradable a los demás.						
12. Es de sabios rectificar.						
13. Me siento el ser menos importante del mundo.						
14. Hacer lo que los demás quieran es necesario para sentirme aceptado.						
15. Me siento el ser más importante del mundo.						
16. Todo me sale mal.						
17. Siento que el mundo entero se ríe de mí.						

18. Acepto de buen grado la crítica constructiva.				
19. Yo me río del mundo entero.				
20. A mí todo me resbala.				
21. Me siento contento(a) con mi estatura.				
22. Todo me sale bien.				
23. Puedo hablar abiertamente de mis sentimientos.				
24. Siento que mi estatura no es la correcta.				
25. Sólo acepto las alabanzas que me hagan.				
26. Me divierte reírme de mis errores.				
27. Mis sentimientos me los reservo exclusivamente para mí.				
28. Yo soy perfecto(a).				
29. Me alegro cuando otros fracasan en sus intentos.				
30. Me gustaría cambiar mi apariencia física.				
31. Evito nuevas experiencias.				
32. Realmente soy tímido(a).				
33. Acepto los retos sin pensarlo.				
34. Encuentro excusas para no aceptar los cambios.				
35. Siento que los demás dependen de mí.				
36. Los demás cometen muchos más errores que yo.				
37. Me considero sumamente agresivo(a).				
38. Me aterran los cambios.				
39. Me encanta la aventura.				
40. Me alegro cuando otros alcanzan el éxito en sus intentos.				
TOTALES DE CADA COLUMNA				
TOTAL				

INTERPRETACION DEL AUTOEXAMEN

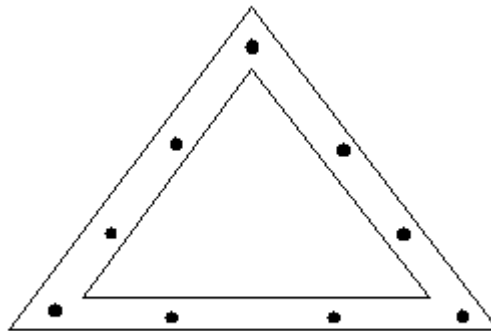
En cada columna sumar las marcas de cotejo y multiplicar por el número que aparece en la parte superior de esa columna. Por ejemplo, diez marcas en la primera fila se multiplican por 4 y equivalen a 40. Anotar esa cantidad en el espacio correspondiente. Luego sumar los totales de las cuatro columnas, y anotar ese total. Examinar, entonces, la interpretación de los resultados con la tabla siguiente

160-104	Autoestima alta (negativa)
103-84	Autoestima alta (positiva)
83-74	Autoestima baja (positiva)
73-40	Autoestima baja (negativa)

Tomar en cuenta los resultados de los alumnos para dirigir nuestro trabajo, si es necesario, a una tutoría individual o canalizarlo a Servicios Estudiantiles, si el tutor lo considera pertinente.

Sugerencia de ejercicio de desarrollo de habilidades

En los puntos de la siguiente figura, coloca los números del 1 al 9, sin omitir ni repetir ninguno de ellos, de manera que sumen 17 en cada uno de los tres lados.



SESIÓN 6

¿Cómo visualizar la perspectiva de tu desarrollo personal?

Se sugiere iniciar la sesión preguntando a los alumnos cómo se sintieron en sus exámenes, cuáles fueron las principales dificultades a las que se enfrentaron, si el tutor ya conoce sus calificaciones del primer parcial revisarlas con ellos y tomar las medidas pertinentes (asesorías de las materias que presenten bajo rendimiento) y, en general, dar seguimiento al objetivo del programa de tutorías.

Continuar la sesión con el siguiente ejercicio

Ejercicio. Como visualizar la perspectiva de tu desarrollo personal.

El objetivo de este ejercicio es que el alumno tutorado tenga un panorama de su pasado, su presente y empiece a delinear su futuro.

“COMO VISUALIZAR LA PERSPECTIVA DE TU DESARROLLO PERSONAL”

INSTRUCCIONES: En el siguiente cuadro utiliza los espacios vacíos para dibujar cómo representarías tu pasado, cómo representarías tu presente, tu futuro y la carrera o trabajo que te gustaría desempeñar.

