

BENEMÉRITA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE PUEBLA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA



BENEMÉRITA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE PUEBLA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Título del proyecto:

LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA COMO APOYO EN LA TOMA DE
DECISIONES A NIVEL MEDIO SUPERIOR

TESINA

Para obtener el título de la

Licenciatura en Psicología

Presenta:

Osiris Carolina García Arellano

Director:

Mtro. Roberto Valderrama Hernández

DEDICATORIA

Debo dar gracias, a la vida a Dios y al universo, ya que este camino no ha sido nada fácil; he tenido muchos obstáculos, los cuales en lugar de que sean pretextos en mi vida, los he tomado y acogido para darme fortaleza y no dejarme caer.

Muchas veces he sentido ganas de no seguir, pero he encontrado respuestas para lograrlo. Entonces, la mayor dedicatoria me la debo a mi misma: Osiris Carolina García, que ha encontrado el camino para realizarlo, con tantas dudas, miedos, sentimientos, que me invadían en todo momento, ahora me siento tan orgullosa, de la gran mujer que soy, me he forjado y me he convertido en bondadosa, empática y resiliente en todo momento y sobre todo en la manera de reponerme para seguir a adelante en situaciones difíciles.

En segundo lugar, agradezco a mi familia que no me ha dejado, a mi madre y hermanos. Agradezco a mí hermosa madre, por darme y forjar a una mujer de carácter y motivarme en cada momento, para nunca dejar mis sueños atrás y sobre todo apoyarme y empujarme a ser un gran ser humano, lleno de empatía, lucha y fortaleza, y demostrarme que todo lo que uno se propone, lo debe lograr y nunca quedarse con él “no”.

A mis hermanos también, que son mi fortaleza en momentos de debilidad. A mí hermano mayor, que me demuestra día con día que la lucha es diaria y que nunca hay que perder las esperanzas y siempre debemos tener el empuje y fuerza para realizar las cosas; que no me ha permitido decaer y siempre toma mi mano, cuando más lo necesito e incluso cuando no. A mi hermano, menor que a pesar de todas las adversidades me demuestra que siempre con mucho esfuerzo, puedes comerte al mundo y con constancia puedes lograr todo lo que deseas.

A mis amigas que me motivan para ser mejor persona y profesionalista, que nunca han dudado de mis capacidades y me demuestran que la familia

no es sólo de sangre, sino por elección: gracias por estar siempre en mis logros, malos ratos y compartir con mucho amor todo lo bueno que me pasa, las amo infinitamente y me siento bendecida por ello.

Agradezco a mis profesores que me guiaron y de los cuales aprendí, y reconozco que no sería fácil el camino si no hubiera encontrado guías como ellos, que brindan su conocimiento y lo comparten, y no sólo en lo académico sino también en la vida.

Al Mtro. Roberto Valderrama Hernández, por tener paciencia, consideración y sobre todo las palabras adecuadas en el momento adecuado, para poder sacar adelante este trabajo, por su apoyo, gracias.

Mi dedicatoria va por cada una de esas personas que no me dejaron caer, que siempre me motivaron para ser mejor y creer en mí, sobre todo el apoyo que me dieron para lograr este proyecto enorme de vida, sin duda no lo olvido, lo llevo en mi corazón y pido que la vida multiplique ese apoyo incondicional.

RESUMEN

Este trabajo está dividido en cuatro capítulos. El contenido del primero se refiere a la importancia que tiene entender los cambios y procesos psicosociales, cognitivos, emocionales, la interacción social y la estructura familiar del adolescente, para conocer cómo influyen en su toma de decisiones, en su presente y su futuro.

El segundo capítulo describe ampliamente en qué consiste el aprendizaje, partiendo de esto, cómo se desarrolla en las diferentes etapas desde la niñez hasta la adolescencia, describiendo los tipos y estilos de aprendizajes que se pueden desarrollar, también este apartado contiene aportaciones de algunos científicos, desde una perspectiva humanista.

El tercer y cuarto capítulos son la parte medular del trabajo, ya que se refieren al abordaje teórico sobre la importancia de la orientación educativa en la toma de decisiones y el impacto que ésta tendrá en la continuidad de la vida del estudiante.

INDICE

Dedicatoria.....	I
Resumen.....	II
Introducción.....	1
Objetivos.....	9
Justificación.....	10
CAPITULO I	11
ADOLESCENCIA	11
DESARROLLO DE LA ETAPA ADOLESCENTE.	12
1.1 ¡Error! Marcador no definido.	
1.2 ¡Error! Marcador no definido.3	
1.3 ¡Error! Marcador no definido.5	
1.4 Formación de la Personalidad.	24
CAPITULO II	28
APRENDIZAJE	28
<u>2.1</u> Aprendizaje.	25
2.1.1 ¿Cómo Aprendemos?	32
2.2 Teoría del Desarrollo de Jean Piaget.	33
2.3 Aprendizaje según Jean Piaget.	37
2.4 Estilos de Aprendizaje de Alonso- Honey.	39
2.5 Abraham Maslow y el Humanismo.	42
CAPITULO III	47
PROYECTO DE VIDA Y ORIENTACIÓN EDUCATIVA	47

3.1 Modelos de Orientación Educativa según Bisquerra.	48
3.2 Toma de decisiones en la etapa de la adolescencia.	63
3.2.1 La importancia y construcción de un plan de vida y carrera.	64
3.4 Factores que Influyen en la toma de decisiones para un plan de vida en la adolescencia.	67
CAPITULO IV	74
FACTORES QUE INFLUYEN EN LA TOMA DE DECISIONES.	74
4.1 Howard Gardner y la Teoría de las Inteligencias Múltiples.	75
4.1.2 Estilos de aprendizaje.	80
4.2 Daniel Goleman y la Teoría de la Inteligencia Emocional.	83
4.3 Motivación.	83
Método	89
Conclusiones	95
Referencias bibliográficas	
Referencias bibliográficas electrónicas	
Anexos	

INTRODUCCIÓN

La presente Tesina lleva como título *La orientación educativa como apoyo en la toma de decisiones a nivel medio superior*, el proyecto de investigación está dirigido al área Educativa, tomando como referente a autores significativos en dicha área, así como líneas de generación de conocimiento.

La situación por la que está pasando el mundo en la actualidad, inmersa en muchos cambios y constantes dinámicas en la vida del ser humano, son el motivo por el cual se está viviendo una vida apresurada que tiene impacto en el entorno, lo que produce una constante necesidad de adecuarse a los cambios y de ahí la importancia de conocer estos procesos.

La rapidez de la vida cotidiana, llena de avances tecnológicos, científicos, sociales, humanos, culturales y ambientales, los cuales tienen influencia principalmente en los adolescentes que viven envueltos en ellos totalmente, ocasionando que se alejen cada vez más de la convivencia familiar y se enajenen de sí mismos, lo que se traduce en la carencia de una orientación adecuada por diversos factores que les impiden utilizar los recursos de forma constructiva.

Es así como durante la presente investigación teórica se va a profundizar en aspectos educativos, aportando estadísticas recientes de autores que siempre han sido de gran apoyo en esta área y referentes en el desarrollo integral del ser humano.

Así mismo, en la presente investigación se expondrán diferentes teorías sobre el desarrollo del aprendizaje y las habilidades que lo componen, tomando en cuenta la teoría del desarrollo en la que está basado este estudio, para argumentar y fundamentar el presente trabajo se encuentra enfocado en la teoría del desarrollo de Piaget, modelos de Intervención de Bisquerra, constructivismo, enfoque sistémico, teoría de la inteligencia emocional, así como inteligencias múltiples.

Además se analizarán los procesos de cambio en el adolescente con la finalidad de darles herramientas para la comprensión de cada etapa de su vida y que tengan una amplia información, capacitación y orientación, adecuándose al nivel educativo en el que se encuentran, con la finalidad de que cuando estén cursando el nivel medio superior tengan más claridad acerca de un plan de vida y carrera, tomando en cuenta que los factores internos y externos serán una influencia positiva para su desarrollo integral, con el propósito de que el proceso de aprendizaje lo puedan implementar dentro y fuera del aula, para que puedan tomar decisiones objetivas y beneficiosas para su futuro.

OBJETIVO GENERAL

Analizar los procesos que transcurren en el adolescente y la construcción científica de la implementación de la orientación educativa, con la finalidad

de que tengan más claro su proyecto de vida y puedan tomar decisiones conscientes y constructivas para su futuro.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- ❖ Que el adolescente tenga una noción del para qué sirve la construcción de su plan de vida y carrera como herramienta para su futuro.
- ❖ Identificar las etapas por las que pasan los adolescentes y su tipo de aprendizaje, con la finalidad de poder brindar orientación que se adecúe a su momento histórico.
- ❖ Comprender la orientación educativa a nivel medio superior como una herramienta para la toma de decisiones, con la finalidad de tener una visión más amplia de qué hacer y cómo hacer para su futuro.
- ❖ Reconocer de manera teórica diversos modelos de orientación educativa y estilos de aprendizaje.
- ❖ Determinar conceptos importantes de aprendizaje, orientación y diversos procesos en las etapas del adolescente para entenderlos e implementarlos en su toma de decisiones.

JUSTIFICACIÓN

Las necesidades que presenta cada una de las diferentes etapas a lo largo de la vida del ser humano son importantes, sin embargo en la etapa adolescente son cruciales para la vida adulta, ya que muchas de las decisiones que se

toman se verán reflejadas en el futuro, tomando en cuenta que si se adquiere una orientación adecuada se tendrá una mayor posibilidad de alcanzar los objetivos deseados y una satisfacción emocional en el ámbito educativo.

La orientación educativa es un tema que interesa a las instituciones educativas y familiares, ya que contar con ella les ayudará cognitivamente y emocionalmente a los jóvenes a estar preparados para ingresar a las instituciones de nivel medio superior o bien ingresar a la fuerza laboral de acuerdo a sus aspiraciones y hallar una base sustentable para poder hacer una elección consciente, que les permita desarrollarse en todos los aspectos de su vida y que además les satisfaga; asimismo es importante que cuenten con todas las herramientas y alternativas necesarias para orientar su vida hacia el éxito, lo que se verá reflejado en la toma de decisiones más adecuada y en la construcción de sus proyectos de vida.

- ❖ Por lo que surge la pregunta de investigación: ¿Cuál es la Importancia de la Orientación Educativa para una toma de decisiones a nivel medio superior? Es un tema a mi parecer de interés y de importancia, ya que la orientación es una clave relevante para adquirir un desarrollo y una visión de lo que se puede obtener y cómo se puede obtener, tomando en cuenta los siguientes factores:
 - ❖ Planificación por medio de metas cortas y largas.
 - ❖ No existen hábitos de estudio.
 - ❖ Falta de metas en el contexto familiar.
 - ❖ Familias disfuncionales.
 - ❖ Desinterés de padres y alumnos.
 - ❖ Situación socioeconómica.
 - ❖ Mala comunicación con sus padres.
 - ❖ Desinterés del alumnado en la toma de decisiones.
 - ❖ Baja tolerancia a la frustración.
 - ❖ Falta de sentido de pertenencia.
 - ❖ Estrés.

- ❖ Baja autoestima.
- ❖ Nulo o poco control de sus emociones.
- ❖ Problemas de adicciones y falta de información en relación a los diferentes tipos de sustancias adictivas.
- ❖ Sexualidad activa desinformada.
- ❖ Nula planificación familiar.
- ❖ La falta de un proyecto de vida.
- ❖ Desconocimiento y falta de información.
- ❖ La importancia de la toma de decisiones.
- ❖ Influencias para un proyecto de vida.
- ❖ Problemas de aprendizaje.

La finalidad es resolver y entender los factores ya mencionados como alternativa para la solución de problemas escolares, emocionales y personales en los cuales se encuentra el adolescente.

Debido a la importancia de lo descrito, me surgió el interés de investigar el siguiente trabajo, como apoyo para padres, adolescentes e incluso docentes, ya que en ocasiones, la carencia de la información requiere el acompañamiento para la toma de decisiones.

CAPITULO I

ADOLESCENCIA

DESARROLLO DE LA ETAPA ADOLESCENTE

1.1 Adolescencia.

En la actualidad, la transición de la niñez a la adultez pasa por la adolescencia, un suceso histórico en esta etapa del desarrollo y uno de los más importantes; según Erikson, el desarrollo del yo se caracteriza por la

adquisición de una identidad según la cultura de referencia, incorporando así la dimensión social o histórica (Redalyc, 2014: 28), sufriendo los cambios más notorios y significativos del crecimiento, los cuales hacen referencia a los aspectos, físicos, cognoscitivos, emocionales y sociales que adoptan distintas formas en diferentes escenarios.

Estos jóvenes pasan de la dependencia emocional de los adultos a asumir el inicio del poder de decisión y cierta autonomía; además, la elección de las amistades ya no se subordina a los deseos ni a las normas familiares. Los amigos y las amigas ya no son compañeros de juegos, sino que adquieren una importancia relevante, íntima.

1.2 Cerebro adolescente

No hace mucho tiempo, la mayoría de los científicos como Piaget y Erikson, entre otros, creían que el cerebro había madurado por completo a la llegada de la pubertad; sin embargo, los estudios actuales revelan que el desarrollo del cerebro adolescente todavía está en progreso.

Aun así, durante las fases finales de la adolescencia (a partir de los 18 años) los adolescentes tienen menor predisposición biológica para tomar riesgos, pero también tienen mayor probabilidad de involucrarse en este tipo de conductas. Esto en parte debido al aumento de estímulos potencialmente riesgosos provenientes del mundo real como por ejemplo, la disponibilidad financiera, la residencia fuera del núcleo familiar, la edad legal para beber y conducir (Redalyc, Fernández Fonseca y Anna María 2017: 80).

Durante la adolescencia suceden diferentes cambios que posibilitan una conexión más fuerte entre el córtex orbitofrontal y las diferentes estructuras del sistema límbico como el hipocampo, el núcleo caudado y la amígdala.

Estas transformaciones estructurales implican la aparición de cambios cognitivos que se manifestarán durante la adolescencia, pero se extenderán de manera progresiva hasta la edad adulta. Sin embargo, los cambios hormonales aparecen de forma más repentina.

En los primeros años de adolescencia hasta la adolescencia media, la ausencia de sincronía entre los cambios cognitivos y los cambios hormonales genera un salto entre las capacidades cognitivas, los cambios emocionales y la capacidad de regulación.

Para entender la inmadurez del cerebro adolescente es necesario revisar los cambios en la estructura y composición de la corteza frontal. En la adolescencia continúa en los lóbulos frontales el incremento de la materia blanca que es típico del desarrollo del cerebro en la niñez, en segundo lugar, la poda de las conexiones dendritas que no se utilizaron en la niñez da por resultado una reducción en la densidad de la materia gris, en particular en la corteza pre frontal, a medida que se pueda por medio de la sinapsis (conexiones neuronales) que no se utilizaron, que se fortalezcan las restantes.

Por consiguiente, en la adolescencia media y tardía los jóvenes tienen menos conexiones neuronales, pero éstas son más fuertes, homogéneas y eficaces, lo que aumenta la eficiencia del proceso cognitivo.

1.3 Cambios psicológicos, físicos y sociales del adolescente.

Según Erikson la adolescencia es una etapa de transición entre la pubertad, que se inicia con la combinación del crecimiento rápido del cuerpo y la madurez psicosexual, que despierta intereses por la sexualidad y la formación de la identidad sexual, por la cual el individuo pasa por una etapa inevitable que implica una serie de cambios físicos, emocionales, sociales, cognitivos, etc. lo que determina la construcción de su mundo. Para el adolescente implica adquirir mayores responsabilidades y sobre todo enfrentar la toma de decisiones, que hasta ahora ejercían otras personas por ellos.

Sin embargo para el ser humano la adolescencia es un momento histórico por lo que representa una etapa de oportunidades, así como de riesgos a los que tiene que enfrentarse para obtener resultados que se verán reflejados en el crecimiento, tanto en dimensiones cognoscitivas, sociales y autonomía como en autoestima.

En esta la etapa el proceso de la información refleja drásticos cambios en todo su ser, abarcando lo ya mencionado, progresando hasta la conformación de la madurez en base a sus experiencias y dependiendo de cómo se lleve a cabo su desarrollo y el proceso de éste como lo hemos expuesto en la teoría del desarrollo de Piaget.

Como bien se sabe, en nuestra cultura la adolescencia es tomada como la transición hacia la adultez, como lo menciona Erikson, quien señala que esta etapa tiene la función de la formación de la identidad personal en los siguientes aspectos:

- a) Identidad psicosexual, por el ejercicio del sentimiento de confianza y lealtad con quien pueda compartir amor, como compañeros de vida.
- b) La identificación ideológica, por la asunción de un conjunto de valores, que son expresados en un sistema ideológico o en un sistema político.

- c) La identidad psicosocial, por la inserción en movimientos o asociaciones de tipo social.
- d) La identidad profesional, por la selección de una profesión en la cual poder dedicar sus energías y capacidades de trabajo y crecer profesionalmente.
- e) La identidad cultural y religiosa, en la que se consolida su experiencia cultural y religiosa, además de fortalecer el sentido espiritual de la vida.

Tomando en cuenta lo que menciona Erikson, en esta búsqueda de su identidad y en la conformación de ésta, el entorno social es clave fundamental de la construcción, ya que se están suscitando nuevas responsabilidades que le van a representar dificultades en la vida adulta.

Es evidente que las nuevas generaciones traen el chip de las tecnologías, que se han vuelto una influencia primordial, como el uso de pantallas, ordenadores móviles, videojuegos e Internet que han generado cambios en el estilo de vida de las personas y de un modo especial entre el público joven que ha crecido con ellas y, por tanto, no ha tenido que hacer el esfuerzo de adaptarse a las mismas. Los jóvenes parecen estar desarrollando nuevas formas de comunicación, interacción, aprendizaje y búsqueda de información.

Cabe mencionar que la comunicación se está efectuando de distinta manera, y que ya no se limita a un entorno social pequeño, sino masivo, ya que el internet les abre una brecha de información más compleja que no va de acuerdo a su edad, y a ellos les permite conocer y experimentar, sin darse cuenta que eso también puede afectarlos, lo cual sin la red de apoyo familiar adecuada puede perjudicarlos en muchos aspectos de su personalidad en el presente y en el futuro.

1.3.1 Trastornos alimentarios y de sueño.

Hábitos y trastornos alimentarios.

La buena nutrición es de mayor importancia en esta etapa ya que ayuda al adolescente a su crecimiento, así como a establecer hábitos saludables que se prolonguen en la vida adulta, y para la obtención de una sana autoestima.

El adolescente le da mayor peso en esta etapa a su imagen corporal y se va intensificando a lo largo de su paso por ella, lo cual puede dar lugar a esfuerzos obsesivos por controlar el peso; este patrón es más común en mujeres a diferencia que en los varones, por tal motivo es de suma importancia tomar en cuenta sus hábitos alimenticios, lo cual les ayudara a tener una disciplina en su vida y a prepararlos para su vida adulta y asertiva toma de decisiones.

Necesidades y problemas del sueño.

El sueño forma parte de un ciclo circadiano (vigilia/sueño), proceso fisiológico necesario para el organismo. Durante la adolescencia, un período de importantes cambios fisiológicos, se produce de forma frecuente una serie de alteraciones en dicho proceso, algunas de las principales causas son el cambio de hábito y la regulación de las normas sociales. El principal trastorno en esta edad es la privación crónica de sueño, que provoca problemas en el aprendizaje, en la conducta y hormonales. (Escolar y adolescente: problemas de salud más frecuentes, 2015).

¿Por qué los adolescentes permanecen despiertos hasta muy tarde? Las generaciones adultas, en contraste con las jóvenes, hacen un esfuerzo cotidiano por familiarizarse con las nuevas tecnologías y la revolución tecnológica actual.

