



**UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL**

---

---

**UNIDAD AJUSCO**

**LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA**

***LA LABOR DEL ORIENTADOR EDUCATIVO PARA  
FORTALECER LA AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES  
DE NIVEL SECUNDARIA.***

**TESIS**

**PARA OBTENER EL TITULO  
DE LICENCIADA EN PEDAGOGÍA**

**PRESENTA:**

**BERENICE BUENDÍA LÓPEZ**

**ASESOR: Lic. FELÍPE RODRÍGUEZ DURÁN**

**MÉXICO, D.F. 2010**

## **AGRADECIMIENTOS:**

*A DIOS: Por darme la dicha de vivir, guiarme en el camino y darme la fortaleza de seguir adelante.*

*A MIS PADRES: Arturo y Yolanda, por sus esfuerzos realizados, sus enseñanzas, su motivación y apoyo incondicional. Me han dado todo lo que soy como persona, mis valores, mis principios, todo ello con una gran dosis de amor y sin pedir nunca nada a cambio.*

*A MIS HERMANOS: Adrian, Carlos, Patricia, Alberto y César, por su cariño, motivación y apoyo incondicional.*

*A LEONARDO: Por ser el compañero fiel, por brindarme su amor, su apoyo constante, por su paciente espera y por la confianza que depositó en mí.*

*A MI HIJO JOSÉ OBED: Por ser mi fuerza y templanza, ya que es sin duda mi referencia para el presente y el futuro.*

*A MI ASESOR Y SINODALES: Por compartir su conocimiento conmigo, por su ayuda incondicional, su dedicación y tiempo.*

*A TODAS AQUELLAS PERSONAS...quien de una u otra manera siempre me apoyaron y confiaron en mí.*

*A todos ellos,*

*muchas gracias de todo corazón.*

# ÍNDICE

<b>INTRODUCCIÓN</b>	<b>1</b>
<b>CAPITULO I. LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA Y LA AUTOESTIMA</b>	
<b>1.1. ORIENTACIÓN EDUCATIVA</b>	
1.1.1. Antecedentes históricos	5
1.1.2. Conceptos y tipos de orientación	8
1.1.3. Funciones del orientador	12
1.1.3.1. Funciones del orientador y la autoestima	18
1.1.4. La orientación escolar en el proceso de aprendizaje	21
1.1.5. La orientación en el desarrollo socio-afectivo	24
1.1.6. Modelos de orientación	27
<b>1.2. ADOLESCENCIA</b>	
1.2.1. Conceptos de adolescencia	30
1.2.2. Características y cambios físicos	33
1.2.3. Etapas de la adolescencia	35
1.2.4. Teorías de la adolescencia	37
1.2.5. Situaciones de riesgo para los adolescentes	40
1.2.5.1. Enfoques teóricos	42
1.2.6. Relación con grupo de iguales y amistad	44
1.2.7. Contexto escolar	46
1.2.8. Contexto social	47
1.2.9. Adolescencia y autoestima	48
<b>1.3. FAMILIA</b>	
1.3.1. Conceptos de familia	53
1.3.2. Tipos de familia	54
1.3.3. Funciones de la familia	55
1.3.4. Dificultades familiares	57
1.3.4.1. Comunicación padres-hijos	60
1.3.5. Familia y autoestima	61
<b>1.4. AUTOESTIMA</b>	
1.4.1. Conceptos de autoestima	64
1.4.1.1. Autoestima alta	67
1.4.1.2. Autoestima baja	68
1.4.2. Identidad	69
1.4.3. Elementos de la autoestima	71
1.4.3.1. Autoconocimiento	71
1.4.3.2. Autoconcepto	72
1.4.3.3. Autoevaluación	73

1.4.3.4. Autoaceptación	74
1.4.3.5. Autorrespeto	75
1.4.4. Autoestima y Valores	76
1.4.5. Importancia de la autoestima en la adolescencia	78
1.4.6. La autoestima como recurso	79

## **CAPITULO II. TRABAJO DE CAMPO**

2.1. Metodología	83
2.2. Planteamiento del problema	88
2.3. Justificación	91
2.4. Objetivos	93
2.5. Contexto	94
2.5.1. Contextualización física de la institución	100
2.6. Observaciones	101
2.7. Entrevistas	110
2.8. Resultados de los cuestionarios	122
2.9. Gráficas	130
2.10. Relación teoría-práctica	145

## **CAPITULO III. PROPUESTA DE CURSO TALLER**

3.1. Presentación	147
3.2. Objetivos	150
3.3. Metodología	150
3.4. Contenidos	152
3.5. Forma de evaluación	153
3.6. Desarrollo de las sesiones	153
3.7. Carta descriptiva	162

<b>CONCLUSIONES</b>	167
---------------------	-----

<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	170
---------------------	-----

<b>ANEXOS</b>	174
---------------	-----

## INTRODUCCIÓN

La Orientación Educativa ha sido considerada como un factor de relevancia social debido a su contribución para favorecer la calidad de vida de los estudiantes de educación secundaria, no solo en su entorno educativo sino también en su entorno social, donde se pueden proponer y establecer condiciones más favorables para los padres, docentes y principalmente a los propios alumnos frente a la toma de decisiones ante la demanda de la sociedad.

La actividad orientadora se puede abordar en relación con el entorno social en el cual ocurre la educación, por lo que se considera importante atender tanto la práctica docente como la contribución de la familia en el proceso, con la finalidad de unificar criterios y pautas de intervención que repercutan de manera coherente en el desarrollo escolar y social del adolescente.

En el trayecto de vida de toda persona, la adolescencia llega a ser una etapa de grandes cambios, por tal motivo se le llega a considerar como una etapa importante y trascendental. Pero para que se transite por ella de manera favorable es necesario tener un nivel de autoestima óptimo, el cual permita al adolescente desarrollarse íntegramente a manera de poder alcanzar sus metas.

Muchos adolescentes no llegan a descubrirse totalmente, no reconocen ni aceptan la diversidad de cambios que se van presentando en ellos, por tal motivo, es necesaria la ayuda, especialmente de la familia y la escuela para el reconocimiento y aceptación de esos cambios generados durante esta etapa para así lograr un alto o un buen nivel de autoestima, pues ésta les proporciona seguridad a los adolescentes que les va a permitir afrontar y resolver problemas que les sean difíciles y complicados, en su mundo social, afectivo y académico.

El proceso de socialización que realiza la familia y la escuela es fundamental para que los alumnos se integren a su ámbito social, ya que la autoestima también depende del ambiente familiar y escolar en el que nos encontramos y los

estímulos que se nos otorguen en ellos, de aquí la importancia de estas dos instituciones.

Cuando hablamos de autoestima, podemos hacer referencia a un recurso principal para los individuos, ya que este recurso puede ser de gran ayuda en situaciones complicadas durante nuestra vida, pues nos proporciona seguridad y confianza, garantizándonos así el bienestar.

La vida de las personas puede considerarse difícil cuando se tiene un nivel de autoestima bajo, por esta razón es importante que se maneje el estudio de ésta problemática, y digo problemática debido a que afecta la vida de muchas personas, en especial la de los adolescentes.

Si tenemos baja autoestima nos vemos como inútiles, dependientes, abrumados, angustiados y con miedo. Esas sensaciones pueden hacer que no aceptemos la realidad en la que vivimos o que nos sintamos muy deprimidos, con consecuencias familiares, sociales y académicas muy negativas.

Cuando nuestra autoestima es elevada, logramos acercarnos a otras personas y logramos realizar todas nuestras actividades con mayor posibilidad de éxito, además al vernos positivamente logramos una identidad más fuerte.

La participación constante con las personas, es decir la interacción, va a ser un factor para que se produzca o desarrolle la autoestima, pues no se puede dar de manera aislada, por eso es de suma importancia inmiscuir a las personas que se encuentran más involucradas en la vida del adolescente.

Por lo dicho anteriormente, el presente trabajo de investigación tiene la finalidad de crear un taller para mejorar la autoestima de los adolescentes o evitar el problema de la baja autoestima, con el propósito de conseguir una mayor eficacia y participación de los orientadores en el fomento de la autoestima de los alumnos, en un momento en que su identidad se encuentra en un proceso de consolidación.

El orientador debe estar preparado por sus conocimientos y obligado por su profesión a prever y planificar, no sólo a remediar los problemas que se presentan en los alumnos, por lo que puede servir de puente entre la escuela y la sociedad y ayudar a que la escuela pase de ser un lugar donde se adquieran conocimientos concretos sobre materias específicas para convertirse en institución que enderece actitudes negativas ya adquiridas y enseñe otras beneficiosas para el alumno y la sociedad.

Es necesario atender el problema de autoestima baja, debido a que afecta no sólo la educación de los adolescentes sino también su vida afectiva y social, además de involucrar a padres y educadores. Con ello se pretende que los encargados de transmitir la educación vayamos tomando conciencia de qué tan importante es tratar el problema y orientar la enseñanza de adquirir una autoestima favorable.

Para fines explicativos, se estructuraron 3 capítulos:

En el primer capítulo se da una amplia perspectiva de la fundamentación teórica, abordando los temas de:

- Orientación Educativa, donde se abarcan de manera general los antecedentes históricos, los conceptos y tipos de orientación, las funciones del orientador y los modelos de orientación que existen;
- Adolescencia, dando a conocer sus conceptos, los cambios y características que presenta el adolescente, las etapas, teorías y situaciones de riesgo para los adolescentes, la importancia de la amistad y el contexto escolar y social;
- Familia, donde se dan a conocer los conceptos, tipos, funciones y dificultades de la familia, además de la importancia de la comunicación en la familia, y el papel que tiene ante la autoestima, y;
- Autoestima, abarcando sus conceptos y elementos, lo que es la identidad, los valores y la importancia de la autoestima en la adolescencia.

En un segundo capítulo se plasma el trabajo de campo, la metodología empleada para ello, el diagnóstico del problema enfocándose en la situación contextual:

social, familiar, educativa, económica y cultural, el objeto de estudio, su delimitación y reconstrucción, una especie de análisis que proporciona el punto de partida del estudio. Así como también lo referente al diseño operacional y a los resultados obtenidos en los instrumentos aplicados durante el estudio, para luego hacer una relación de teoría-práctica dentro de un mismo capítulo.

Y en el tercer capítulo se desarrolla la propuesta de intervención, la cual consiste en la realización de un *curso taller de estrategias para fortalecer y mejorar la autoestima en adolescentes de educación secundaria*, donde se describe ampliamente la metodología, los objetivos a alcanzar y los contenidos que se abarcaran en las diez sesiones junto con las actividades a desarrollar durante su realización.

## **CAPITULO I. LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA Y LA AUTOESTIMA**

### **1.1. ORIENTACIÓN EDUCATIVA**

La importancia de atender a la orientación educativa radica en que es un aspecto que va a ayudar a la educación del alumno, especialmente en la etapa adolescente; a concientizarlo y capacitarlo para conocer sus rasgos personales, aptitudes e intereses, considerándola así como casi sinónimo de educación.

La orientación educativa permite guiar las acciones en función de la formación integral y armónica de la personalidad del estudiante, en función del encargo social que asume la educación y en correspondencia con las necesidades e intereses de nuestros tiempos.

#### **1.1.1. Antecedentes históricos**

Para entender la situación actual de la Orientación Educativa es necesario hacer un análisis histórico que nos permita distinguir su evolución y recorrido a lo largo de los años, debido a que la situación actual de la orientación en el Sistema Educativo no ha sido consolidada para muchos.

Comenzaré diciendo que la Orientación nace a principios del siglo XX, exactamente en el año de 1908, en Boston y con la fundación del *Vocational Bureau* y con la publicación en 1909 de *Choosing a vocation*, obra de Frank Parsons, donde aparece por vez primera el término *vocational guidance*, que significa Orientación Vocacional, surgiendo como respuesta a algunas necesidades sociales, además de empezar como iniciativa privada y fuera de la escuela y que posteriormente pasaría a ser institucional insertándose en el marco escolar.

El padre de la Orientación Educativa es J.B. Davis, con su obra *Vocational and moral guidance* publicada en 1914. En el año de 1942 se publica *Counseling and*

*Psychotherapy* de Carl R. Rogers quien representa la corriente de Orientación no directiva o terapia centrada en el sujeto.

Las escuelas secundarias empiezan su creación a partir de 1925 y su principal fundador fue Moisés Sáenz. El presidente Plutarco Elías Calles es quien autoriza a la Secretaría de Educación Pública la creación de estas escuelas.

El primer programa de orientación educativa y vocacional se presentó en 1950. La orientación empieza su servicio en las escuelas secundarias existentes en el Distrito Federal a partir del año de 1954, esto gracias a un proyecto que fue aprobado por la Secretaría de Educación Pública del profesor Luis Herrera y Montes en el año de 1952, este proyecto empezó a experimentarse en dos escuelas secundarias durante dos años.

La orientación fue denominada educativa y vocacional, y “se concibió y organizó como servicio de asesoría y ayuda para los alumnos en sus problemas escolares, familiares y vocacionales. También se tipificó como un servicio de apoyo a los directivos, maestros y padres de familia” (Meuly, 2000: 14). El servicio de orientación va destinado para las personas que tienen alguna participación en el ámbito escolar, favoreciendo así el proceso educativo de los educandos.

Cuando se llega a implementar la orientación educativa en la educación secundaria, “en un primer momento estuvo enfocada estrictamente a una orientación vocacional, es decir su preocupación estaba en función de orientar al adolescente en lo que se refiere a la elección de carrera profesional” (Martínez, 2000: 33). Después surge la necesidad de ayudar al adolescente en un sentido más amplio, abarcando todo el aspecto psicopedagógico.

El servicio de orientación, desde su creación y hasta el año de 1966 fue dirigido por el profesor Luis Herrera y Montes mediante la oficina Coordinadora de Orientación Educativa y Vocacional, con un enfoque psicopedagógico y psicométrico (el cual permitía medir las capacidades de los alumnos).

En el año de 1966 Luis Herrera y Montes deja de dirigir el Servicio de Orientación y establece el Servicio Nacional de Orientación Vocacional para auxiliar al alumno en su elección vocacional, con la utilización del material necesario para ello.

En el año de 1980 se crea el Departamento de Servicios Educativos de la Dirección General de Educación Secundaria, sustituyendo a la Oficina de Coordinación de Orientación Educativa y Vocacional, y tiene como misión coordinar y evaluar las funciones del personal que atiende el servicio educativo en las escuelas secundarias, como son: el orientador, el trabajador social, el médico escolar y el prefecto.

Además, a inicios de este año (1980) la Orientación en México toma la denominación de Orientación Educativa, donde se proponen alternativas para solucionar problemáticas sociales.

Para el año de 1981 comienza a entrar en vigor el Manual de Organización de la Escuela de Educación Secundaria, y para 1984 se establece el Servicio Nacional de Orientación Educativa.

En 1989 se da el programa para la Modernización educativa, el cual dura cinco años y en él se tratan de definir las funciones que deben llevar a cabo los orientadores vocacionales, y se pretende reencauzar el servicio de orientación vocacional esto con la finalidad de apoyar la selección de las opciones de estudios que se dan después de la secundaria.

La meta se logra y “el reencauzamiento del servicio de orientación se da durante 1993, en el marco de la reforma para la educación básica. En el proceso hubo dos productos para la Orientación Educativa:

- Guía programática de orientación educativa resultado de la prueba operativa
- El programa de orientación para el tercer grado de educación secundaria, 1994-1995” (Meuly, 2000: 15).

Con el programa de estudio para la educación secundaria y el plan de estudios de 1993 comienza a impartirse la asignatura de Orientación Educativa dirigida a alumnos de tercer grado, para ayudarlos en su formación con aportaciones de otras asignaturas para prevenir y solucionar problemas que presentan e influyen en la vida personal del adolescente.

Para agosto de 2006 empieza a operar en todas las escuelas secundarias del país, aunque sólo en primer grado; el plan y los programas de estudio establecidos en el acuerdo 384 publicado en mayo del mismo año (SEP, 2006).

La reforma curricular de 2006 disminuye la fragmentación curricular, ya que se pasa de 11 asignaturas por grado del plan de 1993 a 9 asignaturas en el nuevo plan. Las asignaturas totales disminuyen de 34 en el plan de 1993 a 27 asignaturas en la reforma de 2006. Se establece un espacio curricular de una hora a la semana en los tres grados para orientación y tutoría del grupo, y se señala que este espacio no debe concebirse como una asignatura más, aunque se otorga un espacio curricular para que el maestro asesor de grupo lleve a cabo su labor (SEP, 2006).

Es importante que la Orientación Educativa se maneje en relación a la vida del adolescente –en el marco que lo engloba– es decir: la escuela, la familia, la sociedad, etc., ya que con ayuda de estos tendrá una mejor vida afectiva, social y académica.

### **1.1.2. Conceptos y tipos de orientación**

Dentro de la educación secundaria se busca que los adolescentes adquieran herramientas que les faciliten el aprendizaje a lo largo de la vida, por lo que los objetivos de ésta educación son ampliar las habilidades y conocimientos del educando y darle a conocer las opciones educativas en las que puede continuar para desarrollar competencias relacionadas con lo afectivo, lo social, la naturaleza, etc.

Frente a la importancia que tiene la educación secundaria en la sociedad, la Orientación Educativa adquiere un papel fundamental en este proceso educativo, dirigiendo sus acciones a los jóvenes, todo ello con la finalidad de desarrollar habilidades, valores y actitudes, lo cual les ayudará a tomar decisiones.

Existen diversas definiciones de la orientación, aunque la mayoría de ellas se relacionan por considerar a la orientación como una ayuda y que en el aspecto educativo implica proporcionar experiencias que permitan a los alumnos conocerse a sí mismos, además de ser una ayuda profesionalizada para conseguir una madurez social.

El concepto de orientación es muy complejo, se debe tomar en cuenta que la orientación va a incidir en el individuo en la toma de decisiones y en la forma de actuar. Algunas definiciones dadas por diferentes autores son:

Traxler dice que “idealmente concebida, la orientación capacita a cada individuo para comprender sus actitudes, intereses y rasgos personales, a desarrollarlos lo mejor posible, a relacionarlos con metas vitales y, finalmente, a alcanzar un estado de completa y madura auto-orientación” (Cit. por: Sánchez, 1997: 9).

Veláz define la orientación como “una actividad de ayuda que se concreta en intervenciones de carácter técnico e interpersonal para acompañar, bien sea a las personas individualmente consideradas o a los miembros de una institución en el manejo de las necesidades personales, grupales e institucionales derivadas de un contexto y un momento histórico” (Veláz, 2002: 189).

Para la Dra. Reppetto (1983), orientación es “el proceso de ayuda sistemática y profesional a un sujeto, mediante técnicas psico-pedagógicas y factores humanos, para que se comprenda y se acepte a sí mismo y a la realidad que le rodea alcance una mayor eficiencia intelectual, profesional y personal, y se relacione más satisfactoriamente consigo mismo y con los demás que con él conviven” (Cit. por: Cantón, 1988: 11).

Para Frank Zeran, “La orientación es el proceso de ayuda a un sujeto para conocerse a sí mismo y a la sociedad en que vive, para que pueda lograr su máxima ordenación interior y su mayor integración en la sociedad” (Cit. por: Sánchez, 1997: 9).

En relación a los dos conceptos citados anteriormente (de la Dra. Reppetto y de Frank Zeran), se concluye que existe una relación con el tema de Autoestima, pues señalan una ayuda para que el individuo se acepte a sí mismo y a los demás.

Para F. W. Millar, orientación es el “proceso por el que se ayuda a los individuos a lograr la autocomprensión y autodirección necesarias para conseguir el máximo ajuste con el centro docente, con la familia y con la comunidad” (Cit. por: Sánchez, 1997: 9).

También Veláz considera a la orientación como “un proceso para ayudar al sujeto a tomar conciencia de sus conductas. Por medio del diálogo terapéutico libre y abierto con el orientador el sujeto puede analizar, dominar y asimilar el conflicto como si fuera un objeto externo, y neutralizar el lastre emocional perturbador” (Veláz, 2002: 119).

El origen de los conflictos que se llegan a presentar en el individuo responde a frustraciones en la autorrealización del sujeto, por lo que la conducta que está desajustada se va a producir cuando se produzcan incongruencias entre los sentimientos y necesidades internas y experiencias externas.

En cuanto a la orientación educativa, Kelly (1961) la define como “La fase del proceso educativo que consiste en el cálculo de las capacidades, intereses y necesidades del individuo para aconsejarle acerca de sus problemas, asistirle en la formulación de planes para aprovechar al máximo sus facultades y ayudarle a tomar decisiones y realizar las adaptaciones que sirvan para promover su bienestar en la escuela, en la vida y en la eternidad” (Cit. por: Cantón, 1988: 11). El concepto se da en un sentido amplio, ya que para Kelly es un término

globalizador que retoma otros tipos de orientación, como la profesional, la familiar, la escolar, etc.

La Orientación Educativa puede considerarse una disciplina que promueve y estudia durante y para la vida; los aspectos pedagógicos, psicológicos y socioeconómicos del individuo relacionados con su desarrollo personal y social.

En cuanto a la Orientación Vocacional, ésta “persigue la meta: ayudar a los jóvenes a encontrar un lugar en el mundo de las profesiones mediante intervenciones orientadoras que permitan al sujeto un conocimiento adecuado a sus posibilidades y un mejor conocimiento del mundo del trabajo” (Álvarez, 1994: 91). La intervención del orientador en el ámbito escolar facilita la adaptación, además del cambio en futuras instituciones donde se vaya a incorporar el individuo.

Luis Herrera y Montes (1960) define la Orientación Educativa y Vocacional como “aquella fase del proceso educativo que tiene por objeto ayudar a cada individuo a desenvolverse a través de la realización de actividades y experiencias que le permitan resolver sus problemas, al mismo tiempo que adquiere un mejor conocimiento de si mismo” (Cit. Por: Meuly, 2000: 46). Todo lo anterior implica que el individuo va a desarrollarse de manera integral formándose ciertos hábitos, actitudes, habilidades y valores que logren su formación personal.

Bisquerra define la Orientación Psicopedagógica como “un proceso de ayuda continuo a todas las personas, en todos sus aspectos, con objeto de potenciar la prevención y el desarrollo humano a lo largo de toda la vida” (Bisquerra, 1996: 152). El orientador debe prever las dificultades personales, vocacionales y de aprendizaje, evitando así el fracaso escolar en los educandos. La persona sigue un proceso de desarrollo durante toda la vida y a lo largo de este proceso puede necesitar ayuda de carácter psicopedagógico. Aunque también este proceso continuo debe ser parte del proceso educativo, atendiendo algunos aspectos en particular, como: educativos, vocacionales, personales, sociales, etc.

García Hoz define también otros tipos de orientación:

“La *Orientación familiar* sería la actividad –y el conocimiento de ella– que se desarrolla en la familia para hacer a un sujeto capaz de gobernar su propia vida, y La *Orientación Escolar*, la cual define como un proceso de ayuda a un estudiante para que pueda trabajar eficazmente en la institución escolar y prepararse adecuadamente para la vida” (Cit. por: Cantón, 1988: 25).

La orientación tiene como meta el tratamiento de situaciones variadas además de la solución de problemas que se presentan en la institución educativa, que los alumnos principalmente y otros miembros de la comunidad educativa experimentan.

En resumen, se entiende por orientación un proceso de ayuda continuo para las personas, en todos sus aspectos, con la finalidad de desarrollar y prevenir, esto mediante programas de intervención educativa, social, etc.

Se pretende intervenir en los procesos de desarrollo de los sujetos, todo ello con el fin de que la orientación sea una mediadora entre los procesos de conocimiento, habilidades y destrezas, y en los conocimientos de adaptación y cambio.

Por tanto, afirmamos que todos los autores parecen coincidir en que lo fundamental de la orientación no sólo es la solución de problemas, sino más bien la ayuda para lograr la auto-orientación y el desarrollo personal.

### **1.1.3. Funciones del orientador**

A partir de las demandas de los Departamentos de Orientación en los centros educativos, se ha llegado a la necesidad de formar profesionales en este campo de la educación, para dar ayuda personalizada encaminada hacia el desarrollo personal, la integración social y laboral del alumno.

A partir de 1992 y de acuerdo con la guía programática de Orientación Educativa establecida para el servicio de la educación secundaria, se engloban las funciones del orientador en tres áreas:

- **Orientación pedagógica.** El orientador debe atender las necesidades académicas del alumno –por ejemplo, implementando técnicas de estudio– además de atender problemas de bajo rendimiento, motivación, entre otros, los cuales pueden afectar su rendimiento académico.
- **Orientación vocacional y para el trabajo.** La función del orientador es ayudar a descubrir los intereses y aptitudes de los alumnos y ofrecerles información sobre las oportunidades educativas estableciendo un equilibrio entre sus aspiraciones y las necesidades del país para decidir su futuro ocupacional inmediato.
- **Orientación afectivo psicosocial.** El orientador debe desarrollar en el alumno actitudes y sentimientos de seguridad en sí mismo, además lograr en él un autoconocimiento más pleno y ayudarlo a relacionarse positivamente con los demás (Cit. por: Martínez, 2000).

La orientación se considera como educativa ya que va a integrar procesos no sólo informativos sino formativos, los cuales ayudarán a que el orientador desarrolle sus funciones, así como promover el desarrollo de las capacidades de los educandos en proceso de formación.

La acción orientadora sólo se puede llevar a cabo en la medida en que el orientador tenga una formación para:

- Ayudar al alumno a resolver los problemas que se presentan en su vida académica, poniendo énfasis a los contenidos y técnicas de estudio.
- Ayudar al alumno para que sea capaz de elegir y prepararse adecuadamente para una profesión o trabajo determinado.
- Ayudar al alumno a manejar las relaciones interpersonales.

- Ayudar al alumno para que pueda trabajar eficazmente en la institución escolar y tener una preparación adecuada para la vida.

La función del orientador es dar ayuda psicopedagógica al estudiante para conocer aspectos de si mismo, mejorar sus relaciones interpersonales, darle herramientas o estrategias que lo preparen para su desarrollo personal y académico, todo ello mediante la toma de decisiones y de proyecto de vida.

El papel del orientador debe ir enfocado a las necesidades del alumno y de la comunidad escolar ateniéndose a las exigencias y demandas de directivos y de la misma institución. Por lo tanto, el orientador debe ser visto como un apoyo para la educación, ya que al desempeñar actividades psicopedagógicas abarca las actividades académicas.

El orientador debe dar el servicio necesario al alumno, ya que “la principal función del orientador consiste en promover la formación y desarrollo de las capacidades personales de los educandos” (Meuly, 2000: 50). Mediante estrategias psicopedagógicas el orientador puede lograr esta función.

Es importante puntualizar que la orientación se rige por tres principios:

- El de **prevención**: que anticipa circunstancias obstaculizadoras y problemáticas. Se debe conocer con premura las características y circunstancias del alumno para detectar con anticipación las dificultades; se trata de actuar antes de que surja el problema.
- El de **desarrollo**: que promueve la educación integral de la persona. Implica una orientación que atienda todos los aspectos del desarrollo humano. El objetivo de la orientación es facilitar el crecimiento a lo largo del proceso de enseñanza y aprendizaje.

- El de ***interacción social***: la actividad orientadora estará dirigida a la modificación de aspectos concretos del contexto; la orientación tratará de concienciar al alumno sobre los obstáculos que se le presentan en su contexto y le dificultan el logro de sus objetivos personales para que pueda afrontar el cambio necesario de dichos obstáculos; se trata de buscar más un cambio en el contexto que pretender adaptar al individuo (Rodríguez, 1993).

Una de las funciones del orientador es la de prevenir, y para Wilson y Yager (1981), la primera etapa de este proceso es la “prevención primaria, en la cual hay una intervención para la eliminación de las causas que suscitan la aparición de problemas en una población-riesgo. Después de esta etapa, sigue la prevención secundaria, la cual consiste en el tratamiento orientador dirigido a sujetos o grupos para reducir el desarrollo de un problema. La prevención terciaria, en ella se da la rehabilitación de los sujetos afectados por un problema” (Cit por: Álvarez, 1994: 100).

Las tareas que realiza el orientador son diversas y simplemente se va adaptando a un ambiente de trabajo que surge de la cotidianidad. Estas actividades las realiza diariamente sin cuestionar, sin saber que es lo que debe o no hacer, por qué hacerlo, cuándo y bajo qué condiciones llevarlo a cabo.

La misión del orientador es la de establecer una relación con el educando, y esto lo puede lograr mediante una actitud: la empatía, logrando así que el adolescente se sienta más seguro, ya que “cuando el orientador se relaciona en forma empática y comprensiva con el adolescente, la respuesta de éste es positiva y le lleva a profundizar más en su trabajo, en sus inquietudes, en sus temores, en sus miedos, y la posibilidad de centrarse en sus recursos” ( Martínez, 2000: 36).

Para que el orientador pueda llevar a cabo sus fines educativos, debe ser consistente, además satisfacer las expectativas de los sujetos que interactúan con él, es decir: alumnos, docentes, directivos y padres de familia.

En concreto, las funciones generales del Orientador son:

- La coordinación, planificación y organización.
- El diagnóstico psicopedagógico.
- El asesoramiento.
- La intervención en las diversas áreas.
- La intervención con los distintos agentes.
- La evaluación.

En cuanto a sus funciones específicas son:

Con los **alumnos**: Integrarlos a su nivel escolar, personalizar la enseñanza-aprendizaje, favorecer el desarrollo integral de su personalidad, además de la información profesional y evaluarlos.

Con los **padres**: Establecer relaciones fluidas con los padres de familia informando e implicándolos en actividades de aprendizaje y orientación de sus hijos.

Con los **docentes**: Establecer una relación de colaboración en la acción y en la introducción de contenidos de orientación en las diversas áreas académicas.

La práctica del orientador debe ser desempeñada para aportar cosas positivas a los alumnos, a los profesores y a los padres de familia, ya que su labor es ayudar en el proceso de la educación para obtener buenos resultados.

En cuanto a las áreas de atención que abarca el orientador están:

- **La personal.** En esta se debe fomentar el conocimiento del entorno del individuo y de sí mismo, además de las relaciones interpersonales, familiares y académicas.
- **La académica.** Se debe integrar y adaptar al estudiante a su nivel académico. También se pueden proporcionar algunas estrategias y

técnicas de estudio que permitan mejorar el desempeño académico del estudiante.

- **La vocacional.** Con ella se ayuda al estudiante a identificar sus intereses y habilidades mediante algún estudio de psicodiagnóstico, el cual le permitirá identificar sus áreas de conocimiento y desarrollo del trabajo en el cuál pueda integrarse, además de aprender la toma de decisiones que podrá aplicar posteriormente.

Los tipos de atención que puede proporcionar el orientador son:

**Individual.** Donde la atención es personalizada y en sesiones, el orientador educativo ayuda al estudiante a identificar y analizar alternativas, a la toma de decisiones para la solución de problemas que puedan afectar su desarrollo personal y académico.

**Grupal.** El trabajo del orientador lo realiza con pequeños grupos; se ofrece a los estudiantes estrategias didácticas, se pueden realizar algunos talleres, etc, los cuales pueden permitir el lograr sus expectativas en cuanto a la orientación educativa, como son; la toma de decisiones, estrategias de aprendizaje, técnicas de estudio, elección de carrera, proyecto de vida, autoestima, entre otras.

El orientador debe aspirar a que sus intervenciones orientadoras sean de calidad. Para lograrlo ha de tener presente al menos algunos factores:

1. Adaptarse a las diferencias individuales. Debe ayudar a cada alumno en lo que más necesite.
2. Capacitar a cada alumno para aprender por su cuenta.
3. Ayudar en el autoconocimiento como base para la toma de decisiones personales.
4. Ayudar al estudiante a que conozca el entorno social en el que vive.

Estos son algunos puntos que le ayudarán en su trabajo al orientador, ya que su función principal es ayudar al alumno a que sea capaz de resolver los problemas que se presentan en su vida.

Las funciones del orientador deben llevarse a cabo mediante su experiencia, conocimientos y su formación profesional. Pero para que el orientador lleve a cabo su labor es necesario que tenga las condiciones adecuadas para su trabajo, entre las más importantes están:

- Cubículo u oficina.
- Materiales de oficina y el equipo necesario.
- Instrumentos psicopedagógicos.
- Condiciones materiales del plantel.
- Ayuda de los integrantes de asistencia educativa: médico escolar, prefecto, trabajador social, directivos y profesores.
- Organización de la institución, administrativa y académica.

#### **1.1.3.1. Funciones del orientador y la autoestima**

La escuela es uno de los lugares que resultan importantes para la formación del adolescente no solo por los conocimientos que obtiene en ella sino porque también resulta indispensable para que aprenda a desenvolverse y a establecer relaciones sociales y comunicativas que le ayudan a conocerse más y a formar su identidad personal.

La escuela tiene cierta influencia sobre la imagen que se forman los alumnos de si mismos. Los alumnos condicionan su autoestima por la gran parte de pertenencia en la escuela. Todo lo que recibe de los demás: valoraciones, críticas, informaciones, etc., van dejando huella en el.

Por lo tanto, en el ambiente escolar la autoestima también puede verse afectada o beneficiada por las opiniones que dan los compañeros y profesores, debido a que toda persona se ve a si misma desde el punto de vista de los grupos en los que

participa y todo aquello que piensen de ella influirá de manera positiva o negativa en su personalidad o forma de pensar.

Ejemplo de lo anterior son las ocasiones en las que los profesores llegan a decir a un alumno que nunca llegará a ser algo más en esta vida o, por el contrario que será muy exitoso; en el primer caso el alumno puede llegar a generarse la idea de que nunca saldrá adelante y permanecer con esa idea durante mucho tiempo, su situación puede empeorar cuando los compañeros de grupo optan por alegrarse de las ofensas que recibe, pues posiblemente se sienta poco valorado por los demás y decida no convivir con ellos y aislarse para que no lo hagan sentir mal.

El rol del centro educativo y del orientador en general es de máxima importancia para el desarrollo del autoconcepto y autoestima de sus alumnos.

Como pautas a considerar en el comportamiento del orientador cabe destacar:

- El orientador que posee una relativa confianza en sí mismo y se siente seguro tiene una idea clara de sus actuaciones y de los objetivos que son importantes para él.
- Es mejor no pretender controlar y dominar en el aula, sino preocuparse de crear un ambiente que facilite el aprendizaje.
- Ayudar al alumnado a desarrollar y potenciar confianza en sus propias capacidades.
- El orientador que se acepta a sí mismo, acepta a los demás con sus dotes, limitaciones y problemas.
- Ayuda a sus alumnos a que interpreten sus experiencias de manera positiva.
- Ser respetuoso con sus alumnos (Alemañy, 2009).

Para que una persona pueda tener autoestima necesita de algunos elementos como los siguientes: la búsqueda de una identidad propia, valores, un propio estilo de vida, la perspectiva que uno tiene de sí mismo, influencia de los demás sobre nosotros, tradiciones culturales, actitud y autenticidad. El orientador puede

ayudar a sus alumnos en la búsqueda de estos elementos y por tanto a lograr una autoestima positiva.

La ayuda que se presta al individuo debe llevarlo a conocerse a si mismo mucho mejor, como también a conocer el ambiente que le rodea. El autoconocimiento le ayudará a descubrir sus potencialidades y limitaciones, y el conocimiento del entorno le ayudará a entender las oportunidades y los obstáculos que éste le presenta para el logro de todo lo que se proponga.