PASADO	PRESENTE
FUTURO	CARRERA

Analizar lo que el alumno realizó, revisar si su desempeño, hasta este momento, podrá llevarlo a alcanzar las metas que está proyectando para su futuro y su carrera.

Sugerencia de ejercicio de desarrollo de habilidades

Una señora compró cuatro tramos de oro de tres eslabones cada uno.



Como deseaba una pulsera toda unida la llevó a un joyero, quien le indicó lo siguiente: “Yo cobro \$50 por corte y \$50 por unión; entonces el trabajo le cuesta \$400. La señora

contestó: “Acepto sus precios, no voy a regatearle ni un centavo; sin embargo es posible que haga el trabajo por solo \$30. Piense la solución y haga el trabajo”.

EN REALIDAD LA SEÑORA TENÍA TODA LA RAZÓN. ¿QUÉ TUVO QUE HACER EL JOYERO PARA NO DEJAR IR ESE TRABAJO?

SESIÓN 7

<p>2° Seguimiento de la planeación de la asignatura; verificar memoria, atención y concentración</p>

Se sugiere iniciar esta sexta sesión con el **seguimiento de la planeación de la asignatura**, lo que nos permitirá poder hablar con el grupo sobre cómo se han sentido en estas cinco semanas de trabajo, conocer si han tenido algún problema con alguna asignatura o profesor; destinarle el tiempo según las necesidades del grupo.

De igual manera, es importante que el tutor recuerde que debe elaborar el informe parcial en el FOR-06-A para entregarlo el miércoles de la semana 6, presentarlo a Dirección y resguardarlo sellado y firmado como evidencia dentro del expediente del grupo.

Continuar la sesión trabajando algunos aspectos importantes sobre memoria, atención y concentración.

El tutor hará mención de la importancia que tienen estos aspectos, tanto en su vida académica como personal (apoyándose del manual de tutorías)

La memoria humana es la función cerebral resultado de conexiones sinápticas entre neuronas mediante la que el ser humano puede retener experiencias pasadas. Los recuerdos se crean cuando las neuronas integradas en un circuito refuerzan la intensidad de las sinapsis.

Estas experiencias, según el alcance temporal con el que se correspondan, se clasifican, convencionalmente, en memoria a corto plazo (consecuencia de la simple excitación de la sinapsis para reforzarla o sensibilizarla transitoriamente) y memoria a largo plazo (consecuencia de un reforzamiento permanente de la sinapsis gracias a la activación de ciertos genes y a la síntesis de las proteínas correspondientes).

La memoria humana, a diferencia de la memoria de los animales que actúa principalmente sobre la base de sus necesidades presentes, puede contemplar el pasado y planear el futuro. Respecto de su capacidad, se ha calculado el cerebro humano puede almacenar información que "llenaría unos veinte millones de volúmenes, como en las mayores bibliotecas del mundo". Algunos neurocientíficos han calculado que en toda una vida se utiliza solo una diezmilésima parte (0,0001) del potencial del cerebro.

Se dice que la memoria a corto plazo logra guardar de 5 a 7 datos y dura alrededor de 60 segundos.

La memoria a largo plazo puede persistir minutos, horas o años y tiene una capacidad increíble

Guardamos más información que una computadora ya que nosotros podemos llegar a guardar 100 billones mientras que la computadora almacena 1,000 millones.

Para que perdure un recuerdo se requiere de un proceso de repetición o estudio y generalmente clasificación (asignarle una categoría ente elementos relacionados), esta consolidación que se da hace que la información pase de la memoria a corto plazo a la de largo plazo.

Por ejemplo:

Si tenemos que aprender un número telefónico y si es un número de alguien con el que compartimos más tiempo lo repetimos con mayor frecuencia lo que hace que pase la memoria de corto a largo plazo.

¿Por que olvida la gente mayor?

Su capacidad de acumular recuerdos disminuye con la edad, además que hay cambios físicos y químicos. Lo presente se le hace de poco interés. Con el tiempo consolidan más y más de la información.

¿Por qué casi no nos acordamos de cuando éramos niños?

Esto se debe a que carecíamos de un lenguaje y no podíamos fijar muy bien nuestras experiencias en la memoria. Aun no se ha desarrollado bien la capacidad de almacenar recuerdos.