Por tal motivo decimos que la privación del sueño y sus malos hábitos suelen minar la motivación y ocasionar irritabilidad, además de afectar la concentración y el desempeño escolar, lo cual no ayuda para una correcta toma de decisiones para el futuro y ocasiona que pierda el timón de su propio barco.

En esta etapa hay cambios en el funcionamiento del eje hipotálamo-hipófisis y gónadas, directamente relacionados con la liberación hormonal, la aparición de los caracteres sexuales secundarios y los cambios tanto físicos como conductuales y cognitivos de la adolescencia.

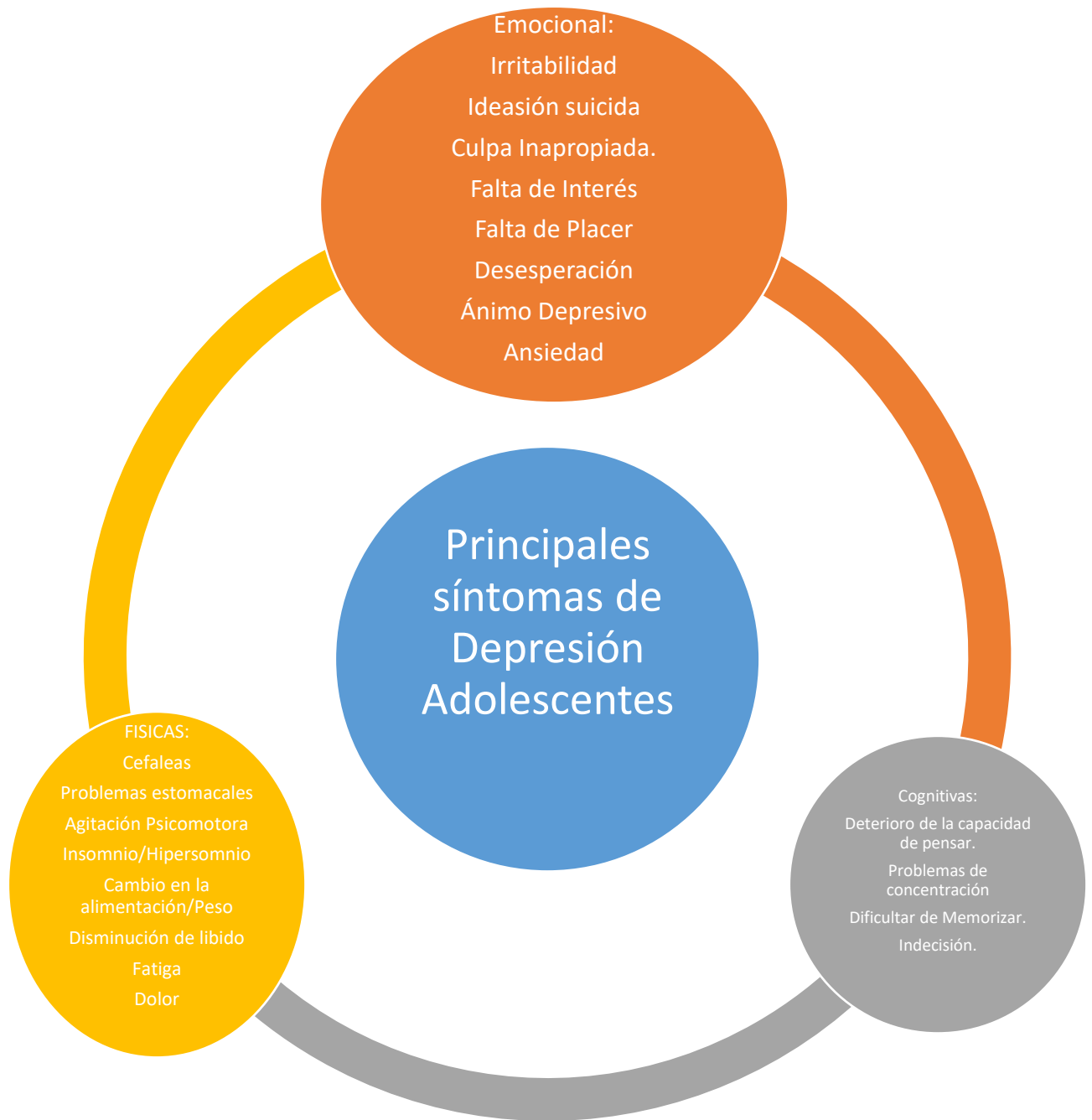
Depresión

Tradicionalmente, la depresión se ha abordado desde la teoría cognitiva, donde se ha establecido una relación entre el estilo cognitivo negativo y los síntomas depresivos, sin embargo, resultados longitudinales de investigación en adolescentes demuestran que el estilo cognitivo negativo y los síntomas de depresión no son significativos cuando no se consideran sucesos de vida estresantes (Kindt, Kleinjan, Janssens, & Scholte, 2015).

Aproximadamente uno de cada cinco adolescentes, experimentará un cuadro depresivo antes de la edad de 18 años. Como las tasas de depresión en adolescentes se incrementan entre los 13 y los 18 años, se estima que la incidencia acumulada para este grupo de edad es similar a la de los adultos; sin embargo, a pesar de la presentación temprana de los síntomas, un porcentaje muy bajo recibe la atención debida en esta etapa. Este hecho señala a la adolescencia como un período crítico, que debe recibir especial atención, ya que se sabe que el suicidio es la tercera causa de muerte de la población joven de entre los 15 a 25 años, y puede ser el resultado de un episodio depresivo previo no reconocido, por lo tanto, la falta de un tratamiento antidepresivo oportuno puede desencadenar consecuencias fatales.

Dada la importancia que tiene este periodo en el ciclo vital con respecto al desarrollo físico, social, educativo y vocacional, la aparición de un trastorno afectivo durante la adolescencia puede ocasionar dificultades en la trayectoria del desarrollo normal. Esta disrupción y sus efectos adversos pueden persistir hasta la vida adulta. El tratamiento por sí mismo puede resultar muy poco eficiente para modificar el impacto de la depresión, por lo que es imperativo prevenir la aparición de los síntomas para reducir la carga

por enfermedad de estos trastornos. Existe una gran variedad de consecuencias negativas a largo plazo de la depresión reconocida, como dificultades en la convivencia y socialización, pobre desempeño escolar y un incremento en el riesgo de autolesionarse o suicidarse. (Redalyc, *Revista Clínica de Medicina de Familia*, Vol. 7, Núm. 1, enero-abril, 2014)



<https://www.medigraphic.com/pdfs/facmed/un-2017/un175i.pdf>

1.4 Formación de la personalidad

Cuando se habla de una construcción de la personalidad, esto va seriamente ligado a los cambios físicos que los adolescentes tienen y que originan un desequilibrio al que poco a poco deberán adaptarse a dichos cambios que los bombardearán en todas las dimensiones y extensiones de su desarrollo, y que deberán enfrentar para encontrar su verdadera esencia en la vida y plantear objetivos y metas que en esta etapa serán trascendentales para su vida en el futuro.

Cabe destacar que la identidad, y el componente cognoscitivo, juegan un importante papel en la construcción de ésta, así como del aspecto social ya que éstos son parte importante en la estructura de su personalidad.

De lo anterior se pueden obtener dos conclusiones: en primer lugar, todos contamos con un conjunto de características de comportamiento que nos hacen únicos, especiales, diferentes a las demás personas; por tal motivo no existen cantidades de personalidad, solo diferentes tipos de la misma. En segundo lugar, la personalidad está constituida tanto por factores hereditarios como por los elementos adquiridos que le permiten al individuo desenvolverse en su medio, por lo anterior se puede expresar que la personalidad se construye y se desarrolla a lo largo de toda la vida. (Rodríguez, J. L, 2011: 40).

Uno de los grandes problemas que enfrentan los adolescentes es la identidad vs. confusión de roles; según Erikson la identidad se construye a medida que los jóvenes resuelven tres problemas importantes; la elección de una ocupación, la adaptación de valores y el desarrollo de una identidad sexual satisfactoria.

Otro de los temas que causa mayores conflictos en la vida de los adolescentes es el embarazo y la maternidad/paternidad precoz ya que ello significa un cambio trascendental en la vida adolescente por los planes y objetivos que pudieran tener, los cuales en ese momento se ven truncados y las repercusiones casi siempre tienen malas consecuencias.

Lo anterior, en parte, es consecuencia del bombardeo diario de los medios de comunicación y sobre todo de las redes sociales e internet hacia los jóvenes, ya que todo el tiempo, a todas horas se ven inmersos en la influencia de estos. Por si fuera poco, las enfermedades de transmisión sexual son otros factores de riesgo que pueden afectar en la etapa adolescente, ya que muchos de ellos incursionan en la actividad sexual a temprana edad, llegan a tener múltiples parejas y no suelen utilizar métodos anticonceptivos, por la escasa comunicación con sus padres o personas allegadas. Esto tiene que ver con la poca importancia que le dan a su futuro, y a la toma de decisiones. Algunos de los factores por los cuales los adolescentes inician una actividad sexual a temprana edad y mala toma de decisiones son diversos, por ejemplo:

- ❖ Deficiente situación económica.
- ❖ Pésimo desempeño escolar.
- ❖ Desinterés, lo que conlleva una falta de metas académicas y profesionales.
- ❖ Negligencia de los padres y abandono.
- ❖ Patrones culturales o familiares de experiencia sexual temprana.
- ❖ Mala información de la situación.

Cabe mencionar que la adolescencia es vista como una etapa de rebeldía debido a la considerable confusión emocional, conflictos familiares, incursión y alejamiento del sector adulto, como resultado de un rechazo de los valores de éstos; comportamiento temerario y la adquisición de una personalidad por el momento estereotipada a su edad.

CAPITULO II
APRENDIZAJE

2.1 Aprendizaje

Existe gran diversidad de definiciones sobre el significado de la palabra aprendizaje, dependiendo del autor, sin embargo, se comparten similitudes; se puede definir el aprendizaje *“como un proceso de cambio relativamente permanente en el comportamiento de una persona generado por la experiencia”* (Feldman, 2005, Pág.15).

En la búsqueda de una definición existen diferentes autores tales como Burton (1963), Gagné (1965), Hergenhahn (1976), Maslow (1970), Pelechano (1975), Ausubel (1973, 1976, 2002), Minsky(1986), Pérez Gómez (1988), Zabalza (1991: 174), Bleger (1998), De Giorgo (2000), Chevrier y col (2000), Novak (1998), entre otros. De estos autores se destacan:

- Ausubel (1973, 1976, 2002) ha construido un marco teórico que pretende dar cuenta de los mecanismos por los que se lleva a cabo la adquisición y la retención de los grandes cuerpos de significado que se manejan en la escuela.
- Novak (1998:13) El aprendizaje significativo “subyace a la integración constructiva de pensamiento, sentimiento y acción, lo que conduce al engrandecimiento humano. Este autor le da así carácter humanista al término, pues tiene en cuenta la importante influencia de la experiencia emocional en el proceso que conduce al desarrollo de un aprendizaje significativo”.
- Pérez Gómez (1988, Pag. 35) define aprendizaje por “el proceso en virtud del cual una actividad se origina o cambia a través de la reacción a una situación encontrada, con tal que las características del cambio registrado en la actividad no pueden explicarse con fundamento en las tendencias innatas de respuestas, la maduración o estados transitorios del organismo (por ejemplo: la fatiga, las drogas, entre otras)”.

- Zabalza (1991: 174) considera que “el aprendizaje se ocupa básicamente de tres dimensiones: como constructo teórico, como tarea del alumno y como tarea de los profesores, esto es, el conjunto de factores que pueden intervenir sobre el aprendizaje”.
- Knowles y otros (2001:15) se basan en la definición de Gagne, Hartis y Schyahn, para expresar que el aprendizaje es en esencia un cambio producido por la experiencia, pero distinguen entre otros: “El aprendizaje como producto, que pone en relieve el resultado final o el desenlace de la experiencia del aprendizaje”.

El aprendizaje significativo supone cuestionamiento y requiere la implicación personal de quien aprende, es decir, una actitud reflexiva hacia el propio proceso y el contenido objeto de aprendizaje tendiente a que nos preguntemos qué queremos aprender, por qué y para qué aprenderlo significativamente.

Según las teorías de Piaget, Skinner y Gagné coinciden en que el organismo es naturalmente activo y que el aprendizaje ocurre debido a tal actividad. Las tres teorías expresan que se debe dar atención a cada uno de los alumnos y sus diferentes necesidades con la finalidad de orientar de manera más individualizada su aprendizaje. También expresan que el aprendizaje debe llevar una secuencia ordenada y lógica (Alonso y otros, 1994: 39). Skinner hace notar más este punto ya que expresa que el aprendizaje debe realizarse secuencialmente con una serie de acciones previamente estructuradas, es decir, ha de seguir un programa, de forma que al final del mismo haya aprendido lo que se pretendía. Las teorías de Skinner tienden más al individualismo del aprendizaje y las de Piaget se encaminan al empleo de integración de grupos dinámicos.

Dada la información anterior, se puede establecer al marco teórico del aprendizaje.

2.2 Teoría del Desarrollo de Jean Piaget

Psicólogo suizo del desarrollo, Jean Piaget (1896- 1980), se licenció y doctoró en Biología en la universidad de su ciudad natal. Es la figura central de la teoría cognitiva del desarrollo (1956, 1976,1977 y 1969) cuyas teorías conforman el pensamiento de muchos psicólogos.

El principal objeto de estudio de Piaget es la inteligencia, esto debido a su formación como biólogo, ya que durante sus estudios de secundaria hasta universitarios, su formación fue orientada a las ciencias naturales; sin embargo una vez iniciada su profesión se concentra en el desarrollo intelectual de los niños y en los últimos 60 años de su vida se dedica a recopilar una gran cantidad de información concerniente al desarrollo mental.

Para entender los procesos de organización intelectual y adaptación que Piaget propone, primero debemos comprender los cuatro conceptos cognoscitivos básicos:

- EL ESQUEMA.
- LA ASIMILACION.
- EL AJUSTE.
- EL EQUILIBRIO.

EL ESQUEMA

Piaget cree que las estructuras mentales son parecidas a las corporales. A los esquemas se les puede considerar de manera sencilla como conceptos o categorías.

Los esquemas nunca dejan de cambiar o de refinarse, desde el punto de vista de Piaget puede decirse que el niño tiene varios esquemas que son análogos a los conceptos, las categorías o los registros de archivo, ya que son estructuras intelectuales que organizan los sucesos tal como el organismo las percibe y los clasifica en grupos de acuerdo con características comunes.

A medida que progresa el desarrollo del niño, los esquemas van siendo más diferenciados, menos sensoriales y mayormente numerosos, y la red que forman es progresivamente compleja.

LA ASIMILACIÓN

Es un proceso cognitivo mediante el cual las personas integran nuevos elementos perceptuales, motores o conceptuales a los esquemas o patrones de conducta ya existentes. Podemos decir que el niño tiene nuevas experiencias (ve cosas nuevas y empieza a conocer algo nuevo), empieza a reconocer las mismas cosas viejas como “nuevas” maneras y sólo trata de ajustar estos nuevos fenómenos a los esquemas con que contaba en ese momento. En teoría, la asimilación no provoca un cambio de esquemas al contrario condiciona su crecimiento y esto lo lleva como proceso, como parte de su desarrollo.

EL AJUSTE

Cuando el niño se encuentra frente a un estímulo nuevo, trata de integrarlo a sus esquemas; sin embargo, esto no siempre es posible ya que el estímulo no puede colocarse o integrarse en un esquema porque no hay alguno al que pueda ajustarse con facilidad. Por lo tanto, el niño crea un nuevo esquema en donde pueda colocar el estímulo (nuevo registro de archivo) o modifica uno de los esquemas de modo que el estímulo se ajuste a él. Así que el ajuste consiste en la creación de nuevos esquemas o de la modificación de los

antiguos; de esta forma determina un cambio o desarrollo de las estructuras (esquemas) cognitivas.

EL EQUILIBRIO

Es un estado de armonía entre la asimilación y el ajuste; el equilibrio es un balance entre los procesos mencionados. La acción de equilibrar es un proceso auto regulador mediante cuyas herramientas se pasa del desequilibrio al equilibrio. Esta acción permite formar e incorporar la experiencia externa (esquemas). Al experimentarse el desequilibrio se produce la motivación (puede decirse que aquello que activa la conducta) para que el niño busque el equilibrio, para mayor asimilación y ajuste.

2.2.1 Etapas del Desarrollo

Etapas y características del desarrollo intelectual según Piaget, tomado de

12 años en adelante	Operaciones formales	Aparece el pensamiento abstracto o formal permitiendo el pensar sobre el pensar Razonamiento complejo. Planteamiento de hipótesis y comprobación sistemática de éstas
---------------------	----------------------	---

2.3 Aprendizaje según Jean Piaget

Para Piaget todo conocimiento es una construcción originada por las acciones del niño. Este conocimiento es de tres tipos: físico, lógico-matemático y social.

El conocimiento físico se refiere a las propiedades físicas de los objetos, fenómenos o acontecimientos: tamaño, forma, textura, peso etc. Se adquiere el conocimiento manipulando el objeto con los sentidos.

El conocimiento lógico-matemático es el conocimiento construido mediante la reflexión acerca de las experiencias con los objetos y los acontecimientos. Son acciones efectuadas con los objetos.

Los objetos numéricos son ejemplos de conceptos lógico- matemáticos.

El conocimiento social al que los grupos sociales o culturales llegan por acuerdos, por convención, por reglas; las leyes, los sistemas morales, los valores, la ética y los sistemas de lenguaje son ejemplos de conocimiento social. Este conocimiento es extraído por las interacciones con otras personas.

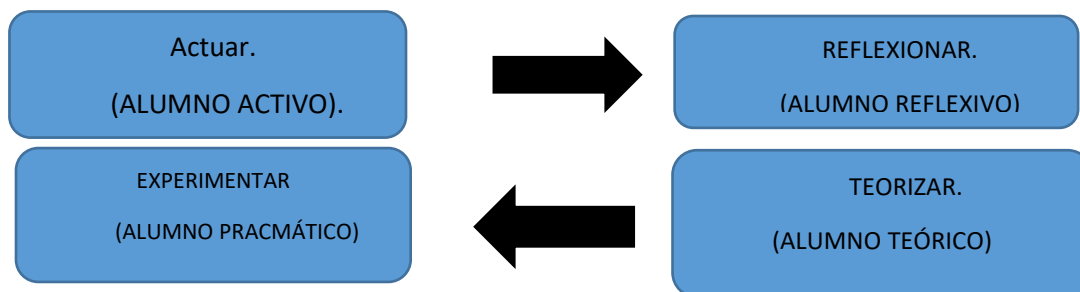
2.4 Estilos de Aprendizaje de Alonso-Honey

Originalmente elaborado por Kolb (1976) se trata de un análisis de calidad psicométrica, lingüísticamente adaptado a modismos locales dirigido a valorar los estilos de aprendizaje confirmados -convergente, asimilador, adaptador, pragmático- en el ámbito educativo. Su fundamentación teórica responde al modelo de Kolb (1984) y en menor medida al de Alonso *et al.* (1994), posibilitando una interpretación aplicada de sus resultados. (Romero Agudelo, L. N.; Salinas Urbina, V.; Mortera Gutiérrez, F. J., abril, 2010)

El modelo de estilos de aprendizaje elaborado por Kolb (2015) supone que para aprender algo debemos trabajar o procesar la información que recibimos. Señala que, por un lado, podemos partir: a) de una experiencia directa y concreta: alumno activo. b) o bien de una experiencia abstracta, que es la

que tenemos cuando leemos acerca de algo o cuando alguien nos lo cuenta: alumno teórico.

