



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 25 – DICIEMBRE DE 2009

## “ASPECTOS A TENER EN CUENTA EN LA ACCIÓN TUTORIAL”

AUTORÍA <b>ANA GARDENIA TIRADO DÍAZ</b>
TEMÁTICA <b>ACCIÓN TUTORIAL</b>
ETAPA <b>EDUCACIÓN PRIMARIA/ ESO</b>

### Resumen

Este artículo aborda algunas de las relaciones entre constitución, temperamento, carácter y personalidad; por otro lado, se apuntan algunos rasgos de las personas introvertidas y extravertidas, así como determinadas consecuencias: sentimiento de inferioridad, la timidez, tensión y los mecanismos de defensa (centrados en los que se manifiestan en el alumnado ante una situación de examen). Se trata de elementos presentes en la acción tutorial del profesorado.

### Palabras clave

Acción tutorial, temperamento, carácter, personalidad, constitución, mecanismo de defensa.

### 1. INTRODUCCIÓN

En un contexto de **educación integral** en general, y dentro de la **acción tutorial**, en particular, el desarrollo de las **inteligencias intra e interpersonal** desempeñan un protagonismo destacado y determinan la consecución de los objetivos educativos que se establecen. Entre los condicionantes del proceso de enseñanza y aprendizaje, destacamos el carácter y la personalidad del alumnado, En este sentido, conocer al alumnado y que éste se conozca un poco más, trae consigo repercusiones positivas en su desarrollo personal, académico y social.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 25 – DICIEMBRE DE 2009

## 2. DIFERENCIA ENTRE TEMPERAMENTO Y CARÁCTER

El **temperamento** constituye la totalidad de las reacciones personales de un individuo que lo diferencia de los demás sujetos pertenecientes a una misma constitución. El **carácter**, sin embargo, hace referencia al conjunto de habilidades psíquicas y afectivas que condicionan la conducta de cada individuo humano distinguiéndolo de los demás.

El **temperamento** supone la constitución particular de cada individuo, que resulta del predominio fisiológico de un sistema orgánico, mientras que el **carácter** constituye la estructura afectiva propia de cada sujeto, determinado por su forma particular de reaccionar al medio en que vive, y observable en las actitudes y comportamientos que adopta.

Ambos conceptos no están exentos de polémica y una prueba de ello es la falta de consenso entre los especialistas, a la hora de definirlos; quizás, la única conclusión posible ha sido la siguiente: el **temperamento** guarda una estrecha relación con la constitución del sujeto, mientras que el **carácter** está más vinculado a la voluntad; en este sentido, el temperamento es una reacción espontánea, es decir, primaria, mientras que el carácter es una manifestación consciente, y en este sentido es secundaria.

## 3. CONSTITUCIÓN, TEMPERAMENTO, CARÁCTER Y PERSONALIDAD, Y SUS ACONDICIONAMIENTOS MUTUOS.

La estructura física en sus dos vertientes, morfológica y fisiológica, competen a la **constitución** de la persona, es decir, es la maquinaria humana, a partir de la cual se “levanta” todo el edificio de la personalidad. El **temperamento**, supeditado a la dotación anatómica o corporal, supone toda la expresión activa de la constitución; por tanto, si la herencia o el medio ambiente influyen en la constitución, el temperamento también estará impregnado de estas influencias. El **carácter** mantiene una estrecha relación con el temperamento y la constitución ya que se define como la manera habitual de reaccionar y de actuar de un individuo, como consecuencia de su temperamento y de una serie de influjos personales y ambientales de toda índole. Pero a pesar de esta conexión, está demostrado que las estructuras biológicas se heredan, es decir, la constitución y, por lo tanto, el temperamento; sin embargo, no está demostrado que se hereden las estructuras psíquicas. La formación del carácter exige fuerza y autodominio, vinculada a la estructura corporal de la persona, así como con las necesidades que suscitan las mismas, propias del temperamento. Por último, la **personalidad** es un todo que integra a la constitución, al temperamento y al carácter; la personalidad es un compendio de facultades, hábitos, valores naturales y éticos, relaciones con los semejantes y con el mundo; es, por tanto, la organización de las disposiciones y sentimientos del individuo. La personalidad está condicionada por estos elementos de la persona: si existe armonía entre los mismos, estaremos ante una personalidad equilibrada; por el contrario, tendrá lugar la aparición de problemas y conflictos. Por lo tanto, la persona necesita, como mínimo, un ajuste biológico y psicológico.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 25 – DICIEMBRE DE 2009