Actividad 1

Se le presenta al grupo una serie de imágenes y palabras durante 30 seg. Después se retiran y se les pregunta que imágenes y palabras son las que recuerdan más.

Reloj		sillón		aretes		computadora
	Anillo		pie		teléfono	2 perro



Radio



pantalón



escuela



Mano

corbata



uña



cinco



Actividad 2

Se le pedirá al grupo que formen un círculo y que recuerde cada uno alguna anécdota que hayan presenciado de niños y que haya sido algo significativo para ellos y posteriormente compartirla con el grupo.

Actividad 3

El instructor leerá una breve historia y al final se les harán algunas preguntas sobre la lectura.

Esta es una chica llamada Estela Gómez, ella estudia el 3er semestre de la carrera de economía en la UNAM, su recorrido diario de su casa a la escuela es de un total de 2:15 min., ella sale de Ecatepec hasta C.U. es una chica tranquila y muy simpática. Es delgada, de cabello corto y chino, ojos chicos de color café oscuro. Regularmente en el trayecto de su casa a la escuela acostumbra leer textos sobre la crisis que le esperaba a México, siempre preocupada por la estabilidad de México.

Su color favorito es el morado, el tipo de música que ella prefiere es el pop, por las tardes alrededor de las 5 ó 6 PM se pone a escuchar su música preferida al lado de su hermana menor llamada María de sólo 7 años de edad.

Estela es una chica muy inteligente, lleva un promedio de 9 en su escuela, y tiene 4 grandes amigas: Ana, Luis, Roberto y Luz.

Su mamá se llama Carmen la cual es muy exigente con su educación hacia sus hijas, mientras que su padre José es muy comprensible y tierno.

Preguntas:

- ¿Cuál es el nombre de la chica de la cual se esta hablando?
- ¿Qué carrera cursa y en que semestre va?
- ¿Dónde estudia?
- ¿Cuánto tiempo hace de su casa a la escuela y de dónde a dónde se traslada?
- ¿Cómo es físicamente?
- ¿Qué le gusta leer en el transcurso de su casa a la escuela?
- ¿Qué color le gusta?
- ¿Qué tipo de música le gusta y a que hora se pone a estudiar por lo regular?
- ¿Cómo se llama su hermana y cuantos años tiene?
- ¿Qué promedio tiene en la escuela?
- ¿Cuál es el nombre de sus mejores amigos?
- ¿Cómo se llama su mamá y cómo es con sus hijas?
- ¿Cómo se llama su papá y cómo es con sus hijas?

Se sugiere realizar el siguiente ejercicio, resaltando la importancia de poner atención a lo que se pide.

Ejercicio:

PRUEBA DE LOS 3 MINUTOS

1. Lea todo antes de hacer nada
2. Ponga su nombre en la parte superior derecha del papel
3. Circule la palabra nombre en el punto número dos
4. Dibuje cinco pequeños cuadros en la parte superior izquierda de este papel.
5. Ponga una equis en cada cuadro
6. Ponga un círculo alrededor de cada cuadro
7. Firme su nombre debajo del título de este papel.

8. Después del título escribe: sí, sí, sí.
9. Ponga un círculo alrededor del punto siete
10. Ponga una equis en la parte inferior izquierda de este papel.
11. Trace un círculo alrededor de la equis que acaba de hacer.
12. En la parte de atrás de este papel, multiplique setecientos dos por sesenta y seis.
13. Trace un rectángulo alrededor de la palabra “nombre” en el punto siete.
14. Grite fuerte su primer nombre cuando llegue a este punto.
15. Si usted piensa que ha seguido cuidadosamente las instrucciones hasta este punto en la prueba, grite fuere “yo sí”.
16. En la parte de atrás de este papel sume ocho mil novecientos cincuenta más nueve mil ochocientos cinco.
17. Ponga un círculo alrededor de su respuesta, ponga un cuadro alrededor del círculo.
18. Cuente en voz normal desde diez hasta el uno en descenso.
19. Perfore tres pequeños hoyos en el margen superior con la punta de su lápiz o pluma.
20. Si usted es la primera persona que llega a este punto diga en voz alta y fuerte las siguientes palabras “yo soy la primera persona en llegar a este punto y soy un líder en seguir las instrucciones”.
21. Subraye todos los números es esta parte de la página.
22. Diga gritando “estoy cerca del final y he seguido las instrucciones”.
23. Ahora que ya terminó de leer cuidadosamente, haga solo lo ordenado en el punto dos.