Las experiencias que tengamos, concretas o abstractas, se transforman en conocimiento cuando las elaboramos de alguna de estas dos formas: a) reflexionando y pensando sobre ellas: alumno reflexivo. b) experimentando de forma activa con la información recibida: alumno pragmático. Según el modelo de Kolb, (2015) un aprendizaje óptimo es el resultado de trabajar la información en cuatro fases:



(Manual de Estilo de Aprendizaje, 2004)

En otras palabras, nos explica Kolb que los estilos de aprendizaje se deben adaptar de manera primordial para un aprendizaje significativo, al igual que la importancia de adaptaciones curriculares en los programas y como herramienta para potencializar la forma de aprender, es decir, “un aprendizaje óptimo requiere de las cuatro fases, por lo que será conveniente presentarlas, de tal forma que garanticemos actividades que cubran todas las fases de la rueda de Kolb. Con eso por una parte facilitaremos el aprendizaje de todos los alumnos, cualquiera que sea su estilo preferido, y además les ayudaremos a potenciar las fases con los que se encuentran más cómodos.” (Romero Agudelo, L.N. *et al*, 2010: 5 y 6)

2.4.1 Los tipos de aprendizaje de acuerdo a la teoría de Karen Honey,

La autora (1994) plantea diversos aprendizajes, que se desarrollan según las habilidades personales, planteando que se puede tener más de uno o incluso se pueden explotar todos.

ESTILO ACTIVO

Descripción:

- 1) Mente abierta, no escépticos, acometen con entusiasmo nuevas tareas.
- 2) Gente del aquí y ahora que les encanta vivir nuevas experiencias. Días llenos de actividad. Piensan que al menos una vez hay que intentarlo todo. Apenas descende la exaltación de una actividad, buscan una nueva.
- 3) Se entusiasman ante los desafíos de nuevas experiencias y se aburren con los largos plazos.
- 4) Son personas muy de grupo que se involucran en los asuntos de los demás y centran a su alrededor todas las actividades.

ESTILO REFLEXIVO

Descripción:

- 1) Su filosofía es la prudencia, no dejan piedra sin mover, miran bien antes de pasar.
- 2) Gustan considerar todas las alternativas posibles antes de cualquier movimiento.
- 3) Disfrutan observando la actuación de los demás, los escuchan y no intervienen hasta haberse adueñado de la situación.
- 4) Crean a su alrededor un dilema algo distante y condescendiente.

ESTILO TEÓRICO

Descripción:

- 1) Enfocan los problemas vertical y escalonadamente, por etapas lógicas.
- 2) Aprenden a ser perfeccionistas.
- 3) Integran hechos en teorías coherentes. Les gusta analizar y sintetizar.

- 4) Son profundos en su sistema de pensamiento cuando establecen principios, teorías y modelos. Si es lógico, es bueno.
- 5) Buscan la racionalidad y la objetividad huyendo de lo subjetivo y ambiguo.

ESTILO PRAGMÁTICO

Descripción:

- 1) Gustan de actuar rápidamente y con seguridad con las ideas y proyectos que les atraen.
- 2) Tienden a impacientarse cuando alguien teoriza.
- 3) Pisan la tierra cuando hay que tomar una decisión o resolver un problema.
- 4) Piensan que “siempre se puede hacer mejor; si funciona, es bueno”

Características principales: experimentador, práctico, directo, eficaz, realista. Otras características: técnico, útil, rápido, decidido, planificador, positivo, concreto, objetivo, claro, seguro de sí, organizador, actual, solucionador de problemas, aplicador de lo aprendido y planificador de acciones. (Acevedo, 2020, *op. cit.*, 60).

2.5 Teoría socio cultural de Vygotsky

La teoría de Vygotsky respecto al aprendizaje como factor en la educación, plantea la relación entre pensamiento y lenguaje, con respecto a procesos psicológicos del individuo para la internación mental, verbal, física y social abre un preámbulo para un aprendizaje; señala que “el uso de los instrumentos y signos como mediadores para la comprensión de los procesos sociales, la existencia del nivel de desarrollo real y el nivel potencial de las funciones mentales como indicadores para definir la zona de desarrollo próximo y por último, se señalan las implicaciones educativas de la teoría junto con algunas aplicaciones en la práctica educativa” (Carrera, B. &

Mazzarella, C., "Vygotsky: enfoque sociocultural", *Educere: Revista Venezolana de Educación* abril-junio, 2001: 41).

Antes que nada, se debe saber que la relación entre el desarrollo psicológico-educativo, al igual que lo pedagógico, llevan por origen esta teoría del lenguaje y el pensamiento, que se ayuda a definir la zona de desarrollo próximo, y por último, se señalan las implicaciones educativas de la teoría junto con algunas aplicaciones en la práctica educativa.

2.5.1 Aprendizaje y Desarrollo.

El autor nos habla de que las funciones superiores del pensamiento, como razonamiento, atención, lenguaje, memoria y consciencia, son producto de la interacción cultural; menciona que los procesos de aprendizaje en el desarrollo no son estáticos ya que se hace un enfoque al aprendizaje de la interacción sociocultural, Vigotsky indica que para comprender la psiquis y la conciencia se debe analizar la vida de la persona y las condiciones reales de su existencia, pues la conciencia es "un reflejo subjetivo de la realidad objetiva" y para analizarla se debe tomar como "un producto sociocultural e histórico. Vigotsky planteó el fundamento epistemológico de su teoría, indicando a donde el sujeto actúa (persona) mediado por la actividad práctica social (objetal) sobre el objeto (realidad) transformándolo y transformándose a sí mismo" (*Implicaciones educativas de la teoría sociocultural de Vigotsky*, 2001: 60).

2.5.2 El Lenguaje precede al pensamiento

El autor nos habla de que a mayor desarrollo del entorno, se verá reflejado mayor aprendizaje significativo y por ende más aprendizaje intelectual, que justamente eso es lo que se busca en el aprendizaje en cualquier etapa del desarrollo; para "Vygotsky lo que determina el desarrollo ontogenético del ser humano tiene la siguiente estructura: actividad colectiva y comunicación - cultura (signos) - apropiación de la cultura (enseñanza y educación) actividad individual - desarrollo psíquico del individuo.

2.5.3 Implementaciones educativas en la Teoría de Vygotsky.

En resumen, es importante recordar que la fase de la niñez, se ve reflejada en la adolescencia y a lo largo de la vida, tomando en cuenta que el entorno es lo más importante para la adquisición de este aprendizaje, que tiene relación con la construcción del desarrollo e interacción cultural, por lo que le da importancia a la educación tanto formal como informal; para Vigotsky lo esencial no es la transferencia de habilidades de los que saben más a los que saben menos, sino es el uso colaborativo de las formas de mediación para crear, obtener y comunicar sentido.

CAPITULO III

PROYECTO DE VIDA Y ORIENTACIÓN EDUCATIVA

3.1 Modelos de orientación educativa según Bisquerra.

La orientación educativa es como cualquier disciplina, cuenta con una serie de modelos de intervención que ofrecen distintas posibilidades de acción.

Los modelos de orientación según Bisquerra (1998) sugieren procesos y procedimientos concretos de actuación, es decir, se pueden considerar como “guías para la acción”. A lo largo de la historia han ido surgiendo diversos modelos y la investigación ha contribuido en determinar la eficiencia de éstos.

La orientación educativa es un proceso que se desenvuelve a lo largo del ciclo de escolaridad primordialmente, en conjunción con la institución, lo social y lo familiar.

El modelo que propone Rafael Bisquerra, consiste en que el orientador dedique el máximo de tiempo a trabajar de forma colaborativa con el profesorado y con la institución educativa en lugar de intervenir directamente con el alumnado. Se trata de una intervención indirecta

Álvarez y Bisquerra (1997) basaron su clasificación en los criterios siguientes: teoría subyacente, tipo de intervención y tipo de organización de la institución donde se realiza la orientación.

Diversos autores (Álvarez y Bisquerra, 1997; Álvarez Rojo, 1994; Repetto, 1994; Sobrado y Ocampo, 1997) han validado la propuesta de Rodríguez Espinar (1986, 1993) en la que a través de la disposición de diferentes características en la intervención orientadora (indirecta/directa, individual/grupal, etc.) se conforman seis modelos de intervención en orientación:

1. Modelo de intervención directa e individualizada: *Counseling* o modelo clínico.
2. Modelo de intervención directa y grupal: Servicios - programas, servicios actuando por programas.

3. Modelo de intervención indirecta e individual y/o grupal: Consulta.

4. Modelo de intervención a través de medios tecnológicos: Tecnología.

Los modelos que aparecen en casi todas las clasificaciones son: de programas, de *counseling*, el de consulta o el de servicios. En cambio, existe un menor consenso para el modelo de servicios por programas y el tecnológico.

3.1.1 Modelo clínico, de consejo o *counseling*

El modelo clínico también se denomina como *counseling*, consejo o atención individualizada. De acuerdo con Rodríguez Espinar *et al.* (1993) se trata de una modalidad de intervención psicopedagógica fundamentada en la relación personal como única alternativa, que se caracteriza por una comunicación diádica entre orientador y orientado.

Según Bisquerra (2008) y Álvarez y Bisquerra (2012), las fases características del modelo clínico son:

1. *Inicio y estructuración de la relación de ayuda.* La iniciativa de solicitar ayuda surge del cliente (también pueden ser familiares, tutores, profesores, etc.) y se caracteriza por el establecimiento de una relación apropiada entre orientador y cliente.
2. *Exploración.* En el modelo clínico es habitual realizar algún tipo de diagnóstico y en la anamnesis se describen situaciones, experiencias y se aportan informaciones diversas.
3. *Tratamiento en función del diagnóstico.* Se establecen planes de acción y se potencia el auto concepto, la auto aceptación y la autoestima.
4. *Seguimiento y evaluación.* Se realizan los planes establecidos y se procede a evaluar el efecto de la acción.

Por otra parte, Sampascual, Navas y Castejón (1999) resumen las características principales de la intervención que presenta este modelo en tres: carácter asistencial y terapéutico, preferentemente externo situándose fuera del proceso educativo; y directo e individual.

Ciertas necesidades que reclaman la intervención del orientador hacen necesario este modelo, pero su uso exclusivo resulta inadecuado por ser insuficiente, debiendo entenderse el consejo o *counseling* como complemento imprescindible a la acción orientadora grupal.

3.2 Modelo de Servicios

Entre los rasgos característicos y diferenciadores del modelo de servicios podemos destacar los siguientes:

- Intervención directa de especialistas sobre un grupo de sujetos con alguna necesidad o dificultad, centrándose en el problema y no tanto en el entorno.
- Carácter externo, puesto que suelen estar localizados fuera de las instituciones educativas y de carácter sectorial, al estar implantados en una zona concreta.
- Intervención correctiva con carácter terapéutico, más que preventiva, centrándose en necesidades y dificultades concretas de los alumnos.
 - Actúan prioritariamente por funciones en mayor medida que por objetivos.
 - Las funciones del especialista en orientación (generalmente marcadas por la administración) son principalmente: la evaluación, diagnóstico y asesoramiento psicopedagógico, información de itinerarios académicos y profesionales, apoyo a la integración y diseño, puesta en práctica de las adaptaciones curriculares y atención a la diversidad, entre otras.

Entre sus ventajas destaca la posibilidad de facilitar información a los agentes educativos, la colaboración entre los profesionales y la conexión del centro con el resto de los servicios de la comunidad. No obstante, existen algunas limitaciones y dificultades para poner en práctica el modelo de servicios (Vélaz de Medrano, 1998; Cano González, 2013) tales como: su escasa conexión con la institución educativa; la ausencia de contextualización de los problemas y las intervenciones; la amplitud de funciones, (predefinidas de antemano por la administración); las limitaciones de tiempo, horario y recursos humanos para desarrollar sus funciones; las actividades se limitan en ocasiones al diagnóstico mediante test psicométricos; su enfoque es, básicamente, remedial y terapéutico; y la poca coordinación y profundidad en la relación entre los profesionales.

3.2.1 Modelo de programas

El modelo de programas parece surgir a principios de los años setenta debido a la insuficiencia del modelo clínico de atención individualizada, que no permitía la intervención a nivel grupal, y a las limitaciones del modelo de servicios. Así, el modelo de programas permite integrar a los principios de prevención, desarrollo e intervención social (Rodríguez Espinar *et al.*, 1993), extender la orientación a todos los alumnos e implicar a los agentes educativos en la tarea orientadora.

Existen muchas definiciones otorgadas al término de programa, entre ellas destacamos las que consideramos que incluyen las características más relevantes en éste:

- “... acciones sistemáticas, cuidadosamente planificadas, orientadas a unas metas, como respuesta a las necesidades educativas de los alumnos, padres y profesores insertos en un centro” (Rodríguez Espinar *et al.*, 1993: 233).
- “... actividad sistemática dirigida a una población para conseguir los objetivos educativos previstos de antemano” (Montané & Martínez, 1994: 83).

- “...sistema que fundamenta, sistematiza y ordena la intervención psicopedagógica comprensiva orientada a priorizar y satisfacer las necesidades de desarrollo detectadas en los distintos destinatarios de dicha intervención” (Vélaz de Medrano, 1998: 138).
- “... toda actividad preventiva, evolutiva, educativa o remedial que, teóricamente fundamentada, planificada de modo sistemático y aplicada por un conjunto de profesionales de modo colaborativo, pretende lograr determinados objetivos en respuesta a las necesidades detectadas en un grupo dentro de un contexto educativo, comunitario, familiar o empresarial” (Repetto, 2002: 295).
- “... la planificación y ejecución de un conjunto de acciones encaminadas a lograr unos objetivos con la finalidad de satisfacer unas necesidades” (Bisquerra & Álvarez, 2012: 105)

En base a las conceptualizaciones anteriores podemos definir un programa como un proyecto ordenado y planificado sistemáticamente que incluye acciones y actividades diseñadas para la consecución de unos objetivos previamente definidos, en relación a la satisfacción de unas necesidades concretas para un contexto determinado.

Álvarez y Bisquerra (2012) proponen una serie de fases en la realización de programas:

1. Análisis del contexto en que se encuentra el centro: factores ambientales, estructura y organización, recursos, dinámica de los procesos de enseñanza y aprendizaje, actitudes ante la orientación, etc.
2. Identificación de necesidades que pretenden satisfacer con la aplicación del programa.
3. Formulación de objetivos claros, concretos y operativos.

4. Planificación del programa a través de la secuenciación de actividades, servicios y estrategias que permitan lograr los objetivos.
5. Ejecución del programa.
6. Evaluación del programa, valorando el proceso y el producto (eficacia) de la acción orientadora.
7. Costes del programa tanto a nivel de recursos humanos (número y horas) como materiales (mobiliario, test, cuestionarios, fotocopias, etc.).

En una línea similar, Repetto (2002) distingue seis fases en el proceso de elaboración de los programas, señalando las siguientes: 1) Análisis del contexto y diagnóstico del sujeto; 2) Fundamentación teórica y evidencia de su eficacia en la satisfacción de las necesidades detectadas; 3) Planificación y diseño; 4) Aplicación y seguimiento; 5) Evaluación del programa en sí, en su proceso y en sus resultados; y 6) Toma de decisiones sobre la mejora, continuidad o supresión del programa.

Como características diferenciadoras de este modelo, podemos señalar que la intervención es directa, grupal e interna, así como programada de manera intencional y contextualizada en una realidad educativa. En concreto, entre las ventajas que encontramos en el modelo por programas debemos resaltar la posibilidad de establecer a priori la planificación de la intervención, la posibilidad de realizar una evaluación y seguimiento para mejorar, la ampliación en el número de sujetos que alcanza, la potenciación y estimulación del establecimiento de relaciones y la participación de todos los agentes educativos; mayor optimización de los recursos humanos y materiales, etc.

No se quiere decir que la figura del orientador o especialista se haya sustituido por los medios tecnológicos, sino que se trata de un recurso más a utilizar por este profesional, actuando como asesor y coordinador del proceso de

intervención orientadora, con apoyo de estos nuevos sistemas y estrategias. De acuerdo con esto, el orientador puede emplear nuevas metodologías que implican la utilización de medios tecnológicos para hacer más eficaz la intervención psicopedagógica.

3.2.2 Toma de decisiones en la etapa de la adolescencia

Entrar a la etapa de la adolescencia es tomado como uno de los momentos históricos por los que pasa el ser humano, aunado a la crisis de la etapa, ya que aquí es cuando se toman decisiones que van a empezar a repercutir para el futuro. Es cuando el adolescente debe empezar a adquirir una conciencia de lo que está realizando, ya que se encuentra en una etapa delicada y sobre todo vulnerable, donde los factores externos empiezan a ser parteaguas para la construcción de su identidad, y empiezan a elegir ya no sólo con la influencia de sus padres, sino de sus relaciones sociales, y también de los medios de comunicación, como lo es el internet.

En este proceso de cambio de la elección y toma de decisiones, los padres juegan el papel más importante, ya que ellos se vuelven la clave preponderante, una guía, un soporte para los cambios que presentan en sus emociones y al mismo tiempo les enseñan cómo gestionar éstas tales como ansiedad, estrés, presión, depresión, entre otras. Ya que los padres emiten el mensaje que a lo largo de su infancia les fueron enseñando, que cada acción tiene una consecuencia y por ende la toma de decisiones no se debe tomar a la ligera, y si es así deberán enfrentar los resultados de esa decisión mal tomada.

Las familias creen que este momento histórico del adolescente se puede tomar a la ligera, sin embargo, si hubiera una consciencia colectiva se darían cuenta que ésta es una de las etapas donde no tienen que soltar las riendas y deben darle importancia a los hábitos, valores y congruencia, ya que los adolescentes lo único que respetan en la etapa de cambios hormonales es

la congruencia del adulto, y de ahí se apoyan para la construcción de las decisiones futuras.

Por otro lado, es importante destacar que la confianza es un aspecto importante para la toma de decisiones, el hablar con ellos de las equivocaciones y plantearles un amplio panorama de opciones por si llegan a tener una mala decisión, que encuentren siempre estrategias o alternativas, esto va a evitar que caigan en la frustración y ansiedad, el tener una opción A, B o C, habla de una buena planeación, para una toma de decisiones más amplia y estructurada para su futuro.

Es aquí cuando se toman en cuenta las habilidades adquiridas y las que está desarrollando en ese momento, con la intención de sacar ventaja de ello; dependerá también de los procesos de aprendizaje que tenga el adolescente, que deben tener ciertas adaptaciones. (Goleman, Daniel, *La Inteligencia Emocional*, Editorial Zeta, 1996: 17).

3.2.3 La importancia y construcción de un plan de vida y carrera

La importancia de empezar a trabajar con la construcción de su proyecto de vida y carrera, es el punto más importante, el amplio panorama que puede llegar a tener el adolescente en este momento para la realización completa a lo largo de su vida, sin embargo, debemos tomar en cuenta también las desventajas que existen en la actualidad para que esto no se lleve a cabo.

Durante la etapa de la adolescencia, los individuos empiezan a condensar sus motivaciones en acciones concretas que los conducen hacia un acercamiento, o en su defecto los aleja de su ideal de vida; esto quiere decir.

Los adolescentes se encuentran en una etapa donde reina la incertidumbre, por la dificultad de hallar los medios y herramientas para consolidar su futuro profesional.