#### 4. ¿ES LO MISMO “CAMBIO DE CARÁCTER” Y “EDUCACIÓN DEL CARÁCTER”? ¿PUEDE CAMBIAR EL CARÁCTER?

Podría ser lo mismo en el sentido que todo significa transformación, variación, y de esta forma coincide con la educación, ya que este concepto lleva implícito la formación, instrucción y adquisición, que implica modificación. Por otro lado, como el carácter es adquirido, puede perderse, también es susceptible de cambiarse, ya que está estrechamente relacionado con los influjos del medio ambiente y, por tanto, está subordinado a las modificaciones que sufre éste.

Otra posible causa que justifique la alteración del carácter es el propio temperamento, es decir, el autocontrol del mismo que daría lugar a la adquisición de hábitos y experiencias e influencias sociales de toda índole. Podríamos concluir diciendo que la acción individual y conjunta de todos estos factores puede producir en el carácter muchas modificaciones. Sin embargo, tenemos que tener presente que para que exista un verdadero cambio del carácter, también se tiene que producir un cambio en el temperamento, debido a la estrecha relación que mantienen, y esto trae consigo, por la misma razón, un cambio de constitución y, en este sentido, es imposible; mientras que la educación del carácter no exige ningún cambio ni de temperamento ni de constitución; consiste, más bien, en potenciar al máximo las ventajas de un carácter y evitar, todo lo posible, los inconvenientes del mismo.

#### 5. INCONVENIENTES QUE SUPONE UN CARÁCTER DOMINANTE.

Son **intolerantes** y poco diagonales. Son los primeros en lanzar sugerencias, pero no admiten discusión, si se les contradice no pueden disimular su molestia. Esto les hace ser poco populares y son evitados por los demás; les cuesta mucho hacer amigos. Tienen bastante riesgo a sufrir aislamiento en sus propuestas y son considerados poco aptos para el trabajo en equipo. El ansia de **protagonismo**, a veces, exagerado, propicia abusos, ya que no se vigilan ni moderan en sus actuaciones, pudiendo dañar psicológicamente a los demás. Tienden a crear ambientes tensos e intranquilos, motivado por las continuas sugerencias que resta libertad a las personas de su entorno, impidiendo disponer a los demás de sí mismos. Llegan a ser verdaderamente **insoportables** y como consecuencia son **rechazados** y **aislados socialmente**. Pero las dificultades se acrecientan cuando estas personas ejercen algún cargo y tienen subordinados. El **autoritarismo** y la tiranía afloran por cada poro de su piel. Son **temidos**, anulan los derechos de los demás y resultan insoportables.

En el caso de **padres dominantes**, las relaciones fluidas, padres e hijos, brillan por su ausencia. Someten a sus hijos de varias formas: los retienen durante más tiempo de lo normal, impidiéndoles llegar al matrimonio; imponen profesiones o bien les impiden la posibilidad de elegir, obligándoles a continuar con el negocio familiar. En cualquier caso, **anulan la personalidad** de los hijos, evitándoles responsabilidades y los condenan a soportar una dura autoridad.

#### 6. ¿HASTA QUÉ PUNTO HAY QUE HABLAR DE UNA EDUCACIÓN DEL CARÁCTER EXTRAVERTIDO?



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 25 – DICIEMBRE DE 2009

El carácter **extravertido** no le proporcionará muchos problemas a la persona que lo posee, ya que suele vivir bien adaptado a su medio, satisfecho y feliz. Está **exento** de correr ciertos riesgos: **neurosis, complejos** y otras molestias.

El extravertido es sociable, es la típica persona encaminada hacia el **éxito**: tiene buenos sentimientos, es tolerante, simpático... En definitiva, posee las virtudes humanas, muy prácticas para la vida cotidiana. Sin embargo, suelen ser personas **superficiales, pasivas** y carentes de ambición personal; la **vanidad** y el **conformismo** están presentes en su personalidad y destacan por sus continuos **descuidos** y su destacada **comodidad**. Estos defectos justifican, por sí solos, la puesta en marcha de un proceso de educación personal. La forma de ser de estos individuos puede incomodar a las personas que les rodean, a causa de su **despreocupación** y ligereza y, sobre todo, con su charlatanería que puede cansar y aburrir.

