

LA PLANIFICACIÓN TEMPORAL COMO COMPETENCIA TRANSVERSAL PARA EL DESARROLLO PERSONAL DEL ESTUDIANTE

Nathalie Moreno Vergara¹, José del Campo-Ávila¹, Jose A. Onieva¹, Manuel Fernández Bertoa¹.

¹ Departamento de Lenguajes y Ciencias de la Computación. Complejo Tecnológico. Universidad de Málaga. 29071, Málaga, España
{moreno, jcampo, onieva, bertoa}@lcc.uma.es

Resumen

En todos los ámbitos y perfiles profesionales, incluido el de estudiante, carecer de una planificación temporal suele derivar en una reducción de la productividad laboral. A dicha merma en la productividad se suman una serie de efectos psicológicos (estrés, frustración, baja autoestima, etc.) que, en el perfil particular del estudiante, redundan en una desorientación generalizada durante su etapa de aprendizaje; desorientación marcada por continuos períodos en los que la agenda de estudios se dispone como insalvable, haciendo incluso que abandonen asignaturas o los estudios.

Durante este trabajo hemos incidido en una competencia transversal que puede ser de gran utilidad a todos los graduados, tanto en el ejercicio de su profesión como en la fase previa de formación: *gestión del tiempo y planificación de tareas*. En el contexto anteriormente expuesto, nuestro objetivo ha sido el de: (a) hacer consciente al estudiante de la problemática que conlleva la falta de planificación en lo que respecta a la gestión del tiempo y las tareas; (b) ofrecerle un conjunto de herramientas y recursos prácticos con los que hacer frente a dicha problemática.

Para ello hemos diseñado y puesto en práctica una iniciativa dividida en fases y aplicada a asignaturas de distintos grados, cursos y semestres (aunque todas con un perfil tecnológico). En este trabajo explicamos la metodología seguida para poner a disposición de los alumnos la posibilidad de adquirir las bases de esta competencia. También presentamos la valoración llevada a cabo por los alumnos, así como los resultados y conclusiones extraídas.

Palabras clave: planificación de tareas; gestión del tiempo; herramientas tecnológicas

1 INTRODUCCIÓN

Muchos alumnos, durante el desarrollo del Grado, sufren dificultad para planificar convenientemente su tiempo con objeto de afrontar las distintas tareas y actividades que la adquisición de competencias les supone. Aún tratándose en la mayoría de los casos de alumnos responsables y con capacidad de trabajo, la facilidad para postergar las tareas -incumpliendo los plazos de entrega- acaba siendo un obstáculo conocido con el nombre de *procrastinación*.

Para todo procrastinador, trátase de un estudiante o un profesional, la escasez de tiempo es una herramienta más que permite inyectar la presión necesaria en el sistema para impulsar al procrastinador hacia el desarrollo de la tarea aplazada. Esta forma de proceder, cuando resulta efectiva por primera vez, acaba convirtiéndose en un hábito que se repite, interioriza y hace crónico aún cuando dicho hábito implique un sobreesfuerzo adicional para el cumplimiento de las metas.

Adquirir la capacidad de gestionar el tiempo y planificar las tareas de forma apropiada, sin acometer sobreesfuerzos innecesarios, debiera ser elemento fundamental para mejorar la productividad ya desde la vertiente académica. Por tanto, conviene fomentar en el alumno esta habilidad resultando de gran ayuda para él tanto desde un punto de vista tanto operacional (“puedo”) como psicológico (“sé que puedo porque tengo una metodología y herramientas”).

En este trabajo mostramos cómo el alumno, a través del uso de las nuevas tecnologías y su reflexión propia, puede adquirir la competencia de planificar correctamente tareas académicas de forma que consiga una mejor gestión de su tiempo. La propuesta aquí presentada se enmarca dentro del contexto de un proyecto de innovación educativa cuya base para el logro de la gestión temporal del alumno se apoya en técnicas ya contrastadas (*planificación de vida, planes de carrera, prevención y*

solución de problemas, desarrollo de la inteligencia emocional, prevención del estrés, etc.) en áreas como son la orientación laboral o las técnicas de coaching [1].