El ejercicio de habilidades del pensamiento sugerido es un cuadro de Sudoku, el cual nos permitirá observar la importancia de la concentración, atención y paciencia para poder llegar a la solución.

Coloca del 1 al 9 de manera horizontal, vertical y en cada uno de los cuadros de 3x3, sin que se repita un número en una misma columna, fila o cuadrícula.

9	6		7	5			2	
						3		5
	3		1		2	9		
		7	2		8			

3		6				1	9	2
	5			6	9			7
					1	7		9
			9		6		4	
8		9	5	4			1	3

SESIÓN 8

Verificar memoria, atención y concentración.

Se sugiere continuar con el tema de atención, concentración y memoria, para ello revisaremos la importancia de saber escuchar.

El tutor pedirá al grupo tomar una hoja en blanco y escribir números del 1 al 15. Deberán escuchar cada pregunta con toda atención, hacer todos los cálculos mentalmente y escribir sólo las respuestas en la hoja. El tutor leerá los siguientes problemas a una velocidad normal.

1. Empiecen con 8, duplíquenlo, súmenle 4, divídanlo entre 5; la respuesta es:
2. Empiecen con el 11, réstenle 3, súmenle 4, súmenle 3, divídanlo entre 3; la respuesta es:
3. Empiecen con 15, súmenle 10, divídanlo entre 5, multiplíquenlo por 6, súmenle 6, divídanlo entre 4; la respuesta es:
4. A un número que sea 4 unidades mayor que 13, súmenle 5, divídanlo entre 2, réstenle 3; la respuesta es:
5. A un número que sea 2 unidades menor que 9, súmenle 6, súmenle 5, multiplíquenlo por 2, divídanlo entre 4; la respuesta es:
6. Súmenle 6 a 12, réstenle 9, súmenle 10, réstenle 13, duplíquenlo; la respuesta es:
7. Sumen 4 a 5, súmenle 6, súmenle 7, súmenle 9, súmenle 9, divídanlo entre 4; la respuesta es:
8. Réstenle 6 a 11, súmenle 5, multiplíquenlo por 5, réstenle 15; réstenle 10,, súmenle 1; la respuesta es:
9. A un número que sea 6 unidades mayor que 6, súmenle 3, divídanlo entre 5, multiplíquenlo por 4, súmenle 1; la respuesta es:
10. Toman la raíz cuadrada de 36, súmenle 5, súmenle 14, divídanla entre 5, súmenle 3, divídanla entre 4; la respuesta es:
11. A un número que sea 5 unidades mayor que 6, réstenle 3, súmenle 2, súmenle 3, súmenle 3, súmenle 9, divídanlo entre 2, la respuesta es:
12. En la serie de números 4-7-8-6-9-12, los tres primeros números fueron:
13. En la serie de números 4-6-9-9-7-6-3, la suma de los tres primeros es:
14. En la serie de números 7-9-6-8-4-9-6-10, el número impar más pequeño es:

15. En la serie de números 4-5-7-8-6-2-1-9, la suma de ellos es:

RESPUESTAS: 1)4; 2)5; 3)9; 4)8; 5)9; 6)12; 7)10; 8)26; 9)13; 10)2; 11)11; 12)4-7-8; 13)19; 14)7; 15)42.

Podemos concluir la actividad haciendo algunas preguntas a los alumnos para que reflexionen, se sugiere:

1. ¿Cuántos de nosotros “dejamos de escuchar” cuando estamos confusos o “perdidos” con una pregunta o problema?
2. ¿Les ha ocurrido alguna vez que las personas parecen “dejar de escuchar” cuando les están dando instrucciones?
3. ¿Qué podemos hacer para evitar esta pérdida de atención o para estimular una escucha activa?

Podemos continuar con un ejercicio de “Teléfono descompuesto” o bien con los siguientes acertijos: pedirle a los alumnos que en su misma hoja ahora enumeren del 1 al 10, se les leerán una serie de preguntas, todas ellas con respuestas breves. Sólo tendrán que escribir las respuestas en sus hojas. Leer cada pregunta una sola vez.