Con lo dicho, se deben tener en cuenta los cambios que se producen a través del tiempo en los ámbitos social, político, económico, cultural, tecnológico y ecológico, los cuales demandan personas aptas para dar respuestas a las

exigencias de una sociedad orientada hacia el desarrollo, donde se crea la necesidad de que los jóvenes proyecten su vida profesional y laboral a dar cumplimiento a las demandas actuales de un mundo complejo y globalizado. Sin embargo, en los ámbitos nacional y departamental, algunas instituciones educativas no brindan las herramientas necesarias para formar al estudiante con la suficiente claridad hacia la estructuración de un proyecto de vida, ya sea profesional u ocupacional (Espinosa *et al.*, 2007); ello da como resultado personas acrílicas, poco reflexivas, sin compromiso y sin interés ante su autodesarrollo y el de su comunidad. (Redalyc, *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, Núm. 50, febrero-mayo, 2017: 21-41).

El desconocimiento teórico y práctico en el abordaje de los proyectos de vida se refleja, en ocasiones, dentro de las actividades desarrolladas para trabajar el proyecto de vida en estudiantes, los cuales carecen de criterios conceptuales y metodológicos. En algunos casos, tales abordajes son iniciativa de los docentes, mas no constituyen un área que se trabaje con profundidad dentro de las instituciones (Espinosa, Torres, Zapata Ortega & Restrepo, 2007): en reiteradas ocasiones sucede que en una institución educativa no se respeta el horario dedicado a trabajar el proyecto de vida; se da mayor importancia a las materias regulares que al fortalecimiento de la creatividad y reflexión encaminadas a la estructuración de un proyecto de vida profesional, lo cual disminuye el interés en los estudiantes frente a la importancia de la construcción de este proyecto. Esto genera adolescentes poco reflexivos, escasos de creatividad y con limitada iniciativa para transformar la sociedad (D' Ángelo, 2008).

La educación emocional es entendida como un proceso educativo, continuo y permanente, cuyo objetivo fundamental es desarrollar las competencias emocionales que contribuyan a afrontar mejor los retos de la vida y, como consecuencia, aportar un mejor bienestar personal y social (Bisquerra y Pérez, 2007). A su vez, las competencias emocionales son consideradas competencias básicas para la vida; tal como lo plantea la Comisión

Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI, mediante el informe de la Unesco (Delors, 1996), al proponer cuatro pilares sobre los cuales debe organizarse la educación a lo largo de la vida: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a convivir y aprender a ser. Los dos últimos pilares representan el eje sobre el cual gira el desarrollo personal y la vida en sociedad del ser humano.

Se trata, entonces, de que el proceso educativo comparta en importancia, tanto el aspecto intelectual como el desarrollo emocional, con un sentido moral (Bernal y Sandoval, 2013); con el objetivo único de que niños, niñas y jóvenes se puedan enfrentar a un mundo más complejo y competitivo, distinguiendo unas conductas de otras y con mejor oportunidad de obtener un bienestar general.

La importancia de crear un plan de vida y carrera en la adolescencia, es brindar un amplio catálogo de opciones para que se posicionen de una manera asertiva ante la selección de una carrera u ocupación, para asumir en el futuro un rol profesional y laboral responsable consigo mismo y con la sociedad.

El camino que toma el proyecto de vida dentro de las oportunidades de escoger una carrera, parte desde una perspectiva general de la vida profesional conocida como desarrollo de la perspectiva profesional, el cual se encuentra inmerso en los medios social, laboral, profesional y personal de los objetivos propuestos por cada individuo.

3.4 Factores que influyen en la toma de decisiones para un plan de vida en la adolescencia

Existen infinidad de factores tanto positivos como negativos que influyen en la toma de decisiones, así como internos y externos, y principalmente de la familia de ellos depende la creación, fomento y visión de planes a corto, largo y mediano plazo, ya que ellos harán la incursión para una toma de decisiones, y el trabajo que realicen a temprana edad se verá reflejado en esta etapa, la

mediación entre sus emociones tiene mucho que ver, ya que experimentan cambios de manera física y mental, por otro lado, en la misma línea, en sus relaciones sociales y así también con los docentes en las instituciones.

Otros de los factores principales son las competencias emocionales y la toma responsable de decisiones en los preadolescentes, que pudieran ayudarles a resolver problemas y a enfrentarse a situaciones de riesgo de una mejor manera, así como el papel que el apoyo del personal docente, padres y madres de familia tienen en este proceso.

A partir de los resultados, se evidencia la relación estrecha entre el conocimiento y control emocional, y la respuesta cognitiva y práctica para la toma responsable de decisiones. Al parecer, el estudiantado de la muestra es consciente, en cierto grado, de sus emociones y las de las otras personas; sin embargo, aún es necesario fortalecer el control de sus emociones y la toma responsable de decisiones.

De manera específica, la preadolescencia constituye un período de profundos cambios físicos y emocionales que suelen ser difíciles para quienes los viven. Aunados a las crecientes demandas a las que el estudiantado se encuentra sometido en ambientes académicos cada vez más competitivos y a los diversos y cada vez más amplios ámbitos de decisión (Cleary y Zimmerman, 2004). De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), muchos de los problemas de salud mental y física de adolescentes surgen al término de la infancia y principios de la adolescencia. Esta situación puede ser potencialmente estresante y provocar inestabilidad emocional ante la incapacidad de los preadolescentes para afrontar demandas y preocupaciones (Papalia, Wendkos y Duskin, 2004). En este contexto, las competencias emocionales surgen como factores protectores o preventivos ante situaciones de riesgo (Bisquerra, 2005), las cuales se pueden desarrollar tanto en el contexto escolar como en el seno familiar, de cara a una vida adulta con equilibrio y satisfacción (Cabrera, 2009).

Competencias emocionales

Diferentes investigadores han argumentado sobre una definición que aclare, de manera más precisa, el concepto de competencia emocional, el cual es aún un tema de debate entre especialistas para definirlo y delimitarlo (Bisquerra, 2009). Bisquerra y Pérez (2007) realizaron una revisión de las principales propuestas sobre competencias emocionales. De manera general, las competencias emocionales se pueden definir como “el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales” (Bisquerra, 2005: 22). En general esto implica (Bisquerra y Pérez, 2007):

- a. Adquirir una *conciencia emocional*: capacidad para reconocer los propios sentimientos y emociones, así como para percibir las emociones de las demás personas y practicar la empatía.
- b. Desarrollar una *regulación emocional*: habilidad para manejar las emociones de manera apropiada. Darse cuenta de la interacción entre los procesos cognitivos, emocionales y de comportamiento; así como de las habilidades y estrategias que se emplean para generar emociones positivas.
- c. Ampliar las *competencias sociales*: saber cómo relacionarse con las demás personas de manera asertiva y positiva.
- d. Adquirir una *autonomía emocional*: saber cómo trabajar la autogestión; es decir, el cómo se asume la responsabilidad en la toma de decisiones y la intención de implicarse en comportamientos seguros.
- e. Aumentar las *competencias para la vida y bienestar*: habilidad para desarrollar conductas responsables que permitan asumir el reto de organizar una vida de manera sana, equilibrada, con satisfacción y bienestar.

Las competencias emocionales pueden enseñarse, a partir de la práctica, mediante ejemplos y vivencias (Fernández-Berrocal y Extremera, 2011). Los chicos y chicas en la preadolescencia pueden aprender a regular

sus emociones observando las actuaciones de sus padres, madres y docentes, quienes se convierten en referentes principales en cuanto a actitudes y comportamientos.

Dada la función socializadora de la familia a través de la educación, el seno familiar es un contexto idóneo para el desarrollo de competencias emocionales (Bisquerra, 2012) en la infancia. Como afirma Castillo (2013: 164): “es en la familia, a través de los padres, como uno aprende a [desarrollarse] como persona”. Por ello, una adecuada educación basada en el amor y la comprensión, a partir de una responsabilidad parental compartida, dará la seguridad y el apoyo afectivo necesarios para el crecimiento y desarrollo adecuados; para que los niños y las niñas puedan aprender progresivamente a soportar niveles de tensión.

3.2.3 Competencias emocionales y toma de decisiones responsable en la preadolescencia.

Tomar decisiones es un proceso complejo, en el que intervienen factores de índole personal e interpersonal (Bisquerra y Pérez, 2007), e implica adquirir la seguridad y la autonomía para resolver problemas y asumir las consecuencias de la actuación personal.

En el contexto educativo, el proceso de toma de decisiones se trabaja generalmente a partir de la Educación Secundaria Obligatoria, principalmente a través de una orientación vocacional y profesional. Sin embargo, es clara la necesidad de contemplar en el currículo y en la actividad orientadora la capacidad de tomar decisiones.

Desde este enfoque, Álvarez (2001) ha realizado estudios que han confirmado los efectos positivos del entrenamiento en el proceso de la toma de decisiones a través de la ganancia de competencias emocionales.

Asimismo, el modelo afectivo-emocional de Mayer, Caruso y Salovey (1999, citado en Álvarez y Rodríguez, 2006) es uno de los más representativos en este campo, que incluye la dimensión emocional en los procesos de toma de decisiones.

Está integrado por cuatro fases: a) habilidad para reconocer las emociones y saber expresarlas; b) controlar las emociones, de tal forma que permitan un mejor proceso en la toma de decisiones; c) comprender las propias emociones y las de las demás personas; d) gestionar adecuadamente las emociones.

Tomando en cuenta que las emociones definen en gran medida las actuaciones, es importante considerar, en primer lugar, el control y la regulación de éstas, si se desea realizar un proceso de toma de decisiones con responsabilidad, adecuado a cada una de las situaciones que se puedan presentar en la vida.

- a. Promover una formación integral, diversificada e intercultural.
- b. Formar en lo cognitivo, afectivo-emocional y social.
- c. Fortalecer un adecuado conocimiento de sí mismo y del entorno educativo.
- d. Impulsar un alto nivel de exigencia académica.
- e. Ofrecer mayor libertad y responsabilidad, enfrentándolos a constantes situaciones de decisión que han de superar.

A partir de estos planteamientos, se constata el papel activo de los grupos adolescentes y preadolescentes en el proceso de toma de decisiones. Desde esta perspectiva, las características del contexto escolar y del ambiente familiar tienen un papel fundamental para promover o restringir la toma de decisiones responsable. Tanto los padres y madres como los docentes, las docentes y tutores deben transformarse en guías que transmitan la información necesaria y promuevan la reflexión en los chicos y las chicas respecto de la aceptación de sus capacidades, sus limitaciones y la responsabilidad que conlleva el tomar decisiones; este proceso

permanente debe estar en constante revisión de cara a las eventualidades que se producen en el desarrollo del individuo (Bisquerra, 2009).

Por lo tanto, trabajar la toma de decisiones es una tarea que se lleva a cabo de forma gradual, partiendo del conocimiento de sí, del conocimiento y regulación de las propias emociones y de la empatía con las emociones de los demás sujetos, de tal forma que permita seguir conociendo las diferentes opciones que se ofrecen a lo largo de la vida.

El personal docente deberá, por tanto, promover las habilidades emocionales del estudiantado en su trabajo diario en clase (Extremera y Fernández-Berrocal, 2003). Además, es necesario que existan canales de comunicación y la acción coordinada entre el personal docente y las madres y padres de familia, a fin de que el trabajo realizado tenga continuidad (Bolívar, 2006), pues, como hemos señalado, los contextos educativo y familiar son los principales protagonistas en la educación emocional de los niños y niñas.

CAPITULO IV

FACTORES QUE INFLUYEN EN LA TOMA DE DECISIONES

La importancia de conocer las siguientes teorías en la toma de decisiones, radica en entender cómo durante el desarrollo del adolescente, podemos potencializar sus habilidades, pues conocer el tipo de inteligencia que tiene cada uno, le va a dar una herramienta para utilizarla de manera efectiva y enfocarla a su aprendizaje; también nos dará oportunidad de entenderlo, conocerlo, aprender y poder tomar unas decisiones más adecuadas con influencia de los siguientes cuestionamientos: ¿Para qué me sirve como adolescente conocer mi tipo de inteligencia?; ¿Cómo me ayudará como herramienta para la toma de decisiones?; ¿Qué tipo de influencia tiene para mi presente y futuro? Todas estas preguntas se responderán al conocer lo que son las inteligencias múltiples.

Los estilos de aprendizaje son un reflejo del desarrollo del adolescente a lo largo de su vida y esto se potencializa y se trabaja en la preparación de la vida adulta; debe tomar en cuenta que el reflejo de la motivación tiene una relación estrecha, ya que sin una, no existe la otra, todas son importantes como herramientas para la toma de decisiones.

Debemos tomar en cuenta que la inteligencia emocional es una herramienta que desarrollamos desde pequeños y se debe ir perfeccionando a lo largo de la vida, e incluso, es la principal herramienta que como seres humanos debemos conocer, ya que es la que nos ayuda a entender, comprender y en su caso, modificar todos los aspectos de nuestra vida, por eso es importante conocer su influencia, para trabajarla y desarrollarla de la mejor manera posible.

4.1 Howard Gardner y la teoría de las Inteligencias Múltiples

La vasta información y el aumento del conocimiento comenzaron a cobrar una velocidad exponencial tal, que los sistemas educativos empezaron a mostrar incapacidad en la velocidad, la variedad en la multiplicidad y la diversidad.

Es importante destacar que la teoría de las inteligencias múltiples que nos presenta Howard Gardner se muestra como una actividad hacia el proceso de enseñanza-aprendizaje, puesto que los actores que intervienen en la dinámica educativa deben tener una nueva visión, disposición y por supuesto una nueva actitud hacia la transmisión de conocimientos y la manera en que los alumnos deben aprenderlos.

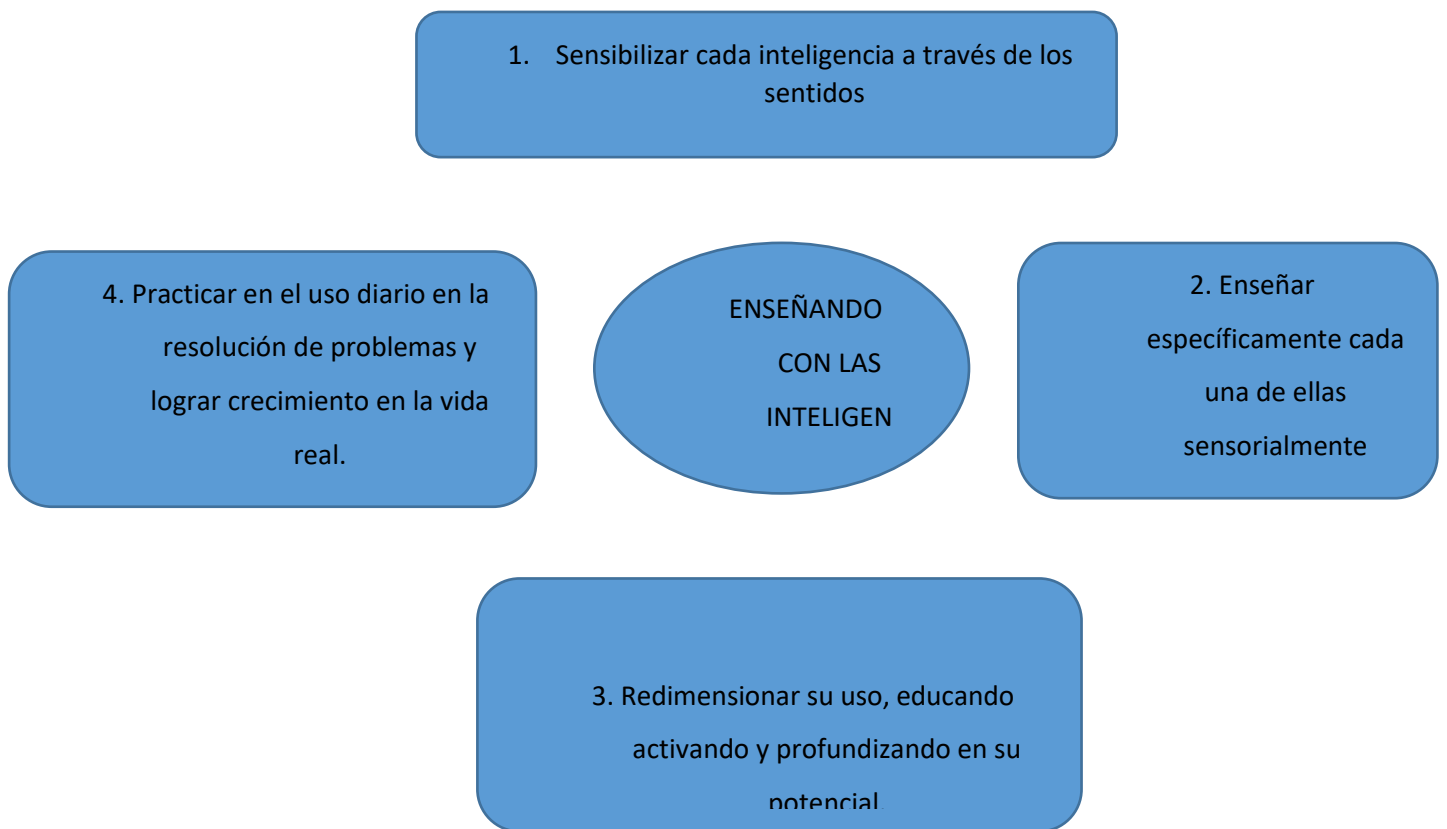
Esta propuesta contenía una nueva forma de educar en la que se echaba mano de todo tipo de recursos, tanto materiales como humanos, de tal manera que la música, los ritmos, colores, movimientos, la comunicación, la introspección, el arte, el juego, la teoría, se encontraban en combinación para el impulso del aprendizaje.

Por supuesto esto rompería totalmente con los esquemas educativos establecidos en esa época, ya que el maestro dejó a un lado el papel de dueño del conocimiento para ser el facilitador, el que despierta a sus alumnos el gusto por aprender, todo esto a través de las inteligencias múltiples, enfocándose a la habilidad o habilidades que ha desarrollado de manera

individual cada alumno, para potencializar la inteligencia o inteligencias adquiridas o bien más de una.

Dentro de esta teoría se considera a todo organismo como un equipo diseñado para aprender toda la vida y no sólo el cerebro como la parte única a través de la cual aprendemos.

Para ello se utilizan los cuatro cuadrantes para la enseñanza de las inteligencias múltiples:



file:///C:/Users/Impul/Downloads/art%C3%ADculo_redalyc_36448449004.pdf

Hasta el momento Howard Gardner y su equipo han identificado ocho tipos distintos de inteligencia (Sánchez Aquino, L. I. 2015):

Inteligencia Musical es la capacidad de percibir, discriminar, transformar y expresar las formas musicales. Incluye la sensibilidad al ritmo, al tono y al timbre. Está presente en compositores, directores de orquesta, críticos musicales, músicos y oyentes sensibles, entre otros.

Los niños que la evidencian se sienten atraídos por los sonidos de la naturaleza y por todo tipo de melodías. Disfrutan siguiendo el compás con el pie, golpeando o sacudiendo algún objeto rítmicamente.

Inteligencia Corporal-kinestésica es la capacidad para usar todo el cuerpo en la expresión de ideas y sentimientos, y la facilidad en el uso de las manos para transformar elementos. Incluye habilidades de coordinación, destreza, equilibrio, flexibilidad, fuerza y velocidad. Se manifiesta en atletas, bailarines, cirujanos y artesanos, entre otros. Se la aprecia en los niños que se destacan en actividades deportivas, danza, expresión corporal y/o en trabajos de construcciones utilizando diversos materiales concretos. También en aquellos que son hábiles en la ejecución de instrumentos.

Inteligencia Lingüística es la capacidad de usar las palabras de manera efectiva, en forma oral o escrita. Incluye la habilidad en el uso de la sintaxis, la fonética, la semántica y los usos pragmáticos del lenguaje (la retórica, la mnemónica, la explicación y el metalenguaje). Esta inteligencia se ve en escritores, poetas, periodistas y oradores, entre otros. Está en los niños a los que les encanta redactar historias, leer, jugar con rimas, trabalenguas y en los que aprenden con facilidad otros idiomas.