2 METODOLOGÍA

La metodología planteada para instruir a los alumnos en la competencia de la planificación temporal ha sido estructurada en una serie de fases y tareas, las cuales serán detalladas en la siguiente subsección. Pero antes de describir las mismas es conveniente explicar el contexto en el que se ha aplicado la iniciativa y llevado a cabo la propuesta de trabajo.

El logro de la competencia se ofertó a alumnos que cursaban asignaturas diferentes en Grados heterogéneos (*Biología, Gestión y Administración Pública, Traducción e Interpretación*, etc.). El único punto en común que compartían todos los participantes en la propuesta es que debían aprender contenidos y habilidades propios de la Informática haciendo uso, para ello, de un enfoque basado en nuevas tecnologías. Aprovechando este nexo común, el profesorado podía explotar una misma herramienta para la adquisición de competencias transversales, tales como la planificación de tareas, al tiempo que los alumnos profundizaban en conceptos intrínsecos de la asignatura en particular.

Dado que las guías docentes de las asignaturas en las que se puso en práctica esta iniciativa ya estaban publicadas en el momento de llevar a cabo la experiencia, no fue posible incorporar en ellas modificaciones y se optó por ofertar la actividad a los alumnos como un trabajo voluntario. No siendo pues obligatorio su seguimiento, la propuesta no afectaba a otros grupos de estudiantes cuyos docentes no participaban en el proyecto de innovación educativa.

La importancia de la planificación temporal adquirió especial relevancia para los alumnos cuando, adicionalmente, como parte de la iniciativa, se incluyó una actividad para la toma de contacto con el mundo profesional: ése al que llegarán en el futuro los estudiantes cuando se gradúen. Si bien cada estudiante desempeñará una profesión diferente, debiendo realizar tareas y acciones también diferentes, todos ellos deberán enfrentarse a un reto común: organizarse de tal forma que su rendimiento y productividad sea lo más alta posible.

2.1 Organización por fases

La metodología seguida con los alumnos para la adquisición de la competencia se ha estructurado en una serie de tareas agrupadas en torno a cinco fases. Éstas se han completado en la mayoría de las asignaturas, aunque dependiendo de la disponibilidad de horarios, espacios, y la propia naturaleza de la asignatura, han sido adaptadas de forma conveniente. Hemos de indicar que se trata de un esquema flexible, que ha permitido alcanzar objetivos similares aun cuando las asignaturas fuesen diferentes. La Fig. 1 resume brevemente las fases así como la relación existente entre ellas.

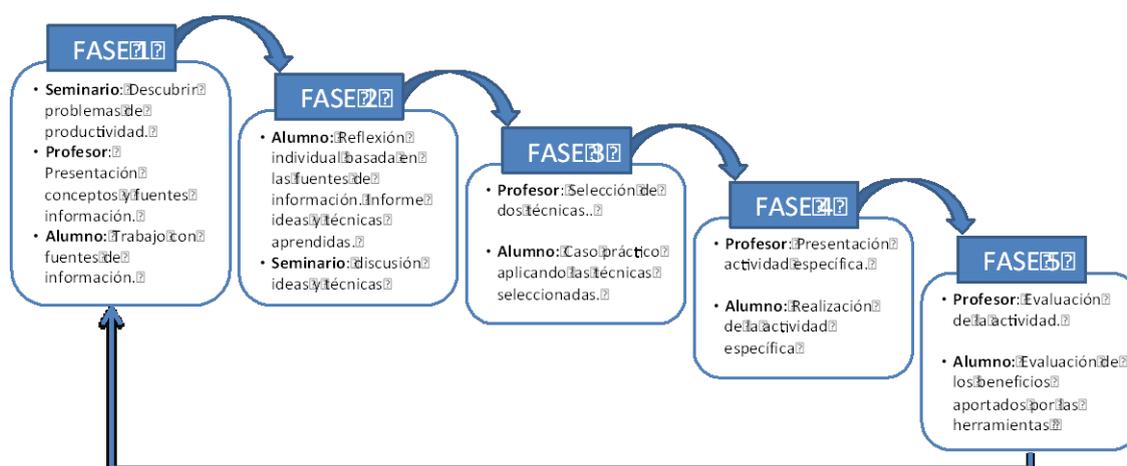


Fig. 1: Fases de la metodología

En las subsecciones siguientes se identifica el objetivo inicial de cada fase y se enumeran las actividades llevadas a cabo dentro de la misma.