Prueba de saber escuchar: acertijos

1. ¿Hay alguna ley que impida a un hombre casarse con la hermana de su viuda?
2. Si usted se acostase a las ocho de la noche y pusiera el despertador para las nueve de la mañana, ¿cuántas horas dormiría?
3. ¿Cantan “Abril en Portugal” en Abril?
4. Si usted tuviera un fósforo y entrase a un cuarto muy frío en donde hubiera una vela, un calefactor de petróleo y una estufa de leña, ¿cuál encendería primero para entrar en calor pronto?
5. Cuántos animales de cada especie llevó Moisés en el arca durante el Diluvio Universal?
6. Los Yankees y los Tigres juegan 5 juegos de béisbol. Cada uno gana 3 juegos. No hubo empates ni juegos protestados. ¿Qué ocurrió?

7. ¿Cuántos natalicios tiene un hombre promedio? ¿Y una mujer promedio?
8. De acuerdo con las leyes internacionales, si un avión se estrella precisamente en la línea fronteriza entre dos países, ¿se sepultaría a los supervivientes no identificados en el país al cual viajaban o en el país del cual venían?
9. Un arqueólogo dice que encontró una moneda marcada con claridad 45 a. de C. ¿Verdad o mentira?
10. Una persona construye una casa normal con cuatro lados y todos miran al sur. Llega un oso a su puerta y toca el timbre. ¿De qué color es el oso?

RESPUESTAS:

1. No hay ninguna ley que impida a un hombre casarse con la hermana de su viuda, pero para tener viuda, debe estar muerto.
2. Dormiría una hora. Los despertadores no conocen la diferencia entre el día y la noche.
3. Por supuesto. Y también en mayo, junio o diciembre.
4. Primero que nada, el fósforo.
5. Moisés no llevó ningún animal. El que lo hizo fue Noé.
6. ¿Quién dijo que los Yankees y los Tigres estaban jugando entre ellos en esos juegos?
7. El hombre promedio, igual que la mujer promedio tienen un solo natalicio. Todos los demás son cumpleaños o aniversarios del natalicio.
8. Ninguna ley autoriza sepultar a los supervivientes, en especial si tienen fuerzas para protestar.
9. El arqueólogo era un mentiroso, porque a. de C., significa “antes de Cristo” y ¿cómo pudieron saber cuándo nacería Cristo?
10. El oso que tocó el timbre de la puerta tendría que ser un oso polar. El único sitio en donde se puede construir una casa en el que los cuatro lados miren al sur, es en el Polo Norte. En cualquier dirección que se mire siempre será al sur.

Concluir con un ejercicio de habilidades del pensamiento, para estimular la atención y concentración.

Sopa de números. Localiza en la siguiente sopa los números que te piden abajo.

2	4	9	1	6	9	0	6	8	0	5	1	5	6	2
3	5	2	8	9	4	3	7	1	3	0	9	9	8	5
4	4	1	8	4	0	7	1	3	0	1	4	7	4	5
0	3	4	6	8	7	6	2	0	4	1	2	8	4	6
0	2	4	2	8	3	5	4	3	3	8	0	8	1	9
1	1	2	6	9	0	6	2	4	0	6	7	0	9	9
1	2	4	5	1	0	3	2	1	3	5	1	9	0	3
2	0	7	9	4	0	2	8	9	1	3	5	7	7	0
2	7	1	9	6	3	4	7	8	3	2	0	0	0	7
2	5	0	7	6	8	2	0	0	4	6	4	6	2	8
3	4	0	3	1	0	1	2	4	7	2	2	3	5	1
0	7	1	4	7	1	3	0	3	6	1	0	1	3	1
0	0	8	5	0	0	4	4	5	6	1	9	7	2	3
1	7	9	5	4	6	4	6	6	0	0	5	4	1	2
0	1	2	3	0	2	3	8	7	1	1	2	9	7	1
7	3	6	9	3	2	1	9	4	0	0	0	4	5	1
7	2	2	6	7	0	1	8	1	0	3	0	5	8	0