En cuanto a cómo ayudar al alumno a desarrollar o mejorar su autoestima, el orientador debe desempeñar algunas funciones como:

- ✦ Conocer al alumno y aceptarlo tal como es; tratarlo con respeto.
- ✦ Asegurarse de que el alumno sepa que es importante, tanto si es competente como si no.
- ✦ Llamarle por su nombre.
- ✦ Evitar comparaciones innecesarias.
- ✦ Elogiarle de forma realista y hacerle ver sus actitudes positivas.
- ✦ Ayudarles a descubrir sus cualidades únicas.
- ✦ Ser paciente y tolerante con los alumnos.
- ✦ Crear un ambiente de confianza y tranquilidad, exento de agresividad y hostilidad.
- ✦ No utilizar como recurso el miedo, el cual puede fomentar, en mayor o menor grado, la inseguridad.
- ✦ No ridiculizar al alumno.
- ✦ Valorar todo lo positivo del alumno.
- ✦ Aceptar a los alumnos como son.
- ✦ Mostrarle solidaridad y empatía y no compasión o lástima.
- ✦ Mantener la disciplina, pero sin usarla como venganza y sin traicionar su confianza.

El proceso de orientación no debe concebirse como el dar órdenes a los alumnos que necesitan ayuda. No consiste tampoco en análisis y consejo, no es cuestión

de ajustar a otras personas; es más bien una apreciación múltiple de los problemas, una exploración colaborativa de posibles soluciones y una decisión conjunta de planes para resolver estos problemas. El estudiante que solicita ayuda no debe asumir una actitud pasiva, de dependencia, en la cual él acepta las instrucciones que le da el orientador.

La meta de la orientación es despertar conciencia en el individuo para que acepte la responsabilidad de sus propias decisiones y desarrolle habilidades para el análisis propio y para la autodirección.

#### **1.1.4. La orientación escolar en el proceso de aprendizaje**

La Orientación para el Sistema Educativo es un elemento esencial ya que contribuye a la calidad de la educación. Por tal motivo es que se debe tomar énfasis a la *orientación escolar*, ya que no sólo el orientador debe ayudar al alumno en cuanto a los problemas de su vida social, sino también a los de su vida académica, como son: dificultades en el proceso de aprendizaje; ausencia de automotivación para el aprendizaje; el no saber elegir opciones de estudio; etc.

En este sentido, los objetivos generales de la Orientación Educativa son:

- “Ajustar la respuesta educativa a las necesidades particulares de los alumnos.
- Favorecer los procesos de madurez personal, de desarrollo de la propia personalidad y sistema de valores.
- Garantizar aquellos elementos educativos más diferenciados y especializados.
- Prevenir las dificultades de aprendizaje.
- Asegurar la continuidad educativa a través de las distintas áreas, ciclos y etapas.
- Contribuir a toda clase de iniciativas de innovación y de la mejora de la calidad de la educación” (Torres, 2001: 75 y 76).

Podemos definir aprendizaje como la adquisición de nuevos conocimientos, habilidades, actitudes, etc., mediante el cual el hombre cambia y modifica su comportamiento y enriquece su personalidad lo cual le ayuda a tener un mejor desenvolvimiento en su vida social, cultural y personal.

La orientación educativa debe establecerse a nivel global, implicando a todos los agentes que intervienen en el proceso educativo para mejorar la enseñanza de los alumnos y dando respuesta a las necesidades educativas de cada uno de ellos en todo su proceso formativo.

Por lo tanto, las actividades de orientación deben integrarse tanto en el proyecto educativo como en la actividad docente, con la finalidad de promover los procesos cognitivos –para llegar al conocimiento– y lograr el aprendizaje del alumno con la ayuda de los recursos educativos a su alcance.

Es importante que el alumno adquiera la mayoría de los conocimientos de los contenidos de las diferentes materias que conforman el currículum de la escuela, ya que para Pérez Boulosa (1986) “la adecuación de los individuos a las exigencias de los diferentes programas educativos, la adecuación asimismo de los programas a las peculiaridades de los sujetos, y la constante atención para que los alumnos puedan lograr un rendimiento académico óptimo a lo largo de todo su desarrollo escolar” (Cit. por: Álvarez, 1994: 85) puede ser un ámbito de intervención de la orientación escolar.

La orientación escolar debe garantizarle al alumno un conjunto de servicios y actividades, optimizando el rendimiento de la enseñanza mediante el adecuado asesoramiento al alumno a lo largo de su proceso educativo.

El desarrollo continuo de los alumnos exige a todos los profesionales de la educación orientar en todo momento, así como también aplicar los aspectos relacionados con la orientación educativa para el ejercicio de su práctica educativa. Todo ello traerá una mejora del trabajo desarrollado en el aula así como en el aprendizaje del alumnado.

El orientador y los profesionales dentro del aula deben asistir al educando para que adquiera suficientes conocimientos y ser capaz de utilizar inteligentemente las oportunidades que le ofrecen la escuela y la comunidad.

La intervención de la orientación en el proceso de aprendizaje se ha centrado en el fracaso escolar, ya que se ha considerado como la causa más importante en el desarrollo de la orientación educativa como disciplina pedagógica.

Por lo tanto se demanda a la orientación educativa aportaciones y elaboración de estrategias de intervención para dar una solución al problema. Mediante la intervención orientadora se pueden detectar y solucionar problemas de aprendizaje en los alumnos.

La orientación escolar bien entendida no se limita a la problemática estudiantil; no se reduce a la orientación del estudiante, sino que busca la mejora total de la persona que estudia. Al proponerse que el alumno madure y se realice como persona se convierte en orientación educativa.

La orientación escolar es una responsabilidad compartida dentro de cada escuela, por los padres, profesores y orientador, por lo que es necesaria la ayuda y cooperación de estos para que se de un buen desarrollo académico de los alumnos.

En el desarrollo del adolescente la intervención del orientador es indispensable, ya que él puede ayudar a que el joven tenga una adaptación y un cambio favorable para mejorar su situación académica y social en todos los sentidos, mediante esta intervención se llega a analizar y a tratar las conductas que han sido generadas por los adolescentes en los contextos socio-institucionales y que por ende tiene lugar la educación.

### **1.1.5. La orientación en el desarrollo socio-afectivo**

Actualmente además del promover el desarrollo cognitivo, la educación debe completarse promoviendo el desarrollo social y emocional. La educación debe orientarse al pleno desarrollo de la personalidad del alumno: cognitivo, afectivo, moral y social, ya que ello puede ser garantía de prevención de problemas que afectan al alumno y aquejan a la sociedad.

Es necesario que se eduque desde la infancia y adolescencia los componentes y procesos psicológicos necesarios para desarrollar relaciones sociales e interpersonales respetuosas con los demás, con el propósito de prevenir problemas en los centros educativos, es decir promover una educación integral que prepare para la vida, en la que la afectividad tiene un papel relevante.

La educación debe favorecer el desarrollo de la personalidad del educando. El desarrollo socio-afectivo del alumno esta muy relacionado con el desarrollo personal y social, es decir, con las necesidades afectivas, con los problemas y motivaciones del contexto (ya sea dentro de la sociedad o la institución educativa). Esta situación afectiva llevará al adolescente a relacionarse con los demás; a relacionarse en la sociedad y con su comunidad educativa.

Existe una escasa intervención educativa en este aspecto de desarrollo afectivo, debido a la escasa preparación de los profesores, ya que no reciben la instrucción necesaria para tratar temas relacionados con la personalidad, por lo que se ha sugerido la intervención orientadora para ayudar al problema.

En cuanto a esta intervención orientadora en el ámbito de la afectividad, Hernández y Santana (1988) la definen como “una actuación de apoyo a la institución escolar, primordialmente, y a la familia en la consecución de los objetivos afectivo-sociales de la educación: desarrollo de la personalidad, adecuación de la conducta y satisfacción personal y social” (Cit. por: Álvarez, 1994: 90). El adolescente tiene un desarrollo socio-afectivo en dos contextos

fundamentalmente: la familia y la escuela, pues ambos están inmersos a su vez en un contexto sociocultural concreto.

No es una afirmación nueva que la familia representa un espacio fundamental para el desarrollo socio-afectivo del adolescente, en este espacio se crean los primeros vínculos de afecto que condicionan, en mayor o menor intensidad, el estado de las relaciones que el adolescente establezca en años posteriores.

La sociedad en la que vivimos cada vez nos crea y produce tensiones emocionales; estos pueden proceder del estrés del trabajo, conflictos familiares, noticias (guerras, desastres naturales, etc.), crisis económicas, enfermedades, etc. Y ante estas tensiones pueden adoptarse consecuencias como: desequilibrio emocional, problemas de relación, irritabilidad, depresión, ansiedad. Todo ello nos exige una educación y desarrollo socio-afectivo-emocional preventiva.

Es fundamental que el orientador educativo –quien tiene relación con la enseñanza-aprendizaje de los alumnos–, además de formarse en el plano cognitivo, debe tener conciencia de sus propias emociones; tener habilidades sociales para mantener relaciones positivas con sus alumnos, además de con los padres y personal que trabaja con el; tener la capacidad para reconocer los conflictos y saber solucionarlos.

Si el orientador sabe manejar sus emociones, entonces podrá ayudar al adolescente a desarrollar su personalidad, por lo tanto sus relaciones socio-afectivas, las cuales son importantes en el proceso de aprendizaje.

Es importante y necesario que se atiendan todas las dimensiones del desarrollo del alumno, no solamente las de conocimiento e instrucción, es decir, no debemos dejar de lado el aspecto personal y la necesidad de enseñar y aprender a vivir y a ser; no hay que dejar atrás los aprendizajes del desarrollo emocional, la educación moral y la educación cívica.

El no tomar en consideración el aspecto socio-afectivo en el sistema educativo puede generar considerables consecuencias para el desarrollo personal y social de los alumnos. En esta sociedad de la información y comunicación se corre el peligro de que las relaciones interpersonales queden sustituidas por las nuevas tecnologías, o como sustituto de la relación de afecto, lo cual nos indica que debemos fomentar y educar a las nuevas generaciones para afrontar los retos de la nueva sociedad e impartir una educación socio-afectiva.

En los centros educativos se presentan con frecuencia comportamientos violentos e indisciplinados que son consecuencia de sentimientos de inadaptación e insatisfacción socioemocional en alumnos que por diversos motivos no llegan a integrarse al trabajo académico. “Una vía para prevenir y afrontar estas situaciones es la llamada educación para la convivencia, que incluye una educación integral del ámbito social, emocional y moral, mediante programas integrados que persiguen objetivos de mejora de las relaciones sociales, madurez personal, educación emocional y moral, abordando estos aspectos en una educación y construcción de la persona” (Trianes, 2002: 179, 180).

Por lo tanto es necesaria una educación socio-afectiva del alumno, continua y permanente que potencialice el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral y como prevención efectiva de conflictos en el centro escolar y en la sociedad.

Para ello se propone desarrollar los conocimientos y habilidades sobre las emociones, sentimientos y afectos con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana, todo ello con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social.

### 1.1.6. Modelos de la orientación

En cuanto a lo que se refiere a los modelos de la orientación, debemos decir primeramente que un *modelo* “es una representación de la realidad sobre la que hay que intervenir y que, consecuentemente, va a condicionar los posicionamientos (las funciones y destinatarios preferentes) y los métodos de intervención” (Álvarez, 1994: 129).

En cuanto al marco de la Orientación Educativa, Velázquez (2002, p. 110) cita algunos autores que dan sus definiciones de modelo:

Bisquerra (1992) dice que los modelos “son estrategias fundamentadas que sirven de guía en el desarrollo del proceso de Orientación en su conjunto (planificación, puesta en práctica y evaluación) o en alguna de sus fases...”.

Rodríguez Espinar y otros (1993) definen modelo como “la representación de la realidad sobre la que hay que intervenir, y que va a influir en los propósitos, los métodos y los agentes de dicha intervención”.

Para Álvarez y Bisquerra (1997) los modelos de orientación son “una representación que refleja el diseño, la estructura y los componentes esenciales de un proceso de intervención”.

De acuerdo a las definiciones de los autores, los modelos sirven de guía para la acción orientadora, por lo tanto pueden ser considerados como representaciones o estructuras de la realidad para poder interpretar y describir hechos, donde al ser sometidos a investigación pueden contribuir a elaborar teorías.

Algunos modelos de orientación que actualmente tienen más aceptación son:

**Modelo de Servicios.** Es el más extendido y aceptado socialmente. En el campo de la orientación, es “una consecuencia lógica de las demandas que la sociedad ha ido efectuando respecto a la necesidad de crear estructuras de apoyo a la

educación institucional” (Álvarez, 1994: 131). Ha sido creado para atender carencias, necesidades o disfunciones que presenten los grupos implicados en la educación.

El modelo se caracteriza por la intervención de un equipo especializado sobre un grupo reducido de sujetos, esto en tanto sean demandados los servicios por los usuarios, por tal motivo se ha llegado a considerar un modelo de intervención remedial y terapéutico. En la intervención orientadora debe existir una relación directa durante la prestación de servicios, es decir: orientador-orientado.

Por lo tanto, las funciones a desarrollar según Álvarez (1994) en éste modelo por parte del orientador son:

- a) Informativa: Se brinda información sobre opciones académicas y laborales a los alumnos, por lo que está relacionada básicamente a aspectos vocacionales u ocupacionales.
- b) Diagnóstico-evaluativa: Se refiere a la valoración multidisciplinar de los alumnos con problemas de aprendizaje y necesidades educativas especiales, así como también a necesidades del contexto y la evaluación institucional.
- c) Preventiva: Es la detección anticipada de problemas referidos a los alumnos en los diferentes medios (familiar, comunidad, escolar) para llegar a la prevención de los mismos.
- d) Terapéutica: Se da tratamiento a los alumnos con problemas de integración, aprendizaje, así como rehabilitación en cuanto a problemas de lenguaje, audición, etc.
- e) De apoyo: Se brinda ayuda a profesores mediante asesoramientos y colaboración para el desarrollo de sus funciones de tutoría y docencia, y a la administración educativa en cuando a la planificación, investigación, coordinación y diseño de materiales didácticos.
- f) Formativa: Es la formación y actualización a profesores y especialmente a alumnos y la familia.

**Modelo de intervención por programas.** Se presenta a manera de que el orientador puede realizar funciones distintas a la de la terapia y el diagnóstico. “Se presenta como una forma de intervención más eficaz para hacer efectivos dos de los principios de la orientación educativa marginados en la práctica orientadora: el de prevención o proactividad y el de intervención social y educativa” (Álvarez, 1994: 135). En éste modelo las intervenciones del orientador se centran en las necesidades y metas del contexto educativo.

Rodríguez Espinar y otros (1993) consideran los programas de orientación como “acciones sistemáticas, cuidadosamente planificadas, orientadas a unas metas, como respuesta a las necesidades educativas de los alumnos, padres y profesores insertos en la realidad de un centro” (Cit. por: Veláz, 2002: 137). Éste modelo se presenta por medio de la intervención colectiva de orientadores mediante un plan o programa el cual es diseñado para alcanzar ciertos objetivos en un medio socioeducativo.

También el modelo presenta la particularidad de considerar el análisis de necesidades como un paso previo a la planificación, donde una vez detectadas y priorizadas dichas necesidades se diseñan programas de intervención que den satisfacción a las mismas.

**Modelo de consulta.** Se diferencia por ser una intervención indirecta, ya sea individual o grupal. Ha adquirido un gran auge ejerciendo su función desde una perspectiva terapéutica, preventiva o de desarrollo. “Es una intervención mediatizada en la que el orientador comparte sus conocimientos y sus técnicas con otro profesional de la educación, de los servicios sociales, de la empresa... para que éste los elabore y los aplique en un contexto específico a los destinatarios de la intervención” (Álvarez, 1994: 124). La formación es una de las funciones más importantes en éste modelo, ya que se capacita a tutores y profesores para que sean agentes de la intervención orientadora.

En el ámbito educativo el orientador toma el papel de consultor y es quien va a promover la colaboración entre los responsables del desarrollo académico y

personal del alumno, ya sean profesores, tutores o padres; todo ello con la finalidad de elaborar estrategias o técnicas que ayuden al desarrollo integral del alumno.

Un ámbito de intervención de la orientación educativa lo constituyen los procesos de desarrollo socio-afectivo (ya mencionados anteriormente), que tienen que ver con el desarrollo y ajuste de la personalidad, las necesidades afectivas y los conflictos y problemas en el contexto social. Esta situación es precisamente la generada por la demanda de intervención orientadora; frecuentemente como intervención terapéutica respecto a un problema.

## **1.2. ADOLESCENCIA**

La vida del ser humano pasa por diversas etapas, una de ellas es la adolescencia. La etapa que le antecede a la adolescencia es la preadolescencia, la cual se ubica en los 10 y 12 años (parte final de la infancia), por lo que ésta y la pubertad van a constituir el detonador principal de la adolescencia.

La adolescencia da comienzo con la pubertad, generándose en el adolescente una serie de cambios fisiológicos que se dan en plena maduración de los órganos sexuales, además de que comienza la capacidad de reproducirse y relacionarse sexualmente.

La adolescencia es considerada como el periodo comprendido entre la infancia y la edad adulta, en esta etapa llegan a surgir diversos cambios biopsicosociales en el individuo, los cuales lograrán que tenga una adaptación a su medio.

### **1.2.1. Conceptos de adolescencia**

Muchos autores han dado definiciones de la adolescencia, pero todas van relacionadas y encaminadas a describir lo que es la etapa adolescente.

La infancia será la que proporcione los puntos de apoyo para orientar el desarrollo posterior: la adolescencia, que “es un fragmento de nuestra vida que se presenta como una realidad total y compleja, como un mundo inconcluso, ya que se vincula a la infancia que la precede y a la edad adulta que la sigue, se organiza de acuerdo con su propio movimiento” (Debesse, 1977: 15). La etapa adolescente puede darse a partir de cómo se vive la etapa infantil y cómo puede ser vivida la etapa adulta.

La adolescencia “es una etapa de transición entre la infancia y la edad adulta. Es un período de desarrollo biológico, social, emocional y cognitivo que, si no se trata satisfactoriamente, puede llevar a problemas afectivos y de comportamiento en la vida adulta. Se considera que comienza, aproximadamente, entre los 10 y los 13 años y termina entre los 18 y 22 años” (Nicolson, 2002: 10).

Algunas definiciones de adolescencia que presenta Carneiro (1990, pp. 25-27) de varios autores son:

Para Stanley Hall “La adolescencia es un nuevo nacimiento; los rasgos humanos surgen en ella más completos; las cualidades del cuerpo y del espíritu son más nuevas; el desenvolvimiento es menos gradual y más violento. El crecimiento proporcional de cada año aumenta, siendo muchas veces doble del que correspondería y aun más; surgen funciones importantes hasta ayer existenciales”. Hall toma el concepto de adolescencia como un periodo de crecimiento en el cual los rasgos físicos y psicológicos del adolescente serán más marcados y su desarrollo es más acelerado.

Schopen la define como: “la lucha entre el niño y el hombre, como el esfuerzo del individuo para formarse automáticamente y comprender plenamente el sentido de la propia existencia”. El concepto que tiene Schopen es que el adolescente debe tener una formación plena para entender y aceptar su realidad.

Bauer dice que “el sentido profundo de la adolescencia lo encuentra en el conflicto entre el yo y el mundo”. La descripción que nos da este autor abarca un poco el

sentido que le da el adolescente a la vida, el adolescente suele rechazar el mundo que lo rodea, y lo manifiesta imponiéndose y revelándose ante el.

Para Maurice Debesse, “adolescencia (del latín *adolescere*, crecer hacia la madurez) hace referencia al término general que designa de ordinario el conjunto de las transformaciones corporales y psicológicas que se efectúan entre la infancia y la edad adulta. Para él, pubertad es particularmente la aparición e instalación de la función sexual; la juventud; el aspecto social de la adolescencia; aquella hora en que el ser, entrando en posesión de todos sus medios, toma sus antecesores con impulsos”. El adolescente va teniendo cambios físicos y psicológicos los cuales van marcando su periodo de cambio de infante a adolescente para después pasar a adulto.

La adolescencia es un periodo de transición en el que el joven cambia de grupo de pertenencia. Esto implica una dificultad para encontrar su ubicación social; pasa de la familia a otros grupos, donde es muy importante su imagen corporal, sus relaciones sociales, el medio y su situación económica.

Por lo anterior, la adolescencia para Ingersoll es “el periodo de desarrollo personal durante el cual un joven debe establecer un sentido personal de identidad individual y sentimientos de mérito propio que comprenden una modificación de su esquema corporal, la adaptación a las exigencias de la sociedad con respecto a una conducta madura, la internalización de un sistema de valores personales y la preparación para roles adultos” (Cit. por: Dulanto, 2000: 155). El adolescente debe ir preparándose para lograr su identidad y de esta manera tener un papel funcional dentro de la sociedad.

La adolescencia debe entenderse, por consiguiente, como un complejo proceso de desarrollo personal, como una “etapa de inmadurez en busca de madurez”. Es el periodo de desarrollo biopsicosocial que le va a permitir al adolescente tener una identidad individual y una adaptación a las exigencias sociales.

### 1.2.2. Características y cambios físicos

Los cambios biológicos marcan el inicio de la adolescencia, pero ésta no se reduce a ellos, sino que se caracteriza además por significativas transformaciones psicológicas y sociales. El cambio biológico fundamental que se produce durante la adolescencia es la activación de la función reproductiva. A la “madurez biológica se le conoce como pubertad, en tanto al largo periodo que sigue para encontrar la madurez emocional y social se le denomina adolescencia” (Dulanto, 2000: 143).

Las manifestaciones externas, con excepción de los cambios de talla y peso, son signos de la evolución del sistema reproductivo por acción de las hormonas sexuales.

En cuanto al desarrollo fisiológico, este es el más llamativo puesto que es el más perceptible. Los cambios físicos que se presentan durante la adolescencia en hombres y mujeres son:

HOMBRES	MUJERES
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Aumento de estatura</li><li>✓ Ensanchamiento de espalda y hombros</li><li>✓ Cambio de voz (a grave)</li><li>✓ Crecimiento de vello en axilas, cara (bigote y barba), pecho, piernas, brazos y pubis</li><li>✓ Crecimiento de testículos, próstata y pene</li><li>✓ Primera eyacuación</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Aumento de estatura</li><li>✓ Ensanchamiento de caderas</li><li>✓ Acumulación de grasa en caderas y muslos</li><li>✓ La voz es más fina</li><li>✓ Crecimiento de senos</li><li>✓ Crecimiento de vello en axilas y en el pubis</li><li>✓ Crecimiento de los labios mayores y menores, clítoris, vagina y útero</li><li>✓ Primera menstruación</li></ul>

En los varones, la influencia de las hormonas sexuales provoca cambios en su cuerpo y en sus genitales, así como la producción de los espermatozoides (células sexuales masculinas) en los testículos. Los estrógenos y progesterona provocan en las mujeres cambios en el cuerpo, la maduración y liberación de los óvulos (células sexuales femeninas), y la menstruación. Estos cambios aparecen y se acentúan durante los primeros años de la adolescencia, en las mujeres generalmente entre los 10 y los 12 años, y en los varones entre los 12 y los 14 años.

La maduración sexual tiene lugar en torno a los 12 años para las chicas –aunque puede adelantarse incluso a los 9 ó 10 años– y uno o dos años después para los chicos. “La adolescencia es, pues, en lo fisiológico, un mundo que se transforma. Y lo verdaderamente importante de esta transformación, cara a la personalidad del adolescente, es la repercusión que estos cambios del organismo tienen en sus aspectos psíquico, afectivo y emocional” (Riesgo, 1986: 17).

En este periodo los cambios son más evidentes e intensos, pero esto no quiere decir que en las edades posteriores el cuerpo no siga viviendo modificaciones. Los procesos de la adolescencia no se viven de manera igual por todas las personas, así que es normal y posible que algunos adolescentes experimenten este cambio más temprano o tardíamente que el resto de sus amigos y amigas.

Cuando el adolescente va presentando los cambios físicos, se van a ir generando en él algunos sentimientos de angustia, de inseguridad, de temor, de preocupación, ya que tendrá la impresión de que le ocurre algo inquietante o vergonzoso.

El adolescente alcanza en estos años cierta madurez física, afectiva e intelectual, también durante estos años se va dejando de lado el hábito de dependencia, el cual es característico de la infancia, por lo que el adolescente comenzará a tomar decisiones por sí mismo, creando así su propia personalidad.

### 1.2.3. Etapas de la adolescencia

Se ha llegado a considerar que la adolescencia abarca un periodo de 10 a 12 años de vida cronológica, el cual abarca tres etapas:

**Pubertad.** Abarca de los 12 a los 14 años, comprende el periodo de la educación secundaria. El adolescente toma conciencia de que su cuerpo va cambiando y lo comparará con los demás, por lo que comenzará a preocuparse al querer saber si los cambios presentados son normales, surgiendo así la curiosidad por la anatomía sexual.

Esta etapa “se caracteriza por un aumento en la introspección y el ensimismamiento: ocurren nuevas sensaciones y cambios emocionantes, pero indescriptibles, en las proporciones físicas, de manera que la imagen corporal establecida durante los años escolares se desestabiliza” (Goldman, 2001:50).

Comienza a surgir ese deseo de independencia, por lo que se presentarán conductas de rebeldía y de oposición respecto a la autoridad. El adolescente en muchas ocasiones se siente inseguro y solo, está “abandonado” y es “incomprendido” por los adultos, esto lo lleva a recurrir con más frecuencia hacia su grupo de amigos.

“Este periodo de reorientación es una época en la que los y las adolescentes pueden sentirse en un mar de confusiones y, como consecuencia, pueden iniciar una vida emocional agitada con el fin de hacer frente a esa confusión” (Nicolson, 2002: 32).

También durante esta etapa los adolescentes comienzan a tener temores, los cuales pueden hacer que el adolescente tenga un cambio de vida la cual debe ser adaptada a sus necesidades actuales.

**Adolescencia media.** Abarca de los 15 a los 17 años, se da en el periodo del bachillerato o educación media superior. La mayoría de los adolescentes logra el desarrollo de su cuerpo.

Hay una ausencia con el núcleo familiar y eso es cada vez más frecuente, lo que provoca que los padres tengan conflictos de relación y sentimientos con sus hijos. Sigue habiendo ese vínculo con los pares, por lo que se querrá pertenecer a un grupo determinado por querer ser reconocido. En esta etapa comienza a haber una disposición hacia las relaciones sociales y afectivas, en especial la de índole heterosexual.

Esta es una época en la que “se forma una identidad sexual estable y consiguen unas imágenes definidas de sí mismos y de los demás” (Nicolson, 2002: 32). Los adolescentes ya adquieren una autonomía, además se consideran personas independientes.

El joven que se encuentra en un medio escolar fomentará sus hábitos de estudio y su creatividad. Comienzan a idealizarse sus pretensiones del aspecto vocacional.

Durante estas edades se presenta con frecuencia sentimientos de omnipotencia, lo que generará en el adolescente involucrarse en conductas antisociales debido al comportamiento poco aceptable que a veces es en función de su estilo de vida y la de los pares.

**Adolescencia tardía o fase de resolución de la adolescencia.** Comprende de los 18 a 21 o 22 años, correspondiente a la educación universitaria. El adolescente ya no presenta tanta preocupación por su cuerpo y apariencia.

En la adolescencia tardía “ocurre una consolidación de la personalidad, con una relativa estabilidad y consonancia entre sentimientos y conducta. Con frecuencia disminuye la introspección y la imaginación creativa que son características de la adolescencia temprana” (Goldman, 2001:51).

El adolescente comienza a tener un desarrollo del pensamiento, lo que permite establecer diversos compromisos que sean más complejos y de mayor responsabilidad. Aunque por algunos momentos presenten una negación al crecimiento.

Los jóvenes aprenden a tomar decisiones con más asertividad, lo que implica que van a afirmar y definir su vocación, y todo lo que implica su proyecto de vida.

Durante la adolescencia se consideran importantes algunas tareas evolutivas, las cuales debe presentar el individuo. Robert Havinghurst considera las etapas evolutivas o de desarrollo psicosocial como: “actitudes, conocimientos y funciones que el individuo debe adquirir y hacer crecer en cierto momento de su vida. En esta adquisición intervienen la maduración física, los anhelos sociales y los esfuerzos personales” (Cit. por: Dulanto, 2000: 160). El adolescente debe presentar y desarrollar las etapas evolutivas para generar en él un desarrollo favorable para que en cierto momento logre desarrollar una identidad propia.

La adolescencia tardía es una época en la que los adolescentes “forman por fin una identidad sexual estable y consiguen unas imágenes definidas de sí mismos y de los demás. Han adquirido ya un sentido de autonomía y se consideran personas independientes por derecho propio” (Nicolson, 2002: 32).

El proceso de la adolescencia se va a dar de manera personal y social, ya que el adolescente debe lograr una maduración oportuna para que con apoyo de la familia y de la escuela (consideradas como instituciones importantes) logre tener una oportuna inserción en el mundo social.

#### **1.2.4. Teorías de la adolescencia**

Se define teoría como “un grupo de proposiciones generales, coherentes y relacionadas entre sí que se utilizan como principios para explicar una clase o conjunto de fenómenos. Es un sistema de construcciones congruentes, mutuamente reforzadas, relacionadas entre sí y entrelazadas” (Dulanto, 2000:

152). Dado que la adolescencia es un proceso complejo, para su estudio se desprenden las siguientes teorías:

**Teoría fisiológica.** Comienza con la pérdida de la infancia; el individuo comienza a presentar características físicas que lo harán identificarse como adolescente, es decir, comenzarán a presentarse cambios en el aparato reproductor y empezarán a aparecer caracteres sexuales secundarios.

Así como se dará el desarrollo físico, de igual manera se sumarán a éste los factores social y psíquico. De esta manera se da aviso a que el cuerpo del adolescente tendrá cambios acelerados, por lo que el adolescente tiene que apartarse de la etapa infantil.

El adolescente “tendrá que recurrir al uso de un elemento recientemente adquirido como producto de la maduración biológica y los cambios intrapsíquicos cursados en la preadolescencia: el juicio valorativo, generalmente conocido como *inteligencia abstracta o pensamiento formal*” (Dulanto, 2000: 153) para aceptar el reto que trae consigo el convertirse en adolescente.

**Teoría psicoanalítica.** Comienza por el estudio de Sigmund Freud sobre el desarrollo psicosexual. Según esta teoría la adolescencia es un estadio del desarrollo en el que brotan los impulsos sexuales. Supone, por un lado, revivir conflictos edípicos infantiles y la necesidad de resolverlos con mayor independencia de los progenitores y, por otro lado, un cambio en los lazos afectivos hacia nuevos objetos amorosos.

Puesto que la adolescencia es considerada una etapa de inestabilidad, esto provocará que en el individuo se presenten impulsos agresivos, al igual que sentimientos de culpa. La mayoría de los psicoanalistas describen al adolescente como una persona confusa, por lo que en ellos se presentarán con frecuencia las características de regresión, negación y la obstinación y la única manera de superarlo es cuando el adolescente aprende a usar el razonamiento abstracto.

Para Erikson, otro psicoanalista, la tarea más importante del adolescente es construir una identidad coherente y evitar la difusión de rol y la confusión de identidad (Nicolson, 2002). La difusión de la identidad puede llevar al aislamiento del joven, su incapacidad para planear el futuro, a una escasa concentración en el estudio, o a la adopción de papeles negativos por simple oposición a la autoridad. Los análisis psicoanalíticos se centran en la influencia de los factores internos en el desarrollo de la personalidad.

“Durante la adolescencia, los cambios de conducta tales como la agresividad y la torpeza están vinculados con alteraciones fisiológicas. Además, el concepto de sí mismo y la imagen del cuerpo ponen al individuo en relación con otras personas” (Muuss, 1997: 29 y 30). Los cambios fisiológicos están relacionados con alteraciones emocionales que presentan los adolescentes, como son la depresión, la ansiedad, la tensión y otras formas que se presentan en el comportamiento adolescente.

**Teoría cognitiva.** En la adolescencia se dan cambios cualitativos, en cuanto a la manera de pensar. El autor: Piaget, pone de manifiesto que estos se darán en áreas donde se enfoca la personalidad, los valores, la interacción social, la visión del mundo social y la vocación (Cit. por: Dulanto, 2000). Piaget da importancia al cambio cognitivo y su relación con la afectividad. El importante cambio cognitivo que se produce en la adolescencia genera un nuevo egocentrismo intelectual, confiando excesivamente en el poder de las ideas.

Elkind, autor de la orientación piagetiana, habla de dos aspectos del egocentrismo adolescente: “la audiencia imaginaria”, que es la obsesión que tiene el adolescente por la imagen que los demás poseen de él, y la creencia de que todo el mundo le está observando; y “la fábula personal” que es la tendencia a considerar sus experiencias como únicas e irrepetibles.

Cuando el adolescente comienza a utilizar el pensamiento deductivo es cuando la personalidad empieza a desarrollarse de manera óptima, pues será el momento

en el cual empezarán a definirse para él las normas y valores, por lo tanto, empezará a adquirir una disciplina social.

**Teoría del aprendizaje social.** Procede del constructivismo y plantea que toda conducta es resultado de un aprendizaje social. En cuanto al adolescente, todo su ser y hacer se relaciona con la conducta social que vive con su familia, en la escuela y comunidad donde vive, es decir, en los lugares donde transcurre su adolescencia.

Todos los aprendizajes de la infancia –dentro de un contexto social determinado– preparan al individuo para enfrentarse a las crisis adolescentes. Por tal motivo las crisis del adolescente no se producen en el individuo desprotegido, incompetente o aislado, sino en el que actúa en todo su contexto.

La adolescencia es marcada por “las presiones sociales y culturales, las actitudes y las expectativas que influyen en los adolescentes. La teoría del aprendizaje social recoge tanto las influencias sociales como los procesos cognitivos, particularmente los de autorregulación” (Nicolson, 2002: 23).

### **1.2.5. Situaciones de riesgo para los adolescentes**

Algunos problemas psicológicos y psiquiátricos tienen sus raíces en la adolescencia, o pueden hacerse notar más durante este periodo, por ejemplo, las fobias, ansiedad, depresión, intentos de suicidio o suicidio, anorexia y bulimia, trastornos de conducta, de déficit de atención, esquizofrenia y consumo de alcohol y drogas, por mencionar algunos, los cuales provocan en el adolescente un cambio de conductas negativas que no favorecen su desarrollo completo, por lo que es de vital importancia tratar todos estos problemas para que se tenga un desarrollo positivo.

Describiendo algunos de los problemas anteriormente mencionados están:

*Trastornos emocionales.* Durante la adolescencia suelen aparecer con frecuencia sentimientos que pueden dar lugar a un estado depresivo que puede no ser evidente para los demás. Las preocupaciones excesivas sobre su vida académica, familiar, su apariencia física, etc., pueden ser signos de malestar emocional, de forma más obvia, pueden aparecer fobias y ataques de pánico, llegando incluso a pensar en el suicidio.

*Trastornos alimenticios.* El sobrepeso es una causa frecuente de infelicidad en los adolescentes. El ser criticados o reírse de su aspecto físico puede causarles disgusto consigo mismos y llegar a deprimirse de forma significativa. Los trastornos de la alimentación, como anorexia o bulimia ocurren con mayor frecuencia en mujeres, debido a la influencia de los medios de comunicación y a la pobre opinión que tienen respecto a sí mismas.

*Consumo de drogas.* A pesar de que hay adolescentes que empiezan a consumir drogas sólo por experimentar, hay quienes se hacen adictos. Es en la adolescencia dónde se da con mayor frecuencia el consumo de drogas, esto debido a que el adolescente presenta problemas en la familia, la escuela, los cuales al no saber cómo resolverlos el adolescente busca una solución – considerada por el la más fácil– el consumo de sustancias y drogas.

*Trastornos educativos.* Los cuales pueden presentarse y relacionarse por causa de los mencionados anteriormente; cuando los adolescentes presentan dificultades de aprendizaje, por ejemplo, se llegan a considerar como las causas principales los problemas familiares o emocionales, es decir, el poco interés y apoyo que les brindan los padres, la falta de motivación, el rechazo de sus compañeros, la baja autoestima, etc.

### **1.2.5.1. Enfoques teóricos**

Algunos enfoques con respecto a las problemáticas que se presentan en la adolescencia son:

#### *Enfoque Biológico.*

Trata de conectar a la biología con la conducta, debido a que:

- “Existen conexiones entre los estados orgánicos de una persona y sus dificultades conductuales y emocionales;
- La configuración genética de una persona puede interactuar con el entorno y llevarla a experimentar dificultades conductuales y emocionales” (Nicolson, 2002: 35).