2.1.1 Fase 1: Introducción a la productividad.

- **Encuesta:** que incluye la recogida de los objetivos y metas que los alumnos desean alcanzar tras cursar la asignatura: conocimientos finales que les gustaría adquirir, utilidad de los mismos en el ejercicio profesional futuro, calificación a la que aspiran, etc.
- **Seminario:** que permite a los alumnos identificar, de manera previa, los problemas derivados de una deficiente planificación temporal, la problemática de la procrastinación [2] y hasta qué punto les afecta según sus propias experiencias. Así pueden valorar el grado de necesidad que tienen de utilizar métodos y herramientas que les ayuden en esta tarea. Dado que la mayoría de las técnicas presentadas pueden implementarse utilizando recursos tecnológicos, su aplicabilidad práctica y beneficios son ilustrados en el marco de asignaturas que hacen uso de nuevas tecnologías. En esta introducción también se hace hincapié en las ventajas profesionales de saber gestionar el tiempo metodológicamente.
- **Material de trabajo:** como elemento de conexión con la siguiente fase, se proporcionan diferentes fuentes de información (referencias bibliográficas, índices de podcasts, índices de blogs, etc.) para que el alumno pueda documentarse de forma autónoma y no presencial. Ese material bibliográfico tiene como objetivo invitar al alumno a la reflexión y al conocimiento sobre técnicas y herramientas aplicables a la planificación de tareas.

2.1.2 Fase 2: Trabajo de iniciación del alumno.

- **Reflexión individual:** el alumno debe consultar el material de trabajo proporcionado en la etapa anterior y llevar a cabo una reflexión personal que le permita integrar los conceptos. Con esta actividad pretendemos que se produzca una toma de conciencia sobre el tema de la procrastinación. En la consulta de estas fuentes de datos, el alumno descubre que su situación es muy normal y encuentra herramientas para afrontar los problemas de postergación que pueda sufrir.
- **Evaluación inicial:** el alumno debe entregar un documento con las ideas principales que pueda extraer de la reflexión anterior. Dicho documento sirve para enlazar su problemática particular con dos herramientas que pudiesen ayudarle a gestionar, de forma más eficiente, sus horas de trabajo y estudio. Así mismo, el documento debe incluir las acciones concretas que llevarían a cabo para incorporar tales herramientas en su jornada laboral o académica.
- **Reflexión grupal:** se realiza un seminario para que los alumnos puedan compartir sus reflexiones así como las técnicas seleccionadas.

2.1.3 Fase 3: Trabajo del alumno en el ámbito profesional.

- **Caso práctico:** En base a la selección de herramientas que los alumnos realicen en la fase anterior, el profesor elige dos de ellas para aplicarlas en el contexto de un caso práctico centrado en uno de los perfiles profesionales del grado que cursa el alumno. Con ello se pretende acercar al alumno al mercado laboral identificando las tareas que realizaría en el ejercicio laboral de dicha profesión y la gestión de tareas que debería acometer en un período de trabajo determinado. Esta actividad está pensada para realizarse de forma autónoma y no presencial, pero podría ser tutorizada por el profesor si fuese necesario.

2.1.4 Fase 4: Actividades vinculadas con las competencias específicas de las asignaturas.

- **Actividades específicas:** debido a la idiosincrasia y temática particular de cada asignatura, para cada una de ellas se desarrollan actividades específicas. Por ejemplo:
 - En aquellas donde se utilizan hojas de cálculo, se pueden implementar algunos de los aspectos incluidos en metodologías de productividad personal tales como GTD (Get Things Done) [3]. Así, al tiempo que se experimenta con la competencia transversal, el alumno aprende que la funcionalidad de una hoja de cálculo es muy amplia y puede ser aplicada a diferentes contextos (como la planificación de tareas).
 - En aquellas dedicadas a tareas específicas de ingeniería, se puede realizar una simulación de un proyecto de manera que los alumnos realicen una cuidada planificación del trabajo asociado a cada semana (simulada) del proyecto. La simulación se realizaría inicialmente en papel aunque la idea final es trasladarla a una aplicación software que permita la misma en las aulas de informática.

