

<b>HABILIDAD</b>	<b>ELEMENTOS DE REFLEXIÓN: Relevancia en el mundo de hoy</b>
<p>1.</p> <p><b>CREACIÓN Y SOSTENIMIENTO DE VÍNCULOS AFECTIVOS</b></p>	<p>La OMS acaba de publicar las cifras de depresión en el mundo: 322 millones de personas (el 4,4% de la población mundial). En Colombia 4,7 % de la población sufre este flagelo. La depresión es considerada una pandemia silenciosa. Los expertos la denominan “gripa psicológica”, pues afecta todos los escenarios y las relaciones de un ser humano. Aunque hay factores neurológicos también está asociada a la soledad. El principal propósito de la vida es aprender a amar a otras personas y hallar personas que sepan amarnos. Se puede tener éxito laboral, buenos ingresos y prestigio, pero si nuestras relaciones afectivas son pobres, si no generamos vínculos interpersonales fuertes y duraderos, no lograremos una experiencia satisfactoria de la vida. Los expertos coinciden en que tener buenos amigos, una familia amorosa y solidaria, son factores más decisivos para ser feliz que tener muchos placeres o dinero.</p>
<p>2.</p> <p><b>SENTIMIENTOS DE EMPATÍA Y COMPASIÓN</b></p>	<p>La clave para ser un buen ser humano es aprender a sintonizarse con el dolor y con la dicha de los otros seres humanos. Uno puede ser muy inteligente y muy competente en su campo, pero si somos indiferentes a los sentimientos y emociones de los demás, no vamos a desarrollar nuestra plena humanidad, nos vamos a deshumanizar y terminaremos siendo egoístas y sordos al clamor de los demás. El papa Francisco dijo hace días que el mundo de hoy asiste a un fenómeno terrible: La globalización de la indiferencia. Todos los días vemos en las noticias el espectáculo siniestro de personas exitosas, privilegiadas, con riqueza, pero a quienes no les importa la vida de los demás y por eso se degradan en las telarañas de la corrupción, venden su conciencia y juegan con la vida de los más necesitados. Una persona inteligente pero sin ética y sin compasión, es una máquina de hacer cálculos egoístas, es un peligro para la sociedad y para el planeta.</p>
<p>3.</p> <p><b>CAPACIDAD DE AUTOMOTIVARSE ANTE LOS RETOS</b></p>	<p>Si toda la vida uno se acostumbra a que otros lo motiven, ya sea con premios o castigos, con palmaditas en el hombro o con amenazas, nunca va a ser dueño de su vida, siempre dependerá de la buena o mala voluntad de alguien más. Hay personas que dependen siempre del estímulo externo (motivaciones extrínsecas), de los elogios, que cuando las cosas salen bien y obtienen el reconocimiento de los demás, mantienen en alto su moral y se muestran entusiastas. Pero cuando las cosas se ponen difíciles, cuando los resultados no se dan, cuando otros hacen críticas, cuando los aplausos no llegan, entonces se desaniman y abandonan. La educación y el entorno en el que uno crece hacen que desarrolle la capacidad de automotivarse y persistir o de desanimarse y abandonar. Cuando aparecen las dificultades es cuando más podemos aprender y fortalecernos para retos futuros. Los seres humanos que han hecho avanzar la historia son precisamente los que se estimulan a sí mismos con los desafíos. Esta, como todas las habilidades y destrezas, se aprende y se desarrolla.</p>
<p>4.</p> <p><b>HABILIDADES SOCIALES PARA GENERAR SINERGIA</b></p>	<p>“Sinergia” es una palabra de moda y quiere decir, simplemente, la capacidad que algunos tienen para unir sus fortalezas y talentos con las fortalezas y talentos de los demás para trabajar unidos por una meta común. Son múltiples las habilidades y destrezas que hacen posible la sinergia. Desde las relaciones de cortesía (que hoy en día viene entrando en desuso), pasando por el reconocimiento y la valoración de las fortalezas de los demás, hasta la compleja capacidad de interactuar con otros en un trabajo cooperativo, con las presiones y crisis que esto pueda traer. Toda la vida nos han insistido en que tenemos que ser muy inteligentes, ser el número uno, vencer a los demás. Pero la clave del verdadero éxito es aprender a trabajar con otros, potenciarnos mutuamente, aportar nuestro talento y esfuerzo con humildad, sabiendo que nadie lo sabe todo y que nadie tiene todos los talentos. Esto es lo que los expertos denominan Inteligencia Social, es el rasgo humano más importante y la clave de nuestra supervivencia como país y como especie. Lo más importante: estas habilidades se aprenden, con la práctica y la teoría adecuadas, y, mejor aún, si se empieza desde el colegio y la familia.</p>