Para este enfoque, muchas dificultades conductuales y emocionales surgen con la interacción de la predisposición genética de la persona y su medio. Las dificultades que presentan los adolescentes en algunos casos se pueden deber a circunstancias médicas u orgánicas.

#### *Enfoque Conductual*

En este enfoque las dificultades de los adolescentes se dan principalmente por el producto de las experiencias de aprendizaje. Las conductas que adquiere el adolescente se derivan de lo que aprende, además de los ambientes sociales y físicos; es decir, tanto la herencia como el ambiente interactúan para influir en la conducta del adolescente. Aunque para este enfoque el objetivo principal es manejar las influencias externas con el fin de modificar la conducta del adolescente.

### *Enfoque Cognitivo-Conductual*

Se basa en la idea de que las dificultades de los adolescentes se presentan debido al producto de procesos cognitivos (pensamientos, creencias, expectativas, actitudes) desadaptativos. Los procesos de pensamiento pueden provocar que los adolescentes se comporten de forma adecuada o inadecuada.

Para el cognitivismo, como reacción al conductismo, es necesaria la contribución de los procesos cognitivos a las dificultades emocionales y conductuales de las personas.

### *Enfoque centrado en la persona (Rogeriano)*

Se centra en la autoconciencia reflexiva o experiencia subjetiva de la persona. En este enfoque el *yo* es fundamental, debido a que las personas interpretan y perciben el mundo exterior.

Cada persona tiene las capacidades para comprenderse a sí mismo y resolver sus problemas. Los terapeutas muestran empatía con el paciente y una sincera preocupación por lo que le sucede, con el fin de que éste revele sus verdaderos sentimientos sin miedo a ser juzgado, por lo que ante problemas emocionales, “hay tres condiciones fundamentales que facilitan el cambio terapéutico: congruencia o autenticidad; aceptación o consideración positiva incondicional; empatía” (Nicolson, 2002: 51).

### *Enfoque ecosistémico*

Se basa en la teoría de sistemas. El centro de atención no se constituye únicamente con los individuos y sus características sino también por las relaciones entre unos y otros y entre los sistemas. “Las dificultades emocionales y conductuales son resultado de interacciones negativas entre individuos y otros subsistemas, por ejemplo, hermanos y padres, o entre subsistemas: padres y otros sistemas, escuelas y comunidad local” (Nicolson, 2002: 60).

Las dificultades que presenta el adolescente se derivan de las interacciones sociales. Tanto padres como adolescentes contribuyen a las dificultades que experimentan estos últimos; las actitudes y acciones de los padres pueden producir o hacer más intensos los problemas de los adolescentes.

#### **1.2.6. Relación con grupo de iguales y amistad**

Durante la adolescencia el grupo de iguales comienza a tener gran importancia y participación en la convivencia social y afectiva, estos van a generar una gran influencia, ya que sus experiencias llegarán a ser compartidas, donde el individuo se sentirá aceptado y escuchado por sus pares, pues en esta etapa el reconocimiento de ellos para él es de valor imprescindible.

Las relaciones entre iguales favorecen el desarrollo de las habilidades sociales, al mismo tiempo que inciden en el aprendizaje de valores y actitudes que antepone la sociedad.

La influencia del grupo de iguales puede darse en mayor o menor grado, en función de la relación que el adolescente tiene con su familia. Wills, Mariani y Filer (1996) señalan que los “adolescentes en situación de mayor vulnerabilidad son aquellos que perciben escaso apoyo familiar y que, además, se encuentran altamente implicados en las actividades del grupo de iguales. Sin embargo, los adolescentes que participan en gran medida en las actividades del grupo de iguales, pero perciben claramente que tienen el apoyo de los padres, resultan más resistentes a las presiones del grupo” (Cit. por: Musitu, 2001: 65).

Es importante mencionar que al comenzar la interacción con el grupo de iguales, de igual manera comienzan a surgir los intereses heterosexuales, aunque en momentos llegan a generar conflictos en cuanto a las emociones y actividades que presenta y desempeña el adolescente.

Durante la adolescencia las relaciones con el grupo de iguales son importantes, ya que comenzará a crearse la amistad, la cual es una relación voluntaria e

implica una mutua selección. Este tipo de relación está presente en todas las etapas de desarrollo, aunque, mientras para un niño es buscar un compañero de juego, un adolescente busca la ayuda y el apoyo mediante la intimidad y reciprocidad.

La amistad suele buscarse debido a la incomprensión de los padres y profesores, buscando la comprensión en los amigos, debido a que es quien está viviendo los mismos problemas. Para los adolescentes, los amigos “son una fuente importante de apoyo emocional al permitirles expresar emociones y sentimientos. El adolescente, además, se siente especialmente comprendido al poder expresar sus temores y preocupaciones a otro sujeto que se encuentra en una etapa evolutiva similar” (Musitu, 2001: 62)

Durante los primeros años de adolescencia, los grupos pequeños de amigos se forman, lo cual ayuda a aumentar la confianza en los adolescentes y les da un sentido de identidad. La amistad “alcanza su plenitud en la adolescencia cuando el joven ha descubierto su propio “yo” y con él una serie de valores que le empujan a hacer a los demás partícipes de sus vivencias” (Riesgo, 1986: 59). El adolescente selecciona a los amigos, los cuales se convierten en confidentes.

Suele darse el caso de que los adolescentes no consigan hacer amigos, lo cual puede ser perjudicial para ellos; tienden a sentirse más solitarios, además de manifestar sentimientos de soledad y de insatisfacción social; suelen tener niveles muy bajos de rendimiento escolar y presentar baja autoestima. Conforme ellos crecen, corren más riesgos de dejar la escuela e involucrarse en actividades delictivas.

Otra característica de los años de adolescencia es la aparición de grupos. Estos son grupos grandes, los cuales se reúnen porque tienen características similares que los identifican con su grupo. Los adolescentes utilizan estos grupos para encontrar a los amigos que ellos quieren y demostrar a la gente lo que ellos son.

### **1.2.7. Contexto escolar**

La educación forma parte esencial de la vida del adolescente, ya que a través de ella el individuo logrará afirmar su individualidad al descubrirse a sí mismo y con quienes se relaciona en forma interpersonal.

Un segundo contexto de socialización –aparte de la familia– es la escuela, las relaciones en ésta institución tienen un carácter diferente que las relaciones familiares. Aunque cabe mencionar que entre ambos contextos, familia y escuela, se podrá facilitar el desarrollo emocional del adolescente.

Para el adolescente la escuela constituye algo agradable, ya que allí encuentra amigos con similares problemas que los suyos y con quienes puede descubrir lo que le interesa. Es en la escuela, por tanto, donde el adolescente encuentra muchas veces un alivio que le ayuda a superar las incomprendiones que vive en su familia, ya que la escuela, aparte de tener como misión la formación de los alumnos, también puede suplir muchos de los vacíos que los padres no llenan en el hogar.

El contexto escolar busca que el adolescente se desempeñe en forma responsable dentro de los diferentes ámbitos en que se desenvuelve, como: la familia, la comunidad, la misma escuela y otros espacios en los que interactúa.

En este contexto los encargados de fortalecer la autoestima y prevenir muchos problemas que puede presentar el adolescente, son los directivos, profesores, y demás personal dentro de la institución, pero especialmente los orientadores, quienes aparte de transmitir conocimientos deberán formar sujetos integrales, es decir, deberán rescatar el lado humano a manera de fortalecer la autoestima y mejorar los problemas de cada uno de los alumnos.

### **1.2.8. Contexto social**

El contexto social, la confianza de poder tener y mantener amistades en un grupo social refuerza el sentimiento de autoestima, por tal motivo estos aspectos deberán reforzarse durante la pubertad y la adolescencia.

Los adultos deben brindar orientación, además de estímulos culturales y afectivos en el niño, ya que la infancia es considerada una etapa vital para que se logre un desarrollo favorable en la adolescencia. Si se desea que la adolescencia sea una etapa sin muchas complicaciones, además de ser una etapa existencial, el adulto debe proporcionar al adolescente un espacio libre a manera de brindarle confianza y seguridad.

Para que el adolescente pueda llevar a cabo las tareas que le corresponden debe tener el apoyo familiar y ambiental, para que de esta manera su desarrollo sea de manera responsable. “Toda adolescencia lleva, además del sello individual, el sello del medio cultural, social e histórico desde el cual se manifiesta, y el mundo en que vivimos nos exige más que nunca la búsqueda del ejercicio de la libertad sin recurrir a la violencia para coartarla” (Aberastury, 1989: 33).

El contexto social va a ser factor que posibilite al adolescente desempeñar su vida de manera positiva, logrando un desarrollo óptimo para él.

Los medios socioeconómicos y culturales van a marcar pautas para la vida del adolescente. El desarrollo de los adolescentes, ya sea físico, psicológico o mental, afectivo y social va a generarse en diferentes tiempos en cada uno de ellos.

### **1.2.9. Adolescencia y autoestima**

La adolescencia es uno de los periodos más críticos para el desarrollo de la autoestima. Se manifiestan ciertos cambios a nivel socio-afectivo, físico y cognoscitivo, se desarrollan además la capacidad de reflexionar y pensar sobre uno mismo y de aceptar una nueva imagen corporal.

Durante la adolescencia los estados de ánimo son muy variados y en ellos se presenta un reajuste de pensamientos y emociones.

La autoestima y el cuerpo se ligan a menudo. Si entendemos la autoestima como la suma de la confianza y el respeto, ambas integradas, que una persona siente hacia si mismo, es fácil comprender que la autoestima y el cuerpo tengan una relación significativa, sobre todo si se tiene en cuenta que la primera apreciación que todo sujeto tiene sobre sí mismo proviene de la realidad inter subjetiva, de su ingreso a lo social a través del contacto con el cuerpo de los otros significantes que ven, esperan y reclaman de ese sujeto.

Es importante que se remarque en el adolescente la resistencia a los pensamientos negativos sobre el propio cuerpo. Mostrar el camino hacia las opciones alternativas y no pasar por alto los logros. Evitar la comparación siempre será positivo en la adolescencia, periodo en que su concepto de sí mismo se encuentra en proceso de formación y de alta vulnerabilidad a las opiniones de los mayores importantes para el.

En la adolescencia la autoestima se debilita, ya que un factor importante: la imagen corporal, cambia y se da la confusión de roles. En esta etapa el adolescente cuestiona, rechaza, pregunta y necesita que los adultos le ayuden a valorar sus logros con el fin de fortalecer su posición personal y estima.

Cuando el adolescente presenta cambios en su cuerpo se formula una serie de preguntas sobre sí mismo, por ejemplo: “¿soy atractivo(a)?”, “¿soy inteligente?”, “¿soy aceptado por mis compañeros?”, al hacerse estas y otras preguntas

gradualmente empieza a separar lo que cree que es verdad sobre sí mismo de lo que considera erróneo y a formularse sus propios conceptos sobre su persona.

Los adolescentes necesitan hacerse con una firme Identidad, es decir, saber que es un individuo distinto a los demás, conocer sus posibilidades, su talento, y sentirse valioso como persona.

El adolescente siente la necesidad de independencia, de ser reconocido y de buscar su propia identidad; pero también busca relacionarse con personas iguales a él, es decir con su grupo de iguales, quienes se encuentran de igual manera en una etapa de cambios y con los cuales se sentirá identificado; por lo tanto, una buena autoestima le permitirá lograr una identidad estable.

En la adolescencia se experimentan diversos cambios de toda índole, se pueden experimentar sentimientos de soledad y tristeza al no sentirse comprendido por nadie, los cambios psicológicos pueden confundir al adolescente y no permitirle un desarrollo sano, por ello se hace importante que durante esta etapa los adolescentes expresen sus sentimientos y compartan sus emociones mediante relaciones sociales como la amistad, el compañerismo, etc., ya que esto puede ayudar a hacer menos difíciles los cambios.

La falta de autoestima generalmente se agudiza durante los primeros años de la adolescencia, luego mejora un poco durante los siguientes años a medida que las nuevas identidades se fortalecen y enfocan. A cualquier edad la falta de confianza en sí mismo puede ser un problema serio.

Los adolescentes que carecen de autoestima pueden ser solitarios, torpes en su trato con otras personas y muy sensibles a las críticas sobre lo que ellos piensan son sus insuficiencias. Los adolescentes con poca confianza en sí mismos son menos aptos a practicar en actividades con sus compañeros y a formar amistades con ellos. Esto los aísla todavía más e impide que desarrollen una mejor imagen de sí mismos. Y cuando entablan amistades, son más vulnerables a la presión negativa de los amigos.

Algunos adolescentes que no tienen confianza en sí mismos dejan de participar en clase, otros actúan escandalosamente para llamar la atención. En su peor manifestación, la falta de confianza en sí mismos se relaciona con comportamientos autodestructivos y malos hábitos, como fumar, beber alcohol y consumir drogas.

Los cambios de apariencia de los adolescentes son influenciados por las actitudes de las personas cercanas a ellos, comenzando por la propia familia, amigos, vecinos, grupo de iguales, etc., y quienes en ocasiones emiten juicios de valor ante los cambios presentados, lo cual puede generar, por un lado, aceptación o reconocimiento o por el contrario burla o rechazo. Estas actitudes pueden generar cambios importantes en la autoestima del adolescente, afectando su auto-imagen y concepción de sí mismo.

En la adolescencia tanto el grupo familiar, el de la escuela, los amigos, y hasta los medio de comunicación contribuyen a moldear la autoestima, y al conjugarse otros elementos como los cambios físicos, la busca de una identidad, la aceptación, etc., en esta etapa la autoestima tiende a debilitarse.

Cuanto mayor sea la aceptación que se siente, tanto en la familia como en los compañeros y personas más allegadas al adolescente, mayores serán las posibilidades de éxito.

Una buena dosis de autoestima es uno de los recursos más valiosos de que puede disponer un adolescente. Un adolescente con autoestima aprende más eficazmente, desarrolla relaciones mucho más gratas, está más capacitado para aprovechar las oportunidades que se le presenten, para trabajar productivamente y ser autosuficiente.

El nivel de autoestima influye en el desarrollo y desempeño de otras actitudes:

- Condiciona el aprendizaje. El joven con poca autoestima está poco motivado e interesado en aprender, encuentra poca satisfacción en el esfuerzo porque no confía en sus posibilidades de obtener éxito.
- Ayuda a su superación de dificultades. El adolescente con autoestima positiva es capaz de enfrentarse a problema y fracasos.
- Fundamenta la responsabilidad. La confianza en uno mismo constituye la base para ser capaz de responder a las exigencias de la vida cotidiana.
- Favorece la creatividad. El adolescente que se valora y confía en sí mismo, puede explorar nuevas posibilidades, se arriesga con respuestas creativas y originales.
- Posibilita la relación social. El justo aprecio y respeto por uno mismo genera seguridad personal y facilita las relaciones con los demás en relación de igualdad, sin sentimientos de inferioridad o superioridad.
- Determina la autonomía. El adolescente que se considera con adecuados niveles de autosuficiencia es capaz de tomar decisiones y enfrentarse a retos de forma independiente. Cuando el nivel de autoestima es bajo los adolescentes se vuelven dependientes, incapaces de tomar decisiones, sin opinión y sin criterio.
- Afianza la personalidad. El sujeto se siente seguro de sus posibilidades como ser independiente (seguro, confiando y autoaceptado) y como ser social (confía, valora y acepta a los demás).

La importancia de la autoestima en la adolescencia, radica en facilitar un elemento multidimensional al adolescente, con el propósito de habilitar y afrontar el proceso en el cual está inmerso y por otro lado con el objeto de enfrentarlo de manera objetiva y positiva al mundo adulto al cual pertenecerá.

Una autoestima positiva aportará al adolescente elementos para afrontar problemas que se presenten en su vida cotidiana, lo cual le permitirá tener objetivos bien definidos. Por lo que decimos que la autoestima es importante para tener un desarrollo normal y sano durante la adolescencia.

### 1.3. FAMILIA

La importancia de abordar a la familia como factor esencial para el desarrollo del individuo implica, que de alguna manera va a generar en el adolescente ciertos comportamientos que le van a ayudar al desarrollo de su personalidad, esto favorecerá una mejor adaptación a su medio social, además de llevar a cabo un buen desempeño de todas sus actividades.

La unión de las personas que comparten una existencia en común va a generar fuertes sentimientos de pertenencia, debido a que existe un compromiso personal entre sus miembros y se establecen intensas relaciones de intimidad y reciprocidad, lo cual logra que la familia se presente como un núcleo fundamental para satisfacer las necesidades básicas del hombre, logrando así un proceso de crecimiento y desarrollo muy óptimo.

La familia es la principal influencia socializadora sobre el adolescente, lo cual significa que es la principal transmisora de conocimientos, actitudes, valores y hábitos. Por medio del ejemplo la familia moldea la personalidad del adolescente y le proyecta modos de pensar y actuar. Lo que los adolescentes aprenden de los padres depende en parte del tipo de persona que estos sean.

El contexto de socialización del ser humano es la familia, y es en la familia donde se establecen las primeras relaciones sociales y los primeros cambios comunicativos; se espera que la familia propicie un clima de seguridad emocional ya que se entiende a ésta como un subsistema de la sociedad que por tanto actuará como filtro de actitudes, normas e ideas del grupo social al que pertenece.

Por lo tanto, la familia aportará elementos de construcción al adolescente en tres áreas básicas:

- Comportamientos sociales (afecto, desarrollo emocional, etc.)
- Aprendizajes básicos
- Sistema de control de comportamiento (disciplina, normas, valores, etc.)

En el desarrollo del proceso de identidad son muy importantes para el individuo las figuras de la madre y del padre, porque se identifica parcialmente o totalmente con ellas, por lo tanto, para el niño, pero principalmente para el adolescente, es muy importante la familia.

En muchas ocasiones se llega a considerar a la etapa de la adolescencia como un proceso difícil y complicado, pero la poca información que tienen los adolescentes de esta etapa por la cual están pasando y el poco apoyo ocasiona que se tenga esa idea, ya que el adolescente espera de los padres el apoyo necesario para permitirle así un buen desarrollo mental, afectivo y social.

El contexto familiar, social, incluso político, influyen en la conducta del adolescente, ya que se va moldeando respecto al entorno en el cual se encuentra inmerso.

### **1.3.1. Conceptos de familia**

Por familia se entiende un grupo unido por lazos de consanguinidad o sin ellos, que reunido en lo que se considera su hogar se intercambia afecto, valores y se otorga mutua protección.

Ackerman dice que “la *familia* se puede considerar como una especie de unidad de intercambio. Los valores que se intercambian son el amor y los bienes materiales. Estos valores fluyen en todas direcciones dentro de la esfera familiar” (Cit. Por: Dulanto, 2000: 239).

La familia es “considerada como el núcleo primario y fundamental para proveer la satisfacción de las necesidades básicas del hombre y sobre todo de los hijos, quienes por su carácter dependiente deben encontrar plena respuesta a sus carencias, como requisito para lograr un óptimo resultado en su proceso de crecimiento y desarrollo” (Sánchez, 1980: 15).

La familia es una unidad en la que se pueden identificar los elementos que la integran, la forma como están organizados funcionalmente, los efectos que sobre el ambiente tiene el grupo familiar. En consecuencia, la familia puede ser considerada como un sistema delimitado y definido (Datz, 1983).

La familia no se limita a la protección y crianza, sino que se concentra especialmente en la formación de la personalidad, para lo cual se precisa todo el conjunto de normas culturales que constituyen el patrimonio de una sociedad.

Aunque la familia constituye una institución universal, cabe decir, que ante todo, las características especiales de las diferentes sociedades humanas, sus sistemas económicos y sus culturas deciden qué tipo de forma adopta la familia.

### **1.3.2. Tipos de familia**

Existen varias formas de organización familiar y de parentesco, entre ellas se distinguen cinco tipos de familias:

- a) *Familia nuclear o elemental*: Es la unidad básica que se compone de esposo (padre), esposa (madre) e hijos. Estos últimos pueden ser la descendencia biológica de la pareja o miembros adoptados por la familia.
- b) *Familia extensa o consanguínea*: Se compone de más de una unidad nuclear, se extiende más allá de dos generaciones y esta basada en los vínculos de sangre de una gran cantidad de personas, incluyendo a los padres, niños, abuelos, tíos, tías, sobrinos, primos y demás; por ejemplo, la familia triple generación incluye a los padres, a sus hijos casados o solteros, a los hijos políticos y a los nietos.
- c) *Familia monoparental*: Es aquella familia que se constituye por uno de los padres y sus hijos. Esta puede tener diversos orígenes, ya sea porque los padres se han divorciado y los hijos quedan viviendo con uno de los padres, por lo general la madre; por un embarazo precoz donde se configura otro tipo de familia dentro de la mencionada, la familia de madre

soltera; por último da origen a una familia monoparental el fallecimiento de uno de los cónyuges.

- d) *Familia de madre soltera*: Familia en la que la madre desde un inicio asume sola la crianza de sus hijos(as). Generalmente, es la mujer quien la mayoría de las veces asume este rol, pues el hombre se distancia y no reconoce su paternidad por diversos motivos. En este tipo de familia se debe tener presente que hay distinciones pues no es lo mismo ser madre soltera adolescente, joven o adulta.
- e) *Familia de padres separados*: Familia en la que los padres se encuentran separados. Se niegan a vivir juntos; no son pareja pero deben seguir cumpliendo su rol de padres ante los hijos por muy distantes que estos se encuentren. Por el bien de los hijos(as) se niegan a la relación de pareja pero no a la paternidad y maternidad.

### **1.3.3. Funciones de la familia**

La familia se encuentra inserta en la sociedad y su estructura va a ser el resultado de la conducta de los individuos, por lo tanto, la actitud de los individuos va a fortalecer la estructura de la sociedad al igual que las normas y los valores, y la familia debe ir asimilando estas normas que la sociedad va determinando.

En lo que se refiere a las funciones familiares, se puede señalar que desde un punto de vista psicosocial se clasifican en *externas* e *internas*. Las externas tienen como fin transmitir al individuo una serie de valores culturales con el propósito de que se incorpore a esa cultura, sea aceptado socialmente y, de esa manera, perpetúe dichos valores a través del tiempo. En cuanto a la función interna de la familia, se refiere a la protección biológica, psicológica y social del individuo (Datz, 1983).

La familia se convierte en la primera e insustituible escuela de sociabilidad, ejemplo y estímulo para las relaciones comunitarias en un clima de respeto, justicia, diálogo y amor.

De este modo, la familia constituye el lugar natural y la institución más eficaz de humanización y personalización de la sociedad. De lo contrario, si se crece en un ambiente hostil, casi es seguro que los frutos sean hostiles.

Todo individuo forma parte de la familia, y debe cumplir con funciones que le hacen pertenecer a dicha familia.

Hay que distinguir las diversas funciones que tiene cada miembro de la familia. En primer lugar están los padres que poseen una autoridad y una misión educadora con respecto a sus hijos. Estas dos características tropiezan con una influencia extra familiar que reciben los hijos, por lo que es de vital importancia que los padres estén conscientes de que deben impartir a sus hijos una educación, una orientación sexual, religiosa, etc.

El buen cumplimiento de las funciones personales, en este caso las institucionales, como la función biológica (transmitir y acoger la vida humana), la económica (proveer los bienes materiales necesarios para la subsistencia), la cultural (transmitir los valores y tradiciones ético-sociales), y la función de integración (introducir al individuo a la sociedad); las funciones personales, que consisten en dotar de afectividad e integración a la relación entre marido y mujer (función conyugal), entre padres e hijos (función parental), y entre los hermanos (función fraternal), estaría detrás de lo que muchos llaman como una familia unida, y que la mayoría ve en ella el mayor ideal de felicidad que se pueda tener.

Si se cumple con todas las funciones correspondientes a cada miembro que integra la familia, se logrará tener una familia muy unida, y por lo tanto muy aceptable a la sociedad. Con ello podremos además descartar muchos problemas que se presentan en los adolescentes.

En efecto, es en la familia donde transcurren los primeros años de vida del individuo, y en ella recibe la información y los estímulos más determinantes para su estructuración biológica y psicológica, así como para su socialización. Por lo

tanto, se deben satisfacer las necesidades integrales de todos los miembros que integran la familia, logrando así la supervivencia física y emocional.

La formación y el desarrollo de la autoestima tiene su origen en la familia, y en relación a las funciones para fomentar y mejorar la autoestima en sus hijos, los padres deben hacer uso de las siguientes acciones:

- Elogiar y no ridiculizar
- Descubrir sus cualidades
- Decirle cosas agradables de sí mismo
- Ayudarle a tolerar frustraciones
- Enseñarle a sentirse orgulloso de sus logros
- Enseñarle a identificar bien cuales son sus emociones y sentimientos
- Valorar sus opiniones
- Hacer que se sienta un miembro importante en su familia
- Celebrar sus éxitos
- Evitar la sobreprotección
- Mostrar flexibilidad
- Dedicarle el tiempo necesario
- Fomentar que se relacione con grupos
- Fomentar su creatividad
- Ayudarles a ponerse metas
- Interesarse por su vida escolar
- Fomentar la autonomía personal

#### **1.3.4. Dificultades familiares**

La familia juega un papel fundamental en el desarrollo del adolescente, las relaciones familiares son un elemento básico; si las familias son conflictivas el desarrollo del adolescente será de manera conflictiva, y si la familia es pacífica el desarrollo de los hijos será bueno y productivo.

Las dificultades familiares pueden explicarse por las diferencias que existen entre padres y adolescentes en la manera de concebir sus relaciones. Tanto padres como adolescentes tienen una interpretación diferente de las reglas, incluso del sistema familiar y esta situación afecta la relación entre ellos. Son numerosas las circunstancias tanto culturales como psicológicas que intervienen en las relaciones familiares.

“Los padres que han tenido pocas experiencias con estabilidad y adecuación familiar difícilmente podrán proporcionar estas experiencias a sus hijos; y, debido a sus propios sentimientos de duda y odio hacia sí mismos, serán incapaces de dar a sus hijos la atención y afecto que necesitan” (Cueli, 1980: 47).

La familia comienza con la celebración del matrimonio, y no se debe descartar que dentro de éste surjan problemas o desajustes que deben tratar de resolverse, pues además de que se destruye el hogar también trae complicaciones con los hijos logrando así alteraciones en la conducta de estos, trayendo consigo problemas que implican deficiencias en su aprendizaje, un bajo nivel intelectual, dificultad para que se les acepte en el grupo donde se interactúa y hasta un bajo nivel de autoestima.

Las discusiones familiares pueden explicarse como el resultado de las diferencias que existen entre los padres y los hijos, especialmente adolescentes, en la manera de cómo conciben sus relaciones. Los hijos y los padres pueden interpretar de forma distinta las reglas y expectativas que se dan en la familia, este hecho explica el por qué hay tan frecuentemente conflictos familiares durante la adolescencia.

Hay que señalar la influencia que tienen los adolescentes en cuanto al funcionamiento familiar para adquirir o desarrollar un bajo nivel de autoestima. Aquellos chicos que perciben la existencia de conflicto entre los padres o entre sus padres y ellos mismo, va a manifestar una baja autoestima.

La autoestima baja: el sentimiento de sentirse no suficiente, se desarrolla comúnmente en los miembros de las familias conflictivas, porque crecen en un seno familiar donde no existe la comunicación abierta y respetuosa, porque las diferencias individuales son causa de crítica, de comparación, en donde las normas son rígidas y autoritarias y se castiga, ridiculiza y penaliza la equivocación, esto trae consigo seres autodevaluados; con sentimiento de temor, frustración, enojo, que no se estiman a sí mismos, que corren mayor riesgo de verse involucrados en relaciones destructivas donde impere el maltrato emocional y/o físico y muchos otros problemas sociales.

Ahora bien, es necesario mencionar que no son únicamente los hijos adolescentes quienes pasan por etapas o periodos difíciles, también los padres, ya que van sufriendo con ellos los cambios que presentan.

El grupo de pares llega a generar algunos conflictos en la familia, ya que el adolescente al verse involucrado con estos, puede desorganizar las pautas establecidas por la familia, provocando así un desajuste familiar, pues el solo hecho de llevar la contradictoria generará en los padres disgustos que procedan a generar conflictos familiares.

Otro problema que existe en la familia, entre padres e hijos, es la rebeldía de éstos últimos, pues no aceptan que los padres impongan reglas y ellos se resisten a su autoridad.

Entre los cambios contextuales, y durante la adolescencia, “se convierten en elementos fundamentales de socialización otros contextos diferentes al familiar: el grupo de iguales, el entorno escolar, las *mass media*, etc., comienzan a ser un referente imprescindible y, en ocasiones, en conflicto con el entorno familiar” (Musitu, 2001: 17). Los padres son quienes se encuentran en una mejor posición para ayudar a sus hijos a socializarse, si estos no lo hacen entonces vendrán los conflictos familiares.

El dicho: “La paz comienza en casa”, es un buen punto para entender la importancia que tiene la familia como constructor y participe de la formación de los hijos, además de la sociedad y la cultura.

#### **1.3.4.1. Comunicación padres-hijos**

La comunicación es un elemento esencial en la interacción del individuo con su ambiente social. La mayoría de las veces este proceso comunicativo se afecta por diversos factores los cuales generan disfuncionamiento en los diferentes medios sociales.

La buena comunicación es la base fundamental de la convivencia. Los padres siempre deben buscar un momento para interesarse sobre las cosas y problemas de los hijos, manteniendo conversaciones afectuosas con ellos, y comentar temas de intereses comunes o personales. Deben mostrarles y ofrecerles el apoyo necesario para ayudarles con los problemas personales que pudieran tener.

Para que el adolescente pueda concentrarse y realizar todas sus actividades es necesario que él se sienta tranquilo y despreocupado de todo problema que pueda afligirle, una parte importante en este aspecto es la familia, aunque en la etapa de la adolescencia suele pasar que adolescente y familia estén distanciados y constantemente en conflicto; por una parte el adolescente se revela ante las normas impuestas por los padres, los cuestiona y critica, además de que comienza a desligarse poco a poco de la familia. Por otra parte la familia y en especial los padres se rehúsan a ver que su hijo adolescente ha crecido y la comunicación y unión que antes se tenía con el niño, ya no existe con el adolescente; ahora el tendrá preferencia por los amigos y los padres en ocasiones sienten que llegan a perder la autoridad ante el constante reto del adolescente.

La comunicación padres-hijos va a implementar la educación de los hijos y el funcionamiento de la familia. Cuando existe en la familia un adolescente, deben conocerse bien sus características y cambios que éste va teniendo a lo largo del tiempo. Al haber un adolescente, él puede generar en la familia una forma de

organización diferente, ahora se sabrá si la familia puede adaptarse a las necesidades del adolescente.

Grotevant y Cooper (1985) “han tratado de identificar los aspectos de la comunicación familiar que parecen reforzar la competencia psicosocial del adolescente. Han desarrollado un modelo del proceso de *individuación*, definido como una propiedad de las relaciones intrafamiliares, caracterizado por la interdependencia entre individualidad y cohesión de los miembros” (Cit. por: Musitu, 2001: 24).

Una variable considerada importante en el desarrollo de los hijos es la confianza, pues ésta dependerá del grado en que los padres tienen conocimiento de sus hijos, y la comunicación que habrá en ellos.

#### **1.3.5. Familia y autoestima**

La autoestima es aprender a querernos, respetarnos y aceptarnos como somos, por lo que es algo que se va construyendo y reconstruyendo. Esto depende en parte del ambiente familiar en el que estemos y los estímulos que este nos brinda.

La autoestima es un proceso dinámico, que se inicia en el núcleo familiar, y se va fortaleciendo con las experiencias que se tienen a lo largo de la vida. Si la familia (principalmente los padres) proporcionan al niño y adolescente cariño, respeto, confianza, seguridad, éstos adquieren las bases para una autoestima adecuada, lo que le permitirá sentirse apto para afrontar las situaciones problemáticas de la vida.

La influencia que tiene la familia en la autoestima del adolescente es muy importante, ya que esta es la que le transmite los primeros y más importantes valores que lo llevarán a formar, a raíz de estos, su personalidad y su nivel de autoestima.

El adolescente de nivel secundaria puede presentar una baja autoestima debido a los problemas existentes dentro del núcleo familiar, como son: la falta de comunicación entre los miembros que la integran, la desintegración familiar, problemas de adicciones (alcoholismo, drogadicción, etc.), bajo nivel sociocultural, violencia física y psicológica, entre otros.

La comunicación es un factor importante que influye en la familia y en la autoestima; según se hayan comunicado nuestros padres con nosotros, estos van a ser factores que influyan en nuestra personalidad, nuestra conducta, la manera de juzgarnos y relacionarnos con los demás.

Ningún mensaje o comunicación que culpabiliza, critica, acusa, insulta o reprocha son buen estímulo para nadie, y mucho menos ninguna forma de maltrato es educativa, ya que siempre puede traer consigo un problema de autoestima, principalmente a niños(as) y adolescentes.

En la etapa de la adolescencia es importante establecer una buena relación con la familia y mantener una buena comunicación ya que el proceso de socialización que desempeña la familia es fundamental para que los hijos y las hijas se integren a su ámbito social.

Parte de nuestra educación la recibimos del núcleo familiar, en ella aprendemos conductas que observamos de nuestros padres y algunas veces, las discusiones o problemas de otro tipo llegan a afectarnos, debido a que nuestra autoestima también depende del ambiente familiar en el que nos encontramos; aunque no recibamos directamente las agresiones, las heridas emocionales pueden repercutir en nosotros.

Algunos trastornos que se generan en la infancia y adolescencia pueden afectar la vida de una persona en su edad adulta y seguir generando un desequilibrio en la autoestima. Por lo tanto, la familia tiene mucho que ver en la autoestima de cada uno de sus integrantes y de manera muy especial en la de los hijos, aunque no solo la violencia es causante de un desequilibrio emocional, sino la manera en

que los padres educan a sus hijos, por lo que es de suma importancia evitar cuestiones que puedan perjudicar a los hijos durante su etapa formativa.

Cómo pueden ayudar los padres a desarrollar una autoestima positiva en sus hijos adolescentes:

- Los adolescentes necesitan un hogar feliz y seguro, donde disfruten de cierta libertad y donde existan normas y límites que rigen la convivencia.
- Los adolescentes necesitan sentir que son capaces de hacer cosas autónomamente y resolver sus problemas, para ello la familia debe darles responsabilidades de forma gradual.
- La familia debe manifestar satisfacción por los logros y avances de sus hijos.
- La familia debe dispensar elogios merecidos ante las tareas de sus hijos.
- La familia debe ayudar y enseñar al adolescente con orientaciones concretas antes sus dificultades, sin menospreciar los intentos frustrados del mismo.
- Es necesario evitar las comparaciones: cada hijo debe ser valorado por lo que es y lo que puede hacer. El adolescente sabrá que debe valorar y sentir agrado por los demás, respetando las diferencias entre las personas.
- Es necesario proponer a los hijos tareas de dificultad ajustada, que puedan realizar con éxito, ello generará confianza en las propias capacidades.
- En la familia se debe fomentar el sentimiento de “estar satisfecho por uno mismo”, generando en el adolescente los pensamientos de: “puedo hacer cosas”, “soy importante”, “puedo aprender”, “puedo equivocarme”.

Acciones que pueden debilitar la autoestima de los hijos:

- Tener demasiadas o muy pocas expectativas de los hijos.
- Gritar o criticar demasiado, especialmente delante de otros.
- Utilizar adjetivos como “tonto”, “estúpido”, “flojo”, y descuidado con los hijos.
- Al cometer errores decirles que han fracasado.

- Sobreproteger o descuidar a los hijos.
- Los padres son las personas más importantes para los hijos y cumplen una tarea importante creando en ellos el sentido de la autoestima.
- Es necesario escuchar las conversaciones con el hijo adolescente, no reaccionar hasta que él no haya terminado, probablemente se aprendan nuevas cosas sobre él.
- El adolescente se siente más valorado cuando se le escucha atentamente.