2.1.5 Fase 5: Evaluación.

- Tanto el profesorado como el alumnado realizan actividades de evaluación y reflexión. En concreto, el alumno confronta los objetivos iniciales expresados en la encuesta de la fase uno con los resultados finales obtenidos al finalizar el curso: si se ha alcanzado la calificación inicial deseada, si se han cumplido las estrategias de trabajo iniciales sugeridas por el alumno, etc.

2.2 Material elaborado

En cuanto al material preparado para la ejecución de la experiencia, ésta ha sido coordinado por los profesores participantes y utilizado sincronamente en ellas. En todas las asignaturas se han elaborado encuestas, utilizando las herramientas que ofrece la aplicación de gestión de aprendizaje virtual Moodle, al inicio y final de la experiencia, con objeto de realizar un seguimiento cuantitativo del camino recorrido por los alumnos. El diseño de estas encuestas ha permitido contrastar distintos ítems y hacer hincapié en los resultados. En resumen:

- Presentaciones de diapositivas:
 - acerca de la Gestión del Tiempo, donde se presentan los conceptos básicos, las problemáticas más comunes, metodologías para afrontar dichos problemas, etc.
 - acerca de la metodología GTD (Get Things Done) con un caso práctico, incluyendo la herramienta Remember The Milk (RTM) que permite utilizar las nuevas tecnologías desde diferentes plataformas.
- Encuestas disponibles en el campus virtual (anónimas) [4]:
 - con preguntas iniciales sobre la asignatura y sobre la planificación temporal
 - de satisfacción con la propia asignatura y con la actividad desarrollada

3 ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Para evaluar la adecuación de nuestra iniciativa y el grado de aprovechamiento por parte de los alumnos hemos utilizado básicamente dos herramientas: las encuestas y la respuesta de los alumnos a una pregunta libre sobre la actividad.

Índices de participación. La iniciativa arrancó con una gran acogida e índice de participación por parte de los alumnos si bien dicha participación fue decreciendo a medida que avanzaba el proyecto. Precisamente, la voluntariedad del trabajo que se les plantea así como la disposición en fases de la iniciativa -las fases 4 y 5 coinciden temporalmente con los exámenes finales - pueden ser algunas de las causas responsables del descenso en la participación. La Fig.2 muestra los datos relativos a la participación de aquellos alumnos que fueron activos en (casi) todas las fases de la experiencia.

Índices de satisfacción. En cuanto a la satisfacción de la experiencia por parte de los alumnos, ésta ha sido de una media en todas las asignaturas de 4.1 en la escala de Likert [5] de 5 niveles; dato que consideramos muy positivo por tratarse de una primera iteración de la experiencia.

El único inconveniente destacable respecto a las encuestas es que la participación de los alumnos en la encuesta de valoración final de la experiencia no ha sido la óptima, aunque sí suficiente para el análisis de los datos. Entre las causas se

encuentran el hecho de haber coincidido en el tiempo con la finalización de la asignatura y del resto de asignaturas, y ser anónima y voluntaria.