Inteligencia Lógico-matemática es la capacidad para usar los números de manera efectiva y de razonar adecuadamente. Incluye la sensibilidad a los esquemas y relaciones lógicas, las afirmaciones y las proposiciones, las funciones y otras abstracciones relacionadas. Esta inteligencia se ve en

<p>científicos, matemáticos, contadores, ingenieros y analistas de sistemas, entre otros. Los niños que la han desarrollado analizan con facilidad problemas. Se acercan a los cálculos numéricos, estadísticas y presupuestos con entusiasmo.</p>
<p>Inteligencia Espacial es la capacidad de pensar en tres dimensiones. Permite percibir imágenes externas e internas, recrearlas, transformarlas o modificarlas, recorrer el espacio o hacer que los objetos lo recorran y producir o decodificar información gráfica. Presente en pilotos, marinos, escultores, pintores y arquitectos, entre otros. Está en los niños que estudian mejor con gráficos, esquemas, cuadros. Les gusta hacer mapas conceptuales y mentales. Entienden muy bien planos y croquis.</p>
<p>Inteligencia Interpersonal es la capacidad de entender a los demás e interactuar eficazmente con ellos. Incluye la sensibilidad a expresiones faciales, la voz, los gestos y posturas y la habilidad para responder. Presente en actores, políticos, buenos vendedores y docentes exitosos, entre otros. La tienen los niños que disfrutan trabajando en grupo, que son convincentes en sus negociaciones con pares y mayores, que entienden al compañero.</p>
<p>Inteligencia Intrapersonal es la capacidad de construir una percepción precisa respecto de sí mismo y de organizar y dirigir su propia vida. Incluye la autodisciplina, la auto comprensión y la autoestima. Se encuentra muy desarrollada en teólogos, filósofos y psicólogos, entre otros. La evidencian los niños que son reflexivos, de razonamiento acertado y suelen ser consejeros de sus pares.</p>
<p>Inteligencia Naturalista es la capacidad de distinguir, clasificar y utilizar elementos del medio ambiente, objetos, animales o plantas, tanto del ambiente urbano como suburbano o rural. Incluye las habilidades de observación, experimentación, reflexión y cuestionamiento de nuestro entorno. La poseen en alto nivel la gente de campo, botánicos, cazadores, ecologistas y paisajistas, entre otros. Se da en los niños que aman los</p>

animales y las plantas; que reconocen y les gusta investigar características del mundo natural y del hecho por el hombre.

Las inteligencias múltiples representan gran potencial para la orientación educativa, tomando en cuenta que desde que los alumnos o jóvenes ingresan a una educación media superior y superior, tienen carencias relacionadas con el bajo rendimiento educativo (matemáticas, lectura y dificultad de análisis) y emocional, que en gran parte son ocasionadas por la falta de una adecuada orientación educativa, por lo que aplicar las inteligencia múltiples es un preámbulo para una elección más rápida, al brindarlo como herramienta para su auto conocimiento y que tengan mayor facilidad de elección. El test de estilos de aprendizaje sirve como una guía inicial para identificar, por parte de los mismos estudiantes, sus intereses vocacionales y profesionales.

4.1.1 Estilos de Aprendizaje

Las instituciones de educación superior trabajan en el perfeccionamiento continuo de los procesos para lograr preparar profesionales con una formación integral. La necesidad de desarrollar en los alumnos la competencia de aprender a aprender como requisito de una educación actual, presupone un uso eficaz y eficiente de los estilos de aprendizaje, los cuales no son a veces funcionales por ser un fenómeno complejo “en el que interactúan las exigencias del contexto social con las características personales del estudiante, proceso en el que intervienen múltiples variables.

La importancia de aplicar en el aula esta prueba de Estilo de Aprendizaje de Honey-Alonso, tiene que ver con el proceso de aprendizaje del alumno, y que él también tenga conocimiento de sí mismo respecto a qué implica su proceso de aprendizaje como herramienta para su propio futuro; el que un individuo conozca más de sí mismo le ayuda a tener herramientas

de ventajas para buscar nuevas técnicas que le puedan ayudar en las materias que se le hacen complejas y no se vea como una dificultad para su futuro, esto va de la mano con el docente buscando nuevas y mejores estrategias de aprendizaje.

Cabe preguntarse en este punto qué se entiende por estilos de enseñanza. Estos constituyen “categorías de comportamientos de enseñanza que el docente exhibe habitualmente en contextos determinados y en cada fase o momento de la actividad de enseñanza que se fundamentan en actitudes personales que le son inherentes y otras abstraídas de su experiencia académica profesional.

4.2 Daniel Goleman y la Teoría de la Inteligencia Emocional

Si bien es una realidad épica, la sociedad en la actualidad tanto como la educación y la cultura van de la mano; a los seres humanos nos han enseñado a que el hombre y la mujer son distintos desde el momento de la concepción de los padres, ya que traen una carga genética que en el futuro determinará la personalidad de los seres humanos, así cuando salimos del vientre materno pasamos a formar parte de la sociedad que nos dicta reglas de comportamiento y estándares que nos indican cómo es la conducta con la que nos debemos conducir.

4.2.1 Alfabetización emocional disfrazada

Con el programa escolar atiborrado por la proliferación de planes y programas, temas y agendas, etc. “Los maestros que comprensiblemente se sienten sobrecargados, se resisten a sustraer más tiempos a sus contenidos de sus programas de estudio para impartir educación sobre sentimientos y relaciones personales u otros temas ya enseñados.” (Jiménez, Lianet, 2011, *Fundamentos psicopedagógicos para la Alfabetización Emocional, una aproximación necesaria*, vol. 14, núm. 25, 156 y 157).

Las lecciones sobre las emociones pueden surgir naturalmente en la clase de lectura y escritura, de salud, de ciencias, matemáticas, sociales, etcétera.

4.3 Motivación

Papel de la motivación en el aprendizaje

Entendemos por motivación un conjunto de variables intermedias que activan la conducta y/o la “orientan en un sentido determinado para la consecución de un objetivo.

En la motivación que un alumno llegue a tener desempeña un papel fundamental la atención y el refuerzo social que del adulto (profesor, padres...) reciba. Por eso son importantes las expectativas que los adultos manifiestan hacia el individuo o las oportunidades de éxito que se les ofrezcan.

Además, hay que considerar la motivación como una amplia capacidad que precisa enseñar valores superiores como la satisfacción por el trabajo bien hecho, la superación personal, la autonomía y la libertad que da el conocimiento... “también, la motivación es una cuestión de procedimientos que implica un trabajo importante, utilizar auto instrucciones, relacionar contenidos, trabajar en equipo etc. Y, por último, exige conocimiento sobre el riesgo que se corre en caso de fracasar en el intento o, por el contrario, y más importante, la satisfacción que supone la obtención del éxito.

Podemos distinguir **dos tipos de motivación**: una *intrínseca* que hace referencia a que la meta que persigue el sujeto es la experiencia del sentimiento de competencia y autodeterminación, que produce la realización misma de la tarea y no depende de recompensas externas. Es el caso del niño que aprende la lista de jugadores de un equipo de fútbol porque realmente le llama la atención, le motiva, significa algo para él, y lo hace sin pretender ninguna recompensa, la aprende por que sí. “Y la *motivación extrínseca* que está relacionada con la realización de la tarea para conseguir un premio o evitar el castigo. Como cuando el hijo ayuda a labores del hogar

con la única intención de conseguir un permiso para salir con sus amigos y no porque realmente sea necesario estar en un espacio ordenado porque resulta más cómodo.

Por lo ya mencionado con anterioridad es importante destacar que la educación no sólo debe limitarse a conocimientos o bien a lo académico, sino también a transmitir valores y llevarlos a cabo, reproducirlos, así como influir en actitudes positivas escolares.

Debemos reconocer que los individuos o bien personas con mayor motivación suelen ser más persistentes en sus actividades dentro y fuera del aula, por lo tanto hay mayor probabilidad de que alcance sus metas; esto logra que ellos realicen juicios independientes proponiéndose retos.

El problema de la primera influencia estriba básicamente en las posibilidades de maniobra para intervenir pedagógicamente, si lo deseable es la motivación intrínseca ¿cómo "motivar" sin que ello se transforme en una influencia "extrínseca"? En relación con las expectativas del profesor y *el efecto Pigmalión*, si bien constatamos la relación entre las variables, no es del todo claro cómo un profesor puede tener o hacer persistir las altas expectativas (verdaderas) .

La motivación escolar tiene que ver más concretamente con la *activación de recursos cognitivos para aprender* aquello que la escuela propone como aprendizaje (Valenzuela, 2007), y no sólo con querer realizar una tarea específica en un momento dado. En esta dirección, "la pregunta por la motivación tiene que ver, en términos generales, con el *valor de la tarea* y con el *sentimiento de competencia* frente a ella, pero también, a nivel de la actividad general, con los *motivos* que dan sentido a la activación de dichos recursos cognitivos en pos del aprendizaje (motivos para aprender)". (Valenzuela J. et. al., 2015: 1).

Las **causas de desmotivación** pueden variar en el ser humano, sin embargo, es importante tomar en cuenta principalmente la estimulación que se ha

recibido o recibe a lo largo de su vida y más como aprendizaje individual. Y como primer factor corresponde a la familia, pero también el entorno social se involucra, que puede favorecer o no, así como los fracasos escolares que traiga arrastrando. “La desmotivación comprende a la existencia de limitaciones contras que es muy difícil luchar y sobre todo vencer, así como las bajas expectativas y atribuciones inadecuadas, falta de hábitos.

Entre los factores principales de **motivación**, la familia juega un papel importante y primordial, lo que la hace una variable constante. Como se sabe, la disposición de aprender se inculca a partir de ciertas acciones como comentarios que se hacen, sirviendo de modelo y el ejemplo de conductas habladas o realizadas o bien actitudes que se toman.

Como es conocido, la familia es la primera variable y la más constante; la disposición de aprender se la enseñamos a nuestros hijos con preguntas y comentarios que se realizan, o fungiendo como modelos en nuestra vida cotidiana. En el ámbito familiar existen ciertos puntos de importancia que se deben destacar en la motivación escolar:

- El tipo de relación que se establece con los hijos.
- La actitud ante el conocimiento y la escuela, así como la congruencia.
- Las destrezas y habilidades que se despliegue para motivarle y ayudarle en el trabajo de la escuela.

Para concluir este apartado, se puede decir que la motivación la tenemos que entender y reconocer como una parte importante de la personalidad del individuo y la manera de moldearle y educarle, y que tiene todas las características para desarrollarse, pero a su vez, con una gran exigencia de adaptación en distintos niveles y etapas. Para poder empezar a motivar a una persona, hay que tomar en cuenta sus sucesos históricos a lo largo de su vida en los estudios, para poder ir poco a poco sin pretender tener grandes avances al principio y aplaudir sus logros por más pequeños que sean, puesto que se tiene que tomar en cuenta que ya contamos con limitaciones anteriores. Debemos comprender que los cambios son paulatinos y para

poder lograrlo hacen falta que las ayudas no se desaparezcan y sean constantes.

La formación motivacional de los futuros adolescentes debiera ser sólida y pertinente. “La forma en cómo las personas se representan la realidad (representaciones sociales, teorías implícitas, etc.).

En este contexto, la representación y los conocimientos teóricos que tenga el profesor sobre la motivación en el contexto escolar son relevantes para su práctica pedagógica, donde evidentemente, una concepción determinada de la motivación no asegura la puesta en ejecución de prácticas motivacionales consistentes, pero es el marco donde ellas son posibles.

En esta línea, si queremos que nuestros profesores medien motivacionalmente el aprendizaje escolar de manera efectiva, deben tener nociones adecuadas de cómo funciona la motivación de los alumnos en el contexto escolar, es decir, la motivación por aprender, no sólo la motivación por realizar la tarea. “En esta dirección, lo importante es que la teoría les provea pistas para el diseño y la puesta en ejecución de estrategias, así como para la toma de decisiones pedagógicas que contribuyan a la motivación **por el aprendizaje** de sus alumnos, de manera tal que sea posible ir más allá de una conceptualización de la motivación construida desde el sentido.

Evidentemente, lo anterior no implica abdicar frente a la lógica del estudiante y sus motivos para aprender, sino tomar esos motivos como un punto inicial a partir del cual se puede ampliar el horizonte de sentido de los aprendizajes propuestos.

MÉTODO

POBLACIÓN:

Nivel Medio Superior.

Plan de Orientación con adolescentes de 15 a 18 años.

Esquema mixto.

INSTRUMENTOS

- Entrevista estructurada y semi estructurada; ésta va en anexos así como las pruebas sugeridas, que se realizarán al inicio de ciclo escolar o bien, cada vez que se integren a grupo, con la intención de saber su historia de vida y conocimiento de su desarrollo, que sirva como apoyo para una orientación adecuada y sobre todo personal y exclusiva, y se tenga el conocimiento general de cada joven. Se llevará a cabo al inicio de cada ciclo escolar, y si éste ingresa a mitad de ciclo o en el transcurso del ciclo escolar, se tendrá que realizar de manera individual por el orientador de la institución.
- Diversas dinámicas grupales. De inicio, una actividad para romper el hielo, de integración, ejemplo: crear una bibliografía explicando cómo les gustaría trascender y por qué les gustaría ser reconocidos y compartirla al grupo.
- Rompe hielos de confianza: cubrirse los ojos y guiarlo por el patio de la escuela entre pares, con la finalidad de crear vínculos de confianza.
- Dinámica de la Isla Desierta: Este ejercicio simple y muy común entre diversos sectores es para desarrollar su liderazgo: se aplicará un cuestionario donde las respuestas deben ser simples:
 - 1.- Suponiendo que estás perdido en una isla desierta ¿Con que compañero te gustaría estar?
 - 2.- Suponiendo que necesites organizar un evento ¿Con que colega elegirías compartir esta tarea?

3.-Suponiendo que ganaste un viaje con derecho a 3 compañeros ¿A quienes del grupo elegirías?

- Test psicológicos, interés, aptitudes, ocupacional, de orientación, vocacional, habilidades y personalidad, como en capítulos de Honey- Alonso, HTP, de Tipos de Inteligencia Gardner, con la finalidad de hacer adaptaciones curriculares.
- Gimnasia cerebral: cuando los grupos se encuentran distraídos, apagados, desanimados o se encuentran ausentes y dispersos; con la finalidad de mantener y captar su atención y activarlos. Tener mejor concentración y rendimiento, ya que por medio de ésta se activan las redes neuronales del cerebro y por tanto en cada uno de los hemisferios, según la materia que requiera trabajar con determinado hemisferio, por medio de activaciones:
 - La Lechuza: Poner una mano sobre el hombro del lado contrario, apretándolo firme y girar la cabeza hacia ese lado. Respirar profundamente y botar el aire girando la cabeza hacia el hombro contrario. Repetir el ejercicio con el otro lado. (Estimula la comprensión lectora y libera la tensión del cuello, arriba y abajo).
 - Doble garabateo: dibujar con las dos manos al mismo tiempo, hacia adentro, afuera, arriba y abajo. (Estimula la escritura y la motricidad fina).
 - Botones del cerebro: Poner una mano en el ombligo y con la otra mano dibujar unos botones imaginarios en la unión de la clavícula con el esternón (como hacia el pecho), haciendo movimientos circulares en sentido del reloj. (Estimula la vista, mejora la coordinación bilateral).
 - Ocho perezoso o acostado: dibujar imaginariamente o con lápiz y papel, un ocho grande y acostado (de manera horizontal), Se comienza a dibujar en el centro y se continúa hacia la izquierda, se vuelve al centro y se termina el ocho al lado derecho. (Estimula la memoria y comprensión).
- Taller de técnicas de estudio: dedicarán dos veces a la semana, para los jóvenes donde se tocarán temas de desarrollo, y procesos por los que están

pasando, y reforzar estrategias que deben realizar para poder tener una elección de proyecto de vida y carrera.

- Línea de vida: La finalidad de crearla, es que lleguen al reconocimiento y análisis de su linaje y las virtudes que deben identificar, para que lo tomen en cuenta como una planificación de vida, investigando desde sus abuelos hasta la actualidad, a lo que se dedicaron y cuáles actividades realizaron en su vida, con intención de crear conciencia respecto a lo que se quieren dedicar o bien ser en la vida.
- Sociodrama y psicodrama, teniendo como finalidad, desarrollar sus habilidades, conocerlas y potencializarse, para que encuentren y reconozcan cada una, con la intención de que al crear su proyecto de vida les sea más fácil.
- Proyecto de vida, deberán realizar la redacción de su proyecto e irlo modificando cada 6 meses; realizar un investigación de los gastos del hogar con la finalidad de crear una conciencia financiera.
- Investigarán diversas carreras en universidades al igual que la retícula de materias por semestres, con la intención de que vean qué les interesa y les conviene y al culminar sus estudios tengan un catálogo de ideas más amplio.

PROCEDIMIENTO

La observación, se llevará a cabo durante los tres años, con la intención de darles seguimiento en cada etapa de su desarrollo, adecuando la orientación educativa, dependiendo de su momento histórico, para que sus herramientas cognitivas, educativas y sociales sean mayores.

En primer grado: las actividades tiene la finalidad de una autoexploración, entender más los procesos psicológicos por los que están pasando para redireccionarlos de manera positiva y que tengan entendimiento de cada proceso, sus beneficios y consecuencias.

En segundo grado: la intención es evitar la deserción, y que lo trabajado dé fruto de manera positiva, y haya un acompañamiento para la ampliación del panorama en la toma de decisiones y una planeación de vida y carrera.

En tercer grado: ya con lo trabajado, deben tener una idea más amplia y tener decidida la elección de la carrera, además de tener en claro las actividades que van a realizar al egresar, tomando en cuenta y guiándose por un plan inicial A, B y C, que se ha trabajado previamente, a lo largo de su vida estudiantil.

Para obtener la información pertinente de las situaciones por las que pasa el adolescente, sugiero entrevistas individuales utilizando la técnica de entrevista semiestructurada en los tres niveles de educación media superior, las cuales se pueden corroborar en anexos.

En las sesiones semanales que se tienen contempladas en actividades a realizar con alumnos para la toma de decisiones y trabajar plan de vida y carrera, se dará un protocolo de seguimiento para tomar decisiones, el seguimiento que se debe de dar en las actividades ya dichas, en su primer año será mensual, en el segundo quincenal y el tercer año semanal.

Se abrirán sesiones a alumnos detectados en foco rojo, los cuales serían en categoría de: ausentismo, deserción, problemática familiar y problemas de aprendizaje y atención. Las sesiones programadas serán semanales a los alumnos que se detectaron con bajo rendimiento, esto se dará en los tres niveles, desde el primer año hasta el tercero.

Intervención en crisis y acompañamiento involucrando a sus padres y maestros, aplicando desde el primer año hasta el último.

Llevar a cabo un curso propedéutico en las instituciones con la finalidad de que el alumno de nuevo ingreso, tenga conocimiento de la dinámica escolar, así como la importancia del servicio de orientación y tutorías del plantel, reforzando en el último año, como herramienta para cuando pasen al nivel superior, tengan un panorama más amplio.

En las escuelas, presentación de objetivos del departamento psicopedagógico y de orientación de la institución, dando a conocer los objetivos y apoyo que les brindará en el acompañamiento de la toma de decisiones, posteriormente presentan pruebas psicométricas y test de personalidad.