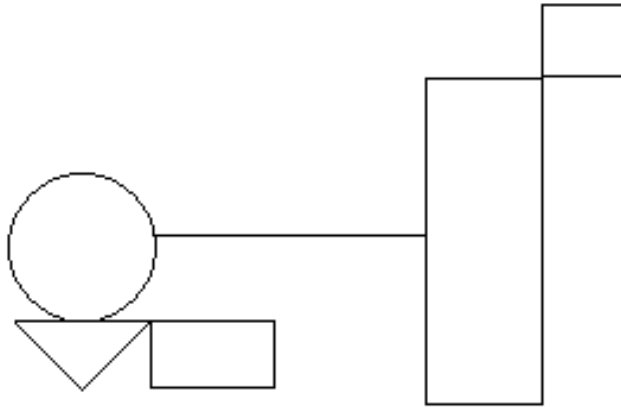
- | | | |
|---------------------------------|---|-----------------------------|
| ➤ Trescientos tres. | ➤ Dieciséis. | ➤ Cuatrocientos veintiséis. |
| ➤ Cuatro mil doscientos trece | ➤ Cuatrocientos veinte. | ➤ Tres mil dieciocho |
| ➤ Mil uno. | ➤ Dos mil ciento cuarenta y cinco. | ➤ Setecientos setenta |
| ➤ Un millón diez mil. | ➤ Seiscientos cincuenta y seis | ➤ Siete mil setenta y uno |
| ➤ Dos mil doscientos veintidós. | ➤ Ochenta y ocho mil novecientos catorce. | ➤ Mil trescientos nueve |
| ➤ Veintitrés mil veintitrés. | ➤ Quinientos sesenta y dos | ➤ Mil setecientos cuatro |

SESIÓN 9

Importancia de la comunicación

En esta sesión continuaremos con la importancia de la comunicación y demostrar los numerosos problemas de malos entendidos que pueden ocurrir con la comunicación unilateral.

Prepara un diagrama similar al siguiente:



Pedir a un voluntario su ayuda para esta demostración. Explicar a los alumnos que el voluntario va a describirles algo y que su tarea consiste sólo en seguir las instrucciones para trazar las ilustraciones.

Entregar al voluntario la figura. Hacer que se ponga de espaldas al auditorio para impedir la comunicación visual. El voluntario sólo puede emplear la comunicación verbal (es decir, no hará gestos ni señas con las manos, etc.). Además, no se permiten preguntas de los alumnos. En pocas palabras, sólo se permite la comunicación unilateral. Cuando concluya el ejercicio, proyectar la imagen con un proyector y pedir a los participantes juzgar si sus dibujos tienen alguna remota semejanza.

(Si el tiempo lo permite, este ejercicio se puede continuar de inmediato con otro voluntario que utilice una ilustración semejante, pero se permitirá plena y libre comunicación bilateral).

Preguntas para discutir y reflexionar

1. ¿Cuántos de nosotros nos quedamos confusos y, sencillamente “dejamos” de escuchar? ¿Por qué?
2. ¿Por qué fue tan difícil seguir la comunicación unilateral?
3. Ni siquiera la comunicación bilateral puede asegurar una comprensión completa. ¿Cómo podremos hacer más eficaces nuestros esfuerzos para comunicarnos?

Examen de aritmética

El siguiente ejercicio nos permitirá demostrar que las personas no siempre leen ni siguen las instrucciones escritas aunque sean sencillas.

El tutor comentará que el examen es muy sencillo con problemas muy fáciles de suma, resta, multiplicación y división. Distribuir las hojas con la cara hacia abajo y diga: “Tan pronto les diga empiecen volteen las hojas y trabajen con toda la rapidez que puedan. En cuanto terminen volteen otra vez sus hojas y levanten la mano derecha. En sus marcas... listos... empiecen”.

Estas instrucciones las debe dar el tutor en forma apresurada y no dejar que le hagan preguntas. Deles la impresión de que el tiempo apremia y se deben dar prisa con esta asignación. Concédales sólo 30 segundos y dígales, para interrumpirlos: “Ya veo que casi todos acabaron; vamos a verificar sus respuestas”. Una pausa. “La respuesta al número uno, por supuesto, ¿cuál es? (Nota: Se sabe por experiencia que, cuando menos, la mitad del grupo contesta). Informe que “16” es lo correcto, aunque algunas personas hayan contestado “10”.

Continuar “¿Cuál es la respuesta para el número dos?”. Después de una o dos respuestas más, demuestre que hay respuestas diferentes y diga al grupo “¿Tenían todos ustedes la misma hoja?” Luego deje que el grupo lea las instrucciones en silencio para que reconozcan el problema.