<p>5.</p> <p>RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS CON ACUERDOS RACIONALES</p>	<p>Últimamente el tema de la paz, el cese del conflicto armado han ocupado casi todo el espacio de los medios de comunicación. Pero poco reflexionamos sobre la necesidad de aprender a reconciliarnos y de manejar de manera más inteligente los conflictos en nuestra vida cotidiana. Lo primero que deberíamos aprender es que los conflictos no solamente son parte inherente de nuestra vida, sino que son necesarios para crecer y mejorar como sociedad. Lo malo no es tener conflictos sino que aprendimos a reaccionar de manera violenta ante ellos. Aprendimos, desde pequeños y sin darnos cuenta, a responder de manera agresiva cuando alguien piensa y siente diferente. Qué más se puede esperar cuando vemos a personajes influyentes de la vida nacional que recurren a la violencia y que expresan odio hacia sus contradictores. No somos iguales ni tenemos por qué serlo. Aprovechar los desacuerdos es una virtud de la vida democrática, pero para ello es preciso que renunciemos a ser dueños de la verdad y a tener que derrotar a los demás con nuestro dogmatismo. Todo se reduce a ganar o perder, pero en la convivencia fraterna todos debemos ceder en algo para que todos ganemos y podamos vivir como seres humanos.</p>
<p>6.</p> <p>PASIÓN INTELLECTUAL</p>	<p>Todos los seres humanos, y es el sello de identidad de nuestra especie, tenemos una inclinación natural hacia el conocimiento, nos gusta aprender, es la clave de nuestra supervivencia. La prueba de ello es la capacidad de asombro que todos los niños demuestran en la “edad de los porqués”. Pero, lamentablemente, con los años, con el paso de la primaria a la secundaria, si no antes, esta curiosidad natural se va perdiendo. En su lugar se instala el conformismo de estudiar solamente para las evaluaciones. Triste preludeo de una vida laboral en la que luego trabajaremos solo por el salario. Cuando se pierde pasión intelectual no se pierde un lujo o un pasatiempo, estamos perdiendo el pasaporte a una vida más plena porque el placer de aprender nos va a brindar mejores oportunidades en un mundo cada vez más complejo y cambiante. Este mundo requiere personas que se hagan preguntas, que se planteen retos y busquen soluciones a los problemas que nos amenazan.</p>
<p>7.</p> <p>COMPETENCIA LECTORA PARA SER AUTODIDACTA</p>	<p>Todos estamos de acuerdo en que la lectura es muy importante en la vida de una persona, pero los esfuerzos por mejorar nuestra capacidad lectora son aún insuficientes. Las universidades se quejan del nivel de lectura con el que ingresan los estudiantes. Los resultados en las pruebas internacionales lo confirman: no somos buenos lectores. Aprender a leer de verdad, comprender las ideas de textos complejos, relacionar esas ideas con otras, son tareas que requieren años de entrenamiento, dominio del lenguaje, operaciones mentales complejas, capacidad de persistir, de leer y releer. Aprender a leer es el paso obligatorio para cualquier otro aprendizaje. Allí se juega nuestro futuro universitario y laboral porque en el mundo de hoy todo gira alrededor del conocimiento y este se nos ofrece en textos, textos físicos o digitales, pero textos que ponen a prueba nuestra competencia lectora. Uno no lee porque le resulta aburridor y se aburre porque no comprende bien lo que lee. Si toda la vida vamos a tener que seguir aprendiendo, aprender a leer es un reto y una oportunidad.</p>
<p>8.</p> <p>PENSAMIENTO CRÍTICO</p>	<p>En un mundo donde estamos expuestos a gran cantidad de información que proviene de fuentes desconocidas y de la cual no es fácil conocer su confiabilidad, es urgente que desarrollemos las habilidades propias de una sana autodefensa intelectual. Hablamos del fino arte de la reflexión crítica que nos permite detectar las estrategias de manipulación mental de tantos que quieren sacar provecho, abusar de nuestra inocencia, engañarnos con falsos razonamientos. Y es que las mentiras maquilladas de verdad circulan por todas partes: en los discursos de los políticos, en los anuncios publicitarios, en las redes sociales, en algunas iglesias, en todas partes. Siempre estamos alerta contra los microorganismos que pueden atacar nuestro cuerpo, pero bajamos la guardia ante los virus ideológicos que invaden nuestras mentes, coartando nuestra libertad y manipulando nuestras decisiones. Aprender a pensar críticamente requiere hábitos como la reflexión, la capacidad de argumentación y el diálogo inteligente</p>