#### **1.4. AUTOESTIMA**

Aunque el término de autoestima es muy ambiguo, es sabido que es una herramienta esencial para el ser humano en el trayecto de su vida, ya que le ayuda a desarrollarse de manera integral. Durante las primeras etapas el individuo es quien va construyendo su propia autoestima, en conjunto de las personas más cercanas a él; a través de lo que él piensa de sí mismo y de lo que los demás piensan de él.

Una buena autoestima le permite al individuo crecer, ser creativo, amigable, alegre, y muestra muchas otras características y cualidades positivas; aunque durante la adolescencia muchas veces se puede ver afectada la autoestima debido a todos los cambios que van presentándose en el adolescente. De aquí la importancia de abordar este tema tan importante, pues el no poseer una autoestima positiva puede traer como consecuencia un bajo nivel de vida.

##### **1.4.1. Conceptos de autoestima**

“La Autoestima puede ser descrita como la capacidad o actitud interna con que me relaciono conmigo mismo y lo que hace que me perciba dentro del mundo, de una forma positiva o bien con una orientación negativa, según el estado en que me encuentre” (Montoya, 2001: 3). Por lo anterior es que decimos que su importancia reside en que va a constituir la base desde la cual se proyectan las diversas áreas de nuestra vida.

“La autoestima es la capacidad de querer, evaluar y valorar a uno mismo, es el valor y es aprecio que uno se da a sí mismo. También es la actitud de autorreconocimiento que hace sentirse digno y valioso ante sí y los demás” (Dulanto, 2000: 210). La autoestima es considerada como una de las bases de desarrollo afectivo de la adolescencia, ya que la valoración hacia uno mismo hace que se tenga además un reconocimiento de todas las virtudes que se poseen para tener un desempeño positivo durante el desarrollo.

La autoestima incluye aspectos de valoración, esto significa que el individuo debe tomar aspectos positivos de su vida que puedan ayudarlo a tener un mejor concepto de sí mismo.

“El término autoestima expresa el concepto que uno tiene de sí mismo, según unas cualidades subjetivables y valorativas (García y Musitu, 1999). El sujeto se valora a sí mismo según unas cualidades que provienen de su experiencia y que son consideradas como positivas o negativas. Así, el concepto de autoestima se presenta como una conclusión final del proceso de autoevaluación y se define como la satisfacción personal del individuo consigo mismo, la eficacia de su propio funcionamiento y una actitud evaluativa de aprobación” (Musitu, 2001: 42). Las características relativas a uno mismo pueden ser consideradas como positivas o negativas, nosotros le damos el valor.

La autoestima “es la visión más profunda que cada cual tiene de sí mismo, es la aceptación positiva de la propia identidad y se sustenta con el concepto de nuestra valía personal y de nuestra capacidad. La autoestima es, pues, la suma de la autoconfianza, del sentimiento de la propia competencia y del respeto y consideración que nos tenemos a nosotros mismos” (Gíl, 1997: 10). La autoestima refleja el valor que cada uno hace de su persona; es la manera de percibirse, de pensar, de sentir y de considerarse a sí mismo.

La participación de la sociedad también es importante, ya que la autoestima “hace referencia a una actitud hacia uno mismo, generada en la interacción con los otros, que comprende la percepción, estima y concepto que cada uno tiene de sí

mismo; e implica un adecuado desarrollo del proceso de identidad, del conocimiento y valoración de sí mismo, del sentido de seguridad y de pertenencia, del dominio de ciertas habilidades de comunicación social y familiar y del sentimiento de ser útil y valioso para los otros” (Gíl, 1997: 11).

La autoestima se va ir fomentando desde la infancia, en el seno de la familia primeramente y después en la escuela; la valoración de las conductas que tienen los padres, profesores y pares del medio escolar hará que en el adolescente se vaya formando un nivel de autoestima favorable para su desarrollo personal y académico.

La autoestima como se ha dicho, es fruto de un proceso de crecimiento; no se nace con ella, en esto tiene un gran papel la educación en la familia, en la escuela y en el medio social.

La autoestima indispensablemente a lo largo de la vida es una de las bases del desarrollo afectivo de la adolescencia. Asimismo, se fomenta y logra o malogra desde la infancia en el seno de la familia y la escuela, de acuerdo con los efectos que tenga en el niño y el adolescente la valoración de la conducta y desempeño emitida por profesores y adultos con autoridad o pares del medio escolar.

El mundo exterior y la sociedad van a aportar factores que influyen en el proceso de transformación de la personalidad del adolescente, lo cual influirá en el adolescente para que llegue a modificar su autoestima.

Por lo anterior es que al generarse en el adolescente una baja autoestima esto puede contribuir a que se generen problemas específicos, como la soledad, el suicidio, la depresión, problemas alimenticios y de trastornos de conducta y problemas que afecten su educación.

#### 1.4.1.1. Autoestima alta

La alta autoestima explica en gran medida y por supuesto, más que la inteligencia, el ajuste de los niños y adolescentes, no sólo en las aulas, sino también en otros muchos ámbitos. Y viceversa, la baja autoestima dificulta el desarrollo y funcionamiento de las estrategias, habilidades y los aprendizajes escolares y la forma de relacionarse con los demás (Cava, 2000).

Al tener una autoestima alta podemos sentirnos valiosos, competentes y capaces. También nos aceptamos como somos –sin caer claro, en la mediocridad–, además reconocemos las actitudes y aptitudes positivas y negativas de las cuales de éstas últimas se hace el esfuerzo de mejorarlas y si no se consigue se sigue intentando hasta lograrlo.

Un adolescente con autoestima alta actúa con autonomía, además puede asumir responsabilidades, afrontar retos, obtener y disfrutar sus logros, todo ello incide favorablemente en el proceso de su educación, generando así un mayor rendimiento educativo en el adolescente.

Los rasgos que se pueden identificar en una persona con un nivel de autoestima satisfactorio según Maslow (1989) son los siguientes:

- ✦ Se acepta a sí mismo como es.
- ✦ Percepción más clara y eficiente de la realidad.
- ✦ Mayor integración, cohesión y unidad.
- ✦ Mayor espontaneidad, expresividad y vitalidad.
- ✦ Un yo real; una identidad firme; autonomía y unicidad.
- ✦ Objetividad, independencia y trascendencia del yo.
- ✦ Tiende a estar centrado en los problemas de los demás y no sólo en los propios.
- ✦ Sus relaciones interpersonales tienen profundidad.
- ✦ Expresa sus sentimientos y opiniones sin rigidez.
- ✦ Tiene sentido del humor, sin ser agresivo ni hiriente (Cit. por: Gil, 1997).

#### **1.4.1.2. Autoestima baja**

Para Ruiz (1994) y Branden (1991) tener una baja autoestima “es sentirse incapaz de afrontar los desafíos de la existencia, no ya equivocado con respecto a tal o cual tema, sino equivocado como persona. Esto es de tal gravedad que exige estar permanentemente a la defensiva contra todo y contra todos. Pronto aparecen los sentimientos negativos que nos condenan como personas” (Cit. por: Gíl, 1997: 12). De esta manera comenzamos a tener ideas erróneas de lo que somos y de lo que sentimos, trayendo como consecuencia un bloqueo del crecimiento personal.

Durante la adolescencia hay una “tendencia a compararse con sus compañeros y con lo que perciben como normas ideales; esto puede llevarles a hacerse más conscientes de sí mismos afectando de forma adversa su autoestima, sobre todo con respecto a su presunta falta de atractivo físico. La baja autoestima puede contribuir a problemas específicos, p. ej., soledad, depresión, suicidio, anorexia y trastornos de conducta” (Nicolson, 2002: 11).

Un adolescente con autoestima baja se siente con escasos recursos, tiene dificultades para demostrar sus sentimientos, se frustra fácilmente, no valora a los demás, aunque también se deja influir fácilmente por los otros, al igual que tiende a echar la culpa a los otros de sus errores, estas acciones pueden tener efectos negativos en su educación y por lo tanto en su rendimiento escolar.

Algunas de las características de las personas que presentan un bajo nivel de autoestima, según Hall (1996) y Clemens (1991) son las siguientes:

- ✦ Sensación de ser inútil, innecesario, de no importar.
- ✦ Se siente triste y desdichado frecuentemente.
- ✦ No se considera aceptado físicamente.
- ✦ Siente que no tiene amigos.
- ✦ Se considera inferior a los demás.
- ✦ Hipercrítico consigo mismo y en estado frecuente de insatisfacción.

- ✦ Se reconoce poco inteligente.
- ✦ Miedo a desagradar y perder la estima y la buena opinión de los otros.
- ✦ Indecisión crónica por temor a equivocarse.
- ✦ Se siente incapaz de hacer las cosas por sí mismo.
- ✦ Se considera un mal estudiante (Cit. por: Gíl, 1997).

Todas estas características presentadas en el adolescente pueden denotar un problema de baja autoestima, lo cual puede ser perjudicial a su desarrollo físico, social y académico.

#### **1.4.2. Identidad**

El adolescente a través de su desarrollo va a ir adquiriendo su propia identidad, es decir, el desarrollo de la identidad personal se vincula estrechamente con la propia historia del adolescente, esto lo hará a través del medio y de quienes lo conforman, logrando identificarse con experiencias de los demás para hacer la propia.

Para Ericsson, el problema de identidad consiste en la “capacidad del yo de mantener la mismidad y la continuidad frente a un destino cambiante, y por ello la identidad no significa para este autor un sistema interno, cerrado, impenetrable al cambio, sino más bien un proceso psicosocial que preserva algunos rasgos esenciales tanto en el individuo como en su sociedad” (Cit. por: Aberastury, 1989: 50). El aspecto social va a depender de alguna manera que el individuo logre desarrollar su identidad, no lo hará de manera aislada, sino por el contrario, en contacto con su ambiente.

La identidad no es algo definitivo, se va manifestando por las experiencias del adolescente, aunque también por las crisis que éste presente, lo que equivale a reconocer la presencia del Yo. El individuo debe saber quién es y lo que espera de sí mismo, esto le permitirá construir su identidad.

El concepto del “yo” constituye el núcleo central de la identidad. Son todas las representaciones que hacen referencia al propio cuerpo, al propio comportamiento y a las relaciones sociales.

Para Musitu el principal componente del concepto de identidad “es la necesidad que tiene el sujeto de reconocerse distinto al resto de los individuos. En este sentido, desde la psicología clínica se alude a este concepto al analizar los problemas derivados de la pérdida de identidad, y desde la psicología evolutiva se alude a la importancia de la búsqueda de la identidad en la etapa de la adolescencia” (Musitu, 2001: 43). La identidad personal se deriva de la comparación que tenemos entre individuos de cierto grupo social.

El adolescente debe desarrollar las tareas evolutivas para lograr una identidad, es decir, debe tener una aceptación propia respecto a su desarrollo, lograr una autonomía, una independencia emocional respecto a los padres, debe comenzar a elegir una carrera, lograr una conducta sociable, etc.

La adolescencia aparte de ser una etapa de descubrimientos “es también una época en la que los adolescentes tratan de crear su propia identidad personal y un sentido de autonomía que, a veces, puede conducir a desacuerdos más o menos importantes, temporales o permanentes, con sus padres” (Nicolson, 2002: 11). Los adolescentes tratan de buscar una independencia, quieren tener una identidad propia sea o no aceptada por la familia, pero con esto se van generando problemas no solo con la identidad del propio adolescente, sino también problemas que afectan la convivencia familiar.

A veces el adolescente presenta una difusión de identidad, esto quiere decir que se presentarán varias identidades o autoimágenes que va a querer adquirir, pero de igual manera, no querrá tener otras que no le agraden.

En la “crisis de identidad” de la adolescencia, el joven se cuestiona automáticamente, incluyendo la opinión que de sí mismo ha adquirido en el pasado. Puede rebelarse y rechazar cualquier valoración que le ofrezca otra

persona, o puede encontrarse tan confuso e inseguro de sí mismo que no haga más que pedir a los demás aprobación y consejos de todo tipo. Sea cual fuere su aproximación a su nueva identidad, el adolescente pasará inevitablemente por una reorganización crítica de su manera de apreciarse con el consiguiente cambio en su autoestima.

Se puede dar una identidad negativa, lo cual significa que el adolescente no quiere ver lo que los demás dicen que es, simplemente es algo que él mismo teme ser. Es decir, el joven no quiere ser reconocido por la identidad negativa que tiene de él el grupo al que pertenece, lo cual puede afectar su autoestima.

### **1.4.3. Elementos de la autoestima**

Para tener un mejor estudio y entendimiento de la autoestima, a continuación se mencionan los elementos que la componen, de acuerdo a la escalera de autoestima de Rodríguez Estrada:

#### **1.4.3.1. Autoconocimiento**

Conocerse bien a uno mismo es muy importante para todos, ya que viene a ser un indicador de madurez personal.

Autoconocimiento es el proceso por el cual una persona adquiere noción de su “yo” y de sus propias cualidades y características. Significa identificarse como ser único e integral con características físicas, emocionales e intelectuales. Por lo tanto, no puede haber autoestima sin autoconocimiento, de ahí la importancia del autoconocimiento para el desarrollo personal.

El autoconocimiento es, por tanto, un proceso cognitivo, el cuál ha de ser constante durante toda la vida, ya que es el estudio personal que hace cada persona de sí misma y donde se intentan analizar aspectos tanto positivos como negativos.

Conocerme significa percibirme completo: mi cuerpo, mis pensamientos y sentimientos, y mi capacidad de relacionarme con otros. Conocerme es descubrirme con capacidades, habilidades y virtudes, pero también con límites, defectos, errores. Es conocer las partes que componen el yo, cuáles son sus manifestaciones, necesidades, y habilidades.

Al conocer todos sus elementos, que desde luego no funcionan por separado sino que se entrelazan para apoyarse uno al otro, el individuo logrará tener una personalidad fuerte y unificada; si una de estas partes funciona de manera deficiente, las otras se verán afectadas y su personalidad será débil y dividida, con sentimientos de ineficiencia y desvaloración.

#### **1.4.3.2. Autoconcepto**

Con frecuencia se llega a confundir autoconcepto con identidad, pero en realidad son cosas distintas, ya que mientras el primero es el tener conciencia de lo que se es y de quién se es, suele ser algo consciente y en la adolescencia suele manifestarse como un complejo, ya que éste depende de la estimación de otras personas, como los padres, maestros y demás figuras del entorno social; en tanto que la identidad va a mantener esa dignidad de ser lo que se es, va a ser inconsciente y es una fuente de renovación del estilo de vida.

Aunque el logro del autoconcepto es lo que Sherif y Sherif también llaman como el yo, “desde un punto de vista psicológico no-psicoanalítico, señalando que este autoconcepto se va desarrollando a medida que el sujeto va cambiando y se va integrando con las concepciones que acerca de él mismo tienen muchas personas, grupos e instituciones, y va asimilando todos los valores que constituyen el ambiente social” (Cit. por: Aberastury, 1989: 49). La conducta del individuo va a depender en cierta medida en la conducta de los otros, debido a que los sentimientos y aspiraciones del adolescente tienen que adecuarse al medio social.

El autoconcepto también procede de las experiencias previas, es la percepción que de sí tiene una persona, y de los testimonios de ciertas personas que ocupan un papel importante en su vida.

Para Brunet y Negro (1989) el autoconcepto es “la imagen que una persona tiene acerca de sí misma y de su mundo personal, es decir, el modo subjetivo como el individuo vivencia su yo” (Cit. por: Gil, 1997: 13).

El término autoconcepto también hace referencia a “los aspectos cognitivos, a las diversas concepciones o representaciones que el sujeto tiene acerca de sí mismo. Estas autorrepresentaciones no incluyen juicios valorativos, o al menos no necesariamente los incluyen. Así, considerarse alto, moreno, de voz grave o melancólico no conllevaría una valoración negativa o positiva” (Musitu, 2001: 42).

La esencia primordial del periodo de la adolescencia tal vez sea la búsqueda de la identidad, la cual implica descubrirse y explorarse a sí mismo para formarse un autoconcepto, el cual le permitirá descubrir un estilo de ser con el cual se sienta bien, y por lo tanto lograr así construir un nivel de autoestima aceptable.

#### **1.4.3.3. Autoevaluación**

La autoevaluación refleja la capacidad interna de evaluar las cosas como buenas si lo son para el individuo, le satisfacen, son interesantes, enriquecedoras, le hacen sentir bien, y le permiten crecer y aprender; y considerarlas como malas si lo son para la persona, no le satisfacen, carecen de interés, le hacen daño y no le permiten crecer. Significa resaltar aciertos y reconocer errores para tratar de superarlos.

La autoevaluación tiene un componente de pensamiento “qué es lo que pienso de mí” y otro de sentimiento “cómo me siento conmigo mismo”. Nuestro cerebro se encarga de asegurar la congruencia entre lo que pensamos y lo que sentimos. De tal forma que lo que pensamos repercute sobre lo que sentimos y viceversa.

La autoevaluación es la capacidad de evaluar como positivo o negativo aquello que sea positivo o negativo para mí, reflexionando al mismo tiempo sobre normas y valores de la sociedad.

Poco a poco desarrollaremos nuestro propio juicio y aprenderemos a confiar en él, en lugar de basarnos solamente en lo que piensan las demás personas. La autoevaluación requiere estar consciente de sí mismo. Cada uno tiene que encontrar e ir haciendo su camino, el que lo lleve a ser una persona valiosa para sí misma y los demás.

#### **1.4.3.4. Autoaceptación**

Aceptar, es experimentar la realidad de una manera completa, sin negarla ni evitarla. Es admitir y vivir como un hecho todas las partes que hay en mí. Aceptarme es ser capaz de sentir y decir: soy todas estas características; mi cuerpo, emociones, deseos, ideas, son partes de mí, independientemente de que algunas me gustarán y otras no. Aceptarme no es necesariamente gustarme, sino reconocermé que soy como soy.

La autoaceptación implica “el reconocimiento de las propias cualidades, la toma de conciencia del propio valor, la afirmación de la propia dignidad personal y el sentimiento de poseer un yo del que uno no tiene que avergonzarse ni ocultarse” (Gíl, 1997: 13). Aceptarse uno a sí mismo como es, es una condición fundamental de la autoestima, ya que el nivel de nuestra autoestima depende del nivel de nuestra autoaceptación.

La autoaceptación es el proceso mental que se ejerce a partir de evaluar nuestros sentimientos positivos y negativos con el objetivo principal de aceptarnos tal como somos ante la sociedad. Implica también el rechazar la negación de los propios pensamientos, rasgos de la personalidad, actitudes, conductas, etc., por lo que se considera la base de una autoestima positiva.

Ahora bien, aceptarnos a nosotros mismos no significa carecer del afán de cambiar, mejorar o evolucionar. Lo cierto es que la autoaceptación es la condición previa del cambio. Si aceptamos lo que sentimos y lo que somos, en cualquier momento de nuestra existencia, podemos permitirnos ser plenamente conscientes de la naturaleza de nuestras elecciones y acciones, y nuestro desarrollo no se bloquea.

Padres y educadores debemos ayudar a los adolescentes a que aprendan a aceptar su propio cuerpo, a hacerles ver que no existe un tipo de cuerpo ideal, pero especialmente a que no sustenten la personalidad únicamente sobre el aspecto corporal.

La autoaceptación es admitir y reconocer todas las partes de sí mismo como un hecho, como la forma de ser y sentir, ya que sólo a través de la aceptación se puede transformar lo que es susceptible de ello. Sin autoaceptación la autoestima es imposible. Nos quedamos bloqueados en un hábito de conducta de autorrechazo, el crecimiento personal se ve reprimido y no podemos ser felices.

#### **1.4.3.5. Autorrespeto**

El autorrespeto es atender y satisfacer las propias necesidades y valores. Expresar y manejar en forma conveniente sentimientos y emociones, sin hacerse daño ni culparse. Buscar y valorar todo aquello que lo haga a uno sentirse orgulloso de sí mismo. Se expresan y manejan de forma asertiva sentimientos y emociones, sin hacernos daño ni culparnos.

Si me respeto, estoy al tanto de lo que deseo y necesito para estar bien, pero no solo me doy cuenta: actúo para lograrlo.

#### 1.4.4. Autoestima y Valores

Un valor es un sentimiento de lo que se considera importante, estimable, valioso y necesario en cada individuo y que sirve como guía en el comportamiento y toma de decisiones. Para que realmente sea un valor es necesario creerlo, decirlo y actuarlo de manera constante y repetida. De otra forma sería solo una pose.

La adolescencia es una época importante para la adquisición de valores y actitudes básicas de cara a una cultura solidaria la cual puede potenciar la autoestima.

Como educadores debemos procurar que niños y adolescentes se formen en la diversidad de valores, como son:

*Valores corporales.* Los adolescentes deben estimar su cuerpo, aceptarlo con sus limitaciones y defectos, admirarlo y sentirse agradecidos y felices con él.

*Valores intelectuales.* Las dotes intelectuales deben ser para el alumno un contenido fundamental de su autoconcepto. Se deben identificar los talentos arraigados en la inteligencia y los rasgos intelectuales más sobresalientes, se toman como punto de referencia tres indicadores: Factores, Habilidades y Actitudes.

*Valores estéticos.* “Es un valor superior a los valores útiles y económicos, que pueden poseer y sobre los cuales muchas veces cimientan su autoestima por la sugestión de esta sociedad que glorifica más el tener que el ser” (Alcántara, 1990: 97). Estos valores les ayudan muchas veces a los adolescentes a demostrar sus habilidades en distintas actividades y de esta manera pueden mejorar su autoestima.

*Valores afectivos.* Abarcan las emociones y son sentimientos que poseen las personas y los cuales pueden justificar de cierta manera la autoestima, algunos sentimientos que podemos encontrar en los adolescentes son: amor, odio, deseo,

horror, alegría, tristeza, esperanza, desesperanza, audacia, temor, serenidad, ira, entre otros.

*Valores y actitudes morales.* Son los que pueden constituir el patrimonio máspreciado en niños y adolescentes, “aplicando la estrategia de la CLARIFICACIÓN DE VALORES, podemos detectarlos en nuestros alumnos. Como marco orientativo podríamos servirnos de éste:

SOCIALES	INDIVIDUALES
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participación</li> <li>- Diálogo</li> <li>- Responsabilidad</li> <li>- Solidaridad</li> <li>- Tolerancia</li> <li>- Cooperación</li> <li>- Lealtad</li> <li>- Amistad</li> <li>- Respeto a los demás</li> <li>- Rechazo de toda discriminación</li> <li>- Comunión de bienes</li> <li>- Servicialidad</li> <li>- Justicia</li> <li>- Lucha por una sociedad más justa</li> <li>- Altruismo y amor al prójimo</li> <li>- Sensibilidad ecológica</li> <li>- Respeto a las leyes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sinceridad</li> <li>- Fortaleza</li> <li>- Libertad</li> <li>- Paz</li> <li>- Prudencia</li> <li>- Gratitude</li> <li>- Laboriosidad</li> <li>- Amor a la “obra bien hecha”</li> <li>- Amor a Dios, en los creyentes</li> </ul>

Sin tener que idealizar a los niños, adolescentes y jóvenes, podemos afirmar que en ellos se dan predisposiciones, disposiciones, hábitos y actitudes morales positivas” (Alcántara, 1990: 101).

La formación de valores es una tarea pedagógica que debe asumir la familia, la escuela y otras instituciones. Es normal que padres y educadores, en el devenir

diario y gradualmente, enseñen valores, normas y reglas de comportamiento propias del bagaje cultural de la sociedad a la que se pertenece mediante el mensaje directo o el modelaje que supone el ejemplo para la observación. Los medios de comunicación transmiten normas de convivencia, de diferenciación de sexos, de gustos y somos juzgados por esa sociedad en relación al cumplimiento o no de dichos valores o normas.

Lo anterior puede repercutir de manera positiva o negativa en cuanto al nivel de autoestima. El conocimiento de los valores y un buen nivel de autoestima, podrían liberar de condicionamientos de diversos tipos: afectivos, corporales, mentales y espirituales, que obstaculizan la plena realización.

#### **1.4.5. Importancia de la autoestima en la adolescencia**

El adolescente tiene la tendencia a compararse con sus compañeros, además de lo que ellos perciben como normas o conceptos ideales; esto puede llevarlos a hacerse más conscientes de sí mismo y al no estar convencidos de su apariencia afecta de forma importante su autoestima, sobre todo con su presunta creencia de falta de atractivo físico.

Cuando nos referimos al concepto que el adolescente tiene de sí mismo, nos debemos remitir a su entorno social, puesto que este es fundamental para el adecuado desarrollo cognitivo, afectivo y social de todo ser humano, incluyendo obviamente la imagen de sí mismo.

La autoestima puede desarrollarse convenientemente cuando el adolescente experimenta positivamente cuatro aspectos o condiciones bien definidas:

*Vinculación.* Es el resultado de la satisfacción que obtiene el adolescente al establecer vínculos que son importantes para él y que los demás también reconocen como importantes.

*Singularidad.* Es el resultado del conocimiento y respeto que el adolescente siente por aquellas cualidades o atributos que le hacen especial o diferente, apoyado por el respeto y la aprobación que recibe de los demás por esas cualidades.

*Poder.* Es la consecuencia de la disponibilidad de medios, de oportunidades y de capacidad en el adolescente para modificar las circunstancias de su vida de manera significativa.

*Modelos o pautas.* Son los puntos de referencia que dotan al adolescente de los ejemplos adecuados, humanos, filosóficos y prácticos, que le sirven para establecer su escala de valores, sus objetivos, ideales y modales propios.

La autoestima positiva fortalece al adolescente para mantener una conducta socialmente aceptable y mejorar su calidad de vida en la sociedad. El adolescente tiene la capacidad para vivir una vida responsable y de bienestar, si cuenta con el apoyo de su entorno inmediato.

#### **1.4.6. La autoestima como recurso**

El interés suscitado por la autoestima radica por la relación de ésta con algunas variables tales como el rendimiento académico, la integración social de los alumnos y el ajuste escolar. Un adolescente que tiene una elevada autoestima, probablemente tendrá menos problemas de integración social, su rendimiento escolar será más elevado, además de atravesar por la etapa de la adolescencia de manera más favorable.

La autoestima va a constituir por lo tanto un importante recurso personal y su potenciación puede tener un mejor ajuste psicosocial del individuo.

“La autoestima global de una adolescente ejerce un efecto directo en su bienestar de modo tal que su satisfacción personal y su estado de ánimo son influidos por su mayor o menor autoestima. No obstante, también algunas dimensiones específicas de la autoestima que son centrales para la persona pueden ejercer

una influencia directa con su bienestar psicosocial” (Musitu, 2001: 51). Una autoestima negativa es indicador de desorden psicológico.

Una baja autoestima afectará el estado de ánimo del individuo si está atravesando por una situación estresante o difícil.

La autoestima puede ejercer en el individuo un alto poder de socialización y de relajación interna, no se puede vivir bien si se tiene un bajo nivel de autoestima, si este problema existe, entonces afectará todo el desarrollo adolescente, además de su interacción con los demás miembros de la sociedad, pues ellos también se ven perjudicados porque el individuo no tiene interacción suficiente con ellos.

Un recurso importante puede ser la autoestima positiva ya que puede garantizar una vida plena en el adolescente, un recurso para adaptarse en la sociedad, para mejorar su concepto, su educación, las relaciones interpersonales, etc.

Por lo tanto, la autoestima es uno de los recursos más valiosos de que puede disponer un adolescente. Un adolescente con buena autoestima aprende más eficazmente, desarrolla relaciones mucho más gratas, está más capacitado para aprovechar las oportunidades que se le presentan para trabajar productivamente y ser autosuficiente, posee una mayor conciencia del rumbo que sigue. Y lo que es más, si el adolescente termina esta etapa de su vida con una autoestima fuerte y bien desarrollada podrá entrar a la siguiente etapa sin muchas complicaciones y de manera satisfactoria.

Ayudando a los adolescentes a acrecentar su autoestima se pueden inducir situaciones beneficiosas y reforzar así los recursos del adolescente para la vida adulta. Para él es una auténtica necesidad forjar su identidad y sentirse bien consigo mismo. Si puede satisfacer tal necesidad a su debido tiempo podrá seguir adelante y estar listo para asumir la responsabilidad de satisfacer sus necesidades en la vida adulta.

Un adolescente con buena autoestima:

- Actuará independientemente
- Asumirá sus responsabilidades
- Afrontará nuevos retos con entusiasmo
- Estará orgulloso de sus logros
- Demostrará amplitud de emociones y sentimientos
- Tolerará bien la frustración
- Se sentirá capaz de influir en otros

El adolescente podrá obtener una sensación de poder cuando disponga de las oportunidades, recursos y la capacidad de influir sobre su vida de una forma positiva. Cuando esta sensación esté firmemente desarrollada, se acrecentará su autoestima, pero si no dispone de oportunidades para ejercitar este poder y se le niega sistemáticamente, su autoestima se verá disminuida.

Finalmente se puede dejar en claro que, de acuerdo a N. Branden (1991), los logros más importantes que se pueden obtener de un individuo si se educa la autoestima con serenidad y firmeza son:

- “Su rostro, sus gestos y su manera de hablar y de actuar tenderán a proyectar la alegría de vivir.
- En algún momento experimentará que es más capaz de hablar de sus logros o de sus imperfecciones de manera asertiva, puesto que mantendrá una relación equilibrada con la realidad.
- Así mismo descubrirá que se siente con más naturalidad y seguridad al hacer y recibir elogios, expresiones de afecto y aprecio.
- Recibirá la crítica y reconocerá sus equivocaciones, sin estar permanentemente a la defensiva y sin caer en sentimientos de culpabilidad, pues su autoestima no estará ligada a imágenes perfeccionistas.
- Sus palabras y su conducta tenderán a ser más desenvueltas y espontáneas, ya que no estará en guerra consigo mismo.

- Habrá más armonía y coherencia entre lo que dice y lo que hace.
- Sentirá que tiene una actitud cada vez más abierta hacia las ideas y experiencias nuevas y hacia las personas con las que convive.
- Los sentimientos de angustia o de inseguridad, si se presentan, tendrán menos posibilidades de intimidarle o frustrarle, pues habrá desarrollado habilidades básicas para afrontarlos, controlarlos y superarlos.
- Será más flexible para responder adecuadamente a las nuevas situaciones, problemas y desafíos que se le presenten, movido por actitudes creativas y desarrollando una capacidad lúdica, pues habrá aprendido a confiar en sí mismo y no verá, en ningún caso, la vida como una fatalidad o derrota.
- Tenderá a perseverar la armonía y la dignidad en situaciones de estrés y no será quebradizo ante la frustración.
- Disfrutará de las pequeñas alegrías que encuentre en su vida, pues en la medida que ha aprendido a vivir más conscientemente y a aceptarse más así mismo, podrá disfrutar más de la experiencia y sabrá apreciar más el valor de las pequeñas cosas.
- Se sentirá más seguro, tendrá más confianza en sí mismo, más amor por sí mismo, mayor satisfacción con su propio ser y un sano orgullo por lo que ha logrado.
- Mantendrá su determinación de avanzar constantemente en la autoconfianza, en el autorrespeto y en el arte de saber vivir con alegría e ilusión” (Cit. por: Gíl, 1997: 31).

## **CAPITULO II. TRABAJO DE CAMPO**

### **2.1. Metodología**

Método “es un procedimiento o camino que debe seguirse para llegar a una conclusión o finalidad” (García, 1998; 11), el procedimiento empleado nos ayudará a llevar a cabo nuestro estudio, en este caso sobre la autoestima en adolescentes.

La metodología me permitió saber que el paradigma de investigación a utilizar fuera el cualitativo, con el cual obtuve un mejor acercamiento en el proceso de investigación para abordar el problema. Con la metodología se eligieron las técnicas más apropiadas; cuestionarios, entrevistas y observaciones, para recolectar información, además de tener una organización de los hechos que se llevaron a cabo y darme una mejor aproximación ante los informantes que me ayudaron al problema planteado.

Para la investigación sobre el problema de la autoestima en los adolescentes, se empleó el Método Cualitativo, donde la principal actividad del individuo es el trabajo de campo, por lo que se debe mantener un contacto directo con los sujetos y los hechos estudiados dentro de su ambiente cotidiano. “Los estudios cualitativos involucran la recolección de datos utilizando técnicas que no pretenden medir ni asociar las mediciones con números, tales como observación no estructurada, entrevistas abiertas, revisión de documentos, interacción con grupos o comunidades, e introspección” (Sampieri, 2003: 12). Se genera gran cantidad de información, de aquí el análisis cualitativo, además de que se busca comprender el fenómeno de estudio en su ambiente usual.

#### **Cómo nace la idea**

La idea acerca del problema de Autoestima nace a partir de la introspección, además de que he notado durante el trayecto de mi vida académica que algunos compañeros también han presentado el problema de baja autoestima, ya que

todos durante la adolescencia pasamos por cambios que van denotando nuestra apariencia física, y en alguna ocasión hemos sufrido de algunos insultos, críticas o agresiones psicológicas las cuales hacen que se decaiga nuestra autoestima y a veces es difícil recuperarla, más aún si no tenemos la ayuda de las personas cercanas a nosotros, como la familia y personal de las instituciones educativas, desde profesores, orientadores, directivos, etc. Y me he interesado aún más debido a que el problema de la baja autoestima puede generar otros problemas aún más graves que éste, como el intento de suicidio, suicidio, trastornos de ansiedad, depresión, etc.

### **Planteamiento del problema**

El objeto de estudio de mi investigación es: *“La labor del orientador educativo para fortalecer la autoestima en adolescentes de nivel secundaria”*.

¿Cómo se desarrolla o realiza la labor del orientador educativo respecto al problema de la autoestima en educación secundaria?, primero es necesario saber que la autoestima tiene un papel importante para lograr cualquier objetivo en la vida, ya que ésta sumada a la acción social favorece el éxito de cualquier propósito.

Después de haberse generado la idea del problema a investigar, se generó el planteamiento del problema, en el cual se desarrollaron tres elementos de la investigación: los objetivos, las preguntas y la justificación, a manera de afinar y estructurar más formalmente la idea de investigación. El planteamiento del problema partió de los siguientes elementos: viabilidad, justificación, preguntas de investigación y objetivos; además de los criterios de: calidad, posibilidad de recolectar datos y relación entre variables y elementos.

## **Alcance de la investigación**

El universo de la investigación fue en la Escuela Secundaria Oficial No. 0316 “José María Pino Suárez”, ubicada en Avenida Central s/n, en la Colonia San Lorenzo, municipio de Chimalhuacán, en el Estado de México. Los grupos a estudiar fueron dos de segundo grado del turno vespertino, los cuales me fueron asignados por la directora de la institución.

Se realizó un estudio de diagnóstico del contexto de la zona, se dieron a conocer sus características sociales, económicas, educativas y culturales para tener una mejor perspectiva acerca del lugar donde interactúan los adolescentes de la zona estudiada.

## **Establecer las hipótesis**

No se generaron hipótesis en la investigación, pero se plantearon algunos supuestos:

- El orientador educativo promueve en los alumnos: actitudes, aptitudes, conocimientos y habilidades mediante la participación constante.
- Si el orientador educativo realiza diagnósticos sobre el nivel de autoestima de los adolescentes, se pueden prevenir situaciones de riesgo en la educación.
- El orientador puede influir de manera positiva en el fortalecimiento de la autoestima de los adolescentes.

## **Tipo o diseño de investigación**

El diseño de la investigación que se llevo a cabo fue el “no experimental”, ya que no hubo hipótesis, además de que no hubo un grupo de control. La investigación “no experimental” se realiza sin manipular deliberadamente variables (Sampieri, 2003: 267), sólo es observacional y transeccional porque

se aplicaron los cuestionarios, aparte de que se emplearon los diseños exploratorios, descriptivos y correlacional/causal.