## 7. PELIGROS QUE ACECHAN A UNA PERSONA INTROVERTIDA.

Un introvertido es un **inadaptado** a las personas y a las cosas; y en los casos extremos originan una personalidad **esquizoide**. Esta inadaptación provoca una **tensión** continua, que le puede acarrear, no sólo **sufrimiento** íntimo, sino también problemas en la salud corporal. Tiene tendencia a las **obsesiones**.

Estas personas se decantan por una vida retirada y silenciosa, que tiene sus ventajas, pero en ellas, además de favorecer la intimidad y la reflexión, les conduce al **aislamiento** y a la **misantrópía**. La persona debe vivir en sociedad y esta postura no ayuda a la persona introvertida, ya que no le permite el cultivo de la amistad y el trato personal.

El introvertido es una persona presa de las “ideas fijas”, causantes de un continuo sufrimiento que les hace impertinentes ante los demás. El **egocentrismo** que les caracteriza origina un abuso en el pensamiento de sus propias cosas, y en el análisis de sus estados de conciencia interna. Como consecuencia, sufren un **gasto importante de la energía mental** y sin ningún provecho, ya que nunca resuelven el problema, sólo dan vueltas sobre el mismo.

Su inadaptación al medio trae consigo numerosos **despistes** y pequeños **fracasos diarios** que minan, sin duda, la calidad de vida de estas personas.

Los individuos introvertidos son extremadamente **meticulosos**, incluso con sus sentimientos; este hecho genera **conflictos sociales**. Su susceptibilidad les hace molestarse por cualquier desatención que creen que han tenido hacia él. La incompreensión de esta actitud puede ser calificada por los demás de **extravagante**.

La rica vida interior de un introvertido puede producir una disociación de éste con la realidad exterior, al dejarse llevar por la **imaginación** y la **fantasía**. Esta afición les reporta, además de una pérdida de tiempo, un **desencanto** de la realidad, y, por tanto, una **inadaptación** a ella.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 25 – DICIEMBRE DE 2009

Una dificultad manifiesta de los introvertidos es la **incapacidad de expresar sus sentimientos**. No muestran indicios de satisfacción o descontento. Las repercusiones alcanzan a su ámbito social. El **hermetismo** que rodea la vida interna de una persona introvertida es uno de sus máximos peligros.

## 8. COMPORTAMIENTO QUE DERIVA DE UN SENTIMIENTO DE INFERIORIDAD.

- Exhibir alguna cualidad.
- Vestirse de tal forma para equipararse a clases sociales más altas.
- Fumar para reputarlo como manifestación de virilidad y de presencia personal.
- Admiración de personajes públicos de cualidades que no se tienen.
- Emborracharse para olvidar.
- Entrega a las drogas.
- Agresividad como forma de demostrar la supremacía y sentirse importante.
- Excesiva crítica hacia los demás en algo que nos creemos poco hábiles, preparados...

## 9. ¿DE QUÉ MODO PUEDE UNA PERSONA SUPERAR LA TIMIDEZ?

En principio, la situación de inferioridad provocada por un problema de **timidez** no puede ni debe ser tolerada por ninguna persona. Puede desencadenar una serie de naturales reacciones, que si no se controlan, pueden resultar temibles. Existen diversos **métodos**: autosugestión, restarle importancia, etc., pero el que considero más eficaz es el que está basado en el análisis de la situación.

Es necesario que la persona reconozca que tiene un problema y, además, que lo llame por su nombre. La timidez es un producto de la fantasía que no tiene fundamento en la realidad de los hechos y, por tanto, no es razonable hacerle caso. Este método no se anda con rodeos: ataca el sentimiento de inferioridad en su origen. Está fundado en la **razón** y en la **voluntad**: la razón, con el análisis de los sucesos descubre lo infundado que resulta dejarse gobernar por los sentimientos o arrastrar por un estado de tensión; y luego con la voluntad, consecuentemente, se prohíbe el sujeto seguir siendo la cándida víctima de tales defectos.