<p>9.</p> <p>CULTURA CIENTÍFICA</p>	<p>La ciencia ha transformado el mundo en el que vivimos. La ciencia no es perfecta ni lo sabe todo, pero es la causante directa de que hoy tengamos una mayor calidad de vida, de que hayamos vencido enfermedades que azotaban a la humanidad, diseñado artefactos que nos brindan comodidad, explorado el espacio exterior para proyectar nuestro futuro. La ciencia nos permitió superar temores y afianzar la confianza en nuestros poderes. Aun así la ciencia no es arrogante sino que reconoce sus límites y la necesidad de una permanente autocrítica. Formarnos en una cultura científica es necesario para ser ciudadanos del siglo XXI pues la ciencia, para bien y para mal, ha modelado el mundo en que vivimos y es nuestro deber entender las claves de ese mundo, conocer sus métodos, valorar sus aportes, evaluar sus peligros. No todos vamos a ser científicos, eso está muy claro, pero todos debemos, como ciudadanos responsables del mundo, apoyar los proyectos científicos y resulta imposible apoyar lo que no se conoce.</p>
<p>10.</p> <p>PENSAMIENTO LÓGICO-MATEMÁTICO</p>	<p>Las matemáticas siempre han sido admiradas (ser bueno en matemáticas es sinónimo de ser inteligente) y, al mismo tiempo, odiadas (son muy difíciles y solo son para unos pocos iluminados). Si a esto le sumamos que se ven como una serie de malabarismos complicados e inútiles en la vida real (solo sirven para pasar o para perder el año), el panorama de desmotivación que suele rodearlas es muy habitual. Las matemáticas, como la ciencia, son el sistema de pensamiento que ha modelado el mundo en el que vivimos. Un dominio básico de esta disciplina es necesario para moverse en el mundo real, para entender las transacciones, para adquirir una mínima cultura financiera, para no dejarnos asaltar en nuestra ingenuidad, para planear nuestros proyectos, administrar nuestros recursos. Saber matemáticas no algo más que hacer ejercicios en una evaluación, es saber contar bien para que no nos metan cuentos.</p>
<p>11.</p> <p>AUTOCUIDADO DE SU CORPOREIDAD</p>	<p>En la cultura actual hay una contradicción. Por un lado, hay una veneración por los cuerpos esbeltos, un culto a la imagen en todos los escenarios de los <i>mass media</i>, una obsesión por la belleza. Y, por otro lado, un descuido del cuerpo promovido por el sedentarismo en ascenso, por los malos hábitos alimenticios, por la adicción al azúcar y a la comida chatarra. Esta contradicción conlleva a una idolatría de un “cuerpo social imaginario” (el de los atletas y modelos de pasarela) y un desprecio del cuerpo real (el de las personas del común) reducido a dispositivo útil para el trabajo, el cuerpo máquina. Este desprecio afecta la salud y la calidad de vida de las personas, deteriora su autoconcepto, congestiona el sistema de salud por enfermedades asociadas a la obesidad y el sobrepeso. Debemos evitar los extremos de esta contradicción: ni idolatría enfermiza, ni descuido mortal. Valorar y cuidar nuestra dimensión corporal debe ser producto del autoconocimiento y de autocuidado en una sana cultura deportiva.</p>
<p>12.</p> <p>TALENTO EXPRESIVO EN UN CAMPO ARTÍSTICO</p>	<p>El arte es una experiencia transformadora esencial a todos los seres humanos, no puede ni debe ser el privilegio de unas élites sociales adineradas. No el arte como consumismo de obras costosas, sino el arte como lenguaje de lo más profundo de lo humano, como sensibilidad ante el mundo, como expresión de la experiencia irreplicable de estar vivo. Todo ser humano tiene una vocación hacia el arte en cualquiera de sus formas, allí encuentra un canal para expresar su mundo interior, para conectarse con la experiencia vital de otros seres humanos. Pero no es el disfrute pasivo del consumidor que compra un bien o servicio. Solo podemos responder a este llamado del arte si recibimos una formación artística desde pequeños, si aprendemos a apreciar el trabajo de los artistas y si buscamos expresarnos en un campo de las artes, dominando sus técnicas y apasionándonos. El arte nos hace más sensibles y respetuosos de la vida. Cultivar nuestra dimensión artística es cultivar nuestra humanidad, nuestro ser ético. Un instrumento musical, las artes plásticas, las artes escénicas, la literatura, las artes visuales, todos los campos y lenguajes son canales con los que podemos sintonizarnos para expandir nuestra humanidad.</p>