### **Selección de la muestra**

La muestra empleada para el estudio fue de dos grupos correspondientes a segundo grado de secundaria del turno vespertino, la selección se hizo de forma aleatoria a manera de que los profesores y directivos me pudieran proporcionar el tiempo requerido, además de los orientadores que trabajan en la misma institución, los cuales fueron dos y los padres de familia de los dos grupos seleccionados.

### **Recolección de los datos**

Elaboré y apliqué los instrumentos para la recolección de información. Se codificaron los datos y se creó un archivo.

La manera como realicé la investigación fue mediante tres fases: la etapa descriptiva, la fase de análisis y la elaboración de una estrategia didáctica. Durante la primera fase, que es la descriptiva, los instrumentos de campo que se emplearon son:

La *Observación*. Es el más confiable de los instrumentos, por lo tanto se llevo a cabo para tener una visión más general acerca de todo el contexto en el cual el adolescente se encuentra involucrado.

Ya que la observación “es una técnica de recogida de datos, considera los fenómenos tal como se presentan, sin modificarlos ni actuar sobre ellos.” (Bisquerra, 1989:134) siempre que nos planteamos una observación, ha de existir un problema, una teoría o unas preguntas a las que contestar. Por lo que se llevaron observaciones del aula en la que se encuentran los alumnos, así pude saber que de alguna manera el contexto perjudica al adolescente para que éste presente el problema de baja autoestima. Llevé a cabo observaciones durante

dos clases de Educación Física y en el patio a la hora del receso, ya que es un momento en el que los alumnos se encuentran con más interacción y con más libertad de ejercer algunas actividades.

Las observaciones fueron no participantes, pues no tome ninguna participación en las actividades que llevaron a cabo los alumnos, sólo hice las anotaciones correspondientes. Y aunque el estudio era con alumnos de segundo grado, la directora fue quien me asignó los dos grupos, debido a que tenían más tiempo disponible.

Un segundo instrumento son los *cuestionarios*, que “consisten en un conjunto más o menos amplio de preguntas o cuestiones que se consideran relevantes para el rasgo, característica o variables que son objeto de estudio” (Bisquerra, 1989: 88), se realizaron a los alumnos, a los padres y a los orientadores; fueron a manera de preguntas cerradas para los padres, con el fin de obtener resultados más concretos, aunque en el caso de los alumnos y orientadores se hicieron algunas preguntas abiertas. El cuestionario me ayudó a saber en parte las causas por las cuales se origina el problema, en relación a la familia, a la escuela y a los contextos más cercanos y qué tanto interviene el orientador para la solución del problema.

Otro instrumento que se utilizó es la *Entrevista*, la cual es un instrumento eficaz de gran precisión, “una situación de contacto personal en la que una persona hace a otra preguntas que son pertinentes a algún problema de investigación” (Mckernan, 1996: 149). La entrevista me permitió validar y ratificar la información que se obtuvo de los cuestionarios, por lo que se realizó al término de la revisión de los cuestionarios aplicados.

Las entrevistas se realizaron a los orientadores de manera no estructurada, al elegir esta estrategia obtuve más información, ya que elabore una guía de preguntas y conforme a la realización de la entrevista fui planteando algunas otras que me sirvieron para recolectar más información para el estudio. Se realizaron a dos orientadores de segundo grado, en su lugar de trabajo y en un tiempo que me

proporcionaron a manera de no interrumpir su trabajo, las respuestas a las entrevistas fueron grabadas, registrando así toda la información que se obtuvo para lograr una mayor certeza y una mejor anotación de los comentarios.

### **Analizar los datos**

El análisis de los datos los realice por medio de la triangulación, revise el material obtenido, es decir, los cuestionarios, las entrevistas y las observaciones. Se realizó el análisis correspondiente. Por último se elaboró el reporte de investigación con el material gráfico de los cuestionarios aplicados a los alumnos, orientadores y padres de familia, con todos los datos ya analizados se elaboré el reporte de investigación, presentando los resultados obtenidos.

## **2.2. Planteamiento del Problema**

El objeto de estudio de mi investigación es: *“La labor del orientador educativo para fortalecer la autoestima en adolescentes de nivel secundaria”*.

¿Cómo se desarrolla o realiza la labor del orientador educativo respecto al problema de la autoestima en educación secundaria?, ¿Por qué es importante abordar el tema de autoestima en adolescentes?. Primero es necesario saber que la autoestima tiene un papel importante para lograr cualquier objetivo en la vida, ya que esta sumada a la acción social favorece el éxito de cualquier propósito.

La labor del orientador

El problema de autoestima se genera en y por diversos factores sociales, biológicos, culturales, psicológicos, económicos, y del momento histórico. Uno de ellos es la familia.

La familia “debe proveer a la satisfacción de las necesidades integrales del hombre, sienta las bases de la supervivencia física y espiritual del individuo; es a través de la experiencia familiar, de la comunicación y de la empatía, como los

miembros de la familia deben ir desarrollando lo esencial de cada uno de ellos” (Sánchez, 1980; 23). Es la primera fuente de interacción social; en ella, el adolescente comienza a interactuar con los miembros que la integran y por lo tanto dentro de ella se empieza a construir la autoestima.

La estabilidad que exista en la familia va a depender en gran medida del equilibrio y del intercambio de sentimientos entre los miembros que la integran, por lo que dentro de ella se van a generar sentimientos de amor y odio. La comunicación, expresión o demostración de afecto propicia que en el adolescente se genere una autoestima positiva.

Es en la familia donde debe existir un intercambio de emociones y aceptaciones que evite generar un problema de autoestima. Hay que mencionar que los padres son los principales actores que pueden generar un nivel de autoestima aceptable, y quienes pueden por tanto evitar un bajo nivel de la misma.

Pero no sólo debe existir esa estabilidad y equilibrio emocional sino también otro factor esencial, el económico, que también puede afectar de alguna manera la autoestima del adolescente, debido a que en ocasiones no podrá satisfacer algunas de sus necesidades y deseos; desea vestirse bien para ser aceptado y estar a la moda, o desea pertenecer a un grupo social y económicamente mas alto que el suyo (por mencionar algunos ejemplos).

El niño y el adolescente son quienes presentan más el problema de autoestima, generándose con mayor frecuencia en adolescentes, esto debido a que en ellos se presentan cambios tanto físicos como psicológicos que van a producir determinadas conductas y comportamientos que pueden llegar a generar el problema; por ejemplo, puede generar algunas actitudes de inseguridad, angustia, inestabilidad, etc., que traerán consigo algún problema mayor, como la baja autoestima.

Al igual que la familia puede ser un agente que genere el problema de autoestima, de igual manera lo es otra importante institución: la escuela, ya que algunos

adolescentes pueden recibir en ella críticas o poca aceptación por parte de los integrantes de la misma, por ejemplo, de sus mismos compañeros, de los docentes, etc., el que los mismos compañeros den algunos sobrenombres (y en ocasiones hasta del propio docente) por motivo de su desarrollo físico o por otras circunstancias va a afectar en gran medida que en el adolescente se genere un problema de autoestima.

El problema de autoestima en pocas ocasiones es tratado en el ámbito escolar, debido al poco interés que existe sobre esta situación, o a la poca preparación que tienen los docentes, principalmente el orientador, para atender el problema.

Lo anterior trae consigo que en el adolescente no sólo se presente el problema de la baja autoestima, sino que en su mayoría traiga consigo problemas de otra índole, ya sean familiares, sociales y en especial educativos, ya que el hecho de presentar una autoestima baja genera que el adolescente le dé poca importancia a aspectos de su vida cotidiana y tenga un bajo desempeño de la misma.

El factor cultural de igual manera es importante, debido a que éste reflejará cómo es el adolescente; su manera de vestir, en donde regularmente se deja influenciar por la mercadotecnia donde se transmite la moda; su forma de hablar, muchas veces el adolescente pretende adquirir un tipo de lenguaje, en su mayoría para ser aceptado en su grupo de pares, entre otros aspectos.

El cambio cultural que debe acompañar y apoyar el proceso educativo conlleva a desarrollar diversas acciones para difundir entre todos los participantes en la educación los problemas existentes en la escuela, en este caso el de la autoestima, puesto que la forma de vida que lleva el adolescente dependerá en gran medida de su nivel de autoestima, pues solo con un nivel aceptable podrá desarrollarse de manera óptima y favorable en la sociedad, dentro de la familia y dentro de la institución escolar.

Existe una realidad tan diversa culturalmente hablando, debido a esto es que los adolescentes se inclinan por alguna de ellas, la que mejor les parezca y la que

mejor se adapte a sus necesidades, por estas razones el adolescente caerá en el riesgo de dejarse influenciar por la diversidad cultural, queriendo ser aceptado por quienes la integran.

No hay que dejar atrás otro factor que influye en la educación, y por ende, en el problema de la autoestima, me refiero al político, ya que éste conlleva a reestructurar los elementos sociales e institucionales, por lo tanto debe hacerse la revisión y transformación de los sistemas educativos para atender nuevas exigencias sociales y del mundo laboral.

De aquí la importancia de atender a la globalización, pues es un fenómeno que trasciende lo económico y que impacta directamente en aspectos fundamentales de la vida de las naciones, tales como la cultura, la educación, la política y, en general, las visiones del mundo contemporáneo (Chomski, 1996).

La globalización surge como consecuencia de la internacionalización cada vez más acentuada de los procesos económicos, los conflictos sociales y los fenómenos político-culturales, todo ello implica que en la educación se generen ciertos cambios que provoquen la modificación de la estructura social, afectando el desarrollo del individuo.

Corresponde a la educación formular un nuevo esquema, deberá formar a profesionales con un nuevo panorama de desarrollo comunitario, es decir con una visión mucho más amplia que debe garantizar el desarrollo de todos, de la ciudad y del país. Mediante la educación se debe alcanzar el desarrollo de las naciones y de sus habitantes, que además permita que el progreso sea sustentable, que sea grupal y no el individual que comúnmente se practica.

### **2.3. Justificación**

Durante el proceso educativo se van generando problemáticas que deben ser atendidas para lograr un óptimo desarrollo en los individuos. No sólo es necesario atender los problemas educativos, sino también y en primera instancia los

sociales y emocionales, ya que a partir de estos se pueden dar los educativos, por tanto el problema de la autoestima debe atenderse, ya que si éste existe traerá consigo otros problemas que pueden perjudicar la etapa adolescente; si el adolescente presenta una autoestima baja se generarán en él problemas familiares, sociales y escolares, provocando una bajo nivel de vida.

El tema de la autoestima puede constituir la columna vertebral del desarrollo personal, por lo tanto debe ser trabajado de forma profesional para lograr una vida mejor y con mayor plenitud en el adolescente.

Dentro de los contextos escolar y familiar el adolescente va formando y desarrollando su concepto de sí mismo, ambos contextos no funcionan de modo independiente, sino al contrario, ambos se superponen; en muchas ocasiones el profesor detecta problemas familiares en los alumnos los cuales generan problemas en el medio escolar. Todo ello permite que el medio escolar tenga la posibilidad de actuar como amortiguador de las problemáticas familiares y que por tanto puedan afectar la educación del individuo.

Mi interés sobre el tema de autoestima en adolescentes se presentó debido a que me he percatado que el adolescente es el que presenta con mayor frecuencia este problema, aparte de considerarlo de suma importancia, pues la adolescencia es una etapa que se considera difícil, ya que en los adolescentes se van generando diferentes emociones, a veces negativas que lo hacen sentirse en una etapa complicada, y si aparte se le aumenta el problema de la autoestima será más complicado para el propio adolescente.

La investigación a realizar respecto al problema de autoestima va encaminada a ayudar al adolescente a saber cuál es su nivel de autoestima y de igual manera a ayudar al orientador a tratar el problema que se presente en los alumnos mediante algunas estrategias que puedan ser utilizadas para mejorar o prevenir el bajo nivel de autoestima.

Por lo anterior es que considero que al abordar ésta problemática se beneficiarán tanto los alumnos como el orientador; los primeros al darse cuenta si tienen algún problema en cuanto a la autoestima y el segundo para ayudarlos a resolverlo. La participación en común, llevará consigo, primero que se percate si existe el problema, y segundo que se trate de resolver, o sino al menos de mejorar. En caso de que no se presente el problema, la labor del orientador será el tratar de evitar que en un futuro se presente.

Muchos problemas que se dan en la sociedad tienen su origen en la baja autoestima presentada en aquellas personas que están inmersas en ella. El desarrollo de la autoestima está estrechamente relacionado con el éxito que se tiene en la vida, por lo que es de suma importancia atender esta problemática logrando así una concepción vital y significativa de la vida del adolescente.

## **2.4. Objetivos**

### **Objetivo General:**

Conocer la labor del orientador respecto al desarrollo de la autoestima en los adolescentes y, en la medida posible realizar un taller como propuesta de intervención en este sentido.

### **Objetivos Específicos:**

1. Identificar y analizar las causas y consecuencias que traen consigo el problema de la baja autoestima en los adolescentes.
2. Saber cuál es el papel que desempeña la familia para que se genere en el adolescente una baja autoestima.
3. Identificar las funciones que debe desempeñar el orientador para prevenir el problema de la autoestima baja.
4. Proponer la realización de un curso taller que pueda llevar a cabo el orientador para atender la problemática de la baja autoestima en los adolescentes.

## 2.5. Contexto

La investigación que se llevó a cabo sobre el problema de Autoestima fue con adolescentes de la escuela Secundaria oficial No. 0316 “José María Pino Suárez”, ubicada en Av. Central s/n, en la Colonia San Lorenzo, municipio de Chimalhuacán, en el Estado de México, por lo cual se proporcionan algunos datos para ubicar el contexto en el que se encuentran inmersos los estudiantes de ésta institución, ya que no es posible comprender los complejos fenómenos que acontecen durante el desarrollo del adolescente sin considerar las relaciones que se establecen en los distintos entornos los cuales pueden determinar gran parte de dichos comportamientos.

Los datos estadísticos son proporcionados por el INEGI y son datos correspondientes al año 2000, los cuales sólo abarcan la Subunidad 019-8 (ver Anexo no. 1) donde se encuentra ubicada la escuela “José María Pino Suárez”.

### *Contexto social*

La población total de la Subunidad 019-8 es de 11,302 habitantes, de la cual, la población masculina es de 5,660 y la población femenina de 5,642. La población de 0 a 14 años es de 4,030 de la cual la población masculina es de 2,062 y la femenina de 1,968.

La población derechohabiente a servicio de salud es de 3,648 y una población de 7,219 está sin derechohabiencia a servicio de salud. La población derechohabiente al IMSS es de 2,929. La población con discapacidad es de 127.

### *Contexto familiar*

El total de viviendas habitadas son de 2,316; las viviendas habitadas particulares son 2,221; las viviendas particulares con techote materiales ligeros, naturales y precarios son 807; las de techos de losa de concreto, tabique, ladrillo o terrado con viguería 1,405; las de paredes de materiales ligeros, naturales y precarios 38;

las de paredes de tabique, ladrillo, block, piedra, cantera, cemento o concreto 2,174; las que tienen piso de cemento, mosaico, madera y otro recubrimiento 2,054.

Las viviendas particulares que cuentan con un cuarto (Viviendas con dos cuartos, uno de ellos es cocina exclusiva) son 746; las que cuentan con 2 a 5 cuartos (no incluye cocina exclusiva) 1,367; las que cuentan con un solo cuarto (cuarto redondo) 375; las que cuentan con 2 a 5 cuartos (incluye cocina exclusiva) 1,624. El total de viviendas particulares con un dormitorio son 1,092; las que cuentan con 2 a 4 dormitorios son 1,095; con cocina exclusiva 1,541; con cocina no exclusiva 383; las que utilizan gas para cocinar 2,180; cuentan con servicio sanitario exclusivo 2,055; con drenaje conectado a la red pública 1,117; con drenaje conectado a fosa séptica, barranca o grieta, río, lago y mar 816; las que no cuentan con drenaje son 275; disponen de energía eléctrica 2,183; con agua entubada en la vivienda 296, con agua entubada en el predio 1,653; con agua entubada por acarreo (llave pública y de otra vivienda) 254; 1,726 sólo disponen de drenaje y agua entubada; 1,919 sólo disponen de drenaje y energía eléctrica; 1,930 sólo disponen de agua entubada y energía eléctrica; 1,718 disponen de agua entubada, drenaje y energía eléctrica y sólo 6 viviendas particulares no disponen de agua entubada, drenaje ni energía eléctrica.

Las viviendas particulares propias son 1,843; 1,641 son propias pagadas; 184 son viviendas particulares rentadas. Las viviendas particulares que disponen de radio o radiograbadora son 1, 988; 2,086 disponen de televisión; 775 disponen de videocasetera; 2,037 disponen de licuadora; 1,358 de refrigerador; 1,088 de lavadora; 478 de teléfono; 666 de calentador de agua (boiler); 317 disponen de automóvil o camioneta propia; 37 disponen de computadora; las viviendas particulares con todos los bienes son 12 y las viviendas particulares sin bienes (ninguno), son 22. El promedio de ocupantes en viviendas particulares es de 4.92 y el promedio de ocupantes por cuarto en viviendas particulares es de 2.01. El total de hogares es de 2,293; los hogares con jefatura masculina son 1,945 y los hogares con jefatura femenina 348. La población en hogares es de 10,922; la

población en hogares con jefatura masculina es de 9,432 y la población en hogares con jefatura femenina de 1,490.

### *Contexto educativo*

La población de 6 a 14 años que sabe leer y escribir es de 2,191 de la cual, la masculina corresponde a 1,128 y la femenina a 1,063. La población de 15 años y más alfabeta es de 6,470 de la cual la población masculina es de 3,276 y la femenina de 3,194. La población de 6 a 14 años que asiste a la escuela es de 2,266 de la cual, la población masculina es de 1,160 y la femenina de 1,106.

La población de 15 años y más sin instrucción es de 482. Un total de la población de 1,074 de 15 años y más tienen primaria incompleta y 1,653 de la población de 15 años y más tienen primaria completa. La población de 15 años y más con instrucción posprimaria es de 3,623 y sin instrucción posprimaria es de 3,209. La población de 15 años y más con instrucción secundaria o estudios técnicos o comerciales con primaria terminada es de 2,245. Un total de 1,779 de la población de 15 años y más tienen secundaria completa y 455 tienen secundaria incompleta. Un total de la población de 1,378 de 15 años y más cuentan con instrucción media superior o superior; 4,901 de la población de 18 años y más están sin instrucción media superior y 949 del total de la población de 18 años y más cuentan con instrucción media superior. La población de 18 años y más sin instrucción superior es de 5,850 y la población de 18 años y más con instrucción superior es de 241. El grado promedio de escolaridad es de 7.22.

### *Contexto económico*

La población económicamente activa es de 3,877 y la económicamente inactiva de 3,724 y la población desocupada de 72. La población de 12 años y más económicamente inactiva que es estudiante es de 1,225 y la de 12 años y más económicamente inactiva que se dedica a los quehaceres del hogar de 1,871.

Un total de 1,350 de la población se encuentra ocupada en el sector secundario; 2,312 en el sector terciario; 2,763 como empleado u obrero; 63 como jornalero o peón y 799 se encuentra ocupada por cuenta propia. La población ocupada que no recibe ingreso por trabajo es de 99; la que recibe menos de un salario mínimo mensual de ingreso por trabajo es de 354; la que recibe 1 y hasta 2 salarios mínimos mensuales de ingreso por trabajo es de 1,608; la población ocupada con más de 2 y hasta 5 salarios mínimos mensuales de ingreso por trabajo es de 1,391 y la que recibe más de 5 salarios mínimos mensuales de ingreso por trabajo es de 177.

Dentro de las actividades que se realizan son la *talla en piedra*, esta es una actividad ancestral cuyas técnicas se han transmitido de generación en generación. Actualmente se trabajan el recinto que proviene del Cerro del Chimalhuache, así como la piedra negra y la cantera que viene de otros lugares. Entre las piezas que se tallan están: metales, molcajetes, piedras de molino, mesas, escritorios, columnas, capiteles, monumentos conmemorativos, molduras, adorno, mascarones, sillares y escultura en general. Los canteros se encuentran mayoritariamente en Xochiaca y San Lorenzo, y su trabajo es reconocido y apreciado incluso a nivel internacional.

Los habitantes de San Lorenzo llevan a cabo la producción de los árboles de olivo, a estas personas se les llama *aceituneros*, dedicados a la recolección y “cura de la aceituna” para el consumo humano, y los cuales también preparan las aceitunas para el autoconsumo y otros para abastecer el mercado local y regional, ya que la producción de los árboles aceituneros se da mayoritariamente en esa región.

### *Contexto cultural*

De las tradiciones que más se llevan a cabo en San Lorenzo es la del baile de *Carnaval*; los bailes de Carnaval son el resultado de la asimilación de las danzas europeas por lo que éstos bailes conservan aún los rasgos originales en lo musical y la coreografía; y *La andancia*, la cual nació como una parodia grotesca

de las enfermedades virulentas que asolaban a la población. Hoy, la andancia se presenta en época de carnaval. En general la participación en la andancia es espontánea y ocasional, pero en San Lorenzo los grupos de andancia están debidamente organizados y tiene la seriedad de una comparsa carnavalera. Tradicionalmente sólo participan hombres, cada uno es responsable de su caracterización, en éste despliegue de ironía se mofan de las cosas cotidianas, de la política y del glamour de la farándula. Sin embargo el disfraz más aceptado y generalizado es el de mujer. La andancia recorre las calles ofreciendo diversión y bailando a cambio de una ayuda económica para la realización de alguna obra pía.

Otra de las tradiciones que se llevan a cabo en la colonia de San Lorenzo es la de *Fariseo*, la cual consiste en la representación de la pasión de Cristo, es la única manifestación de teatro popular y corre a cargo de entusiastas miembros de la comunidad, que pese a no tener estudios de actuación, la vienen escenificando desde hace mucho tiempo.

La población de 5 años y más católica es de 8,491 y la de 5 años y más con alguna religión no católica es de 803 y la población de 5 años y más no católica (incluye sin religión) es de 958, por lo tanto la religión que predomina es la católica.

### ***Historia de la escuela secundaria oficial no. 0316***

#### ***“José María Pino Suárez”.***

El 20 de noviembre de 1981 en San Lorenzo Chimalco, se crea la Escuela Secundaria “José María Pino Suárez”, insipiente, rustica, entonces se llamaba Escuela Secundaria por Cooperación 237; posteriormente de manera oficial se le asignó número y nombre oficial, Secundaria oficial No. 316, su nombre lo debe al destacado, abogado político y periodista del periodo revolucionario “José María Pino Suárez”.

Fue la profesora Shirley Marín Vázquez quien tomó la iniciativa y la dirección de aquella naciente Escuela. Junto a ella los profesores Armando Damazo Austria, Araceli Rivera y Leticia Sánchez Maldonado, fundadores quienes hace 25 años colocaron la primera piedra de lo que hoy es una gran escuela.

Pese a su inicial y carente infraestructura; con solo un terreno de 13,000 m<sup>2</sup> y apenas una sección de aulas de lámina y tabique, primer esfuerzo de la comunidad, la escuela se perfilaba ya como una Institución que crecería, se perfeccionaría y haría historia, historia que quedó escrita en páginas de oro.

Con el tiempo y el progreso vendría la construcción de una sección acondicionada de aulas, dirección, laboratorio y talleres. Hoy día los anexos dotados totalmente de materiales necesarios es ya una realidad y son muestra palpable del progreso tecnológico y la creciente necesidad de capacitar e incorporar a nuestros queridos alumnos a la vida productiva del país, dada la situación actual de avances y globalización.

Debido a la creciente demanda, para 1986 se inicia el turno vespertino consolidándose totalmente como una Institución entregada al servicio educativo.

A partir de entonces creció considerablemente el prestigio a través de las distintas y relevantes actividades de proyección, hacia el municipio y la comunidad. Tradicionales, lucidos y concurridos desfiles que año con año se realizan y es ahí donde en un novedoso evento, comienza a popularizarse el nombre de “LOS OSOS” al grito unánime de una entusiasta porra.

En el deporte y en el aspecto académico los alumnos se han distinguido y en los anales de la escuela se ha escrito la historia de innumerables triunfos enmarcados con diplomas, reconocimientos y medallas de alumnos distinguidos en los concursos de composición literaria, escolta, matemáticas y deportes quienes han obtenido importantes premios, ejemplo de ello: Noé Hernández Valentín, quien obtuviera una medalla de bronce en las Olimpiadas de Sydney

2000 poniendo en alto el nombre de México, de Chimalhuacán y por supuesto de nuestra Institución.

Sería muy extensa la lista de profesores y alumnos distinguidos que se han forjado bajo la línea de trabajo que sigue la escuela, por lo que omitimos sus nombres pero ponemos en alto su actuación, que sostiene el prestigio de nuestra institución.

Después de casi dos décadas para el año de 1999 toma el mando y la dirección de nuestra secundaria la Profra. Ana María Rosales Madrigal quien ha luchado por seguir engrandeciendo el nombre de esta casa de estudios. Actualmente el futuro es muy prometedor, cada año se tiene una demanda superior a su capacidad, por lo que la escuela sigue engrandeciéndose y albergando a los futuros médicos, licenciados, artistas, deportistas, etc.

*En este momento la escuela se encuentra comprometida con la comunidad que la vio nacer, crecer y trascender, se enfila hacia horizontes de progreso y bienestar, pues la mejor herencia cultural que debemos dejar es la huella de nuestra presencia, en el presente y en el futuro, un futuro de alternativas y oportunidades que brinda LA SECUNDARIA 0316 “JOSÉ MARÍA PINO SUÁREZ”.*

### **2.5.1. Contextualización física de la institución**

La escuela secundaria Oficial No. 0316 “José María Pino Suárez” se encuentra ubicada en una avenida principal (Av. Central), por lo que es muy transitada. Alrededor de la escuela se encuentran una preparatoria, una primaria y un preescolar.

La escuela cuenta con dos entradas, una es para el turno matutino y otra para el vespertino. Cuenta con tres niveles (debido a que la escuela está en una superficie que va de subida), en un primer nivel y junto a la entrada del turno vespertino se encuentra un cubículo de vigilancia, entrando hacia el lado izquierdo se encuentran la subdirección, los talleres de computación y de electricidad y

baños para hombres, frente a estos edificios está el estacionamiento, y al lado de éste la dirección, la cual cuenta con dos espacios: uno para la directora y otro para las secretarías y el registro de los profesores. Al lado de la dirección esta una cancha de básquetbol la cual es utilizada también como cancha de fútbol y en frente están un cubículo de orientación de 3er grado, el taller de mecanografía, baños para mujeres y dos salones de 3° y frente a estos están 4 salones más de 3er grado. Junto a la entrada del turno matutino hay una papelería y al lado se encuentra la cooperativa. Al lado de la entrada del turno vespertino está el patio central y frente a él hay dos salones de 2do grado y en medio de ellos está un cubículo de orientación de 2°, también está el taller de dibujo, el audiovisual y la sala de juntas. Al lado de la sala de juntas hay 3 cubículos de orientación de 1er grado y frente a estos están 2 salones de 1°.

En el segundo nivel, hay un cubículo de orientación de 1er grado y al lado hay 2 salones de 1°. Subiendo las escaleras que están al lado de los cubículos de orientación de 1° están 3 salones de 2do grado y al lado hay un cubículo de orientación de 2° el cual comparten dos orientadores. Frente a estos hay dos salones más de 2° y al lado hay un baño para hombres y otro para mujeres.

En el tercer nivel están 3 salones de 1ero, y al lado de estos, al fondo está un cubículo de orientación de 1°, también hay baños para mujeres y para hombres.

## **2.6. Observaciones**

Las observaciones se llevaron a cabo en la escuela secundaria “José María Pino Suárez” y se realizaron durante las clases de Educación Física de los alumnos de segundo grado debido a que en ella se realizan actividades en las que los alumnos tienen que participar, y la hora del receso que de igual manera se puede observar con mayor precisión el comportamiento de los alumnos y sus actitudes ante sus compañeros y personal de la institución, lo cual puede reflejar en parte su nivel de autoestima.

## **Informe de observación**

*Objetivo:* Observar el comportamiento de los alumnos de segundo grado, turno vespertino de la Escuela Secundaria Oficial No. 0316 “José María Pino Suárez”, ubicada en Avenida Central s/n, en la Colonia San Lorenzo, municipio de Chimalhuacán, en el Estado de México, a manera de saber si presentan bajo nivel de autoestima.

### *Técnica de observación de las clases:*

- Se observaron las clases de Educación Física de dos grupos correspondientes a segundo grado del turno vespertino, las cuales duran 50 min. cada una.
- El lugar donde me ubique en un principio fue junto a la profesora, quien a su vez me ayudaba a decir como se comportaba cada alumno en sus clases, aunque también cambiaba de lugar para poder observar a todos los alumnos.
- Se hizo anotación de las conductas que presentaban los alumnos.

### *Técnica de observación del receso:*

- Se observó el receso, ya que también es un momento donde los alumnos tienen interacción y se puede apreciar de mejor manera si se presenta el problema de la autoestima. El receso dura 30 min.
- Mi lugar de ubicación fue en el patio central, ya que es donde más se sitúan los alumnos.
- Se hicieron anotaciones de las conductas que presentaban los alumnos.

## PRIMERA OBSERVACIÓN:

CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA.

GRUPO: 2° F

TURNO: VESPERTINO

- Los alumnos salen de su salón a las 2:20 pm, aunque la maestra les pidió llevar una cuerda, tres alumnos no cumplieron con la indicación, por lo que les pide que vayan con su orientador
- Al salir todos los alumnos, se dirigen a las canchas y comienzan a saltar sin esperar las indicaciones de la maestra, y ellas les comenta: -“No hagan doble paso, es seguido”.
- Después de cinco minutos de darles la indicación les sugiere saltar hacia atrás.
- La maestra sólo les da indicaciones y permanece sentada, ya que se encuentra en estado de embarazo, después de un rato bosteza, después dice a una alumna: -“Haber señorita, ¿ya?”.
- Los alumnos se encuentran en grupos de más de cuatro, pero sólo cuatro alumnas están aisladas formando parejas.
- Algunas alumnas tienen la chamarra puesta, a pesar de hacer demasiado calor, lo curioso es que ningún alumno tiene la chamarra puesta, lo que muestra inhibición en las alumnas.
- La mayoría de las alumnas se encuentran con el peinado parecido, ya que la maestra me comento que deben ir peinadas con el cabello recogido, por esta razón manda a peinar a dos alumnas que no tienen el cabello recogido: -“Haber quien no vino peinada como se debe”... Las alumnas levantan la mano y la maestra les dice: -“pues que esperan, vayan a peinarse”, a los que las alumnas obedecen la indicación de la maestra y se dirigen a los baños.
- Una alumna se acerca a la profesora y se pide permiso para ir al salón, y la maestra le dice: -“¿Para que quieres ir al salón Jessica?”, -“Es que tengo sed maestra”, -“Bueno pero no te tardes porque tus compañeros también van a querer ir”. Y la alumna se va corriendo al salón.
- Algunos alumnos se sientan, y otros siguen saltando, la maestra sigue sentada después de 10 min.
- Siendo las 2:30 pm. algunos alumnos se quejan y dicen: -“Ya me canse”, -“Ya me duelen los brazos”.
- Un grupo de ocho alumnos permanecen alejados de los demás, se encuentran hasta el otro lado de la cancha.
- Algunas alumnas miran como saltan sus compañeras.
- Regresan las alumnas que mando a peinar después de 6 min.
- Diez alumnos se sientan y la maestra no les dice nada, pues llega una señora a platicar con ella, al parecer prepara comida a los profesores, ya que le dice: -“¿Qué va a encargar?” y después platican acerca de su embarazo, -“¿¿cuanto le falta?, ¿ya sabe que va a ser...”
- Una alumna se acuesta en el suelo y dice: -“Ahora si ya me canse”, mientras sus compañeras que estaban en su equipo sólo la observan.
- 2:38 pm. Ahora sólo saltan dos alumnos, hay un alumno y una alumna que se empeñan en seguir saltando, pero el resto del grupo se sienta a descansar. La

maestra no se ha percatado de que sus alumnos no trabajan, pues sigue platicando con la señora.

- Después de 6 min. la maestra termina de platicar y da la indicación a sus alumnos que se pongan a trabajar: -“Haber, ¿por qué no están trabajando?, pónganse a trabajar ya”, y los alumnos se quejan.
- Algunos se paran a seguir trabajando, pero otros no lo hacen, algunos le dicen a la maestra: -“Está haciendo mucho calor maestra”, -Sí, además ya nos cansamos”. A lo que la maestra les responde: -“Pues ni modo, ya pónganse a trabajar, esto les va a servir de entrenamiento para su examen”.
- Un alumno le quita la cuerda a un compañero y éste se queja con la maestra: -“Maestra, mire, me quitó mi cuerda”, pero la maestra sólo lo observa y a la mirada de ésta el compañero le regresa la cuerda.
- -“Daniel, no salimos a platicar, ponte a trabajar, ándale”, le dice la maestra a un alumno que se encontraba platicando con una compañera. Aunque el alumno le hace caso al momento, después de que la maestra se distrae él vuelve a platicar con su compañera.
- Hay un grupo de cuatro alumnos que comienzan a hacer competencias, uno dice: -“Haber quién aguanta más”, y los otros tres observan al que salta, después de que el alumno que salta para de hacerlo les dice a sus compañeros: -“Haber ¿ahora quien va?”, pero nadie le dice nada, a lo que él dice: -“Bueno, vas tú”, y señala a uno de sus compañeros, pero el no quiere saltar y mejor se retira de ese grupo.
- Son las 2:46 y la maestra sigue sentada, hay un alumno que se sienta al lado de ella, se acercan dos alumna más a la maestra, después la empiezan a cuestionar y esto le impide ver a los demás alumnos que están trabajando.
- Al ver que ya estaban tres alumnos con ella les da la indicación que se incorporen y que sigan trabajando.
- A las 2:48 la maestra pide a sus alumnos que suban a su salón.

## **SEGUNDA OBSERVACIÓN:**

CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA.

GRUPO: 2° E

TURNO: VESPERTINO

- Son las 2:43 pm y la profesora entra al salón, los alumnos se levantan para saludarla.
- La profesora pide a los alumnos que se cambien, después se ubica en la entrada y los llama por número de lista para que vayan saliendo y les vaya revisando su material para trabajar (les pidió cuerdas).
- Un alumno sale y la maestra le dice: -“Esa cuerda no te va a alcanzar he”.
- Salen más alumnos y al llegar al número 23 vuelve a comentar: -“También, esa cuerda no te va a alcanzar”.
- Algunos alumnos que ya salieron del salón se quedan afuera y la maestra les dice: “Los quiero allá abajo... Alan, Alan, que te bajes”.