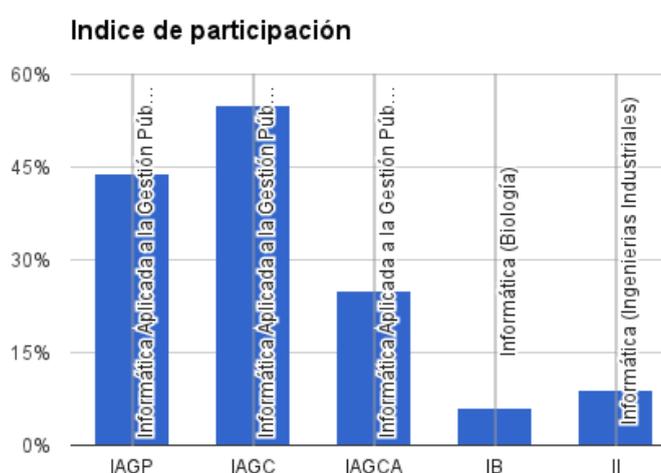


Fig. 2: Índice de participación en las asignaturas

Más concretamente, de los datos obtenidos de las encuestas¹ destacamos las siguientes conclusiones. Una media del 72% de los alumnos, en una planificación inicial estiman dedicar un número de horas menor al estipulado en las guías docentes (y coincidente con la normativa de créditos ECTS). Esto nos hace pensar que a) la asignación temporal de las guías docentes no es realista para los alumnos y b) los alumnos no son inicialmente conscientes del esfuerzo que requiere la consecución de un Grado a través de cada una de sus asignaturas. Son estas conclusiones en las que pensamos trabajar en una segunda iteración.

Se ha observado que los alumnos, tras la finalización del semestre han reducido el número de actividades distintas a realizar a lo largo de la asignatura (menos asistencias a tutorías, participación en los foros) del estimado inicialmente. Sin embargo, aluden una mayor dedicación temporal. En nuestra opinión, se trata de un indicativo que muestra una correlación con a) deficiencias a la hora de planificar todas sus tareas a lo largo del curso y b) menor calificación obtenida de la estimada inicialmente a consecuencia de ello.

Algo que se detectó durante el transcurso de la actividad, con cierta sorpresa por nuestra parte, fue el gran desconocimiento que tenían los alumnos, no sólo de las herramientas, sino de la propia problemática. En la escala de Likert se le asignaba una importancia inicial de 2,35 a la planificación y sin embargo el 79% confiesa tener la sensación de que "las horas del día no son suficientes". Otros datos extraídos que apoyan esta conclusión son el porcentaje de alumnos que califica lo urgente como importante (81%). Sin embargo, alrededor de uno de cada dos alumnos afirma tener unos objetivos claros y bien definidos cada día.

4 CONCLUSIONES Y TRABAJOS FUTUROS

En resumen, los alumnos no son conscientes de las dificultades que tienen para gestionar su tiempo hasta que no se detienen a pensar en ellas y las observan desde otra perspectiva. La ejecución de la iniciativa que proponemos les proporciona una oportunidad para conseguirlo.

Como toda actividad, puede ser refinada y mejorada en sucesivas iteraciones. En nuestro caso, hemos identificado diferentes acciones que creemos inciden en dicha mejora. Por ejemplo, el inicio de la actividad debería adelantarse todo lo posible intentando que coincida con el principio del semestre, de modo que los alumnos puedan aplicar el aprendizaje a la asignatura lo antes posible.

Dado que la experiencia contempla la realización por parte del alumno de dos planificaciones temporales (una dedicada a sus actividades como estudiante y la otra a un perfil profesional relacionado con sus estudios), creemos que sería conveniente reducirlo sólo a una planificación, de forma que únicamente trabajen la fase correspondiente a las actividades relacionadas con sus estudios. El contacto con el perfil profesional, algo que consideramos muy útil, provendría de una tarea inicial en la que el alumno realizaría la búsqueda de perfiles profesionales propios del grado que cursa y expondría las tareas que realiza en clase. Una de estas exposiciones se utilizaría como entrada a la fase siguiente, ya que constituiría el caso de uso sobre el que exponer un ejemplo de planificación temporal con GTD.

REFERENCIAS

- [1] Orientación educativa. Modelos, áreas, estrategias y recursos. Manuel Álvarez González y Rafael Bisquerra Alzina, Wolters Kluwer Educación (2012).
- [2] Eat that Frog: 21 Ways to stop Procrastination and get More Done in Less Time. Bryan Tracy. BK Publishers (2007)
- [3] Getting Things Done. The Art of Stress-Free Productivity. David Allen. Penguin (2003).
- [4] <https://dl.dropboxusercontent.com/u/21469453/encuestas.docx>
- [5] A Technique for the measurement of attitudes. Archives of Psychology, 140, 1-55. Likert, R. (1932).

¹ Estos datos corresponden a dos de las asignaturas participantes en esta experiencia, ya que aún nos encontramos en fase de análisis de todos los datos recogidos. Estas dos asignaturas corresponden a distintos cursos (1º y 4º).