Desde su primer día de ingreso se recopila la información pertinente que ayudará a lo largo de su estancia en la institución; mediante la instrumentación empleada, se arma el expediente de cada alumno y se toman notas si existieran datos importantes que considerar; se realiza el seguimiento de las calificaciones mensuales de cada alumno y se trabaja con los que tienen materias reprobadas, esto para evitar deserción escolar y ver rezago académico, así como problemas de disciplina, y si es necesario dar un seguimiento citando a los papás de los alumnos, esto con la finalidad de darles herramientas y ellos puedan realizar un análisis a futuro.

Durante los consejos técnicos realizados en la institución se abren espacios para revisar casos especiales en los que deba intervenir el departamento psicopedagógico, así como talleres y pláticas que se deban realizar para retroalimentar la parte de orientación educativa mediante los reportes de los profesores sobre los alumnos de bajo rendimiento, bajas calificaciones y con posible deserción (no asisten a clase), aplicando en los tres niveles, con la finalidad de evitar deserción y así se tenga un amplio seguimiento y ellos una educación pronta para su futuro y su plan de vida y carrera sea más exacto, pronto y amplio.

Esto es con la finalidad de que en los casos detectados se cite a los alumnos mediante el horario programado por parte de la dirección, para trabajar en el departamento psicopedagógico.

Si es el caso se cita a los padres o tutores para hablar respecto al futuro y tomar decisiones conscientes en lo que concierne a su hijo.

Se llevan a cabo de manera periódica ciclos de conferencias en los que se incluyen diversos temas relacionados con el desarrollo adolescente y se

vincula con las universidades para buscar pláticas talleres etc., sobre las licenciaturas e ingenierías y en qué universidades las hay; los costos de las carreras, temas de elección de vida y cómo realizar la elección de la carrera, donde desarrollar lo estudiado y cómo puedes llevarlo a cabo.

La programación de actividades para asistir a conferencias que ofrecen en el municipio algunas escuelas o instituciones.

Aparte de este momento se lleva a cabo el trabajo con los alumnos para establecer el plan de orientación que se enlista de la siguiente forma:

- 1.- Realizar línea de vida, dentro de la materia de orientación vocacional, para que los alumnos vayan elaborando su perfil vocacional.
- 2.- Taller de técnicas de estudio, para que sirva a los alumnos una estrategia de aprendizaje y les ayude a fortalecer el rendimiento escolar y su desarrollo cognitivo.
- 3- Proyecto de vida vivencial, es el trabajo más importante y donde culmina el trabajo de orientación educativa y vocacional, ya que el proyecto con el que se trabaja es vivencial, es decir se enfrenta al alumno a vivir la experiencia profesional a través de los recursos que el alumno consiga para su vivencia y experiencia.

Es importante descartar que la escuela presente una problemática a nivel zona ya que no se pide carta de buena conducta, por lo cual se acepta a muchos chicos rechazados por otras instituciones o bien expulsados, también con abandono por parte de los padres ya que muchos tienen trabajos de tiempo completo o bien son divorciados.

PLAN DE ACCIÓN

- Establecer un área para el ejercicio de la orientación educativa.
- Calendarizar los horarios para la atención individualizada de los estudiantes de tercer año.

- Hacer recopilación de materiales de apoyo y bibliografía para la práctica de la orientación.
- Facilitar los recursos necesarios para el desarrollo de actividades, encaminadas a atender a la población a nivel individual, grupal y masivo.
- Programar y organizar sistemáticamente las actividades para dar seguimiento y evaluar el servicio de orientación.
- Generar una vinculación con instituciones de educación superior regional y estatal para conocer el sistema de ingreso y oferta educativa.
- Promover el otorgamiento de becas a nivel superior (según las situaciones particulares) para los alumnos con mejores promedios.
- Evaluar las acciones del departamento de orientación escolar mediante una rúbrica estandarizada y creada por los docentes en función de las necesidades que tenga la institución y los objetivos que ésta persiga.
- Implementar el trabajo entre pares, con alumnos más destacados y alumnos menos destacados, con la finalidad de evitar rezago.
- Realizar actividades del programa Construye T: dos veces por semana y por cada materia deberían realizar adaptaciones curriculares con acompañamiento.

PARA EL TRABAJO CON LOS PADRES DE FAMILIA:

Como los padres son la primera estructura social que contribuye al desarrollo de la identidad del ser humano y a que los integrantes tengan pertinencia social, es necesario involucrarlos y participar de manera dinámica y responsable en el proceso de formación de los hijos.

- 1.- Dar a conocer el programa de orientación y asesorías que se implementará en la escuela.
- 2.- Brindar el apoyo para que lleven a cabo sus responsabilidades asumiendo su rol de padres.
- 3.- Aplicar cuestionarios para conocer la estructura familiar, los cuales pueden verificar en anexos.
- 4.- Establecer compromisos para el trabajo que se llevará a cabo en conjunto con sus hijos, dirección, asesorías y tutores.
- 5.- Llevar a cabo pláticas, conferencias, seminarios, con el fin de ayudarlos a comprender mejor a sus hijos y estrechar el vínculo familiar.
- 7.- Canalizarlos a instituciones que puedan brindarles apoyo psicoterapéutico.

EL TRABAJO CON LOS DOCENTES:

Los docentes son parte fundamental en el logro de los objetivos de la orientación ya que son ellos quienes tienen el contacto directo con los alumnos y por tanto pueden identificar las necesidades que presenta; y serán los responsables de brindar asesorías y orientación, por ser los catedráticos de las diferentes asignaturas y atender a las peticiones de las mismas.

EL TRABAJO CON LA DIRECCIÓN:

Al ser responsable de dirigir el plantel de bachillerato, es la parte indispensable para crear las condiciones favorables en el mismo, las cuales van desde lo normativo, laboral, y de gestión así como el ejercicio colegiado y/o trabajo por academias entre el profesorado que permiten llevar a cabo las POE (Plan de Orientación Educativa).

También es una parte medular para promover la realización de las diferentes actividades tanto de alumnos, como padres de familia y maestros.

Los módulos se desarrollarán, en el primer año una vez al mes, en segundo año cada 15 días y en el tercero una vez por semana; en todos será una hora y en tercer año dos horas por semana.

RESULTADOS

LIMITANTES

El tiempo para la realización del trabajo con adolescentes es un factor negativo puesto que no se dispone del tiempo necesario a veces para dar término a las actividades.

El material como cañón, CPU, cableado, tarda en su funcionamiento.

La infraestructura, espacios físicos para desarrollo de diversas actividades.

La escasa participación de los padres o familiares para el desarrollo de diversas actividades, ya que en ocasiones es de ausentismo total.

Desinterés por parte de los padres de familia de los alumnos para asistir a las citas del departamento psicopedagógico.

Dar prioridad al bachillerato general y técnico, y si se puede empezar a trabajar a nivel medio, con la intención de obtener mayores resultados.

Falta de profesionalismo por parte de algunos docentes, ya que se les olvida en el nivel que se encuentran.

Tiempos limitados para trabajar orientación y tutorías en las aulas.

CONCLUSIONES DE TALLER

El plan de Orientación está enfocado en el departamento psicopedagógico, y es una pieza muy importante dentro de la estructura de una institución educativa porque contribuye a elevar la calidad de la educación en los planteles, con la intención de disminuir la deserción y el rezago escolar, fomentando en los adolescentes la elaboración de un plan de vida y carrera, coadyuvando así en la formación integral del alumno y adolescente desde su ingreso al nivel medio superior, hasta su egreso. Con esta finalidad es de suma importancia que todas las personas que forman parte de su desarrollo, incluyendo la institución y su personal, se integren al trabajo para obtener logros de trascendencia en los adolescentes para la preparación de su vida adulta.

También es importante destacar que la orientación permite conocer más las necesidades de los adolescentes y permite llegar a verificar los logros que se obtienen al plantearse objetivos que tengan un impacto en la vida de los mismos.

RECOMENDACIONES

Hacer y capacitar a la plantilla docente de la institución (de todas las materias), padres de familia, directores, Secretaría de Educación Pública del estado, para se realice una supervisión exhaustiva y continua del trabajo realizado y a su vez lo apliquen y propaguen con diferentes instituciones.

Basándonos en el marco teórico del presente trabajo, que se vaya aplicando en pro del desarrollo integral de los alumnos, tomando siempre en cuenta la adaptación curricular de la sociedad actual y aplicar las nuevas tecnologías como beneficio.

CONCLUSIONES GENERALES

El plan de orientación en el departamento psicopedagógico es una pieza muy importante dentro de la estructura de una institución educativa porque contribuye a elevar la calidad de la educación en los planteles de educación media superior, disminuyendo el índice de deserción y reprobación que existen entre los adolescentes, fomentando en ellos que tengan un plan de vida y carrera, coadyuvando así en la formación integral del alumno desde su ingreso al bachillerato hasta su egreso, con esta finalidad es de suma importancia que todas las personas que forman parte de esta institución se integren al trabajo para obtener los logros que permiten la trascendencia de los adolescentes en los diferentes ámbitos de la sociedad.

También es importante destacar que la orientación permite conocer más de cerca las necesidades de los adolescentes, y permite llegar a verificar los logros que se obtienen al plantearse objetivos que tengan un impacto en la vida de los mismos.

Este trabajo resultó por demás gratificante, lleno de vida que en ocasiones suele ser exhaustivo y no tan bien remunerado, ya que a veces se tiene que nadar contra corriente sin embargo la constancia y la perseverancia son dos factores importantes para la realización del mismo.

CONCLUSIONES

Se finaliza este trabajo de investigación con la satisfacción de haber logrado los objetivos planteados. Dando como resultado un conocimiento nuevo, a través de las aportaciones en esta tesina denominada *La Orientación Educativa como apoyo en la toma de decisiones a Nivel Medio Superior*.

El plan de orientación educativa, es posible de construirse dentro de una estructura educativa, con la finalidad de elevar la calidad de la educación en el plantel, acompañados del núcleo familiar, tomando en cuenta que esto puede ser subjetivo y que conlleva un trabajo constante desde el núcleo familiar hasta el institucional.

Con el desarrollo de esta investigación se muestra un interesante análisis sobre los factores que contribuyen a una orientación educativa en comparación con la aportación que se brinda en el núcleo familiar. Cuando se analizan estos procesos educativos, emocionales y cognitivos, se da a notar que los jóvenes con núcleos familiares más sólidos y proyectos de vida en una etapa temprana, a diferencia de donde carecen del desarrollo de estas inteligencias emocionales, cuentan con abundantes beneficios personales y se desarrollan en diferentes aspectos de su vida.

También es importante destacar que la orientación permite conocer más de cerca las necesidades de los adolescentes, y permite llegar a verificar los logros que se obtienen al plantearse objetivos que tengan un impacto en la vida de los jóvenes.

En México, al igual que en otras partes del mundo, existen varios estudios de Orientación Educativa, algunos programas en instituciones que ayudan a la construcción en las aulas e incluso en instituciones completas, con apoyo e intervención de la familia. Pero aún falta mucho por indagar sobre el tema.

Bibliografía

- Alonso C., Gallego D. & Honey P. (1994), *Los estilos de aprendizaje: procedimientos de diagnóstico y mejora*, España. Ediciones Mensajero.
- Álvarez, M., & Bisquerra, R. (1997). *Los modelos de orientación e intervención psicopedagógica*. VIII Congreso Nacional de Modelos de Investigación Educativa, Sevilla, Universidad de Sevilla, 22-25.
- Álvarez, M. (Coord.) (2001). *Diseño y evaluación de programas de educación emocional (2ª ed.)*. Barcelona: Cisspraxis.
- Álvarez, M., Bisquerra, R., Fita, E., Martínez, F. y Pérez, N. (2000). *Evaluación de programas de educación emocional*. Barcelona.
- Álvarez, M. y Rodríguez, M. L. (2006). "El proceso de toma de decisiones en la educación secundaria. Un enfoque comprensivo". *Revista de Orientación Educativa*, 20(36), 13-38.
- Andrés, V. de & Andrés, F. de (2010). *Confianza total para vivir mejor*. Argentina: Grupo Editorial Planeta.
- Bisquerra, R. (1996). *Orígenes y desarrollo de la Orientación psicopedagógica*. Madrid: Narcea.
- Bisquerra, R. (2008). *Modelos de orientación e intervención psicopedagógica*. Bilbao: Wolters Kluwer.
- Bisquerra, R. & Álvarez, M. (1998). "Concepto de orientación e intervención psicopedagógica". En R. Bisquerra (Coord.), *Modelos de orientación e intervención psicopedagógica*. (pp. 9-22). Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2005). *Orientación y educación emocional*. Barcelona.

- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R. (Coord.). (2012) *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y adolescencia*. Esplungues de Llobregat, Barcelona: Hospital Sant Joan de Déu.
- Bisquerra, R. y Pérez, N. (2007). *Las competencias emocionales*. Barcelona.
- Casas, M. de la L. & Ituarte M. de L. Á. (2000). *Hablemos con los Jóvenes; Guía Práctica de Educación de la Sexualidad para Padres y Maestros*. México.
- Esquivel Ferriño, P. C., González González, M. del R. & Aguirre Flores, D. (2013) "Estilos de aprendizaje: la importancia de reconocerlos en el aula". *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*. (10) UANL.
- Egan, G. (1989). *El Orientador Experto*. Grupo Editorial Iberoamérica.
- Gross, E. (2004). *Técnicas de Estudio*. México: Diana.
- Rodríguez Sánchez, J.L. (2011). *Sublime arte de ser. La personalidad desde una perspectiva humanista existencial*. México.
- Sánchez Aquino, L. I. (2015). *Teoría de las Inteligencias Múltiples*, Universidad Mexicana.
- Sánchez, M. A. de (1998). *Desarrollo de Habilidades del Pensamiento*. Trillas.
- Satir, Virginia. (1991). *Relaciones humanas en el núcleo familiar*. México: Prax.
- Vaquero, C. & Vaquero E. (2008). *Psicología: Espacio para tu reflexión*. México: Esfinge Editorial.
- Watzlawick, Paul; Beavin, Janet & Jackson, Don (1991). *Teoría de la Comunicación Humana*. Herder.

Watzlawick, Paul. (1998). *El Lenguaje del Cambio*. Herder.

Bibliografía virtual

Betancourt, S. & Cerón, J. C. (febrero-mayo de 2017). *Adolescentes creando su proyecto de vida profesional desde el modelo DPC*. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*: <https://www.redalyc.org/pdf/1942/194250865003.pdf>

Esquivel, P. C. González, M. del R. (Junio de 2013). “Estilos de aprendizaje. La importancia de reconocerlos en el aula”. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*: http://eprints.uanl.mx/8036/1/a4_2.pdf

Fernández, A. M. (julio-diciembre de 2014). *Adolescencia, crecimiento emocional, proceso familiar y expresiones humorísticas*. *Educar*: <http://www.redalyc.org/pdf/3421/342132463011.pdf>

Guadarrama, R.; Dominguez K. V.; López Alvarado, R.; Toribio, L. (enero-junio de 2008). *Anorexia, Bulimia y Relación con la depresión en la adolescencia*. *Psicología y Salud*: <https://www.redalyc.org/pdf/291/29118106.pdf>

Honey y Alonso (2000) *Estilos de Aprendizaje*. <https://antoniortega2000.files.wordpress.com/2014/10/cuestionario-de-estilos-de-aprendizaje-y-explicacion-de-estilos.pdf>

Márquez-Cervantes, M. C.; Gaeta-González, M. L. (22 de noviembre de 2017). “Competencias emocionales y toma de decisiones responsable en preadolescentes con el apoyo de docentes, padres y madres de familia”:

<https://www.redalyc.org/jatsRepo/1941/194154980008/html/index.html>

Maslow. (10 de marzo de 2011). Google. de Google:
https://www.google.com.mx/search?q=piramide+de+maslow&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwjt9Jy4mP_cAhUSKqwKHfBJAfwQ_AUICjgB&biw=1137&bih=701#imgrc=6Wbx0FOZinDAXM:

Naranjo, M. L. (15 de Diciembre de 2007). "Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo". *Revista Electrónica Actualidades investigativas en Educación*:
<http://www.redalyc.org/pdf/447/44770311.pdf>

Pérez-Escoda, N. & Bisquerra Alcina, R. (septiembre- diciembre de 2013). "¿Consulta o asesoramiento? Análisis del uso de estos dos términos entre los profesionales de la orientación". *Revista Española de Orientación y Pedagogía*: <https://www.redalyc.org/pdf/3382/338230795003.pdf>

Puerto, M. (mayo-agosto de 2015). *Somnolencia, hábitos de sueño y uso de redes sociales en estudiantes universitarios*. Redalyc:
<https://www.redalyc.org/pdf/292/29242799009.pdf>

Valenzuela, J.; Muñoz C. Silva-Peña, I.; Gómez V.; & Precht A. (2015). *Motivación escolar: Claves para la formación motivacional de futuros docentes*. Estudios pedagógicos (Valdivia):
https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-07052015000100021

Vielma Vielma, E., & Salas, M. L. (junio de 2000). *Aportes de las teorías de Vygotsky, Piaget, Bandura y Bruner. Paralelismo en sus posiciones en*. Universidad de los Andes: <https://www.redalyc.org/pdf/356/35630907.pdf>

Villareal, Ana Lucía. (16 de Septiembre de 2011). *El Nuevo Humanismo y la Comunicación*. Revista de Humanidades:
<http://www.redalyc.org/pdf/4980/498050304005.pdf>

ANEXOS

PROGRAMA DE ORIENTACIÓN

FICHA DE IDENTIFICACIÓN DEL ALUMNO ENTREVISTA FRESCA

DATOS GENERALES

Nombre:	Apellido Paterno	Apellido Materno
Fecha de Nacimiento:	Dirección:	
E-mail:	Teléfono particular	Teléfono Celular:

DATOS FAMILIARES

¿Cuál es el nombre de tu padre?

¿Cuántos años tienes? _____.

¿A qué te dedicas?

¿Cuál es el nombre de tu mamá?

¿Cuántos años tienes?

¿Cuáles son tus pasatiempos favoritos?

¿Con quién vives?

Departamento Psicopedagógico

Psic. Osiris Carolina García Arellano

¿Cuántos hermanos y hermanas tienes?

¿Qué lugar ocupas entre los miembros de tu familia?

¿Cómo te llevas con tu familia?

¿Hablas otro idioma o dialecto, cuál?

DATOS ESCOLARES:

¿Dónde cursaste la primaria?

¿Qué materias te gustaron más en la primaria y por qué?

¿Qué materias te desagradaron más y por qué?

¿Cómo piensas que ha sido tu rendimiento escolar hasta ahora?

Muy bueno___ Bueno__ Regular__ Malo___ Muy Malo___

¿Crees que tus resultados escolares corresponden al esfuerzo que inviertes en ellos?

Sí___ No_

¿Por qué?

Departamento Psicopedagógico
Psic. Osiris Carolina García Arellano

HÁBITOS DE ESTUDIO

¿Qué tiempo dedicas diariamente en tu casa para realizar..?

Tareas: ___ Nada:___ Una hora___ Dos horas:___ Más de dos horas:___

Estudio: ___ Nada:___ Una hora: ___ Dos horas:___ Más de dos horas:___

¿Cuánto tiempo a la semana dedicas a leer?

¿Cuál es tu horario preferido para estudiar?

___ Después de comer ___ Tarde ___ Noche

¿Dónde te gusta estudiar?

___ Habitación propia ___ Sala de estar ___ Cocina ___ Otros

¿Quién te ayuda en casa a estudiar?

___ Nadie ___ Padre___ Madre___ Hermanos Otros: ___

Escribe quiénes: _____

¿Qué técnicas de estudio utilizas?

___ Subrayado ___ Esquema ___ Resumén ___ Memoria ___ Otros

¿Cuáles? _____

¿Te motivan tus padres para que estudies? ___ Sí ___ No

¿Cómo? _____

En estos momentos, el motivo principal que te anima en los estudios es....