- Al terminar de decir la numeración se quedan dentro del salón dos alumnos y tres alumnas, los cuales no traen su material y la maestra les pide que vayan con su orientador.
- Los alumnos que no llevan su material se dirigen con su orientador y los que si cumplieron con su material ya se encuentran en las canchas, algunos ya saltando y otros esperando indicaciones de la profesora, la cual al llegar con ellos les dice: -“Se ponen a trabajar”... -“despacio se ponen a saltar hacia delante”... -“hey aquellos”. La maestra sólo se pone a dar indicaciones porque se encuentra embarazada.
- En existencia, los alumnos que se encuentran en las canchas son 32 o 33, pero en lista son 43.
- Los alumnos se han dispersado en las canchas y los alumnos que no empezaban a saltar comienzan a hacerlo.
- A pesar de que hace calor, la mayoría de los alumnos tienen su chamarra puesta, en su mayoría son mujeres.
- Algunos alumnos me preguntan que es lo que estoy haciendo, sólo les digo que observo la clase y ya no preguntan más, pero al sentirse observados algunos se alejan un poco, y a otros no les importa que los este observando.
- Los alumnos se integran en equipos, a pesar de que la maestra no les da esa indicación, algunos integrados con siete, otros con seis, otros con tres, otros con dos y hay algunos que deciden trabajar solos.
- Una de las alumnas no realiza la actividad, pero después de un rato se integra a un equipo.
- Algunas alumnas en sus facciones se muestran con tristeza y angustia.
- Una alumna se muestra interesada por el trabajo de los demás, pero hace muy poco por el suyo.
- La profesora hace la indicación: -“Los que sientan que ya pueden hacia delante comiencen a brincar hacia atrás”.
- Hay una alumna que no tiene cuerda y que no paso con la orientadora porque ella si llevaba su cuerda pero una compañera la tomo para prestársela a una compañera de otro grupo, por lo que le comenta a la maestra: -“Es que yo si la traje” y la maestra le dice: -“Pero para que se la prestas a tu compañera”, -“Es que yo no se la preste, ella la tomo”.
- La alumna sigue junto a la maestra pero la maestra le quita la atención para dirigirse a los demás alumnos: -“Nada más es un salto, no doble”.
- Hay un grupo de compañeras que están trabajando pero al mismo tiempo platican, una de ellas comenta: -“Ya me canse”, y un compañero le dice: -“Si no has hecho nada”, a lo que su compañera le responde: -“Si ha trabajado”.
- Después de esta situación la maestra me comenta: -“ésta siempre defendiendo, es la defensora del grupo”, a lo que ella le dice: -“No del grupo, de mis amigas”.
- Hay una alumna que solo se encuentra platicando y la profesora le dice: -“Amairani, vente para acá”.
- La profesora vuelve a comentar para todos: -“Los que ya puedan hacia delante o hacia atrás empiecen con la de boxeador”.
- Son las 3:10 pm y la alumna que no tiene cuerda sigue diciendo a la maestra: -“Maestra, es que yo no preste mi cuerda, la tomó mi compañera”, y la maestra insiste: -“Para que se la prestas”.

- Después la profesora hace el comentario a sus alumnos acerca de la cuerda al ver que algunos no pueden saltar bien: -“Yo les dije; cuerda de piola, las que traen no les sirven”. Un alumno le comenta: -“¿Cuánto cree que me costo?”.
- La maestra me comenta: -Es que se les olvida comprar su material y lo compran en la papelería de aquí afuera, y no lo compran como se las pido.
- Hay unas alumnas que se encuentran platicando y la maestra les grita: -“Aquellas comadres que platican”.
- La maestra le presta una cuerda a la alumna que se encuentra con ella y le dice que no vuelva a prestar sus cosas, posteriormente se integra con sus compañeros.
- La profesora les habla a todos los alumnos: -“El que vaya queriendo que le haga su examen, ya de una vez, son 100 para adelante y 100 para atrás”. La mayoría de los alumnos se muestran desanimados y mejor se sientan en una superficie alta, la maestra al darse cuenta les dice: -“¿Haber, quién les mando a sentarse?”, y los alumnos se levantan en cuanto les termina de decir.
- Un alumno decide que le hagan su examen pero sólo hace 73.
- Después de un rato, el alumno que decidió presentar su examen se queja y dice: -“Maestra: me quiere dar un calambre”. -“Sóbate y descansa... es que empezaste a brincar muy rápido”. El alumno se sienta y se empieza a sobar.
- Algunos alumnos siguen saltando y otros deciden ya no saltar más.
- Un alumno pregunta: -“Maestra, ¿Por qué duelen los oídos? La maestra contesta: -“Es por el aire”... -“¿Ya Amairani?” le grita la maestra por segunda vez a esa alumna. Un alumno para de saltar y la maestra le dice: -“Ándale Samuel, ándale... él porque empezó a brincar rápido”. Después le dice a una alumna: -“Ve a peinarte bien, ándale, quítate ese fleco” y la alumna se dirige hacia los baños.
- Muchos alumnos ya están sentados. -“No pueden sentarse, pónganse a trabajar”.
- Hay un grupo de cinco alumnas las cuales se muestran muy inquietas e irrespetuosas con la maestra, por lo menos así lo hace notar la profesora.
- Los alumnos más alejados de la maestra practican muy poco.
- Hay una alumna que se encuentra aislada del grupo y mejor se sienta, la maestra le dice: -“Ándale Iris, ándale”... -“Ya empiecen a hacerlo todos para atrás”... -“¿Ya Milton?”.
- Un alumno dice: -“No paso mi record de 2.
- La llegada de un visitante distrae a los alumnos, y todos dejan de hacer su trabajo para verlo, ya que un alumno trata de competir con el visitante y de mostrarle sus aptitudes, pero ve que es inútil al ver que el visitante puede hacer más saltos que él.
- Una alumna le pide permiso a la maestra de ir al sanitario, a lo que ella le dice: -“No, espera a tu compañera”... -“Milton, ¿Otra vez?, vente a trabajar aquí... rápido... ¿no entiendes Milton?... ponte a trabajar”. Milton no hace caso a la profesora y la maestra no le dice más.
- Algunas alumnas amarran sus cuerdas y la profesora les dice: -“Haber, ¿quién las mando a amarrar las cuerdas?”, y las alumnas comienzan a desamarrarlas.
- Otra vez vuelven a sentarse algunas alumnas: -“Haber señoritas, ¿ya están cansadas?, ¿de qué?”.
- Dos de los alumnos han permanecido inactivos casi 15 min. de clase.

- De nuevo una alumna me pregunta: -“¿Qué haces?”, a lo que le contesto: -“Observarlos”. Y dice: -“¿Para qué?”, y le digo: -“¿Para ver lo que hacen?”. Se sienta y la profesora le dice: -“¿Ya Alma?, ponte a trabajar”. A lo que ella responde: -“Ya me canse maestra, ya hice muchas”.
- Son las 3:22 pm. Algunos alumnos intercambian cuerdas. Alma le dice a un compañero: -“Puedo más que tú”.
- Un profesor se acerca a la profesora y le dice: -“¿Para cuándo da a luz?”. Y la maestra le dice: -“Para agosto”. Después el profesor se despide de ella y se retira.
- Otra alumna decide hacer su examen porque ya pudo hacer 100. Todos la observan y le dice a la maestra que cuente porque ya va a empezar y la maestra comienza a contar, pero solo hace 92, la maestra le dice: -“Bueno, esta bien, sólo te faltaron 8”.
- La maestra vuelve a llamar a Milton: -“Milton, ¿Qué haces hasta allá?, vente para acá... te estoy hablando, ¿no entiendes?... te digo que vengas para acá, ándale, ¿no vas a venir?, bueno, si no vas a venir tu sabrás ¿he?”. El alumno no le hace caso a la maestra y después ella le dice: -“Si no vas a venir mejor vete con tu orientador”. A lo que el alumno decide mejor ir con el orientador, y la maestra me comenta: -“¿Ves? prefirió irse con el orientador”.
- Siendo las 3:30 pm la maestra les dice a sus alumnos: -“Ya vamos al salón”... “sus chamarras”, y se dirigen a su salón.

### **TERCERA OBSERVACIÓN:**

#### **HORA DEL RECESO**

- Son las 4:30 pm y los alumnos empiezan a salir de sus salones para disfrutar de su receso, 10 alumnos de tercer grado se dirigen a las canchas con una pelota, en esta secundaria se puede distinguir de que grado son los alumnos ya que tienen diferente color de uniforme, por lo que es fácil ubicarlos.
- Algunos alumnos se dirigen a comprar a la cooperativa, algunos a comprar paletas de hielo y otros a comprar gorditas.
- Hay muy pocos alumnos que están aislados, sólo se ven cuatro alumnos y una alumna que se encuentran solos y que van a comprar solos.
- Algunos alumnos de segundo grado permanecen afuera de su salón y no van a comprar nada.
- Hay una alumna y un alumno que se encuentran tomando jugo y de repente se comienzan a aventar uno a otro el jugo presionando el cartón y saliendo el líquido por el popote, por lo que se mojan un poco.
- Hay un profesor que se acerca a los alumnos que se encuentran jugando con la pelota y se las quita, por lo que algunos optan por ir a comprar y los demás se esparcen alrededor de la cancha sin alejarse mucho.
- La mayoría de los alumnos compran frituras y paletas de hielo, a pesar de que el clima es un poco templado.
- Hay dos compañeros que juegan luchas y empiezan a tirarse, y cinco alumnos sólo los observan pensando si están jugando o es enserio.

- Los alumnos de tercero nuevamente se ponen a jugar en las canchas con otra pelota más pequeña, pero ahora un niño de aproximadamente cuatro años y al parecer hijo de un profesor les quita la pelota y un alumno le dice: -“Dame la pelota y te doy cinco pesos”, pero el niño no cede a su propuesta.
- Después de un rato de estar negociando con el niño, el mismo profesor se dirige hacia ellos y le pide la pelota al niño. Posteriormente se va alejando de los alumnos, me ve y me saluda, posteriormente se encuentra con unas alumnas y a una de ellas le aprieta el cachete por un minuto aproximadamente, por lo que la alumna se queja: -“Hay maestro... nooo”, después platica con ella y sus dos acompañantes se retiran.
- Nuevamente la alumna que se encontraba aventando el jugo a su compañero aparece, esta vez corretea a su compañero y le dice: -“No mames”, y su compañero solamente se ríe y se va.
- Algunas alumnas pasan corriendo y avientan basura a algunas compañeras que se encontraban sentadas, a lo que algunas comentan: -“Pinches asquerosas”... -“¿Qué no saben donde va la basura o que?”.
- Dos alumnas se ponen a bailar con música de un celular que tiene una de sus compañeras, y las que se encuentran con ellas sólo las observan, una de ellas sólo se ríe.
- Nuevamente los diez alumnos recuperan la pelota y siguen jugando, ahora no hay ningún profesor cerca que les pueda quitar la pelota.
- Después de veinte minutos ya se encuentra más transitado el patio, se nota que hay más alumnos de segundo y tercer grado, la mayoría de los alumnos de primero se encuentran dentro de su salón.
- Al parecer los maestros tienen junta porque todos se encuentran reunidos en una sala.
- Después una compañera de segundo le dice a otra que tiene su celular fuera: -“Qué, ¿Te crees bien verga?, hasta con celular andas”, pero su compañera no le contesta nada, sólo se ríe.
- A las 4:54 pm suena la chicharra para dar señal que ha terminado el receso, la mayoría se dirigen a su salón, pero hay algunos que no hacen caso de la señal y siguen afuera en el patio, la mayoría de ellos son de tercero.
- Pasan ocho minutos más y la mayoría no se mete a su salón, ya que los profesores no han terminado su junta y por lo tanto no se han incorporado a sus clases.
- Muchos alumnos se encuentran cerca de su salón, esperando que salgan de junta sus profesores, otros vuelven a dirigirse a la cooperativa a comprar y pocos están jugando en las canchas.
- Después de otros cinco minutos y ahora siendo las 5:07 pm los profesores comienzan a salir de la sala de juntas y los alumnos se meten a su salón respectivo, algunos alumnos de primero les gritan a sus compañeros que fueron a comprar para que ya entren a su salón.

## Resultados de las observaciones

Al analizar las observaciones realizadas a los alumnos de secundaria, llegamos a los resultados, los cuales son de gran ayuda para saber si se presenta el problema de baja autoestima en los adolescentes.

Comenzaré por indicar lo observado durante las clases de Educación Física; aquí se presentan conductas por parte de los alumnos que denotan la existencia de baja autoestima, por ejemplo, al momento de observar las conductas de los alumnos se notó que aunque la mayoría de ellos presentan una actitud positiva durante la clase de educación física, esto en ambos grupos, existe un número mínimo, pero notorio, de estudiantes que se muestran antipáticos ante sus compañeros y ante la profesora.

El aislamiento que presentan algunas alumnas (principalmente) durante la elaboración de ejercicios que pide realizar la maestra, es notorio, y puede reflejar la poca motivación que presentan en la clase, además de que no se integran del todo con sus compañeros, lo cual supone baja autoestima.

También se nota que las alumnas tienen timidez en cuanto a su cuerpo, ya que aunque al momento de llevar a cabo las observaciones había una temperatura elevada, las mujeres no se quitaban la chamarra del uniforme, esto puede ser motivo de pena o vergüenza, indicándonos que sienten temor a las críticas de sus demás compañeros, lo cual suele presentarse con frecuencia en este periodo de la adolescencia, pues se presentan cambios físicos que a veces son muy notorios en algunos de los adolescentes.

Por lo tanto, las actitudes que presentan los alumnos son relevantes para reflejar su nivel de autoestima.

En cuanto a la observación del receso, lo que se notó en cuanto a conductas que reflejaron un bajo nivel de autoestima fueron: los comportamientos agresivos que presentan algunos de los alumnos hacia sus compañeros, lo cual fue muy notorio,

pues se escuchaban con frecuencia insultos verbales por parte de algunos alumnos hacia sus compañeros.

También hay alumnos que se la pasan solos la mayoría de tiempo, y que se aíslan por completo de sus compañeros. Otra conducta observada fue el hecho de llevar a cabo algunos actos que son hechos por el compañero “líder”, ya que durante esta etapa el adolescente busca integrarse o pertenecer a un grupo de amigos, aunque tenga que someterse a ellos, lo cual es también un indicio de que existe una baja autoestima, y eso fue muy notorio en los alumnos durante el receso, ya que había quienes hacían cosas que no querían solo para ser aceptados o no ser rechazados por sus compañeros. Por ejemplo, cuando en cierto horario no se les permite jugar en las canchas, el “líder” o “líderes” lo hacen y los demás compañeros lo siguen no importándoles las reglas. O al molestar a un compañero, los demás lo molestan para pertenecer al grupo o “quedar bien con los “líderes”.

## **2.7. Entrevistas**

### **Informe de entrevista a orientadores**

*Objetivo:* Conocer la opinión de los orientadores acerca del problema de autoestima, si saben si existe el problema en sus alumnos y si llevan a cabo algunas estrategias para mejorarla en caso de presentarse el problema.

*Técnica:*

- Las entrevistas se realizaron a dos orientadores de la Escuela Secundaria Oficial No. 0316 “José María Pino Suárez”, ubicada en Avenida Central s/n, en la Colonia San Lorenzo, municipio de Chimalhuacán, en el Estado de México.
- Las entrevistas se llevaron a cabo en los cubículos de los orientadores, tomando un tiempo que ellos tenían libre a manera de no interrumpir su trabajo.
- Las respuestas a las entrevistas fueron grabadas para registrar así toda la información que se obtuvo de los orientadores, de esta manera se logró una mayor certeza y una mejor anotación de sus comentarios.
- Se analizaron las respuestas dadas para llegar a las conclusiones.

Para llevar a cabo las entrevistas se utilizaron las siguientes preguntas:

1. ¿Cuál es su nombre?
2. ¿Cuántos años tiene?
3. ¿Cuál es su formación profesional?
4. ¿Cuántos años lleva laborando?
5. ¿Cuántos años lleva laborando como orientador?
6. ¿En que niveles educativos ha trabajado como orientador?
7. ¿Cuántos grupos atiende?
8. ¿Tiene expediente de los alumnos?
9. ¿Da sesiones de orientación a los alumnos?
10. ¿Con que frecuencia?
11. ¿Qué temas aborda con sus alumnos?
12. ¿Cómo detecta a los alumnos con bajo aprovechamiento?
13. ¿Trabaja en equipo con los docentes?
14. ¿Cuáles son los problemas que más presentan los alumnos?
15. ¿Cómo orienta a los alumnos para mejorar su conducta?
16. ¿Comenta a padres de familia sobre problemáticas que presentan sus hijos?
17. ¿Qué es Orientación Educativa?
18. ¿Cuáles son las funciones que lleva a cabo como orientador?
19. ¿Qué actividades considera más importantes?
20. ¿Dispone de cubículo para su trabajo?
21. ¿Cuenta con el material suficiente y necesario para llevar a cabo su trabajo?
22. ¿Qué es Autoestima?
23. ¿Sabe si sus alumnos presentan problemas de baja autoestima?
24. ¿Ha aplicado algún test o cuestionario para saber el nivel de autoestima de sus alumnos?
25. ¿Emplea actividades para mejorar la autoestima en sus alumnos?
26. ¿Cómo cree que repercute su labor en la formación de los alumnos?
27. ¿Sugeriría algo para mejorar el servicio de Orientación?

## PRIMERA ENTREVISTA

Entrevistador: ¿Cuál es su nombre?

Entrevistado: *Félix Núñez Fajardo*

Berenice: ¿Cuántos años tiene?

Félix: *Cuarenta y nueve.*

Berenice: ¿Cuál es su formación profesional?

Félix: *Licenciado en pedagogía.*

Berenice: ¿Cuántos años lleva laborando?

Félix: *Veinte.*

Berenice: ¿Cuántos años lleva laborando como orientador?

Félix: *Mmmm, aprox.?, aproximadamente como catorce.*

Berenice: ¿En qué niveles educativos ha trabajado como orientador?

Félix: *En ésta, media básica, secundaria.*

Berenice: ¿Cuántos grupos atiende?

Félix: *Mmm, por cada año tenemos dos, dos grupos, dos grupos, hee, en ocasiones cuando nos hace falta algo de personal atendemos hasta tres o cuatro y si la escuela es pequeña y no tiene más personal igualmente hay algunos que tienen hasta seis grupos ¿no? pero lo normal es que atendamos dos, dos nada más.*

Berenice: ¿Tiene expediente de los alumnos?

Félix: *¿Expediente de los alumnos?, sí.*

Berenice: ¿Es individual?

Félix: *Mmmm, lo solíamos llevarlo individual pero nos parece, nos pareció que estábamos este, utilizando mucho, mucho material, así que teníamos exceso de, de papeles y decidimos hacerlo he, gru, grupal ¿no?, hacemos, le llamamos legrados, cierto tenemos uno de esto, otro de esto y otro de esto, pero... probablemente lo volvamos a implementar, por aquello de la historia y todas esas cosas.*

Berenice: ¿Da sesiones de orientación a los alumnos?

Félix: *Nnnno, en primero y en segundo grados no sé, no se tiene un horario preestablecido, eso es únicamente en tercer año, en primero y en segundo los atendemos sólo cuando no hay maestro ¿sí?, si no hay maestro nosotros tenemos que atenderlos.*

Berenice: ¿Con que frecuencia?

Félix: *Mmmm... generalmente no hay día que no los atendamos ¿sí? hay, hay días en que tenemos no sé, seis siete horas y hay algunas veces que son los dos grupos a la vez, lo cual es una atención así como que limitada no?*

Berenice: ¿Qué temas aborda con sus alumnos?

Félix: *Tenemos un pro, hay un programa, no está validado por la Secretaria de Educación Pública, pero a fin de cuentas es un programa y a parte de eso pues tenemos una serie de materiales sobre, básicamente sobre habilidades, lo que*

*más tratamos de éste trabajo son habilidades ¿sí? para ir desarrollando diferentes, este, pues.*

Berenice: *¿Cómo detecta a los alumnos con bajo aprovechamiento?*

Félix: *Con nuestro indicadores, los indicadores que nos van entregando los profesores cada que se termina un bimestre.*

Berenice: *¿Trabaja en equipo con los docentes?*

Félix: *Mmm, se intenta, nos lo solicitan, ¿sí? quee mm trabajemos temas similares o los mismos, pero, generalmente como que cada quien hee como tiene sus materiales, entonces yo creo que cada quien tiene esa, esa parte un poquito como, como egoísta y trata de sacar lo mejor ¿no? por así decirlo a sus grupos y a lo mejor por ese motivo no, luego no intercambiamos el material, entonces se intenta pero, pero casi no.*

Berenice: *¿Y con los orientadores es lo mismo?*

Félix: *Mm, te decía, mira esos muros que tenemos ahí see trabajan con los tres grados ¿sí? porque no se terminan en el año, entonces eese libro llevaa, mas o menos, eel, los temas quee se encuentran en el programa que te platicaba, entonces de esta manera pues si trabajamos no, todos estamos trabajando lo mismo pero como son en ocasiones muchas horas entonces implementamos diferentes estrategias, ¿sí? entonces si nos juntamos tenemos talleres generales de actualización y ahí, he, en ocasiones bueno, ¿en qué vas? ¿no?, ¿en dónde vas?, ¿qué estás haciendo? ¿sí? pero bueno.*

Berenice: *¿Cuáles son los problemas que más presentan los alumnos?*

Félix: *Son laa irresponsabilidad, no cumplen con tareas, se les olvidan las cosas, aquí en la escuela tenemos una papelería que está llena de alumnos ¿sí? porque no tienen el hábito de comprar sus cosas antes de, pues se les olvida mucho y no traen, este, las tareas, además de que algunos de ellos pues en las clases hacen como que están trabajando también ¿no?, el maestro no alcanza a checar a todos ¿sí? Entonces por ese motivo he, son algunos los que son buenos ¿no?.*

Berenice: *¿Cómo orienta a los alumnos para mejorar su conducta?*

Félix: *Pues, platicamos con ellos y tratamos dee mm, mm que entiendan, mm tratamos dee motivarlos, tratamos dee, pues de que hagan conciencia ¿no? en este momento si te fijas esos papelitos que tengo ahí los, los anoto porque tenemos otro documento en donde es una hoja por, por alumno, ¿sí? ahí, allá son reportes, aquí les digo, bueno éste es tu prerreporte, pero si te portas mal, más mal si te sigues portando te voy a anotar allá, aparte de que vienen las sanciones ¿no? en parte ¿sí?*

Berenice: *¿Comenta a padres de familia sobre problemáticas que presentan sus hijos?*

Félix: *Mm sí, tú te acabas de dar cuenta de que han estado viniendo algunos papás, entonces, hee, se intenta siempre mantener el contacto con ellos para que estén enterados pero también es una situación que causa, que nos causa mucho conflicto porque son muchos jóvenes entonces hay en ocasiones en que nos rebasan e intentamos porque les damos su citatorio, intentamos que estén aquí, pero, mm son muchos alumnos, tenemos que ir a sus casas en ocasiones ¿sí? porque ellos no, no les entregan los citatorios, los esconden o luego les dicen cinco minutos antes de salir y luego el papá a veces ya no puede ¿no? pero... sí se hace.*

Berenice: ¿Qué es Orientación Educativa?

Félix: *¿Qué es la orientación educativa? mira, la teoría es una cosa pero aquí la práctica es otra, las escuelas federales trabajan de, de una manera y aquí esto mm no sé quién lo, quién lo creo porque en un inicio no había orientación educativa en escuelas estatales y como estáá creado aquí es para atender a dos grupos en todas las cuestiones administrativas, has tu de cuenta que eres un secretario, un secretario así quee mecanógrafo casi casi ¿no? porque tienes que llevar en cuenta las , las calificaciones, he, estar chocando cada año la entrega, que esté bien, no te puede equivocar porque ya te pusieron un ¿extrañamiento? ¿sí? entonces eso nos quita mucho tiempo he, con el trabajo técnico con los muchachos ¿sí? hay ocasiones en que los abandonamos, este un, un ratote, ¿sí?, entonces, bueno regresando a la pregunta pues orientación educativa sería hee un espacio para atender o una teoría ¿no? para atender a los muchachos y encausarlos de la manera que más les convenga a ellos ¿no? utilizando las herramientas necesarias, la metodología.*

Berenice: ¿Cuáles son las funciones que lleva a cabo como orientador?

Félix: *Mm te decía tenemos así como que administrativas yy, las técnicas ¿sí? se supone que nosotros tenemos que estar con los muchachos pero, nos entretiene mucho ese, ese aspecto administrativo, entonces la funciones aquí en ésta escuela y en todas las estatales son muy variadas porque el orientador hace un poquito, es un poquito de todo, entonces tiene uno que esforzarse mucho para hacer las funciones que, que realmente he, nos preparamos ¿no? para lo que estudiamos.*

Berenice: ¿Qué actividades considera más importantes?

Félix: *Mmm, pues atender a los muchachos, estar al pendiente de que cumplan con sus tareas, estar al pendiente de quee se comporten de una manera en la cual he, les beneficie he, poder realizar sus actividades, esas.*

Berenice: ¿Dispone de cubículo para su trabajo?

Félix: *Mm pues mira aquí en esta escuela en un principio estábamos todos ahí como sardinas sí, todos en un pequeño salón, pero se han ido acomodando las situaciones, entonces como la escuela está así como que este, desparramada ¿sí? entonces tenemos este, ese problema si estamos encerrados en un solo*

*cuábulo pues nos quedan los grupos muy he, muy lejos y afortunadamente ahorita ya cada uno de nosotros está con los grupos que le corresponden ¿verdad? muy cerca, aún lado o como es mi caso en medio ¿no? de los dos.*

Berenice: *¿Cuenta con el material suficiente y necesario para llevar a cabo su trabajo?*

Félix: *Te decía que vamos, hee, comprando material ¿sí? en ocasiones la, la escuela llegan a proponerle a, a la directora un material nuevo o algún compañero este trae alguna novedad la cual vamos pues teniendo ¿no? o vamos este haciendo esa colección y pues yo no diría que tenemos todavía pero, algo ¿no? algo tenemos para defendernos.*

Berenice: *¿Qué es Autoestima?*

Félix: *Autoestima, pues es que una persona, mm se quiera por lo que es, se quiera por lo que es y que amm independientemente lo que tenga como sea su cuerpo, este lo vean los demás hermoso ó ó feo ó chaparrito o gordo pues que él se quiera y que pueda hacer sus actividades diarias.*

Berenice: *¿Sabe si sus alumnos presentan problemas de baja autoestima?*

Félix: *Sí, sí sí, hay muchos alumno que, el, los adolescentes y ya desde antes he, amm... ¿cómo se dice? se agreden mucho, se lastiman mucho ¿sí? inclusive adentro de las clases, si algún compañero no es muy bueno, he, los compañeros se ofenden, hay niños que tienen miedo a, a participar porque los demás les hacen burla, pero no, aunque no se da mucho eso de todas maneras cuando no hay maestro sí, los, los alumnos se están ofendiendo se están diciendo he, muchas groserías.*

Berenice: *¿Ha aplicado algún test o cuestionario para saber el nivel de autoestima de sus alumnos?*

Félix: *Mmmm, no, últimamente no he, lo que hemos utilizado más bien han sido sobre, sobre habilidades, ése, éste aspecto lo hemos dejado.*

Berenice: *¿Emplea actividades para mejorar la autoestima en sus alumnos?*

Félix: *El material lo tienen, ¿sí?, entonces, se utiliza, se hace, pero igual, te repito, una cosa es la teoría y otra cosa es la práctica ¿no? necesitamos estar con ellos vigilándolos constantemente para que no se ofendan porque, esta cañón, esta cañón.*

Berenice: *¿Cómo cree que repercute su labor en la formación de los alumnos?*

Félix: *Mm, pues como dijeran por ahí algún material, es una ayuda, es una ayuda, nosotros estamos aquí para auxiliarlos ¿sí? para vigilar que estén cumpliendo con sus cosas, y si no van dentro de lo que consideramos el camino adecuado pues tratamos de encausarlos en, platicando con ellos y en ocasiones platicamos con,*

*con los papás y en ocasiones es necesario directivos, este, papás, nosotros y los jóvenes ¿no? y en ocasiones pues los tenemos que mandar inclusive al psicólogo para que nos den una ayudadita.*

Berenice: *¿Sugeriría algo para mejorar el servicio de Orientación?*

Félix: *Hay, pues en ésta escuela lo que necesitamos como te comentaba es un poquito de más tiempo ¿sí? porque hay ocasiones en que nos vemos he, enfrascados en, en lo administrativo pero, pues ahí vamos.*

## **SEGUNDA ENTREVISTA.**

Entrevistador: *¿Cuál es su nombre?*

Entrevistado: *Mi nombre es Raúl Milton Ramírez Velarde.*

Berenice: *¿Cuántos años tiene?*

Raúl: *Treinta y cuatro años.*

Berenice: *¿Cuál es su formación profesional?*

Raúl: *Tengo la licenciatura en ciencias sociales.*

Berenice: *¿Cuántos años lleva laborando?*

Raúl: *Once.*

Berenice: *¿Cuántos años lleva laborando como orientador?*

Raúl: *Once, once años.*

Berenice: *¿En qué niveles educativos ha trabajado como orientador?*

Raúl: *En educación básica que es educación secundaria.*

Berenice: *¿Cuántos grupos atiende?*

Raúl: *Dos.*

Berenice: *Tiene expediente de los alumnos?*

Raúl: *Sí.*

Berenice: *¿Es individual?*

Raúl: *Es individual.*

Berenice: *¿Da sesiones de orientación a los alumnos?*

Raúl: *He, solamente cuando los maestros no vienen por x y razones es cuando nosotros entramos a, a dar sesiones.*

Berenice: *¿Con que frecuencia?*

Raúl: *Pues, o sea nada más cuando falta un maestro, o sea puede ser una vez a la semana ó dos veces a la quincena o en una semana tres veces, según los, o sea cuando no vienen los maestros es cuando nosotros podemos entrar al grupo.*

Berenice: *¿Qué temas aborda con sus alumnos?*

Raúl: *Pues abordamos valores, este, hábitos de estudio, este, habilidad verbal, habilidad matemática, este, autoestima, pues son los temas más frecuentes, este.*

Berenice: *¿Cómo detecta a los alumnos con bajo aprovechamiento?*

Raúl: *Este, pues, se les hacen exámenes bimestrales, en este caso desde el primer bimestre pues nos arrojan sus, sus calificaciones y ahí empezamos a detectar, quienes son los alumnos que empiezan a reprobar para este, pues hacemos reuniones con los papás entonces desde ese momento detectamos quienes son los que empiezan a salir mal y juntamente con los papás pues ponemos algunas estrategias para que no vuelva a suceder.*

Berenice: *¿Trabaja en equipo con los docentes?*

Raúl: *Sí, tenemos reuniones, de academia.*

Berenice: *¿Cuáles son los problemas que más presentan los alumnos?*

Raúl: *Pues, los problemas de los alumnos, pues es, este, pues no tienen una identidad ¿no? y detectamos que lo tienen por problemas familiares o desintegración familiar o sea que es, lo que con más frecuencia se, se da aquí y, en algunos casos la situación económica o sea que son de bajos recursos.*

Berenice: *¿Cómo orienta a los alumnos para mejorar su conducta?*

Raúl: *Pues, en este caso pues también seríamos un ejemplo nosotros como orientadores, o sea desde nuestra forma de vestir, de actuar, este, y pues les damos consejos, les damos algunas este, algunas pláticas, en este caso algunas lecturas también de, de superación personal, entonces pues prácticamente con esto vamos pues apoyándolos a ellos.*

Berenice: *¿Comenta a padres de familia sobre problemáticas que presentan sus hijos?*

Raúl: *Sí, en las sesiones o sea hay reuniones cada bimestre y también se les da una plática a ellos, o sea de, pues se comentan algunas lecturas, en este caso de superación o integración familiar, entonces también este, cada año se dan algunas sesiones de escuela para padres y también se atacan esos problemas.*

Berenice. ¿Qué es Orientación Educativa?

Raúl: *Pues orientación edu, educativa pues encierra este pues muchas cosas ¿no? desde su presentación personal, valores, autoestima, este, pues todo eso es lo que, lo que encierra lo que es orientación educativa ¿no? su aprovechamiento, todo.*

Berenice: ¿Cuáles son las funciones que lleva a cabo como orientador?

Raúl: *Las funciones es desde revisar de su uniforme, este, que sean puntuales, que porten su credencial, hee, ver este su aprovechamiento, ¿sí? este hay veces que ve, notamos chicos que pues, pues presentan otras, otras cosas, entonces pues luego, luego les preguntamos, ellos nos platican y hay veces que tienen problemas y pues entonces uno es cuando actúa para pues apoyarles.*

Berenice: ¿Qué actividades considera más importantes?

Raúl: *¿Qué actividades? pues, ahorita, sería este, pues su conducta de ellos ¿no? en este caso esta en segundo, la razón a lo mejor es la etapa más difícil, en que pues ellos este, no saben a dónde ¿no? ni para allá ni para acá, pero, o sea, uno ahí es para encontrarles, o más bien para ayudarles a encontrar a ellos su identidad ¿no? o sea que pues que no copien o imitaciones a veces de personajes sino que pues los ubicamos un poquito a, a donde nosotros nos es posible y que ellos vayan viendo pues la realidad, simplemente pues que ellos se vayan identificando, este, que ellos son únicos e irrepetibles y que pues ellos deben de, pues ya de ir detallando su personalidad propia.*

Berenice: ¿Dispone de cubículo para su trabajo?

Raúl: *Pues en este caso pues es este, que estamos dos o tres orientadores.*

Berenice: ¿Cuenta con el material suficiente y necesario para llevar a cabo su trabajo?

Raúl: *Pueees, a grandes rasgos, pues lo elemental pues sí lo tenemos, faltarían algunas cosas, pero pues con lo que tenemos con eso trabajamos.*

Berenice: ¿Qué es Autoestima?

Raúl: *Pues la autoestima es primeramente, es aceptarse uno como, como es, tal cual es y pues a partir de ahí, pues es aceptarnos y a lo mejor los defectos o lo que tengamos pues también tenemos otras cualidades y esas sabes que hay que, hay que ver que el alumno pues las eleve ¿no?.*

Berenice: ¿Sabe si sus alumnos presentan problemas de baja autoestima?

Raúl: *Pues, pues sí, osea algunos los detectamos, al les hacemos una, este, ficha biopsicosocial, y pues ahí nos arroja, o sea es un cuestionario a donde viene completo y pues ahí nos damos cuenta de que muchas personas pues si tienen*

*su autoestima baja, por lo que hay desintegración familiar, este, no los atienden, hay alcoholismo, drogadicción, entonces pues es todo eso, pues desde la casa los, les bajan la autoestima.*

Berenice: *¿Ha aplicado algún test o cuestionario para saber el nivel de autoestima de sus alumnos?*

Raúl: *Pues hee, pues hee sí, si lo hacemos ¿no?, si se les aplican algunos test y algunos cuestionarios.*

Berenice: *¿Emplea actividades para mejorar la autoestima en sus alumnos?*

Raúl: *Si, tenemos una antología y de ahí ya, pues, pues ellos van contestando las actividades, y pues nosotros nos vamos, les revisamos y nos damos cuenta.*

Berenice: *¿Cómo cree que repercute su labor en la formación de los alumnos?*

Raúl: *¿Cómo creo que repercute mi labor?, pues, pues, o sea en este es definitiva ¿no? sí repercute porque de tal manera como yo sea como orientador pues de mi presentación personal, la exigencia y que ellos me vean igual, pues entonces yo creo que si es impactante ¿no? o sea, o sea, es definitivo aquí trabajamos con seres humanos, aquí no podemos decir mentiras ¿no?.*

Berenice: *¿Sugeriría algo para mejorar el servicio de Orientación?*

Raúl: *Pues, prácticamente pues, es eso es personal, ya cada quien, cada orientador este, pues va a desempeñar su función realmente o no la desempeña yo así le hago, eso ya es personal ¿no?.*

## **Resultados de las entrevistas**

La finalidad de las entrevistas realizadas a los orientadores fue saber como llevan a cabo su labor educativa, sus condiciones de trabajo, sus conocimientos sobre el tema de autoestima y si se han percatado de que exista algún problema de autoestima en sus alumnos.

Es importante destacar que uno de los orientadores: Raúl Milton Ramírez, es empírico o semiprofesional ya que no cuenta con la formación psicopedagógica (aunque tenga cierta experiencia), esto es un reflejo de la captación de personal en ese nivel educativo, lo cual denota que la orientación educativa es poco apreciada en el nivel secundaria.

Los dos orientadores dicen que si llevan expediente de los alumnos, aunque uno dice llevarlo de manera individual y otro de manera grupal, debido a la gran utilización de material, ambos atienden a dos grupos y dan sesiones solo cuando algún profesor no asiste, ya que solo tienen un horario establecido para orientación en el tercer grado.

En cuanto a los temas que abordan están: valores, hábitos de estudio, habilidad verbal, habilidad matemática, autoestima, aunque un orientador dice que aborda los temas de un programa, que aunque no está aprobado por la SEP él si los maneja.