Preguntas para discutir y reflexionar

1. ¿Recuerdan el dicho de “Si nada da resultado, lean las instrucciones”? ¿Por qué no lo hicieron en este caso? (El corto tiempo, tengo otros problemas).
2. ¿Han visto algún caso en el cual las instrucciones mal dadas o a toda prisa pueden ser peor que no darlas?
3. ¿Experimentó alguno de ustedes la presión del grupo cuando empezaron este ejercicio? ¿Qué efectos tuvo en su rendimiento?

Examen de aritmética

En estos sencillos problemas aritméticos, el signo de más (+) significa multiplicar; el signo de división (÷) significa sumar; el signo de menos (-) significa dividir y el signo de multiplicación (x) significa restar. Resuelvan estos problemas de acuerdo con estas instrucciones.

$$8 + 2 =$$

$$9 + 11 =$$

$4 \times 3 =$

$6 \div 2 =$

$9 - 3 =$

$7 \times 4 =$

$4 + 4 =$

$8 - 4 =$

$12 \times 2 =$

$20 - 10 =$

$9 - 1 =$

$5 \div 6 =$

$2 \times 1 =$

$10 - 5 =$

$12 + 2 =$

$6 \div 6 =$

$8 + 5 =$

$6 + 6 =$

$17 \times 2 =$

$14 \div 7 =$

$14 - 7 =$

$6 \times 5 =$

$8 \div 3 =$

$7 \times 2 =$

$9 + 2 =$

$8 - 4 =$

$9 + 6 =$

$1 \div 1 =$

$8 \times 7 =$

$13 - 1 =$

$16 - 4 =$

$8 \times 2 =$

$9 \div 9 =$

$6 \times 2 =$

$8 + 4 =$

$10 - 2 =$

$4 - 1 =$

$18 - 3 =$

$8 + 2 =$

$15 \times 3 =$

SESIÓN 10

Seguimiento de la planeación de la asignatura y percepción

Se sugiere iniciar esta novena sesión con el **seguimiento de la planeación de la asignatura**, lo que nos permitirá poder hablar con el grupo sobre cómo se han sentido en estas nueve semanas de trabajo, conocer si han tenido algún problema con alguna asignatura o profesor; destinarle el tiempo según las necesidades del grupo.

En esta sesión trabajaremos cuestiones de percepción.

¿Qué tan buenos observadores somos?

Lo que se busca es demostrar que las personas, con mucha frecuencia, no somos buenos observadores de las cosas comunes y corrientes.

El tutor pedirá a un alumno que le preste su reloj, que no sea digital, un momento. Después de recibir el reloj, decir a ese alumno que quiere probar su poder de observación y pedir al grupo que observe en silencio a la persona que le prestó el reloj. Decir al alumno que suponga que perdió el reloj y el tutor lo encontró y que antes de devolverlo quiere determinar que sea suyo. Algunas preguntas que puede hacer: ¿Qué marca es? ¿De qué color es la carátula? ¿Tiene alguna cosa impresa en la carátula? ¿Tiene números o arábigos? ¿Tiene también calendario o sólo la fecha? ¿Tiene segundero?, etc.

Si el grupo responde en silencio mientras el voluntario trata de contestar oralmente las preguntas, la demostración es más fácil (es decir, muchas personas no pueden describir en forma completa y exacta su reloj, aunque lo vean docenas de veces al día).

Preguntas para discutir y reflexionar

1. ¿Quién, además del dueño del reloj, no pasó este examen? ¿Por qué?
2. ¿Por qué no somos más observadores? (La presión del tiempo, falta de interés, dar las cosas por sentadas, etc.).
3. ¿Han visto algunos casos en que las personas han pasado por alto cosas comunes y han surgido problemas?

Continuar con ejercicios que demuestren que las personas ven lo que desean ver; los conceptos prominentes son los que llaman la atención, mientras que los de menos importancia aparente pasan inadvertidos.