En conclusión, que a través de la razón, el interesado puede llegar a ser consciente de que no existe motivo para sentirse inferior y luego, con su voluntad, podrá despreocuparse de ese sentimiento tan inoportuno y sobreponerse a él.

## 10. SITUACIONES DE LA VIDA COTIDIANA DE LAS PERSONAS QUE CAUSA DE TENSIÓN.

- Espera de los padres la vuelta a casa de los hijos e hijas en el fin de semana.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 25 – DICIEMBRE DE 2009

- Momentos preliminares a la realización de un examen.
- Ver en la televisión escenas de las víctimas del terrorismo.
- Enfermo que ha de recibir una inyección.
- Profesor o profesora a quien un alumno o alumna está acabando la paciencia.
- Llamada de teléfono de madrugada.
- Presenciar un partido de fútbol y el equipo contrario va ganado en el marcador.
- Una entrevista de trabajo o un examen oral.
- Tardanza de una persona.
- La espera de noticias.

## 11. MÉTODOS POCO ADECUADOS, BUENOS Y MEJORES PARA SUPERAR LA TENSIÓN.

Los métodos **poco adecuados** son aquellos que basan su eficacia en el dominio de los **sentimientos**. Se consideran que son poco adecuados porque en parte suponen una **represión** que no facilita un cambio interior, generando violencia en el ser humano.

Existen a nuestro alcance otros métodos calificados como **buenos**. Entre ellos destacan:

- **Prevenir** la tensión antes de que se produzca. El inconveniente es que inconscientemente puede surgir en la persona; el recurso más efectivo, en este caso, sería anularla o suprimirla.
- La **organización** de las **actividades** (horario, recursos,...) impide la aparición de imprevistos, improvisaciones,... causas suficientes para la aparición de tensión, y puede ayudar a llevar una vida más o menos tranquila.
- Llevar a cabo la **actividad** prevista, erradicar toda justificación de tensión emocional, ya que realizada la actividad, desaparecerá inmediatamente.
- La **distracción** en periodos de espera, sobre todo, en actividades a realizar a largo plazo, puede ser un remedio muy efectivo.
- **Salir** del ambiente habitual, viajar, son otras opciones que permiten la evasión de los problemas cotidianos.

Pero el **mejor método** es aquel que utiliza conjuntamente **razón** y **voluntad**. En cualquier estado de tensión, a través de la razón se puede descubrir fácilmente la causa de la agitación y la intranquilidad, que es el sentimiento, la parte emotiva. Y posteriormente, con la voluntad, la persona puede obligarse a desentenderse de la tensión emocional.

Como hemos visto anteriormente, el menor o mayor grado de eficacia de los distintos métodos para eliminar la tensión emocional, depende de la presencia o no de la razón, así como de la voluntad. Aunque la mejor propuesta es aquella que cuenta con la ayuda y colaboración de ambos instrumentos.



## 12. “MECANISMOS DE DEFENSA”

Los mecanismos de defensa son los **remedios** que origina la aparición de un conflicto en la **personalidad** de los individuos. Tienden a remediar los efectos del conflicto. Prima más la satisfacción que la resolución del mismo, quedando, en muchos casos, el individuo contento, pero engañado. El individuo sustituye el impulso que se genera por algo que no debe ser reprimido. Respecto a los mecanismos de defensa en el **examen**, destacamos los siguientes:

- a) **Proyección:** se “proyecta” la debilidad o culpa de uno hacia alguien, de manera que la persona queda falsamente satisfecha ante sus necesidades o capacidades.
- b) **Racionalización:** invención de una historia para convencerse a sí mismo, aunque sea absurdo o falso (no estudio este tema porque no es importante; no es seguro que caiga; al profesor no le gusta este tema...).
- c) **La generalización:** se exagera el pensamiento haciendo una ley general de un hecho concreto. Se utilizan términos como “siempre”, “nunca”, “jamás”... Este tipo de pensamientos aumenta el pesimismo y las interferencias en la capacidad de concentración.
- d) **La evitación:** se utiliza cuando uno no se presenta a un examen o cuando lo abandona en los primeros minutos. Consiste en evitar una situación que produce ansiedad. En la etapa de primaria y secundaria se produce en forma de enfermedad fingida.
- e) **El nomadismo:** consiste en cambiar de escenario como recurso para reducir la ansiedad. En situación de estudio, ir al baño, después beber un vaso de agua, al rato coger un aperitivo,...no existe motivación o voluntad para estudiar. Se busca una excusa para levantarse de la silla. El resultado es que se pierde tiempo y concentración. Aparece la racionalización y se convence uno para abandonar el estudio. Durante el examen, se produce cuando se levanta alguien muy a menudo para coger papel, preguntar al profesor,...el resultado es una pérdida de tiempo, concentración y el mantenimiento de la ansiedad.
- f) **El cinismo:** justificación cínica para dejar de estudiar o para desconsiderar lo que se está estudiando “esta asignatura/tema no vale para nada”, “¿para qué voy a estudiar...si esto no sirve para nada?”. Se busca una razón para creerse superior y poder juzgar sin ser capaz de reconocer la incapacidad para preparar el examen.
- g) **La interrogación:** se da durante el examen en continuas preguntas al profesor. Este mecanismo tiene una doble función: primero, reducir la inseguridad, buscando el apoyo del profesor. Segundo, compensar la falta de conocimiento, mostrando una actitud de interés y conciliación con el profesor. Este mecanismo no es perjudicial, pero puede crear un efecto totalmente contrario al supuesto.
- h) **El rescate:** consiste en mediar por otra persona en una situación conflictiva o difícil para que otra persona le devuelva el favor. “Me ha suspendido por la cara; mi examen estaba para aprobar” sucede el rescate cuando la otra persona dice “es verdad, la tiene cogida contigo, deberíamos hablar con él”.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 25 – DICIEMBRE DE 2009

- i) **La formación de subgrupos:** una persona se protege mediante una alianza con uno o más compañeros, que servirán como apoyo emocional y protección. Ejemplo, estudiar con otra persona. No es que sea negativo, pero muchas veces disfraza la falta de voluntad o la poca motivación. Tras el examen, aparece al comprobar las respuestas con otro compañero.
- j) **La culpabilidad centrada:** culpar a otra persona para preservar la seguridad de uno. “ha sido por su culpa, le preguntó si entraban los temas... y el profesor dijo que sí”

### 13. RETRATO-ROBOT DE LA PERSONA QUE POSEE UNA SUFICIENTE MADUREZ.

Una persona madura está **segura** de sí misma, serena ante todas las eventualidades, exenta de trabas interiores; se caracteriza por su libertad: tiene **autonomía** interna de sus actos una actitud suficiente ante la vida. Tiene opiniones y decisiones propias, sin sentimientos negativos, pero con presencia de **sentimientos positivos**. Un rasgo que la define es su capacitación para el amor, es decir, vivir abierto hacia los demás, ya que esto constituye la forma suprema de la plenitud humana.

La persona madura sabe hacer frente a situaciones concretas, con un **alto rendimiento** que no se inhibe, se evade o se engaña. En definitiva, reniega de la rivalidad y se decanta por la **colaboración**. La madurez también implica la superación de la egolatría, con el sustrato habitual de la realidad y no de la fantasía, siendo **flexible** y con capacidad de **adaptación**.

La madurez se revela, sobre todo, por el **equilibrio** instintivo y emotivo. El primero comporta un uso correcto de los propios instintos, de acuerdo con las necesidades totales de la persona; en cuanto al equilibrio emotivo, supone satisfacer todas las necesidades activas que uno tiene y, por otra, tener satisfecha todas las pasivas.

### BIBLIOGRAFÍA

Quintana Cabanas, J.M<sup>a</sup> (1992): *Pedagogía Psicológica. La educación del carácter y de la personalidad*. Madrid: Ed. Dykinson.

Rubio Alcalá, F.D. (2004): *Manual Práctico de Prevención y reducción de la ansiedad en los exámenes y pruebas orales*. Archidona (Málaga): Ed. Aljibe.

Autoría

---

- Nombre y Apellidos: **ANA GARDENIA TIRADO DÍAZ**
- Centro, localidad, provincia: **CEIP Gibraltar, La Línea de la Concepción (CÁDIZ)**
- E-mail: **gardeti8@hotmail.com**