La manera como detectan el bajo aprovechamiento en los alumnos es: para uno con los indicadores que le presentan los profesores al término de cada bimestre y para otro con exámenes que se realizan igual bimestralmente.

Uno de los orientadores dice que si trabaja en conjunto con los profesores, aunque es un poco complicado para él debido a las diferentes materias y a la diferente manera de trabajar y el otro dice que si trabaja en conjunto con ellos porque hacen reuniones.

Los problemas que más detectan en los alumnos son la irresponsabilidad, la falta de identidad, los problemas familiares. Y la manera como orientan a los alumnos a mejorar su conducta es variada, uno de ellos dice que los motiva, aunque la manera como lo hace es mediante algunos papelitos que son como “prerreportes” para hacerles ver a los alumnos que van acumulando reportes; y el otro profesor dice que la mejor manera es a través del ejemplo que él les da, mostrando su manera de actuar, de vestir, etc., además de darles consejos y pláticas.

Ambos orientadores hacen saber a los padres sobre las problemáticas que presentan sus hijos, en el caso de uno lo hace de manera personal, citando a los padres de familia y el otro lo hace en reuniones bimestrales con todos los padres, además que en ellas da pláticas y lecturas a los padres.

En cuanto al concepto que dan de orientación educativa, para uno “es un espacio o una teoría para atender a los muchachos y encausarlos de la manera que más les convenga, utilizando las herramientas necesarias y la metodología”. Y para el otro “es un concepto que encierra muchas cosas, desde la presentación personal, valores, autoestima, aprovechamiento”.

Las funciones que llevan a cabo como orientadores son: para uno administrativas y técnicas y para otro desde revisar del uniforme de los alumnos, su puntualidad, el porte de su credencial y revisar su aprovechamiento. Y las que consideran más importantes son: revisar que cumplan con las tareas, estar al pendiente del comportamiento de los alumnos y que realicen sus actividades y ayudarles a los alumnos en la búsqueda de su identidad.

Ambos orientadores dicen que si disponen de cubículo para llevar a cabo su trabajo. Y en cuanto al material, los dos dicen que cuentan con el necesario para llevar a cabo su trabajo.

El concepto que tienen de autoestima es: uno dice que “es que una persona se quiera por lo que es y poder realizar sus actividades”. Y para el otro “es aceptarse uno tal cual es, ver los defectos y cualidades”. Ambos orientadores han detectado en sus alumnos un bajo nivel de autoestima, el cual es generado en la misma institución y por problemas familiares.

Uno de los orientadores no ha aplicado test o cuestionarios de autoestima, mientras que el otro dice que si ha aplicado test y cuestionarios. Aunque ambos orientadores si llevan a cabo algunas actividades utilizando una antología, para mejorar la autoestima de los alumnos.

Para ambos orientadores la manera en como repercute su labor en la formación de los alumnos es importante, ya que su manera de laborar en la educación de los alumnos se refleja en su manera de actuar.

## 2.8. Resultados de los cuestionarios

- **Cuestionarios de alumnos**

El cuestionario fue aplicado a 2 grupos de segundo grado del turno vespertino de la Escuela Secundaria Oficial No. 0316 “José María Pino Suárez”. Siendo un total de 78 alumnos, 34 hombres y 44 mujeres entre los 13 y 15 años.

La mayoría de los alumnos, es decir el 37% no sabe el concepto de orientación educativa, lo cual significa que los orientadores no les dan a conocer los conceptos básicos de orientación. Solo el 18% se acerca más a la respuesta correcta al considerar a la orientación como una ayuda.

Es importante que el orientador trate de abarcar los temas que puedan presentar un problema para los alumnos en cuanto a su desarrollo, como es el caso de la autoestima, ya que de nuestra muestra de alumnos el 39% no sabe lo que es autoestima y el 30% tienen la idea errónea de que es un estado de ánimo y solo el 30% saben lo que es la autoestima.

La mayoría de los alumnos se describen de una manera positiva, aunque eso no significa que tengan una autoestima positiva pues hay más factores que pueden denotar lo contrario. Además de que no se deben descartar a los alumnos que no pudieron describirse y los que lo hacen de manera incompleta.

Cincuenta alumnos creen conocerse bien a sí mismo y veintiocho no creen conocerse bien a sí mismos. De esta manera verificamos que a los adolescentes les cuesta trabajo aceptar que está cambiando su cuerpo y que a veces por temor a ello no se exploran por lo tanto no se conocen bien.

Las relaciones interpersonales juegan un papel importante en la autoestima, el hecho de que una persona tenga buena relación con los demás implica el sentirse aceptada y el hecho contrario trae como consecuencia que la persona se sienta sola, no querida ni aceptada por los demás. Solo el 36% de los alumnos

considera tener una buena relación con sus compañeros. Es durante la adolescencia donde el grupo de iguales juega un papel importante; aunque, dos alumnos no son aceptados por su grupo de amigos y veinte no saben si los aceptan como son.

El 73% de los alumnos ha recibido alguna crítica de sus compañeros, profesores u orientadores. Muchas veces durante la adolescencia por el hecho de que se presenten cambios físicos puede generar que los compañeros hagan algún tipo de burla o mal comentario, estas críticas se presentan más entre alumnos pero también de profesores a alumnos, lo cual puede traer como consecuencia que el alumno presente una baja autoestima.

Aunque no es bueno el hecho de hacer cosas que no nos agradan solo para sentirnos aceptados, 24% de los alumnos han hecho cosas que no les agradan para que los acepten sus compañeros.

El 41% de los alumnos de la muestra han pensado en cambiar su apariencia, por lo que se deduce que pueden presentar una autoestima negativa, pues no se valoran ni se aceptan como son.

En cuanto al papel de la familia:

La comunicación en la familia es muy importante, y es algo que debemos destacar, ya que el 32% de los alumnos considera que la comunicación con su familia no es buena. Además el 67% de los alumnos con poca frecuencia o nunca recurren con sus padres cuando tienen algún problema, esto puede relacionarse con el hecho de que no existe una buena comunicación con su familia, pues al no recurrir a sus padres no habrá comunicación con ellos. Al igual que el 18% de los alumnos dice que solo reciben ayuda de sus padres algunas veces o nunca.

La mayoría de los alumnos, es decir el 62% dice que al menos una vez a la semana pasa tiempo con su familia, esto ayuda a que el adolescente tenga mayor

comunicación y confianza con su familia para platicar sobre sus problemas o inquietudes.

En cuanto al papel del orientador:

El 57% de los alumnos dicen que sólo algunas veces acuden con su orientador cuando tiene algún problema, el 38% dice que nunca acude con su orientador y sólo el 5% dice que siempre lo hace. Esto nos indica que tal vez el orientador no le da la suficiente confianza al alumno para que se acerque a él, pues son muy pocos quienes acuden al orientador cuando tienen algún problema.

El orientador debe proporcionar la ayuda necesaria al alumno cuando éste la requiera, aunque más del 50% de los alumnos que recurre con el orientador no reciben la ayuda necesaria.

Aunque en segundo grado de secundaria no se imparte la materia de orientación, el orientador puede impartir clase cuando algún profesor no asista; el 41% de los alumnos dice que el orientador no les dedica ninguna hora para darles clase, el resto de la muestra dice que si les imparte clase el orientador de una a dos horas o más a la semana. Aunque solo el 10% dice que el orientador sí abarca temas que les interesan, y la mayoría dice que solo algunas veces o nunca el orientador abarca temas que son de su interés.

El 15% de los alumnos dice que el orientador no les ha aplicado algún test o cuestionario sobre autoestima.

Es importante que el orientador lleve a cabo un control sobre el aprovechamiento escolar de cada alumno mediante algún expediente para detectar si existe algún problema de bajo aprovechamiento en sus alumnos y si son generados por otros problemas, como por ejemplo una autoestima negativa, ya que ésta puede ser causa de varios problemas educativos; aunque un 55% de los alumnos dice que el orientador si lleva expedientes, el 45% dice que no o que no saben si su orientador tiene expediente de ellos.

El 52% opina que su orientador sí realiza bien su trabajo, aunque también un porcentaje importante de ellos dice que no o que no saben si lo hace bien, lo cual nos puede indicar que tal vez el orientador necesita mejorar su técnica de trabajo con sus alumnos, pues su labor es ayudar al alumno con problemas que puedan afectar su aprendizaje.

La relación orientador-alumno es necesaria e importante para detectar y solucionar problemas que puedan afectar al alumno en su desarrollo y aprendizaje, para esto los alumnos consideran que para mejorar su relación con su orientador podrían aumentar su comunicación, cambiar su actitud, mejorar su educación, aunque hay quienes dicen que el orientador debe escucharlos y atenderlos y ocho dicen que no es necesario hacer nada ya que es buena la relación.

- **Cuestionarios de padres de familia**

El cuestionario fue aplicado a los padres de familia de los 2 grupos de alumnos de segundo grado, en una junta para firma de boletas que fue organizada por el orientador y donde solo asistieron 65 padres de familia, 16 hombres y 49 mujeres, con edades entre 29 y 60 años.

De los 65 padres de familia encuestados, treinta y siete son casados(as), once viven en unión libre, seis son divorciados(as), cinco son viudos(as), cuatro separados(as) y dos son solteros(as). Para el adolescente, el hecho de que los padres vivan juntos es importante, al menos en el grado de que exista una buena relación, pues pueden ayudar a que el adolescente no presente tantos problemas en cuanto a aspectos psicológicos, sociales y educativos.

De los 65 padres y madres de familia que contestaron el cuestionario, veintiséis de ellas son amas de casa, veinte son comerciantes por su cuenta, ocho son obreros siete son empleados de empresa particular y los cuatro restantes se dedican a otras ocupaciones. Esto nos puede indicar el nivel económico en el que

se encuentran las familias de los alumnos. Las familias se encuentran en un nivel medio, pues sólo once padres de familia ganan más de \$2,500 quincenales.

El 50% de los padres de familia, considera a la adolescencia como una etapa de cambios, el 28% dice que es una etapa normal y el 22% opina que es una etapa complicada. Para algunos padres el tener hijos adolescentes parece ser muy complicado, pues les es difícil comprender esta etapa y los cambios que van presentando sus hijos. Sólo el 15% de los padres se reúne diario para platicar con la familia.

El hecho de que los jóvenes pasen mucho tiempo viendo la televisión genera cierta influencia para ellos, ya que les proyecta mucha mercadotecnia, ahora los adolescentes ya son controlados por los medios, pues ellos les estereotipan la moda de como vestir, como hablar, etc., logrando que el adolescente crea que lo que se proyecta es lo que la sociedad acepta y por lo tanto como el debe ser, esto lo perjudica al querer tener la imagen que imponen los medios y rechazarse como en realidad es, logrando así una baja autoestima. El 18% de los padres dice que sus hijos pasan más de 6 horas al día viendo televisión.

El 56% de los padres dice que solo algunas veces o nunca sus hijos platican con ellos cuando tienen algún problema. Y el 63% dice que acuden a ellos con poca frecuencia. Cuando existe buena comunicación con la familia, los hijos con frecuencia pueden recurrir a los padres cuando tienen algún problema en la escuela, pero el 51% no se entera por sus propios hijos de sus problemas, sino más bien por otras personas, lo que nos indica nuevamente un problema de comunicación familiar.

El 53% de los padres de familia dicen que sus hijos si les han comentado que quisieran cambiar su apariencia física, lo cual nos indica que no se aceptan y no se sienten a gusto como son, es decir existe el problema de la baja autoestima.

El 57% de los padres dicen que sus hijos no presentan problemas en la escuela, aunque una cantidad importante nos indica que si.

El 51% de los padres de familia considera que sus hijos si tienen una buena relación con sus compañeros. El 42% de los padres de familia encuestados han notado que sus hijos si han hecho cosas que no les agradan para ser aceptados.

El 66% de los padres de familia consideran que sus hijos sí reciben la ayuda necesaria por parte del orientador, aunque no debemos descartar que el 9% dice que no y el 28% no saben si sus hijos reciben la ayuda necesaria. El 75% de padres de familia ni siquiera saben si sus hijos cuentan con algún expediente. El 22% dice que no acuden con el orientador para saber sobre el seguimiento de sus hijos, y la mitad de los padres sólo acuden con el orientador cuando él los llama, y sólo el 28% si acude por iniciativa.

El 69% de los padres de familia se presentan con el orientado por que sus hijos presentan mala conducta o bajo promedio, sólo el 31% lo hace por firma de boletas o saber las calificaciones de sus hijos, lo cual indica que cierta población de alumnos presenta problemas en la escuela, los cuales pueden ser generados por un problema de baja autoestima.

La mayoría de los padres de familia, es decir el 67% considera que el trabajo del orientador ha sido bueno, aunque hay algunos que no lo consideran así.

El aplicar algún test de autoestima a los alumnos puede ayudar a saber si existe algún problema de autoestima, el 42% de los padres de familia dicen que no les han aplicado algún test de autoestima a sus hijos y el 49% no saben, sólo 6 padres de familia dicen que si se les ha aplicado algún test de autoestima a sus hijos. 13 padres de familia consideran que sus hijos tienen algún problema de autoestima y 21 de ellos no saben si sus hijos tienen algún problema de autoestima y sólo el 48% dice que sus hijos no tienen algún problema de autoestima, por lo tanto, nos damos cuenta que si existe el problema de baja autoestima.

- **Cuestionarios de orientadores**

El cuestionario fue aplicado a dos orientadores de segundo grado, del turno vespertino de la Escuela Secundaria Oficial No. 0316 “José María Pino Suárez”, y los seleccioné por que eran los que tenían tiempo disponible para contestar el cuestionario.

<p><i>Nombre:</i> Raúl Milton Martínez Velarde</p> <p><i>Edad:</i> 34 años</p> <p><i>Preparación profesional:</i> Licenciatura en ciencias sociales y profesor normalista</p> <p><i>Experiencia laboral:</i> Más de 10 años</p>	<p><i>Nombre:</i> Félix Núñez Fajardo</p> <p><i>Edad:</i> 49 años</p> <p><i>Preparación profesional:</i> Licenciatura en pedagogía y Lic. en educación primaria.</p> <p><i>Experiencia laboral:</i> Más de 10 años</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Orientación Educativa: “Encierra muchos aspectos, desde su presentación personal hasta su aprovechamiento, responsable, ser un buen ser humano”.</li> <li>- Asigna de una a dos horas a la semana para dar clase.</li> <li>- Las temáticas que aborda con los alumnos son: valores, autoestima, hábitos de estudio.</li> <li>- Sólo algunas veces sus alumnos acuden con él cuando tienen algún problema.</li> <li>- La convivencia entre alumnos es buena.</li> <li>- Los problemas que ha detectado en los alumnos, son: desintegración familiar, alcoholismo, drogadicción y vandalismo.</li> <li>- Sí lleva expediente de los alumnos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Orientación Educativa: “Es un campo del conocimiento humano que le permite al pedagogo auxiliar a sus alumnos a que se desarrollen en el área de sus intereses”.</li> <li>- Asigna más de dos horas a la semana para dar clase.</li> <li>- Las temáticas que aborda con los alumnos son: valores y habilidades.</li> <li>- Sólo algunas veces sus alumnos acuden con él cuando tienen algún problema.</li> <li>- La convivencia entre alumnos es buena.</li> <li>- Los problemas que ha detectado en los alumnos, son: incumplimiento de tareas, falta de respeto, desintegración familiar y alcoholismo.</li> <li>- Sí lleva expediente de los alumnos.</li> </ul>

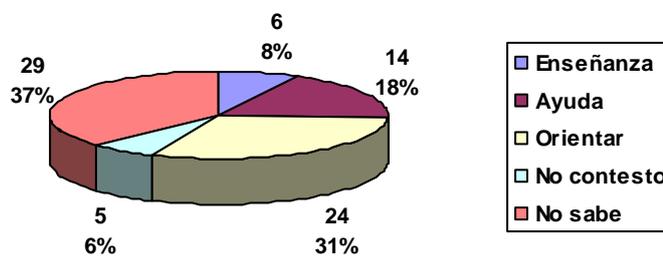
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Siempre comunica a los padres sobre los problemas educativos de sus hijos.</li> <li>- Algunas veces asesora a los padres de familia sobre los problemas que presentan sus hijos.</li> <li>- Autoestima: "Aceptarse como es uno a partir de ahí descubrir cualidades, virtudes, etc."</li> <li>- Sus alumnos presentan problemas de baja autoestima.</li> <li>- Sí ha aplicado algún cuestionario o test para saber el nivel de autoestima de los alumnos.</li> <li>- La manera de detectar si sus alumnos presentan baja autoestima es con el aislamiento, se agachan y no participan.</li> <li>- Las actividades que emplea para fortalecer la autoestima en los alumnos son: lecturas y pláticas con los padres.</li> <li>- Para elevar la autoestima en los adolescentes haría una antología de lecturas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Algunas veces comunica a los padres sobre los problemas educativos de sus hijos.</li> <li>- Siempre asesora a los padres de familia sobre los problemas que presentan sus hijos.</li> <li>- Autoestima: "Es la capacidad que tenemos las personas para reconocer nuestras diferencias con los demás, aceptarnos, querernos y poder desarrollarnos"</li> <li>- Sus alumnos presentan problemas de baja autoestima.</li> <li>- No ha aplicado algún cuestionario o test para saber el nivel de autoestima de los alumnos.</li> <li>- La manera de detectar si sus alumnos presentan baja autoestima es en el trabajo diario, al platicar con los alumnos o con sus compañeros o con los profesores o con los padres de familia.</li> <li>- Las actividades que emplea para fortalecer la autoestima en los alumnos son: lecturas sobre el tema haciendo análisis de las situaciones y comparándolo con la realidad.</li> <li>- Para elevar la autoestima en los adolescentes haría lecturas más fáciles y sencillas que tengan relación con los alumnos, motivar a los alumnos, buscar ejemplos.</li> </ul>
--	--

## 2.9. Gráficas

### CUESTIONARIO PARA ALUMNOS

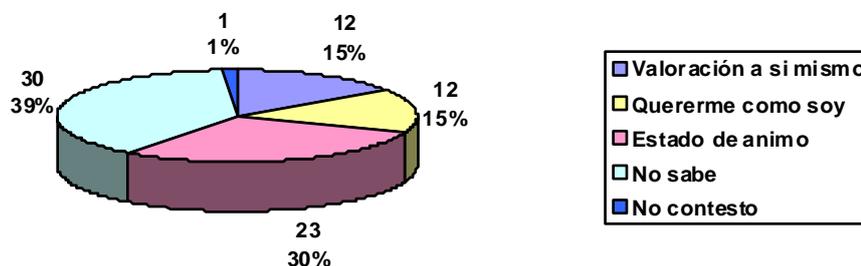
El cuestionario se aplicó a 2 grupos de segundo grado del turno vespertino de la Escuela Secundaria Oficial No. 0316 “José María Pino Suárez”, ubicada en Avenida Central s/n, en la Colonia San Lorenzo, municipio de Chimalhuacán, Estado de México. Siendo un total de 78 alumnos, 34 hombres y 44 mujeres entre los 13 y 15 años.

#### 1. ¿Qué entiendes por Orientación Educativa?



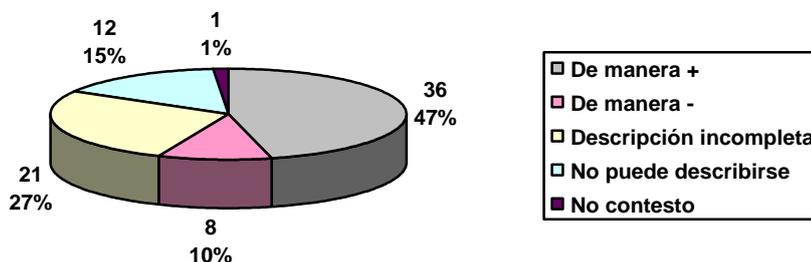
En esta gráfica nos damos cuenta que la mayoría de los alumnos, es decir el 37% no sabe el concepto de orientación educativa, lo cual significa que los orientadores no les dan a conocer los conceptos básicos de orientación, al menos la gráfica nos indica eso. Sin tomar en cuenta a los cinco que no contestaron, solo el 18% se acerca más a la respuesta correcta al considerar a la orientación como una ayuda.

#### 2. Para ti, ¿Qué es la autoestima?



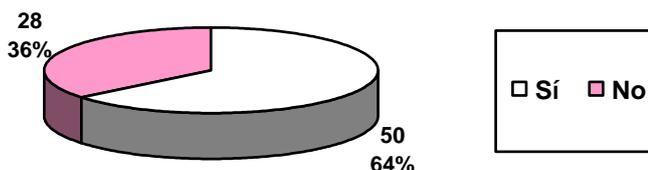
Es importante que el orientador trate de abarcar los temas que puedan presentar un problema para los alumnos en cuanto a su desarrollo, como es el caso de la autoestima, ya que de nuestra muestra de alumnos el 39% no sabe lo que es autoestima y el 30% tienen la idea errónea de que es un estado de ánimo y solo el 30% saben lo que es la autoestima.

### 3. ¿Cómo te puedes describir (física y psicológicamente)?



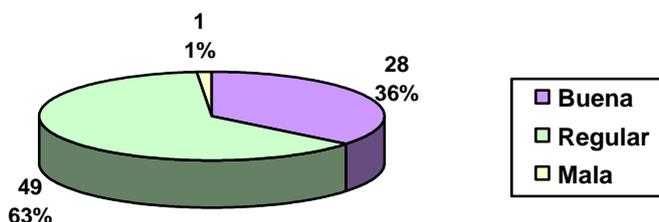
Al ser esta pregunta de forma abierta se generalizaron las respuestas que dieron los alumnos, y en su mayoría ellos se describieron de una manera positiva, aunque eso no significa que tengan una autoestima positiva pues hay más factores que pueden denotar lo contrario. Además de que no se deben descartar a los alumnos que no pudieron describirse y los que lo hacen de manera incompleta.

### 4. ¿Crees conocerte bien a ti mismo?



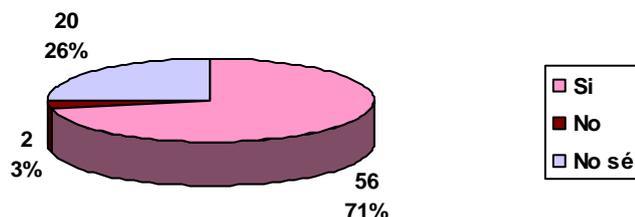
Cincuenta alumnos creen conocerse bien a sí mismo y veintiocho no creen conocerse bien a sí mismos. Mediante esta gráfica verificamos que a los adolescentes les cuesta trabajo aceptar que está cambiando su cuerpo y que a veces por temor a ello no se exploran por lo tanto no se conocen bien.

### 5. ¿Cómo es la relación con tus compañeros?



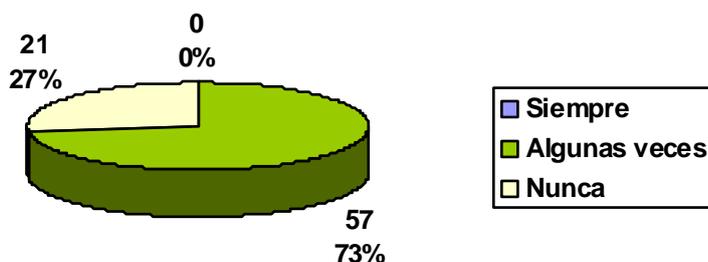
Las relaciones interpersonales juegan un papel importante en la autoestima, el hecho de que una persona tenga buena relación con los demás implica el sentirse aceptada y el hecho contrario trae como consecuencia que la persona se sienta sola, no querida ni aceptada por los demás. Solo el 36% de los alumnos considera tener una buena relación con sus compañeros.

## 6. ¿Tu grupo de amigos te acepta como eres?



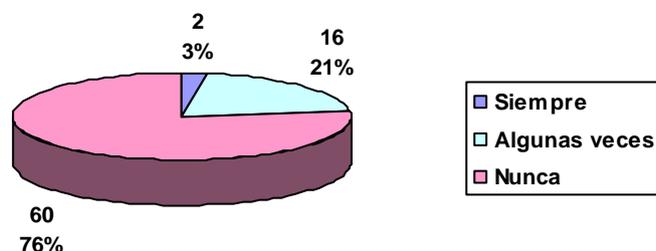
Es durante la adolescencia donde el grupo de iguales juega un papel importante. El hecho de que una persona se sienta aceptada como es por los demás implica que ella misma se acepte porque tiene aptitudes y habilidades que los demás aprecian de ella. En la gráfica vemos que 2 alumnos no son aceptados por su grupo de amigos y veinte no saben si los aceptan como son.

## 7. ¿Has recibido alguna crítica de tus compañeros, profesores u orientador?



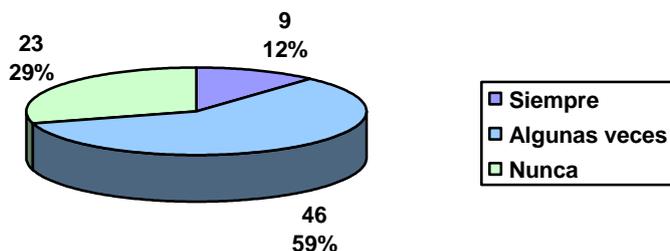
El 73% de los alumnos ha recibido alguna crítica de sus compañeros, profesores u orientadores. Muchas veces durante la adolescencia por el hecho de que se presenten cambios físicos puede generar que los compañeros hagan algún tipo de burla o mal comentario, estas críticas se presentan más entre alumnos pero también de profesores a alumnos, lo cual puede traer como consecuencia que el alumno presente una baja autoestima.

## 8. ¿Haces cosas que no te agradan para sentirte aceptado?



Como ya lo mencione el grupo de amigos es importante para el adolescente, y aunque no es bueno el hecho de hacer cosas que no nos agradan solo para sentirnos aceptados la gráfica nos muestra que si hay chicos que hacen cosas que no les agradan para que los acepten sus compañeros.

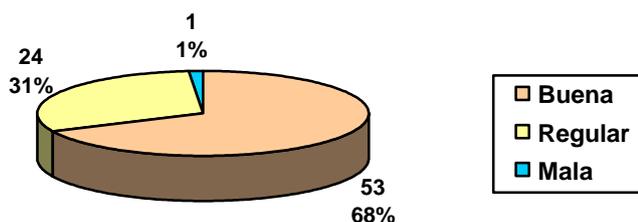
### 9. ¿Has pensado en cambiar tu apariencia física?



El hecho de querer cambiar la apariencia física denota el no estar a gusto con nuestro cuerpo. Los datos de la gráfica nos indican que casi la mitad de los alumnos de la muestra han pensado en cambiar su apariencia, por lo que se deduce que pueden presentar una autoestima negativa, pues no se valoran ni se aceptan como son.

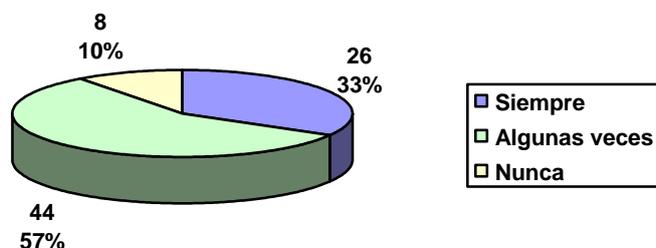
El papel de la familia también juega un papel importante en el desarrollo de la autoestima; las siguientes preguntas nos ayudaron a saber que tanto participan los padres en el desarrollo de sus hijos.

### 10. ¿Cómo es la comunicación con tu familia?



La comunicación en la familia es muy importante, pues se pueden detectar problemáticas que existan en los hijos. Mediante este recurso la familia es donde puede tener un mayor contacto con sus hijos y poder ayudarlos, por lo tanto, al no haber una buena comunicación no se sabrá si los hijos presentan problemas y menos se les podrá ayudar. Esto debemos destacarlo ya que un porcentaje importante considera que la comunicación con su familia no es buena.

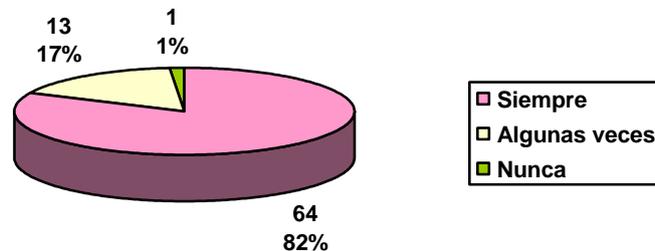
### 11. ¿Recuerdas a tus padres cuando tienes algún problema?



La gráfica nos indica que la mayoría de los alumnos con poca frecuencia o nunca recurren con sus padres cuando tienen algún problema, esto puede relacionarse

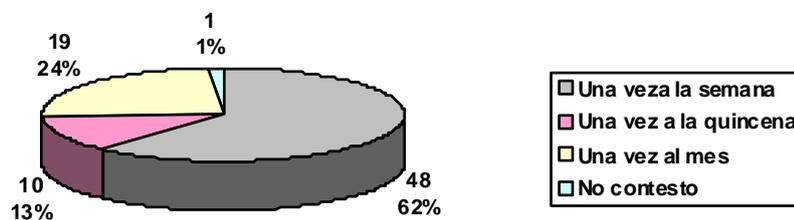
con el hecho de que no existe una buena comunicación con su familia, pues al no recurrir a sus padres no habrá comunicación con ellos.

### 12. ¿Recibes la ayuda necesaria de tus padres?



Aunque la mayoría de los alumnos dice que siempre reciben la ayuda de sus padres hay quienes solo la reciben algunas veces o nunca, este hecho implica que tan importantes son los hijos para los padres, y que tan importantes se sienten los hijos para sus papás; cuando no se le da la ayuda requerida al hijo adolescente con frecuencia se puede sentir no querido por ellos, argumentando: “si les importara me ayudarían”.

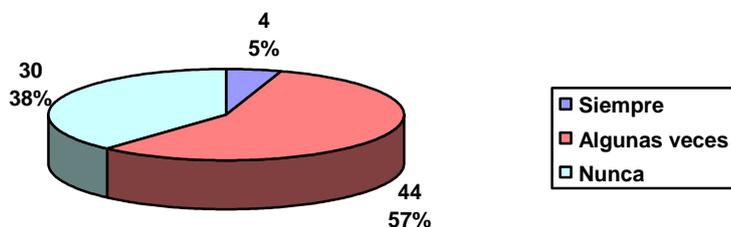
### 13. ¿Con qué frecuencia sales con tu familia?



Cuando se convive con la familia se puede demostrar el aprecio y el cariño hacia los integrantes, aunque en muchos casos cada integrante suele tener diferentes rutinas que les impide pasar tiempo con la familia. La mayoría de los alumnos dice que al menos una vez a la semana pasa tiempo con su familia, esto ayuda a que el adolescente tenga mayor comunicación y confianza con su familia para platicar sobre sus problemas o inquietudes.

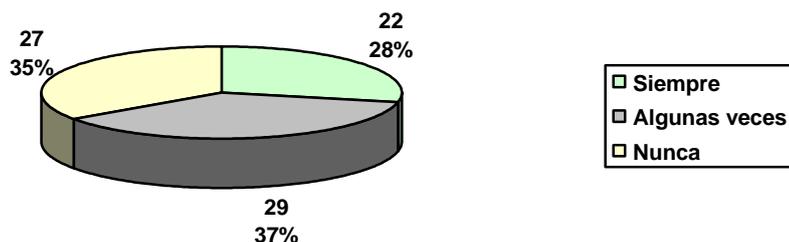
El papel del orientador es muy importante para ayudar al alumno a fortalecer su autoestima, ahora veremos que tanto actúa éste con respecto a los problemas del alumno.

**14. ¿Acudes a tu orientador(a) cuando tienes algún problema?**



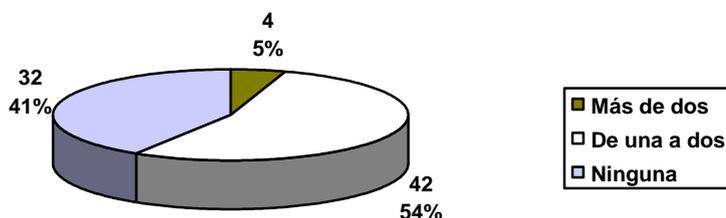
El 57% de los alumnos dicen que sólo algunas veces acuden con su orientador cuando tiene algún problema, el 38% dice que nunca acude con su orientador y sólo el 5% dice que siempre lo hace. Esto nos indica que tal vez el orientador no le da la suficiente confianza al alumno para que se acerque a él, pues son muy pocos quienes acuden al orientador cuando tiene algún problema.

**15. Cuando acudes con tu orientador(a), ¿Te ayuda a resolver tu problema?**



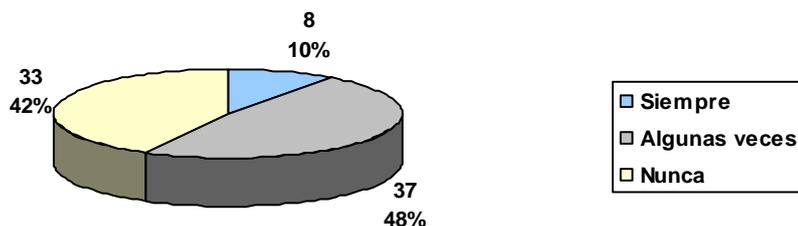
El orientador debe proporcionar la ayuda necesaria al alumno cuando éste la requiera, aunque la gráfica nos muestra lo contrario, ya que más del 50% de los alumnos aunque recurra con el orientador no les ayuda a resolver sus problemas.

**16. ¿Cuántas horas a la semana les dedica su orientador(a) para darles clase?**



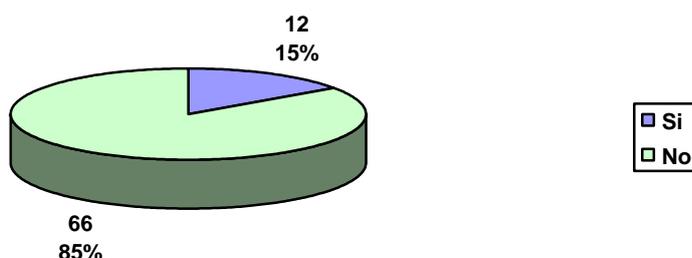
Aunque en segundo grado de secundaria no se imparte la materia de orientación, el orientador puede impartir clase cuando algún profesor no asista. En la gráfica se observa que la mayoría de los alumnos dice que el orientador no les dedica ninguna hora para darles clase, el resto de la muestra dice que si les imparte clase el orientador de una a dos horas o más a la semana.

**17. ¿Tu orientador(a) abarca los temas que te interesan?**



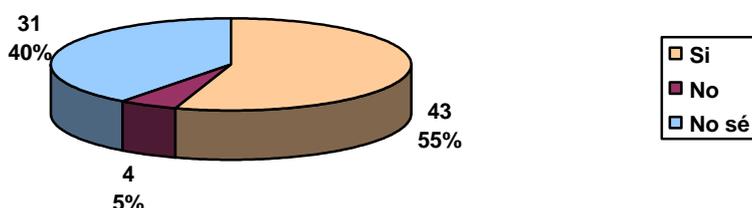
Es importante que el orientador abarque temas que son importantes para el adolescente pues de alguna manera ayudan a resolver sus dudas e inquietudes que presenta en este periodo. Del total de nuestra muestra sólo 8 alumnos dicen que el orientador sí abarca temas que les interesan, aunque la mayoría dice que solo algunas veces o nunca el orientador abarca temas que son de su interés.

**18. ¿Tu orientador(a) te ha aplicado algún cuestionario o test de autoestima?**



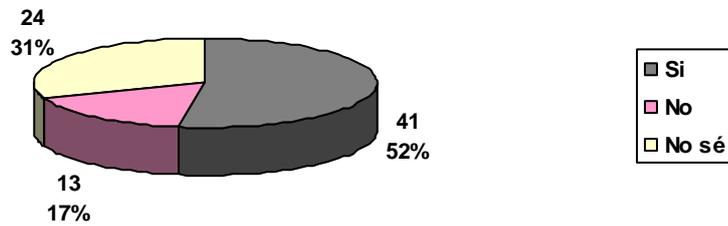
Para detectar si algún alumno presenta algún problema de autoestima el orientador puede aplicar algunos test a sus alumnos, en este caso la gráfica nos indica que el orientador no ha aplicado algún test a sus alumnos para poder saber si existe este problema.