Se les distribuirá al grupo hojas, con el frente hacia abajo, de la siguiente página. Cuando todos estén listos, pedirles voltear las hojas y contar cuántas veces aparece la letra efe. Conceda sólo un minuto y pregunte: “¿Cuántos de ustedes tienen la hoja con tres efes?” (Debe esperar que así lo señale más o menos la mitad del grupo.) “¿Quién tiene cuatro efes en su hoja? ¿Quiénes tienen cinco? ¿Hay alguien que tenga seis?” (Alrededor del 50% del grupo sólo verá tres efes y alrededor del 10% verá las seis efes. Los demás, verán 4 ó 5 en la hoja.

Cuenten las efes

Los filmes fenomenales son el resultado de años de fuertes estudios científicos combinados con años de frustraciones.

Opciones:

Preguntar: quiénes tienen 4, 5 ó 6 efes en su hoja y que levanten la mano; haga que quienes tienen tres intercambien sus hojas para que puedan “ver” las seis. Muchos tendrán dificultades para localizar las seis efes.

Preguntas para discutir y reflexionar:

1. ¿Por qué no pudimos ver todas las seis efes la primera vez?
2. ¿Han observado situaciones en las cuales sólo las cosas importantes reciben atención? ¿Quién decide lo que es importante?
3. ¿Cómo podemos persuadir a las personas a que presten más atención a los detalles? ¿Es siempre importante?

Sugerencia de ejercicio de desarrollo de habilidades del pensamiento

Consigue leer las primeras palabras y el cerebro descifrará las otras.

C13RT0 D14 D3 V3R4N0 3574B4 3N L4 PL4Y4 0853RV4ND0 D05 CH1C45
8R1NC4ND0 3N L4 4R3N4. 357484N 7R484J4ND0 MUCHO Y C0N7RU14N UN
C4571LLO D3 4R3N4 C0N 70RR35, P454D1Z05 0CUL705 Y PU3N735. CU4ND0
357484N 4C484ND0, V1N0 UN4 0L4, D357RUY3ND0 70D0; R3DUC13ND0 3L
C4571LLO 4 UN M0N70N D3 4R3N4 Y 35PUM4 P3NS3 9U3 D35PU35 D3
74N70 35FU3RZ0, L45 CH1C45 C0M3NZ4R14N 4 LL0R4R; P3R0 3N V3Z D3
350; C0RR13R0N P0R L4 PL4Y4 R13ND0 Y JU64ND0.

Y C0M3NZ4R0N 4 C0N57RU1R 07R0 C4S71LLO. C0MPR3ND1 9U3 H4B14
4PR3ND1D0 UN4 6R4N L3CC10N: P4S4M0S MUCHO 713MP0 D3
NU357R45 V1D45 C0N57RULL3ND0 4LGUN4 C054 P3R0 CU4ND0 M45 T4RD3
UN4 0L4 LL364 4 D3STRU1R 70D0, 50L0 P3RM4N3C3 L4 M174D, 3L C4R1Ñ0,
Y L45 M4N05 49U3LL4S 9U3 50N C4P4C3S D3 H4C3RN05 50NRR31R.

54LUDO5 Y 83505

SESIÓN 11

Cierre de cuatrimestre

En la última sesión de Tutoría se sugiere pedir a los alumnos que comenten cómo se sintieron a lo largo de este cuatrimestre.

Se sugiere realizar la siguiente actividad:

Los alumnos tutorados deberán estar sentados formando un círculo continuo, cada alumno tendrá una hoja en sus manos y una pluma, se les pedirá que anoten en la hoja su nombre y que escriban 2 ó 3 cualidades que ellos consideren poseen, después deberán pasar la hoja a la derecha y tomarán la de su compañero, escribirán en esa hoja 2 ó 3 cualidades de dicho compañero, vuelven a pasarla a la derecha y así sucesivamente; la hoja no debe llegar a sus manos, su hoja la tendrá el compañero que esta sentado a su izquierda, se le pide a un alumno que inicie leyendo las cualidades de su compañero de la siguiente manera:

Mirándolo a los ojos le dirá: “Juan tú eres...” y leerá todo el listado de las cualidades que hayan anotado sus compañeros, al final le entrega su hoja y le dan un aplauso.

Es importante que sólo se escriban cualidades, se cierra la actividad haciendo hincapié de lo valiosos que son y el tutor cerrará el curso de tutorías.

Sería muy importante que les pregunte y que los alumnos escriban en una hoja cuáles son los temas que les gustaría se trabajara en el siguiente cuatrimestre.