(Marca con una X, en el nivel que cada uno de los aspectos te motiva)

Aspectos	1 Muc h o	2 Suficient e	3 Regula r	4 Nad a
a. Aprender cada día más.				
b. Poder hacer las cosas por ti mismo/a y a tu manera				
c. Interés que despierta en ti todo lo que estudias.				
d. La satisfacción que se siente cuando se obtienen buenos resultados.				
e. Evitar un posible fracaso en los estudios				

f. Agradar a tus padres y/o profesores.				
g. Obtener premios por parte de tus padres o mayores.				

OTRAS ACTIVIDADES

¿Qué te gusta hacer en tus tiempos libres?

Narra el momento más feliz de tu vida:

Narra el momento más triste de tu vida:

¿Me describo cómo?

Departamento Psicopedagógico
 Psic. Osiris Carolina García Arellano

EL MOTIVO PRINCIPAL QUE TE ANIMA EN LOS ESTUDIOS ES...

Aspectos	1 M u c h o	2 Suf icie nte	3 R e g u l a r	
Aprender cada día más				
Poder hacer las cosas por ti mismo/a y a tú manera.				
La satisfacción que se siente cuando se obtienen				

Actualmente ¿Padeces alguna enfermedad crónica como epilepsia, diabetes, nerviosismo o ansiedad, asma?

() Sí () No En caso afirmativo, describa ¿Cuál?

_Otras:

Expectativas

¿Cuál son las metas que tiene en la vida?

¿Qué esperas de la secundaria en tu formación?

Departamento Psicopedagógico
Psic. Osiris Carolina García Arellano

¿Qué asignatura (s) te gusta (n) más?

¿Qué asignatura (s) no te gusta (n)?

¿Qué asignaturas que estás preparado para cursar la secundaria?

() Sí () No ¿Por qué?

En relación a tu experiencia actual ¿Hasta qué punto estas satisfecho con las exceptivas tenías hacia el secundaria y bachillerato?

Mucho	
Regular	
Poco	
Nada	

¿Por qué?

Orientación

¿Conoces el programa de orientación de secundaria?

Sí () No ()

¿Qué esperas del área de orientación educativa?

_Departamento Psicopedagógico
Psic. Osiris Carolina García Arellano

¿Qué carrera te gustaría estudiar y porque?

¿Tienes alguna idea, a lo que te quieres dedicar cuando termines el bachillerato?

¿A que se dedican tus padres?

Observaciones al entrevistado:

Departamento Psicopedagógico
Psic. Osiris Carolina García Arellano

LA IMPORTANCIA DEL NÚCLEO FAMILIAR EN LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA

LA FAMILIA COMO AGENTE COLABORADOR SEGÚN EL MODELO DE VIRGINIA SATIR

Un sistema. Es un conjunto cuya existencia y funciones tienen interacción entre cada una y comunicación entre sus partes y una interacción directa.

El pensar sistémico tiene una contemplación de un todo, así como las conexiones entre sus partes, y el estudio de su todo para comprender sus partes. Cada individuo es un sistema que vive en un mundo de sistemas. Así mismo un sistema es un conjunto formado por partes que se hacen uno así

como su funcionamiento, puede estar compuestos de muchas partes más pequeñas o ser él mismo parte de un sistema mayor.

Cada parte de un sistema suele ser independiente entre una y otra, sin embargo, todas mantienen un interés en común; la manera por la cual se relacionan unas con otras les da la capacidad para influir en todo el sistema y aquí una regla para influir en los sistemas, en especial en los grupos: mientras más vinculados cercanos tengamos, mayor será nuestra influencia potencia. Las redes de apoyo o de trabajo forman un papel importante como influencia.

El cuerpo humano es un ejemplo maravilloso de esto, ya que tenemos muchos órganos y así como partes diferentes, que si bien actúan por separado también tienen comunicación e influencia entre ellos simultáneamente.

El pensamiento sistémico tiene ventajas las cuales son:

- Ejercer mayor influencia en la vida propia, ya que se permite descubrir patrones que se repiten de los acontecimientos de nuestra vida o momento histórico que estemos viviendo. Eso hace que el individuo controle mejor su bienestar emocional y salud, economía, trabajo, y sus relaciones interpersonales.
- Da estrategias más contundentes y eficaces para la confrontación de problemas, y crear mejores estrategias de pensamiento que le ayuden para su presente y su futuro.

2. El punto de vista de Virginia Satir con respecto de la autoestima

Autoestima

Satir una terapeuta de reconocida familia, en la décadas de los setentas y sesentas nos habla sobre la autoestima en su libro *Nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar* y ella dice que todas las personas tienen sentimientos de valía por lo cual ella considera que la autoestima es un concepto, una actitud, un sentimiento, una imagen la cual está representada por la conducta.

El concepto de autoestima es de suma importancia y más en la adolescencia ya que es cuando se encuentra en formación su personalidad, es pauta importante para generar una buena estabilidad emocional; esta etapa es compleja por el momento ya que se encuentra ocasionada por los sucesos de la adolescencia, por lo cual su autoestima tiende a subir y a bajar, por lo cual tienden a tener conflictos internos y con las personas que se encuentran a su alrededor.

En un artículo elaborado por Tanius Kara: “La idea de Comunicación en la Terapia Familiar Sistémica de Virginia Satir”, nos muestra que Satir fue conocida por su visión notable en la comunicación humana y autoestima, durante casi 50 años; trabajó para ayudar a otros a comprender sus potenciales humanos.

Durante su vida, dirigió centenas de talleres en varias partes del mundo, incluido México, donde ofreció sus posiciones de comunicación clásicas y su modelo “Proceso de Aprobación Humano”. Ella se enfocó en el crecimiento personal y la salud, en lugar de la enfermedad y la patología, con tal de que el ambiente en los individuos y familiares pudieran desarrollarse y florecer.

Es por ello que el trabajo desarrollado en la institución educativa y los escritos elaborados por Virginia Satir son fundamentales ya que las perspectivas nos muestran que está claramente enfocada al individuo y lo personal.

Satir nos hace una metáfora de la autoestima o valía personal como una olla que tiene la persona y que puede estar llena, vacía, sucia e incluso agrietada y la cual podía contener sentimientos de valía o culpa, de vergüenza o inutilidad. La autoestima es la capacidad de representar la valía del yo y de tratarnos con dignidad, amor, y realidad. Cualquier persona que reciba amor estará abierta al cambio.

La integridad, sinceridad, responsabilidad, compasión, el amor y la competencia, surge con facilidad en aquellos que tienen una elevada autoestima. Se tiene la sensación de ser importantes, de que el mundo es un mejor lugar porque nos adentramos en él. Se tiene la fe en nuestra competencia; se puede pedir

ayuda a los demás y a la vez conservamos la confianza de que podemos tomar nuestras propias decisiones y a la larga, contamos solo con nuestras capacidades. Si respetamos y conocemos nuestra valía obtendremos la capacidad absoluta de percibir el valor de los demás y sobre todo de quien nos rodea; se irradia confianza, seguridad y esperanza. Por lo tanto, no tenemos reglas que limiten nuestras sensaciones y sabemos que no tenemos que actuar basados en lo que sentimos. Podemos elegir; nuestra inteligencia es la que dirige los actos: nos aceptamos por completo como seres humanos. Las personas vitales sienten que tienen llena una olla todo el tiempo.

Todos pasamos por momentos en los que desearíamos alejarnos de todo, son momentos o etapas que pasa el ser humano, cuando la fatiga nos domina y el mundo nos ha dado muchas desilusiones en un mismo día, cuando la problemática de nuestra cotidianidad nos parece que es interminable e incluso te encuentras a punto de derrotarte o crees que ya te estás dando por vencido; las características de las personas vitales tratan estas sensaciones como una crisis momentánea, teniendo la certeza de que se saldrá victorioso e intacto con mucho más aprendizaje de esta situación.

Satir en su libro: *Nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar* (1991: 42), escribe un pensamiento que contiene sus sentimientos e ideas acerca de la autoestima, y que en el desarrollo del trabajo diario con los adolescentes es de suma importancia recalcarles que lo más importante en su vida son ellos mismos para poder corresponder a los demás y a su entorno.

3. ENFOQUE SISTEMICO COMUNICACIONAL SEGÚN VIRGINIA SATIR.

Satir nos habla acerca de la comunicación como un factor determinante en las relaciones que establecerá con los demás, y lo que sucede con cada una de ellas en el mundo. (Satir 1991, *op. cit.*: 64) La forma de como sobrevivimos, la manera en la que desarrollamos nuestra intimidad, así como la productividad, nuestra coherencia, la manera en la que nos acoplamos a

nuestra divinidad e incluso que todo depende de nuestras habilidades de comunicación.

La comunicación es el calibrador con el cuál un individuo mide la autoestima de otro.

Que toda comunicación es aprendida, así la podemos cambiar cuantas veces queramos y cuando lo deseemos, por lo cual intervienen diversos elementos como: el cuerpo, los valores, órganos de los sentidos, capacidad de hablar, cerebro, etc.

Así es cómo funciona la comunicación; donde entran en juego los sentidos y el cerebro asimila lo que significa toda esa información, de tal manera que el ser humano evoca los recuerdos y las experiencias para sentirse cómodo o incómodo ante la comunicación.

4. COMUNICACIÓN HUMANA, HABLAR ESCUCHAR

Satir menciona que es importante entender que cuando hablamos, lo hace todo el ser (expresión corporal, también), ya que cuando pronunciamos una palabra, el rostro, la entonación de voz, el cuerpo y los músculos hablan al mismo tiempo, y nos presenta el siguiente esquema.

Comunicación verbal _____ Palabras.

Comunicación corporal/sonora _____ Expresión facial

Postura corporal.

Tono muscular.

Ritmo respiratorio.

Tono de voz.

Gesticulación.

Existen discrepancias entre la comunicación verbal y la no verbal que producen dobles mensajes, ya que las palabras dicen una cosa pero el resto de tu cuerpo dice otra.

Los cuatro patrones universales que utiliza la gente para resolver la amenaza del rechazo las personas las disfrazan de estas formas para no revelar su debilidad, (lo que sucede muy comúnmente en las familias de los alumnos de bachillerato):

1. Aplacar, para que la otra persona no se enfade,
2. Culpar, para que la otra persona la considere fuerte.
3. Calcular, para enfrentar la amenaza como si fuese inocua, y la autoestima personal se oculta detrás de impresionantes palabras y conceptos intelectuales.
4. Distraer, para ignorar la amenaza, actuando como si no existiera (tal vez si actúo así suficiente tiempo, de verdad desaparezca)

5. LA FAMILIA COMO SISTEMA ABIERTO Y CERRADO.

Cualquier sistema consiste de varias partes individuales, cada una de ellas es fundamental y tiene una relación con las otras para alcanzar un cierto resultado; cada una actúa como estímulo para otras partes.

Los sistemas tienen un orden y una secuencia, la cual la determinan las acciones, respuestas y las interacciones de las partes. Estas interacciones constantes van a determinar cómo se relaciona el sistema.

El sistema funcional consiste en los siguiente puntos:

Un objetivo o meta.

¿Por qué existe el sistema? En las familias el objetivo es desarrollar nuevos individuos y favorecer el crecimiento de los ya existentes.

Partes esenciales.

En las familias esto incluye a los adultos, a los niños, a los hombres y a las mujeres.

Un orden en las partes funcionales.

Dentro del grupo familiar esto se refiere a la autoestima, reglas y la comunicación de los miembros de la familia.

Fuerza para conservar la energía del sistema y permitir que funcionen las partes.

El núcleo familiar es la energía primordial y de esta se derivan los alimentos, el techo, el aire, el agua, la actividad y las creencias sobre la vida emocional, intelectual, física, social, y espiritual; (muy semejante a lo que Abram Maslow menciona en su teoría de las necesidades humanas) de los miembros de la familia y cómo funcionan en conjunto.

Las formas de interacción con el exterior.

En la familia se refiere al cambio y a todo lo nuevo y diferente.

Satir menciona dos clases de sistema: abierto y cerrado.

La principal diferencia radica en que responde al sistema al cambio tanto interno como exterior.

En un sistema cerrado, las partes tienen conexiones rígidas, o se encuentran desconectadas por completo, la comunicación no fluye entre las partes o del exterior hacia dentro y viceversa. La información escapa, no hay dirección, no hay límites. La autoestima es secundaria y la conducta. Hay resistencia al cambio.

Sin embargo en un sistema abierto las partes están interconectadas, responden y son sensibles a las demás, y permiten que la información fluya entre el ambiente interno y externo.

La autoestima es fundamental; el poder y la conducta son secundarios.

Los actos representan las creencias del individuo.

El cambio es bien recibido y se considera normal y deseable.

La comunicación, el sistema y las reglas tienen relación entre sí.

Se puede mencionar incontables ejemplos de sistema cerrado, incluyendo las dictaduras de la sociedad actual, en las escuelas, prisiones, iglesias, grupos políticos, etc., pero debemos apostar a crear sistemas abiertos.

6. TIPOS DE FAMILIA SEGÚN VIRGINIA SATIR

Se puede encontrar diversidad familiar de acuerdo a la estructura de la misma, sin embargo la investigación se centrará teóricamente en relación al funcionamiento de las familias y para Virginia Satir existen dos tipos que son: las familias nutricias y las familias conflictivas.

De acuerdo a sus observaciones una familia conflictiva es la representación de ésta de clima frío, como si todo en el ambiente estuviera helado, sin embargo el ambiente suele ser muy cortés, y la actitud de todos suele mostrarse aburrida. En este tipo de familia los rostros muestran y manifiestan sufrimiento, los cuerpos se vuelven rígidos y tensos o encorvados.

Los rostros parecen ceñudos, tristes o indiferentes como máscaras, los ojos miran hacia el suelo y más allá de la gente que está enfrente, no hay muestras amistosas entre los individuos, no existen demostraciones de alegría en la conciencia. La dinámica familiar suele ser tensa pareciendo que unos toleran a los demás y la familia parece permanecer por obligación.

Su humor es cáustico, sarcástico e incluso puede llegar a ser cruel entre ellos mismos. Los adultos están ocupados en decir a los hijos, y uno al otro, lo que deben y no deben hacer, y no se disfrutan como personas. En ciertos grupos familiares Satir descubrió que la gente se limitaba a evadir a los demás; estaban tan ocupados en el trabajo, en sus actividades fuera de la casa que rara vez entraban en contacto con otros miembros de la familia.

..... A diferencia de la familia nutricia que es vivaz, natural, sincera y amorosa; suelen demostrar calidez y su afecto, intelectualidad y respeto por la vida propia y del núcleo. Cuando se encuentra en calma todo en estas familias suele ser pacífico, no la tranquilidad que provoca el miedo y la cautela. Cada miembro de familia tiene la certeza y seguridad de que será escuchada, el contacto físico les genera sensación de bienestar y se sienten contentas, así mismo lo manifiestan con afecto sin importar donde se encuentren o la edad. La fraternidad, armonía y amor se demuestra al hablar abiertamente y escuchar con atención al ser francos y reales con los demás.

Cada miembro de esta familia nutricia cuenta con plena libertad de comunicación expresando su sentir. Pudiendo hablar de cualquier situación que les pase o cosa desde desencantos, temores, heridas, enfados y críticas así como de sus alegrías y logros. Las familias de este tipo pueden planificar si existe algo interesante que interfiera en sus proyectos, hacen los ajustes necesarios y con el mejor sentido del humor. En una familia nutricia, es sencillo asimilar el mensaje de que la vida y los sentimientos humanos son más importantes que cualquier cosa. Los padres de estas familias juegan un papel importante ya que se consideran como guías habilitadoras, y no jefes autoritarios, consideran la importancia de enseñar al niño a ser verdaderamente humano en todas las situaciones; reconocen ante los hijos y sin temor alguno, sus juicios correctos o equivocados; su dolor su ira o desilusión así como el placer. Debemos destacar que la conducta de los padres suele llevarse con congruencia entre sus pensamientos, sentimientos y palabras, ya que para que funcione esto suele ser lo más importante.

TALLER DE INDUCCIÓN ENTRE PARES ACTIVIDADES ROMPEHIELO

Objetivos:

- Propiciar un ambiente de distensión y relajación dentro del grupo.
- Promover la integración grupal.
- Predisponer a los alumnos para el trabajo grupal a lo largo de la jornada.

Propuestas. LA BATALLA DE LOS GLOBOS. 1. Cada uno de los participantes tendrá un globo inflado amarrado en uno de sus tobillos de forma que quede colgando aproximadamente. 10 cm. 2. El juego consiste en tratar de pisar el globo del contrincante sin que le pisen el suyo. Al participante que le revienten el globo queda eliminado.

TIEMPO: De 10 a 15 minutos. MATERIALES: 1 globo por miembro de grupo, cordón de 20 cm por miembro de grupo.

EL GUARDIÁN.

1. Se forman dos equipos de igual número de integrantes, uno de hombres y otro de mujeres.
2. Se dispone al grupo en círculo, se elige un jugador en el centro, y todas las mujeres sentadas con un hombre detrás (el guardián) para evitar que se muevan.

3. En el momento en que el jugador del centro guiñe un ojo a una de ellas, ésta debe correr hacia él. Su guardián debe evitar que ésta se mueva y evitar que se “escape” su protegida.
4. Si no puede evitarlo, pierde, ocupando así el lugar en el centro, donde tratará de buscar otra protegida y el que estaba en el centro ocupa el lugar detrás de la mujer.
5. Se puede invertir, hombres sentados y mujeres guardianes.

TIEMPO: De 10 a 15 minutos.

MATERIALES: Espacio amplio.

EL DRAGÓN.

1. El juego consiste en que las cabezas de los dragones intentarán coger las colas de los otros dragones, cosa que éstas deberán evitar.
2. Se divide al grupo en subgrupos de seis o siete personas.
3. La primera persona hará de dragón y la última de cola, llevando un pañuelo colgado en la cintura.
4. La cabeza intentará coger las colas de los demás dragones. Y la cola, ayudada por todo el grupo intentará no ser cogida.
5. Cuando una cola es cogida (se consigue el pañuelo o pañoleta) el dragón a la que pertenece se unirá al que la ha cogido, formándose así un dragón más largo.
6. El juego terminará cuando todo el grupo forme un único dragón.

TIEMPO.: De 10 a 15 minutos. MATERIALES: Espacio amplio.

PÁJAROS Y PAJARERAS.

1. Según el número de participantes formar equipos de tres personas donde dos se toman de las manos y forman un círculo que será llamado nido. La tercera persona se mete dentro del nido pasando a ser pájaro. La persona que coordine el juego también forma parte del mismo. Se dan las siguientes indicaciones:

2. Cambio de pájaros. En este momento los nidos se quedan en su lugar sin moverse y sólo levantan las manos para que el pájaro salga y busque su nuevo nido. Aquí el coordinador también buscará su propio nido por lo tanto quedará un pájaro nuevo que a su vez tendrá que coordinar el juego.
3. Cambio de nidos. Aquí sólo se mueven los que forman los nidos. Los pájaros se quedan quietos esperando un nuevo nido. En esta indicación los que lleguen al último salen del juego.
4. Cambio de todo. Aquí se deshacen completamente los equipos y se rehacen con nuevos integrantes. Aquí los que lo hacen más tarde pierden y salen del juego.

TIEMPO: De 10 a 15 minutos.

MATERIALES: Espacio amplio.

PRESENTACIÓN KINESTÉSICA.