<p>13.</p> <p><b>EMPRENDIMIENTO Y REALIZACIÓN DE PROYECTOS</b></p>	<p>Realizar proyectos es una forma de conquistar el futuro que queremos, es una experiencia de libertad porque nos permite elegir y promover posibilidades que están represadas en el presente. Los proyectos responden, por un lado, a las necesidades y desafíos de la realidad, al tiempo que canalizan nuestros talentos y potencialidades. Vivir es proyectarse, trascender las fronteras inamovibles del presente que nos ahogan en la inmediatez. Lo primero es aprender a detectar esos retos que la realidad nos formula (los problemas), luego es saber diseñar alternativas con la imaginación creadora y, sobretodo, tener la actitud de persistencia y las estrategias para sacar adelante esas ideas innovadoras. La variedad de proyectos es tan amplia como la gama extensa de vocaciones y talentos. Nosotros realizamos los proyectos al tiempo que los proyectos nos esculpen a nosotros, somos el producto de lo que soñamos y de las luchas para realizar esos sueños.</p>
<p>14.</p> <p><b>HABILIDADES ESCRITURALES</b></p>	<p>Aprender a escribir, como aprender a leer, es una necesidad de todo ser humano. Más en el mundo de hoy que pone a disposición de las nuevas generaciones los dispositivos tecnológicos que le permiten producir textos y socializarlos. Cuando hablamos de escribir inmediatamente pensamos en el oficio de los escritores, periodistas y abogados, pero esto no es así porque todo profesional debe estar en capacidad de sustentar sus proyectos mediante textos y su desempeño depende en gran medida de esa habilidad para plasmar su pensamiento en un escrito. Cuando los estudiantes llegan a la universidad se enfrentan a la necesidad de redactar ensayos con fluidez y originalidad. Una medida del fracaso de sistema educativo es la frecuencia con la que recurren al plagio de ideas ajenas. Escribir bien es una arte complejo y exigente, dominarlo es cuestión de práctica y método. Todos podemos y debemos hacerlo.</p>
<p>15.</p> <p><b>HABILIDADES EXPOSITIVAS</b></p>	<p>Para nadie es un secreto que hablar bien en público es un arte y un desafío del mundo actual. En cualquier momento debemos enfrentar ese reto para sacar adelante nuestros proyectos, para persuadir a un auditorio (junta de socios, posibles inversionistas, jurado de tesis, colegas, etc.) de la bondad e idoneidad de nuestras propuestas. Saber argumentar, lograr un impacto positivo en quien nos escucha, transmitir confianza, son experiencias que nos van a dar una ventaja competitiva en un mundo en el que circulan la ideas y en el que tendremos que presentar innumerables entrevistas de trabajo, exponer nuestros proyectos, sustentar nuestras ideas, ofrecer productos y servicios a un mercado dinámico y exigente. Muchos piensan que la oratoria es un don con el que se nace, pero hoy se considera que al talento innato hay que complementarlo con trabajo consciente para desarrollar las técnicas necesarias. Es una arte que se aprende, una técnica que se desarrolla.</p>
<p>16.</p> <p><b>COMPETENCIAS BILINGÜES</b></p>	<p>Dominar una segunda lengua, y sobre todo el inglés, es una necesidad inaplazable en un mundo cada vez más interconectado. El mundo laboral lo exige de manera implacable, las universidades lo reclaman para responder a ese desafío de formar ciudadanos para un mundo de fronteras cada vez más dinámicas. Los beneficios no son solamente en el trabajo, los horizontes culturales se dilatan para quien puede ingresar en otra comunidad de hablantes, acceder a otras tradiciones culturales, poder interactuar con otras maneras de sentir y de pensar es una experiencia que nos humaniza. Por eso, por todas las posibilidades que nos ofrece la segunda lengua, no podemos postergar su dominio, con el paso del tiempo será más difícil, el colegio es una oportunidad invaluable para avanzar en ese reto. El inglés no puede ser un privilegio elitista sino un derecho de ciudadanía universal, pero es un derecho que cada uno se apropia con su esfuerzo y dedicación.</p>