1. Se coloca a los miembros del grupo en un espacio abierto donde puedan desplazarse libremente.
2. Se les comenta a los miembros del grupo que podrán pasearse libremente por ese espacio y que el facilitador dará una indicación que deberán cumplir con el compañero que tengan más próximo, por ejemplo: Saludarse con la mano, tocarse rodilla con rodilla, tocarse cadera con cadera, saludarse de beso en la mejilla, etc.
3. Se repite este ejercicio hasta que la mayoría de los miembros del grupo hayan interactuado entre ellos.
4. Se invita a que los miembros del grupo compartan sus experiencias entre ellos y se hace especial énfasis en comentar la importancia de relacionarnos y relajarnos en nuestro día a día.

TIEMPO: de 5 a 10 minutos.

MATERIALES: Espacio amplio

CORAZONES

1. De acuerdo al número de alumnos, en hojas blancas se dibuja en el centro un corazón, utilizando marcador rojo.
2. Las hojas con corazones se rasgan en dos. Deben rasgarse de manera que queden sus bordes irregulares, haciendo así un total de partes, equivalente para cada participante.
3. Se colocan los papeles en el centro, (bien mezclados) sobre una mesa
4. Se pide a los participantes que cada uno retire un pedazo de papel
5. Luego, buscan al compañero o compañera que tiene la otra mitad, la que tiene que coincidir exactamente
6. Al encontrarse la pareja, deben conversar por 5 minutos sobre el nombre, datos personales, gustos, etc., experiencias, etc.
7. Al finalizar el tiempo, vuelven al grupo general, para presentarse mutuamente y exponer sus experiencias.

TIEMPO: de 10 a 20 minutos.

MATERIALES: Espacio amplio, hojas de papel (equivalentes al número de participantes), marcadores rojos.

ME PICA AQUÍ

1. Se dispone al grupo en círculo.
2. El facilitador elige a la persona que comenzará con la actividad y el orden será a la derecha.
3. La primera persona dice: "Me llamo Juan y me pica aquí" (rascándose una parte del cuerpo).
4. La segunda persona dice: "Se llama Juan y le pica aquí" y yo me llamo María y me pica aquí" (rascándose otra parte).
5. La tercera dice: "Se llama Juan y le pica aquí, se llama María y le pica aquí y yo me llamo Carmen y me pica aquí".
6. Así sucesivamente hasta que se haya presentado todo el grupo.

TIEMPO: de 10 a 15 minutos.

MATERIALES: Espacio amplio.

ACTIVIDADES DE PRESENTACIÓN.

Objetivos:

- Propiciar un ambiente de distensión y relajación dentro del grupo.
- Promover la integración grupal.
- Dar a conocer los nombres de los miembros del grupo de manera lúdica y divertida.

Propuestas:

IDENTIFICACIÓN CON UN ANIMAL

1. El animador invita al grupo a observar los dibujos y letreros y comenta: a veces asociamos a las personas con animales por su forma de actuar o su aspecto físico. Los animales pueden ayudarnos a describir un poco lo que somos nosotros. Hoy queremos que cada uno piense en aquel animal con cuyas características se siente de alguna manera identificado.
2. En un momento de silencio, cada uno piensa en el animal con el cual se identifica.
3. Se reúnen en equipos si el grupo es muy numeroso. Aquí cada uno se presenta y luego da a conocer el animal con el cual se siente identificado. Los demás aprovechan la ocasión para preguntar las razones por las que se sienten identificados con determinado animal.
4. Juntos intentan identificar a personajes conocidos por todos con algún animal. También pueden intentarlo con algunos grupos o instituciones, incluso pueden hacerlo con el mismo grupo.
5. También pueden realizar una pequeña competencia entre los equipos, elaborando la mayor cantidad de mensajes donde utilicen animales en lugar de palabras. En una reunión plenaria los equipos presentan sus mensajes y los demás tienen que descifrarlos.
6. Evaluación: Esto se puede hacer apoyándose en estas preguntas: ¿Cómo se sintieron durante la técnica? ¿Qué fue lo que les resultó más sorprendente? ¿Qué descubrieron de sus amigos? ¿Qué podrían hacer para seguir integrándose?

TIEMPO: de 15 a 30 minutos.

MATERIAL: Dibujos o recortes de revistas con figuras de animales. Se pegan en la pared para ambientar el lugar. Algunos letreros con frases como éstas: "Necio como mula", "Lento como tortuga", etc.

COMPARTIENDO EXPERIENCIAS.

1. Se sitúa a los miembros del grupo de manera que se formen dos filas una frente a la otra. De esta forma, cada uno tendrá una pareja asignada para realizar la actividad. En caso de que el número de participantes sea impar, se puede incorporar un alumno par.
 2. Se les informa que tendrán 2 minutos cada uno (4 minutos en total), para hablar sobre un tema sugerido por el facilitador. Estos temas pueden ser: 1. ¿Quién soy y que me gusta?, 2. La cosa más divertida que he hecho en mi vida.
 3. Algún momento embarazoso o vergonzoso que recuerde y que terminó de forma cómica.
 4. Mi música y película favoritas.
 5. Si tuviera solo una semana de vida ¿qué haría con el tiempo que me queda?, etc.
3. Cuando el tiempo termina, se les pide que se detengan y que den un paso a su derecha para colocarse frente a una nueva pareja. El facilitador les da otro tema de conversación y el proceso se repite hasta que los temas se hayan acabado o hasta que todos los miembros del grupo hayan participado.
4. Al finalizar la actividad se les pide que comenten con sus compañeros sus vivencias y su sentir.
5. Se hace énfasis sobre la importancia de presentarnos correctamente y conocernos mejor para tener una mejor experiencia en el bachillerato.

TIEMPO: De 20 a 30 min.

MATERIALES: Espacio amplio.

PERSECUCIÓN DE NOMBRES

1. El grupo se divide en varios equipos.

2. Cada alumno se pega en la espalda su nombre y edad.
3. Cada equipo debe descubrir y anotar el máximo de nombres y edades correctas, y tratar de que no descubran los nombres de las personas de su equipo.
4. Si el grupo ya se conoce, se pueden poner el nombre de algún personaje famoso y una edad inventada.

TIEMPO: De 20 a 30 min.

MATERIALES: Media hoja carta por alumno, Plumones, Cinta adhesiva.

LA TELARAÑA.

1. Se dispone al grupo en círculo.
2. El facilitador posee una bola de estambre y comienza el juego diciendo su nombre, su actividad favorita y alguna característica positiva de él mismo.
3. Cuando termina su presentación, lanza la bola de estambre a cualquier otro participante sosteniendo la punta de ésta.
4. Quien recoja el estambre dirá también su nombre, aficiones y alguna característica positiva de él o ella, y del mismo modo, sosteniendo el estambre, lanza la bola a otro participante.
5. Así hasta que todos han dicho su nombre y demás.
6. Para recoger el estambre, se irá diciendo el nombre y todo lo que ha dicho la persona que anteriormente te ha lanzado la madeja, y se le lanzará ahora a él, así hasta que el estambre queda recogido.

TIEMPO: De 20 a 30 min.

MATERIALES: Bola de estambre, espacio amplio.

RULETA DE NOMBRES.

1. Se hacen dos círculos de igual número de participantes. Uno dentro del otro.
2. Los miembros del círculo interior deberán estar viendo al exterior y los miembros del círculo exterior deberán estar viendo al interior.
3. Cuando comienza la música empiezan a girar los círculos en sentido contrario.

4. Cuando la música se pausa, se paran los círculos y las personas de los distintos círculos que caigan juntas comenzarán a hablarse presentándose y contándose cosas de ellos.
5. A la orden del facilitador, la música se restablece y comenzarán los círculos a girar de nuevo.
6. Se repite el procedimiento hasta que todos los miembros del grupo se hayan presentado.

TIEMPO: De 20 a 30 min.

MATERIALES: Espacio amplio.

TEST DE AUTOESTIMA.

1. Se entrega a cada miembro del grupo un Test de Autoestima.
2. Los alumnos responden el test de manera individual.
3. Se califican los test de manera personal.
4. Se recuperan de 3 a 5 participaciones y se habla de la importancia de tener alta autoestima para la vida y esta nueva etapa escolar.

TIEMPO.: De 10 a 15 minutos.

MATERIALES: Espacio amplio, bolígrafo o lápiz por alumno, test de autoestima.

TEST DE CANALES DE APRENDIZAJE

1. Se entrega a cada miembro del grupo el Test de Canales de aprendizaje de Lynn O' Brien (1990).
2. Los alumnos responden el test de manera individual.
3. Se califica de manera personal con la guía del facilitador.
4. Se recuperan de 3 a 5 participaciones y se habla sobre la importancia de conocer el canal de aprendizaje de cada uno de los alumnos y cómo influye en nuestro desempeño al interior del aula.

TIEMPO: De 15 a 20 minutos.

MATERIALES: Espacio amplio, bolígrafo o lápiz por alumno, test de canales de aprendizaje.

TEST DE AUTOESTIMA

1 A la hora de tomar decisiones en tu vida, como proponer cosas nuevas en el trabajo, iniciar alguna actividad de ocio, o elegir un color nuevo para pintar tu casa, ¿sueles buscar la aprobación o el apoyo de las personas que te rodean? No consideras que tu opinión sea buena y que la de los demás no tenga por qué serlo siempre.

A () Sí, pero sólo ante las decisiones que consideras demasiado importantes como para actuar precipitadamente.

B () Sí, siempre que puedes consultas con los demás. Te equivocas con frecuencia y quieres hacer las cosas bien.

C () Depende de la decisión. Sueles tener claro lo que vas a hacer, pero consideras las posibilidades que te ofrecen los demás.

D () 2 Imagina que estás en una reunión social o familiar importante; adviertes que vas vestido para la ocasión y que desentonas con los demás, ¿cómo te comportas? No le das importancia, te comportas con naturalidad y si alguien te lo comenta haces alguna broma al respecto.

A () Te da mucha vergüenza. Procuras situarte en algún lugar discreto y pasar desapercibido.

B () Te sientes incómodo pero tratas de no pensar en ello, te integras en la reunión y das alguna excusa por tu error.

C () No te importa nada en absoluto, aunque no lleves la ropa adecuada tienes estilo y sabes llevar bien cualquier cosa.

D () 3 Tienes muchas ganas de irte a comprar ropa y le pides a algún amigo que te acompañe. Esta persona es más alta y más atractiva que tú, y todo lo que se prueba le queda mucho mejor que a ti. Admiras el estilo de tu acompañante, al final compras un par de prendas necesarias pero muy simples en cuanto a forma y color.

A () No estás dispuesto a que te gane, decides comprar varias prendas muy modernas y bastante caras.

- B () Admiras su estilo pero eres muy consciente del tuyo, compras la ropa que mejor te sienta y que necesitas, y pasas un rato ameno probándote cosas diferentes.
- C () A su lado te sientes bastante poca cosa, te quita las ganas de probarte nada y mucho menos de comprar. Pones una excusa y te marchas.
- D () 4 Un día conoces a alguien nuevo y muy interesante, estás charlando animadamente y llega el momento de hablar de ti, ¿cuál de las siguientes opciones mejor se ajusta a lo que cuentas? No crees que tengas mucho que contar, tu trabajo es muy corriente, tus amigos son normales y tus aficiones también. Prefieres que esta persona te cuente su vida.
- A () Tu trabajo te gusta y aunque sea corriente, siempre lo enfocas desde una perspectiva interesante, tus aficiones son tu pasión y disfrutas hablando de ellas, también hablas de tus proyectos futuros.
- B () Hablas en líneas generales de tu trabajo y de tus aficiones, sobre todo hablas de tus amigos y de lo más interesante de sus vidas.
- C () Más que de tu trabajo actual, hablas de tus proyectos y de tus objetivos, y de lo que vas a hacer para lograrlos, de lo buenas que son tus amistades y lo poco usual de tus aficiones. Te gusta hablar de ti.
- D () 5 En tu lugar de trabajo o de estudios, se está explicando algo que es completamente nuevo para ti. Llega un momento en que te das cuenta que no has entendido casi nada ¿qué haces? Paras la explicación y requieres que se empiece de nuevo, si tu no lo entiendes habrá mucha gente que tampoco lo haga.
- A () Si hay más gente que pregunte tú también lo haces, si no, buscas en un aparte al ponente para que te aclare las dudas.
- B () Te da mucha vergüenza preguntar y demostrar así que no entiendes. Más tarde preguntarás a algún amigo o intentarás informarte por tu cuenta.
- C () Tomas nota de lo que no entiendes para preguntarlo al finalizar la charla, si sigues con dudas pedirás información complementaria para prepararte mejor.

- D () 6 Tener un trabajo bien remunerado y que nos guste es algo difícil de conseguir, si tuvieras que valorar tu empleo o tu situación laboral, ¿cómo la definirías? Satisfactoria, tratas de buscar el lado positivo de las cosas y nunca te faltan proyectos y objetivos que perseguir.
- A () Horrible, no obstante, sabes que las cosas están mal y que tienes que aguantar lo que sea. Estás muy agradecido por tener trabajo.
- B () No te preocupa especialmente el tema, tienes un montón de proyectos más importantes y con tu valía los alcanzarás.
- C () Has logrado que no te afecte, consideras más importante tu vida personal y privada y eso es por lo que luchas.
- D () 7 Has tenido un día duro, has trabajado con más ahínco para finalizar una tarea en la oficina, has hecho todas las gestiones que tenías pendientes, has resuelto un par de problemas domésticos y encima le has hecho un favor a un amigo. ¿Qué haces al llegar a casa? Prefieres no pensarlo, el día ha sido duro pero para ti no es algo nuevo, solo pides poder dormir bien y que mañana sea un día más tranquilo.
- A () Se lo cuentas a todo el mundo, te gusta que se te reconozca cuando haces las cosas bien y exiges en casa que te mimen por haberte esforzado tanto.
- B () Estás muy satisfecho y decides darte un capricho, darte un baño de espuma y ver una buena película, o comprarte un regalito que hace tiempo querías.
- C () Te preocupa que se te haya olvidado algo o haber hecho algo mal por la prisa, repasas mentalmente las actividades y al día siguiente esperas no tener queja de nadie.
- D () 8 En tu trabajo están buscando a una persona que represente a la empresa en un concurso del ramo. Piden una persona que cumpla unos requisitos, entre ellos, explicar bien el trabajo y que haga una demostración práctica del mismo. No te planteas ser voluntario, hay mil personas más capacitadas que tú para la demostración y no se te da bien hablar en público.
- A () Te presentas voluntario, puede ser una experiencia interesante y si sales elegido puedes hacer una presentación innovadora.

- B () No te presentas, serías capaz de hacerla bien pero crees que hay gente mejor preparada y más original que tú.
- C () Te presentas y estás casi seguro de que te elegirán, haces buenos proyectos y darás una buena imagen de la empresa.
- D () 9 ¿Con cuál de las siguientes frases sobre la buena fortuna estás más de acuerdo? La buena suerte puede tocarle a todo el mundo, yo me considero una persona afortunada a la que la vida le sonrío.
- A () Para tener buena suerte hay que trabajar duro, sólo los muy afortunados la tienen sin apenas esfuerzo.
- B () Yo no tengo suerte, tanto los premios como las cosas especiales sólo les pasan a los demás.
- C () La suerte respecto a los premios es una cuestión de probabilidad, y respecto a las cosas de la vida, siempre depende de cómo se perciban.
- D () 10 En una fiesta en la que no conoces a nadie excepto a los anfitriones, te presentan a un grupo de personas de aspecto interesante. ¿Cuál es tu actitud? Te interesa conocerlos no sólo para pasar un buen rato en la reunión sino porque puede ser una forma de iniciar una amistad.
- A () Esperas causarles una buena impresión y decir cosas que les puedan interesar.
- B () Te gustaría llevarles a tu terreno en la conversación para así poder hablar de los temas que más te interesan.
- C () Antes de iniciar una conversación escuchas lo que dicen, y esperas para hablar a que lo hagan de temas que tú conozcas.
- D () EVALUACIÓN: Cuenta la cantidad de 1, 2, 3 y 4 que has obtenido en las preguntas anteriores siguiendo las equivalencias establecidas en el siguiente cuadro.

Pregunta 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

A 4 3 2 1 4 3 2 1 4 3

B 2 1 4 3 2 1 4 3 2 1

C 1 4 3 2 1 4 3 2 1 4

D 3 2 1 4 3 2 1 4 3 2

Mayoría de 1. Tienes un nivel algo bajo de autoestima y se nota en la valoración que haces de ti mismo, de tu trabajo y de tu fortuna en la vida. Una de las razones por las que percibimos más las cosas negativas es que estas son más destacables que las positivas. En la escuela o de niños en casa, siempre nos regañaban por lo malo pero se olvidaban de felicitarnos por lo bueno. Para elevar el nivel de nuestra autoestima es necesario aceptarse tal como uno es y valorar más lo que somos y lo que tenemos. A veces puede parecer difícil, pero si practicas unos minutos diarios a pensar en las cosas positivas que tienes, irás poco a poco queriéndote más.

Mayoría de 2. Tu nivel de autoestima es suficiente pero más a menudo de lo que te gustaría, te falla y te abandona. Los sucesos negativos que nos pasan absorben más nuestros sentidos pues son más desagradables que las cosas positivas, por ello les damos más importancia de la que merecen y no nos fijamos en lo bueno con igual intensidad. Todas las personas tenemos cosas positivas y todos cometemos errores o tenemos días flojos. La clave está en darle a cada cosa el justo valor que tiene, ver los errores como maneras de aprendizaje y reconocer las cosas buenas que poseemos. También podemos aprender a querernos a nosotros mismos cuidándonos con más mimo y dándonos gustos.

Mayoría de 3. Tu nivel de autoestima es muy bueno, sabes dar a las cosas el valor que merecen, reconoces lo bueno y no te dejas amilanar fácilmente por las adversidades. Eres una persona sensata y realista que tiene confianza en sí misma, tus objetivos no son irrealizables y te gusta luchar para conseguirlos. Has aprendido que las cosas no salen siempre como quieres ni cuando quieres, que todo requiere un esfuerzo y que es normal equivocarse. Cuando tienes un error procuras aprender lo que éste te enseña y a evitarlo en futuras ocasiones. Un buen nivel de autoestima nos hace tener más ganas de luchar por las cosas, nos ayuda a no desistir en nuestro empeño de lograr algo y hace que la vida nos sea más amable y agradable.

Mayoría de 4. Tienes un alto nivel de autoestima y mucha confianza y seguridad en ti mismo. Ambos sentimientos son muy positivos y necesarios para

conseguir mucho más de lo que nos proponemos, sin embargo, es preciso ser cautelosos. Al igual que una baja autoestima, un exceso de ésta puede hacernos perder la objetividad de nuestras acciones, hacernos creer demasiado buenos en algo, y si sobreviene una decepción o un fracaso, hacernos sufrir más de lo razonable. También si nos creemos demasiado especiales podemos hacer daño a los demás minusvalorando su esfuerzo o no apreciándolo en lo que vale. Siempre conviene tener una dosis de modestia.

7. CICLO VITAL DE LA FAMILIA SEGÚN VIRGINIA SATIR

Satir nos menciona cinco etapas de la familia que se agrupan en tres partes de la vida.

Parte I

Etapa 1. De la concepción al nacimiento, tiempo transcurrido 9 meses.

Etapa 2. Del Nacimiento a la pubertad, tiempo transcurrido de los 10 a los 14 años.

Etapa 3. De la pubertad a la edad adulta, duración es de los 7 a los 11 años.

El día que el ser humano alcanza la mayoría de edad cambia la relación con respecto a la dependencia y a la responsabilidad.

Parte II.

Etapa 4. De la edad adulta a la vejez, su duración es aproximadamente entre los 44 y 47 años; puede dividirse en adultos jóvenes, de mediana edad y ancianos.

Parte III.

Del estado de vejez a la muerte.

Cada parte tiene tareas de crecimiento, responsabilidades y privilegios específicos que le son inherentes. Cada parte es esencial y sirve el eslabón para el siguiente.