**19. ¿Tu orientador(a) lleva algún expediente sobre tu rendimiento escolar?**



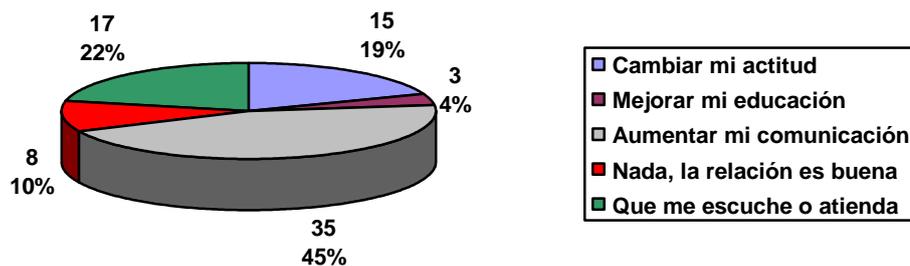
También es importante que el orientador lleve a cabo un control sobre el aprovechamiento escolar de cada alumno mediante algún expediente para detectar si existe algún problema de bajo aprovechamiento en sus alumnos y si son generados por otros problemas, como por ejemplo una autoestima negativa, ya que ésta puede ser causa de varios problemas educativos. La mayoría de los alumnos dice que el orientador si lleva expedientes aunque algunos dicen que no o que no saben si su orientador tiene expediente de ellos.

## 20. ¿Crees que tu orientador(a) realiza bien su trabajo?



La mayoría de los alumnos, es decir el 52% opina que su orientador sí realiza bien su trabajo, aunque también un porcentaje importante de ellos dice que no o que no saben si lo hace bien, lo cual nos puede indicar que tal vez el orientador necesita mejorar su técnica de trabajo con sus alumnos, pues su labor es ayudar al alumno con problemas que puedan afectar su aprendizaje.

## 21. ¿Qué harías para mejorar la relación con tu orientador?

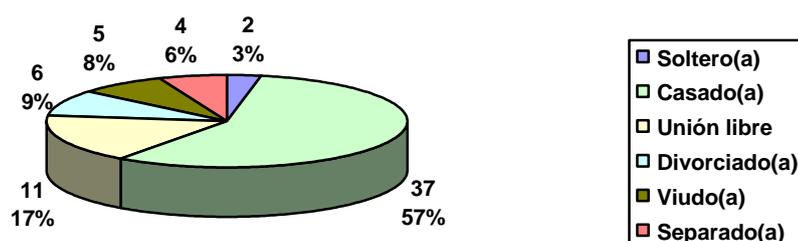


La relación orientador-alumno es necesaria e importante para detectar y solucionar problemas que puedan afectar al alumno en su desarrollo y aprendizaje, para esto los alumnos consideran que para mejorar su relación con su orientador podrían aumentar su comunicación, cambiar su actitud, mejorar su educación, aunque hay quienes dicen que el orientador debe escucharlos y atenderlos y ocho dicen que no es necesario hacer nada ya que es buena la relación.

## CUESTIONARIO PARA PADRES

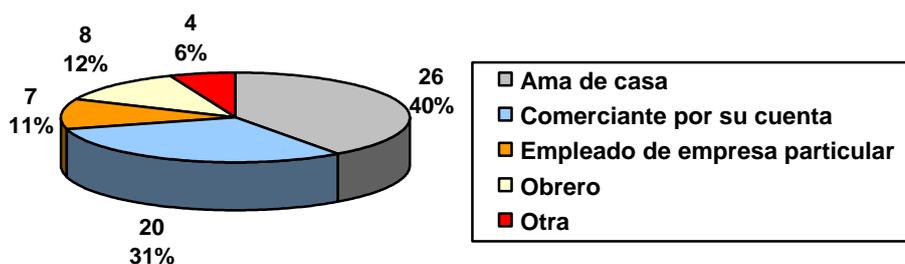
El cuestionario se aplicó a los padres de familia de los 2 grupos de alumnos de segundo grado, en una junta para firma de boletas que fue organizada por el orientador y donde solo asistieron 65 padres de familia, 16 hombres y 49 mujeres, con edades entre 29 y 60 años.

### 1. ¿Cuál es su estado civil?



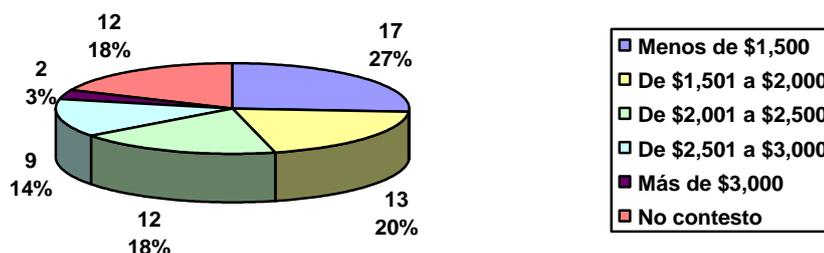
De los 65 padres de familia encuestados, treinta y siete son casados(as), once viven en unión libre, seis son divorciados(as), cinco son viudos(as), cuatro separados(as) y dos son solteros(as). Para el adolescente, el hecho de que los padres vivan juntos es importante, al menos en el grado de que exista una buena relación, pues pueden ayudar a que el adolescente no presente tantos problemas en cuanto a aspectos psicológicos, sociales y educativos.

### 2. ¿Cuál es su ocupación o empleo?



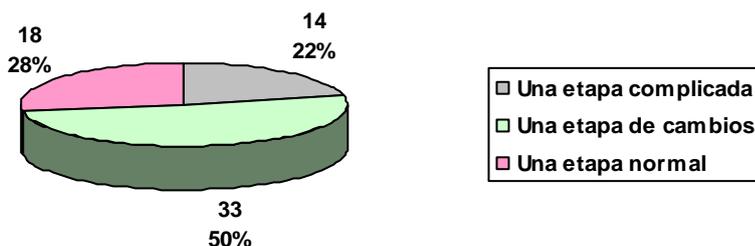
De los 65 padres y madres de familia que contestaron el cuestionario, veintiséis de ellas son amas de casa, veinte son comerciantes por su cuenta, ocho son obreros siete son empleados de empresa particular y los cuatro restantes se dedican a otras ocupaciones. Esto nos puede indicar el nivel económico en el que se encuentran las familias de los alumnos.

### 3. ¿Cuál es su salario quincenal?



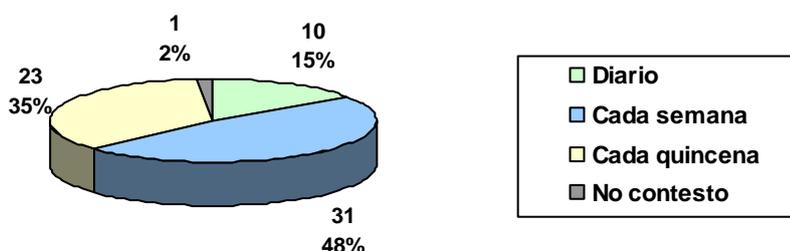
Ésta pregunta se hizo con el fin de saber cuál es el nivel económico en el que se encuentran las familias de los alumnos, aunque sólo podremos saber cuál es el salario de uno de los padres (en caso de que exista el otro), ya que regularmente solo asiste uno de los padres de familia a las reuniones, que con frecuencia es la mamá, a lo que se deduce que son las que no contestaron a la pregunta, pues la mayoría se dedica al hogar y no tienen un salario. De acuerdo a la gráfica, podríamos considerar que las familias se encuentran en un nivel medio, pues sólo once padres de familia ganan más de \$2,500 quincenales.

### 4. Para usted, la adolescencia es:



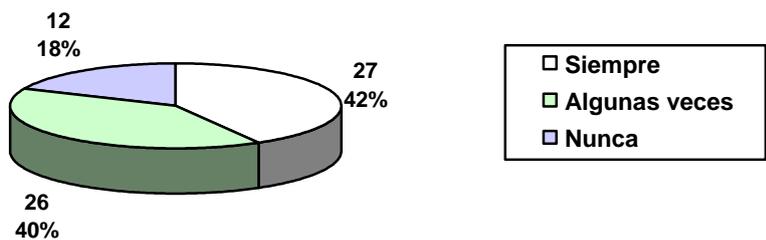
El 50% de los padres de familia, considera a la adolescencia como una etapa de cambios, el 28% dice que es una etapa normal y el 22% opina que es una etapa complicada. Para algunos padres el tener hijos adolescentes parece ser muy complicado, pues les es difícil comprender esta etapa y los cambios que van presentando sus hijos.

### 5. ¿Con qué frecuencia se reúne la familia para platicar sobre temas de interés para todos?



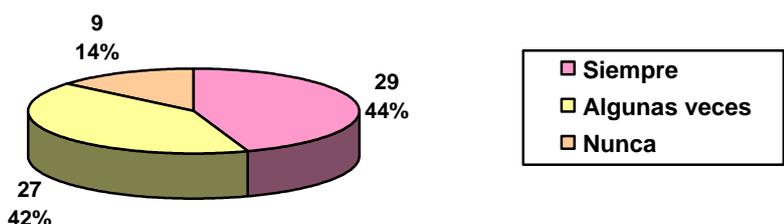
La comunicación es muy importante dentro de la familia, se pueden intercambiar ideas, dudas, inquietudes, etc., aunque como vemos en la gráfica, sólo el 15% se reúne diario para platicar con la familia.

**6. ¿Cuántas horas al día dedican a ver televisión sus hijos?**



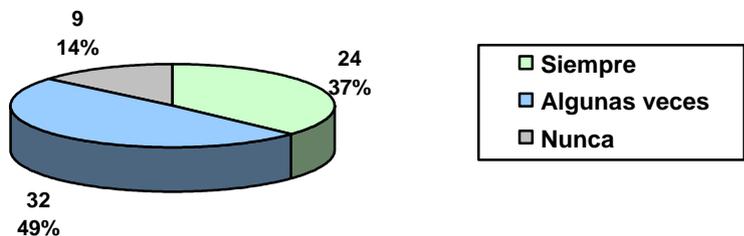
El hecho de que los jóvenes pasen mucho tiempo viendo la televisión genera cierta influencia para ellos, ya que les proyecta mucha mercadotecnia, ahora los adolescentes ya son controlados por los medios, pues ellos les estereotipan la moda de como vestir, como hablar, etc., logrando que el adolescente crea que lo que se proyecta es lo que la sociedad acepta y por lo tanto como el debe ser, esto lo perjudica al querer tener la imagen que imponen los medios y rechazarse como en realidad es, logrando así una baja autoestima.

**7. ¿Su hijo(a) platica con usted sobre sus problemas?**



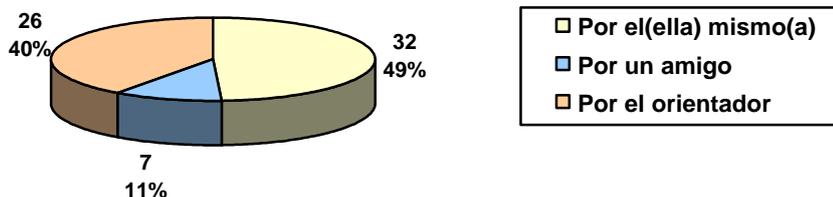
Los padres deben mantener una comunicación con sus hijos, deben generarles confianza para que se acerquen con ellos cuando tengan algún problema, aunque este no es el caso; en la gráfica podemos observar que la mayoría de los padres dice que solo algunas veces o nunca sus hijos platican con ellos cuando tienen algún problema.

**8. ¿Con qué frecuencia acude a usted su hijo(a)?**



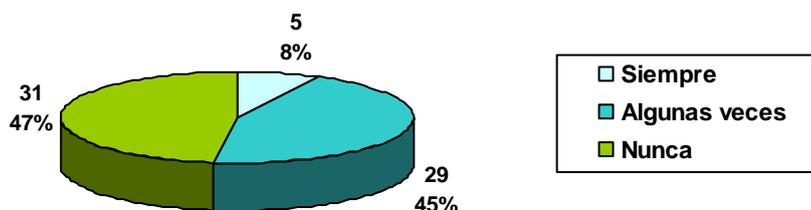
En cuanto a esta gráfica, la cual va muy relacionada con la pregunta anterior, nuevamente vemos que los padres reiteran que sus hijos casi no acuden con ellos, lo cual nos puede indicar que existe un problema de comunicación en la familia, además de que no existe la confianza suficiente para que los chicos se acerquen a los padres a comunicarles sus dudas o problemas.

**9. Si su hijo(a) tiene algún problema en la escuela, usted ¿Por quién se entera?**



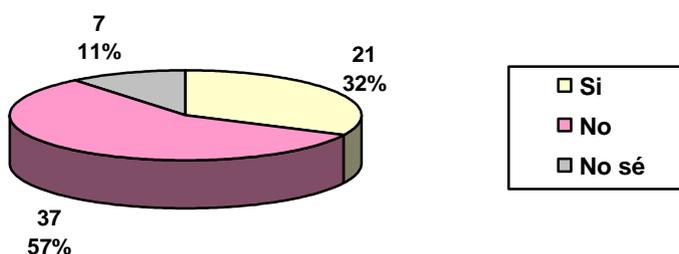
Cuando existe buena comunicación con la familia, los hijos con frecuencia pueden recurrir a los padres cuando tienen algún problema en la escuela, pero la gráfica nos indica que una cierta población no se entera por sus propios hijos de sus problemas, sino más bien por otras personas, lo que nos indica nuevamente un problema de comunicación familiar.

**10. ¿Alguna vez su hijo(a) le ha comentado que quisiera cambiar su apariencia física?**



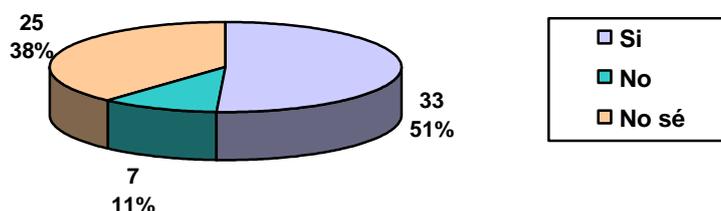
El no quererte o no aceptarte como eres puede ser un indicador de baja autoestima, el 53% de los padres de familia dicen que sus hijos si les han comentado que quisieran cambiar su apariencia física, lo cual nos indica que no se aceptan y no se sienten a gusto como son, es decir existe el problema de la autoestima negativa.

**11. ¿Su hijo(a) adolescente presenta problemas en la escuela?**



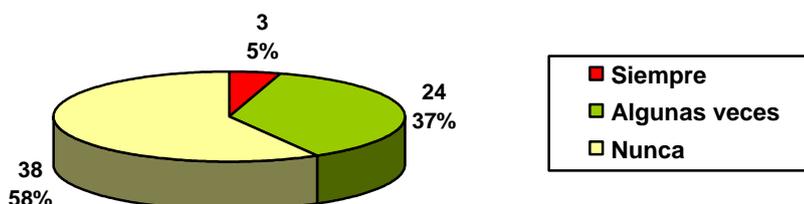
La mayoría de los padres dicen que sus hijos no presentan problemas en la escuela, aunque una cantidad importante nos indica que si; cuando existen problemas en la escuela estos pueden perjudicar el desarrollo de la personalidad del adolescente. Y nuevamente notamos que existe un problema de comunicación al existir un porcentaje de padres de familia que no saben si sus hijos presentan problemas en la escuela.

## 12. ¿Su hijo(a) tiene buena relación con sus compañeros?



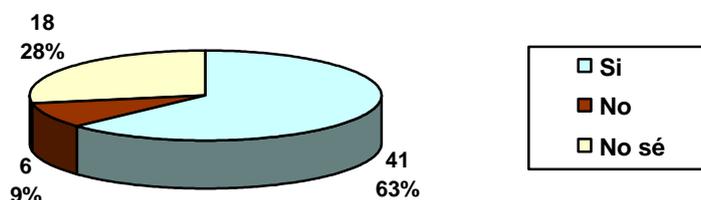
Las relaciones interpersonales durante la adolescencia son importantes; los adolescentes se pueden sentir aceptados por sus compañeros cuando existe una buena relación con ellos, los padres de familia consideran en su mayoría que sus hijos si tienen una buena relación con sus compañeros.

## 13. ¿Su hijo(a) ha hecho cosas que no le agradan para que lo acepten sus compañeros?



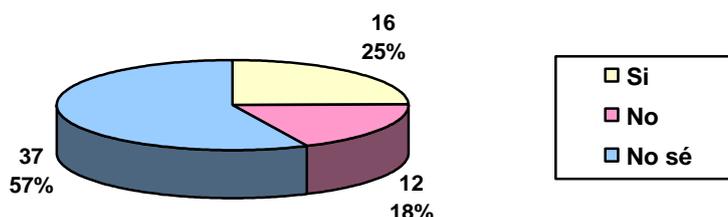
Cuando una persona quiere pertenecer a un grupo social a veces hace cosas que no le agradan para que sea aceptado; es el caso de los adolescentes, pues muchos al sentirse solos buscan pertenecer a un grupo de amigos y con tal de ser aceptados hacen cosas que no les gustan. Casi la mitad de los padres de familia encuestados han notado que sus hijos si han hecho cosas que no les agradan para ser aceptados.

## 14. ¿Su hijo(a) recibe la ayuda necesaria por parte de su orientador(a)?



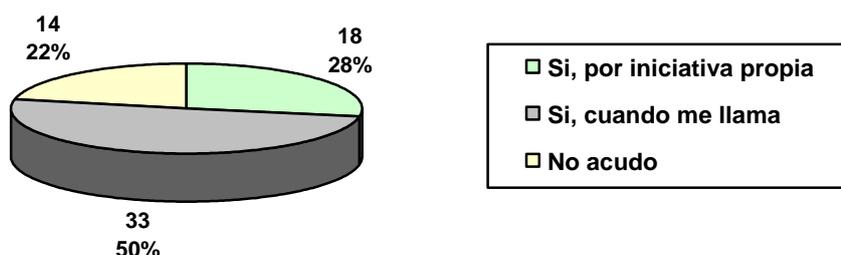
Aunque los alumnos en su mayoría consideran que no reciben toda la ayuda necesaria por parte del orientador cuando acuden a él, la mayoría de los padres de familia consideran por el contrario que sus hijos sí reciben la ayuda necesaria por parte del orientador, aunque no debemos descartar que el 9% dice que no y el 28% no saben si sus hijos reciben la ayuda necesaria.

**15. ¿Su hijo(a) cuenta con expediente personal en la escuela?**



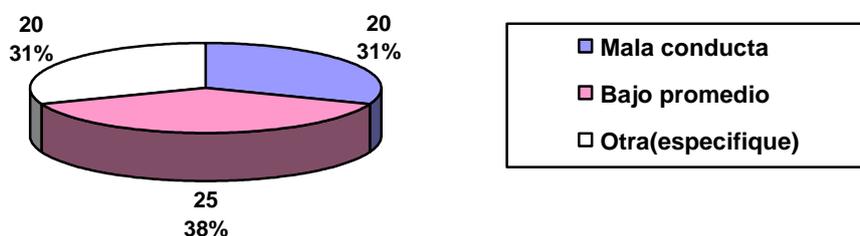
Con esta pregunta nos podemos dar cuenta que muchos padres de familia ni siquiera saben si sus hijos cuentan con algún expediente, por lo que muchos de ellos no acuden con el orientador para saber el seguimiento de sus hijos, además de notar la poca importancia o interés que tienen los padres hacia la educación de los hijos.

**16. ¿Acude con el orientador(a) para saber sobre el seguimiento de su hijo(a)?**



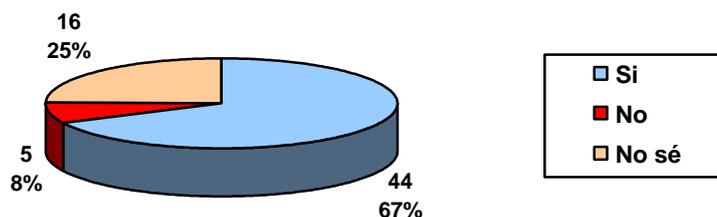
En ésta gráfica comprobamos lo dicho anteriormente, pues el 22% dice que no acuden con el orientador para saber sobre el seguimiento de sus hijos, y la mitad de los padres sólo acuden con el orientador cuando él los llama, y sólo el 28% si acude por iniciativa.

**17. Cuando el orientador(a) lo llama, es porque su hijo(a) presenta:**



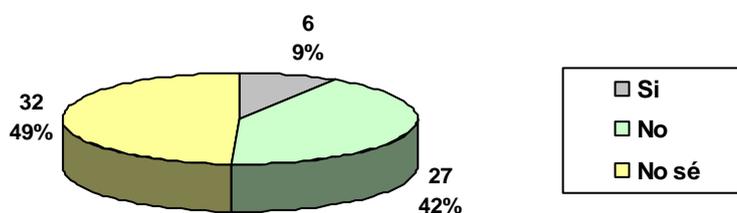
La mayoría de los padres de familia se presentan con el orientado por que sus hijos presentan mala conducta o bajo promedio, sólo el 31% lo hace por firma de boletas o saber las calificaciones de sus hijos, lo cual indica que cierta población de alumnos presenta problemas en la escuela, los cuales pueden ser generados por un problema de autoestima.

**18. Hasta el momento, ¿Cree que el orientador(a) lleva a cabo bien su trabajo?**



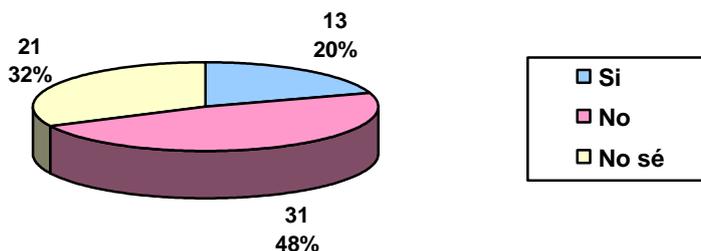
La mayoría de los padres de familia, es decir el 67% considera que el trabajo del orientador ha sido bueno, aunque hay algunos que no lo consideran así.

**19. ¿A su hijo(a) le han aplicado algún test o cuestionario sobre autoestima?**



Como ya lo mencione, el aplicar algún test de autoestima a los alumnos puede ayudar a saber si existe algún problema de autoestima, el 42% de los padres de familia dicen que no les han aplicado algún test de autoestima a sus hijos y el 49% no saben, sólo 6 padres de familia dicen que si se les ha aplicado algún test de autoestima a sus hijos.

**20. ¿Su hijo(a) presenta algún problema de autoestima?**



En esta gráfica nos damos cuenta que si existe el problema de autoestima en los adolescentes, ya que 13 padres de familia consideran que sus hijos tienen algún problema de autoestima y 21 de ellos no saben si sus hijos tienen algún problema de autoestima y sólo el 48% dice que sus hijos no tienen algún problema de autoestima.

## **2.10. Relación teoría-práctica**

Durante todo el estudio realizado se lograron identificar algunas diferencias en cuanto a la teoría y la práctica. En cuanto a teoría se refiere, la orientación educativa busca desarrollar habilidades, valores y actitudes en los alumnos, lo cual puede ayudarles en la toma de decisiones y en buscar soluciones a sus problemas.

En la práctica pocas veces el orientador da la ayuda necesaria a sus alumnos, pues hay orientadores que no involucran del todo a los alumnos, lo que provoca que no logren desarrollar y descubrir las habilidades, actitudes y valores que poseen; es necesario ayudar al individuo a su desenvolvimiento para la realización de actividades que le permitan resolver sus problemas, además de permitirles un mejor conocimiento de sí mismo.

El adolescente es una persona que se encuentra en un periodo de cambios, a nivel físico, emocional, afectivo, sexual, que requiere de apoyos y recursos psicológicos y sociales para alcanzar ciertas metas tales como la elaboración de su identidad y el planeamiento y desarrollo de un proyecto de vida satisfactorio. Durante la etapa adolescente se presentan muchas problemáticas que pueden perjudicar al propio adolescente; hoy vivimos en un mundo que absorbe al adolescente con toda su tecnología, y que además lo ha llegado a dominar, impidiendo así su capacidad de creatividad.

El papel de la familia es indispensable para el adolescente, pues debe proveerlo de todo lo necesario para que tenga un buen desarrollo físico, psicológico y social; aunque es sabido que en la familia se inicia el forjamiento de la educación, existen familias que no procuran a sus hijos en cuanto a educación se refiere, además de otros aspectos primordiales como el afectivo y el social, por tal motivo el adolescente llega a presentar algunas dificultades y problemas que afectan su desarrollo.

Es necesario que los padres se involucren en el desarrollo de sus hijos; para el adolescente el apoyo de los padres es indispensable, además de tener una buena comunicación, pues es elemento básico para saber si los hijos presentan algún problema, además de lograr la convivencia y confianza entre los miembros de la familia.

En cuanto a la autoestima, es un problema que se ve presente en los adolescentes, y que los afecta de manera notoria, en la actualidad vemos a muchos adolescentes que presentan este problema debido a los cambios que presentan, a la influencia de las personas cercanas a ellos y hasta de los medios de comunicación, y a la poca aceptación de si mismos.

Por tal motivo, lo que debemos hacer padres y educadores es lograr que el adolescente logre aceptarse y que reconozca sus habilidades y debilidades, además de hacerle ver que todos somos diferentes y que poseemos diferentes virtudes y que podemos desarrollar otras que no poseemos, en pocas palabras, debemos evitar que se presente un problema de baja autoestima en el adolescente.

## CAPITULO III. PROPUESTA DE CURSO-TALLER

### 3.1. PRESENTACIÓN

Durante mucho tiempo se ha considerado a la adolescencia como a la etapa más significativa del ser humano, en ella las experiencias de éxito y fracaso, así como la forma en que se desarrolla la interacción con el mundo exterior son decisivas para un buen desarrollo físico y psicológico, por lo que se considera de vital importancia que padres y educadores sean los generadores de dar retroalimentación positiva a los adolescentes con respecto a sí mismos.

De aquí la importancia de la autoestima, pues gracias a ella el adolescente puede tener una vida más productiva y satisfactoria. Aunque la adolescencia puede considerarse como uno de los periodos más críticos para poder desarrollar la autoestima, ya que es una etapa de la vida en la cual el joven debe enfrentarse a cambios tanto físicos como psicológicos los cuales provocan un reajuste de su conducta; como consecuencia de esto tiene que definir su posición dentro de su hogar, su grupo de compañeros y de su comunidad en general.

De acuerdo al Diccionario Mosby de medicina, enfermería y ciencias de la salud; Autoestima: “(*self-esteem*), es el grado de valor y competencia que se atribuye a uno mismo” (2003, p. 170). De manera general podemos decir que la autoestima es la suma de los juicios que una persona tiene de sí misma, o sea lo que la persona se dice a sí misma de sí misma. La autoestima sería la valorización de uno mismo o el grado de satisfacción consigo mismo. Esta valorización personal se encuentra muchas veces en el juicio de otras personas, especialmente de quienes son significativos; mientras más importante sea una persona para el adolescente, mayor valor tendrá su opinión y, por lo tanto, afectará de manera importante la percepción que el adolescente se vaya formando de sí mismo.

Si bien es sabido que la autoestima se va formando a lo largo de toda la vida, en la adolescencia la valoración y percepción que tiene el joven de sí mismo toma un auge importante para lograr formarse una identidad, ya que al igual que la

autoestima, ésta consta de varios elementos, pues reúne aspectos de tipo social, físico, moral, cognitivo y sexual.

El concepto que tiene de sí mismo el adolescente es en gran medida producto de la interacción en el hogar. El clima emocional que exista en el hogar, las expresiones de afecto y la forma de tratar al adolescente va a tener una influencia decisiva en la estabilidad emocional del adolescente, aunque no debemos descartar a la institución educativa, ya que el adolescente también pasa un tiempo importante en esta institución, por lo que el trato en ella también dependerá para la estabilidad emocional del adolescente.

Las experiencias satisfactorias dan estabilidad afectiva, y por lo tanto, una buena autoestima al adolescente; la influencia del medio familiar, escolar, social y cultural son factores determinantes en el desarrollo de esta función.

Siendo la autoestima un recurso valioso para el adolescente, la sociedad en general debe verse en la necesidad de fortalecerla o mejorarla, ayudando así al adolescente a desarrollarse y relacionarse de manera grata con la gente que lo rodea, ya que si el adolescente termina esta etapa de su vida con una autoestima positiva y por tanto bien desarrollada, podrá llegar a la vida adulta con los cimientos necesarios y así tener una vida satisfactoria y productiva.

Uno de los factores considerados más decisivos para la adaptación social y el éxito en la vida es tener una autoestima positiva. Una persona con autoestima positiva presenta un alto concepto de sí mismo, es capaz de sentirse importante, al conocer su propio valor puede reconocer el valor de los demás, tiene comunicación con las personas cercanas a él, se relaciona en forma adecuada con sus iguales, etc. En cambio, una persona con una autoestima negativa, no confía en sí mismo, por lo tanto no confía en los demás, generalmente suele desvalorar los logros de los demás, suele desarrollar conductas desafiantes o agresivas, etc., lo cual hace que pocas veces logre sus objetivos.

A partir de la información ya dada, surge la necesidad de ayudar al adolescente – siendo este nuestro principal objetivo-, mediante un **curso taller de estrategias para fortalecer y mejorar la autoestima en adolescentes de educación secundaria**. Este taller va dirigido al orientador para apoyar al adolescente en su formación social y académica, ya que actualmente se le da muy poca importancia a esta problemática sabiendo que tiene una gran influencia en el desarrollo del individuo, principalmente en el aspecto que más nos interesa mejorar: el académico. Lo cual se considera como preocupante debido a que si un alumno no tiene una autoestima positiva entonces tendrá como consecuencia una integración y una adaptación nula en el área escolar, por lo que provocará asimismo un aprovechamiento académico deprimente.

Ayudando a los adolescentes a acrecentar su autoestima se podrán dar situaciones beneficiosas para él, de igual manera se reforzarán sus recursos para la vida adulta, ya que al poder tener una identidad y un nivel de autoestima positivo podrá asumir la responsabilidad de satisfacer sus necesidades en la vida adulta.

El propósito de esta propuesta pedagógica es la de proveer al orientador educativo de herramientas y de actividades que pueda aplicar mediante el taller para ayudar a disminuir o evitar el problema de la autoestima en los adolescentes de educación secundaria, cubriendo de esta manera las necesidades de seguridad, identidad, competencia y pertenencia (bases de una excelente autoestima) de cada alumno para facilitar así su funcionamiento intelectual, pero sobre todo emocional.

### **3.2. OBJETIVOS**

- Elevar la autoestima y la autoconfianza en los alumnos de educación secundaria mediante actividades que les permitan un mejor conocimiento de sí mismos.
- Fomentar hábitos de conducta que potencien la socialización y cooperación entre los alumnos.
- Fomentar la participación de los alumnos para que en un ambiente grupal se sientan valorados por lo que son, apreciando sus cualidades y debilidades, además de valorar a los demás integrantes.
- Crear un ambiente de convivencia agradable entre los alumnos y entre el orientador que permita el intercambio de ideas y opiniones en un marco de respeto mutuo.
- Generar procesos de introspección mediante las actividades para permitir al alumno conocerse y aceptarse.
- Implementar acciones de autovaloración personal en la relación consigo mismo y con los demás a través de reflexiones y vivencias

### **3.3. METODOLOGÍA**

La participación del orientador en la realización del taller como propuesta para potenciar la autoestima en los adolescentes toma un papel importante, ya que siempre es necesario que una función educativa la pueda dirigir una persona que garantice su proceso, y quien más que el orientador para llevar a cabo esta acción.

El taller está encaminado hacia la acción, ya que el alumno debe tomar participación para que junto con el orientador se puedan llevar a cabo de la mejor manera las actividades a realizar. Además el alumno va a poder reflexionar y dar su punto de vista acerca del tema de la autoestima, así el orientador podrá resolver dudas que se vayan generando en los alumnos.

Por lo anterior es que se empleará la *Metodología activa* para la realización de esta propuesta. Según Ortega, Minués y Gil (1994, 1996) en ésta metodología, “el centro de atención se sitúa en el grupo. Esto no quiere decir que el profesor renuncie a hacer propuestas, a ofrecer valores y actitudes, sino que evite toda relación autoritaria e impositiva” (Cit. por: Gil, 1997; 36). Con esto se quiere decir que por parte de los dos participantes –alumno y orientador– debe existir un contacto directo, por lo que el orientador podrá tomar participación en el desarrollo del taller, es decir, debe tener una participación activa.

Durante el desarrollo del taller también se empleará la *Metodología experiencial* la cual “se fundamenta en el desarrollo de experiencias y vivencias personales y parte de las experiencias reales que los alumnos están viviendo, en la medida que sea posible” (Gil, 1997; 36), ya que en algunas de las actividades a realizar el alumno tomará parte de sus vivencias personales para poder compartirlas con el grupo si lo desea y de esta manera poder conocerse y conocer a los demás.

Por lo anterior es que el desarrollo de las actividades presentadas en el taller se realizarán de manera *individual* y *grupal*; en la mayoría de las actividades se requiere la participación individual, ya que será necesaria en ocasiones una reflexión personal por parte de los alumnos que posteriormente podrá convertirse en grupal, en este caso lo que se pretende es fomentar la socialización y la tolerancia en el grupo, asimismo compartir las experiencias vividas en el transcurso de las actividades, por lo tanto, el orientador debe propiciar a que se de un intercambio de ideas, es decir a que se de la participación y convivencia dentro del grupo.

El taller va dirigido al orientador, donde su principal función será el fortalecimiento de la autoestima en los alumnos, y está integrado por 10 sesiones con una duración aproximada de 1 hora y media cada una.

### 3.4. CONTENIDOS

Los temas que se abordarán durante el taller son:

- ✦ *Autoestima.* El orientador dará a conocer el concepto de autoestima a los alumnos y los elementos que conforman la autoestima. También se darán a conocer las características de poseer una autoestima positiva y una autoestima negativa.
- ✦ *Identidad.* Se dará a conocer el concepto de identidad, además los alumnos elaborarán su autobiografía con la finalidad de apreciar las circunstancias, factores y acontecimientos que componen su historia personal, ayudándolos así a recordar los hechos positivos y negativos que les han ayudado y siguen ayudando a construir su identidad.
- ✦ *Personalidad.* Se conocerá el concepto de personalidad y se dará a conocer la importancia de ésta para la construcción de la autoestima con ayuda de algunas frases inconclusas que tendrán que completar los alumnos.
- ✦ *Valores.* Se tratará de construir un concepto de valor y se darán a conocer los tipos de valores que existen, además se abordará la importancia que tienen los valores en la construcción de la autoestima y los valores que predominan y los considerados más importantes durante la etapa adolescente.
- ✦ *Relaciones interpersonales.* El orientador explicará que son las relaciones interpersonales y la importancia que tienen durante la adolescencia para la construcción de la autoestima. Además el orientador propiciará la convivencia entre los alumnos con la finalidad de mejorar las relaciones interpersonales.
- ✦ *Amistad.* El orientador explicará la importancia de la amistad durante la adolescencia. Durante las actividades a realizar se pretende que los alumnos se sientan apreciados y aceptados por sus compañeros para generar así más vínculos de amistad entre ellos.
- ✦ *Familia.* Se dará a conocer el concepto de familia y los tipos de familia, además la importancia que tiene la familia para la construcción de la

autoestima de los adolescentes. También se aplicará un cuestionario que les permitirá a los alumnos saber que tan buena es la comunicación con su familia y si en su caso necesitan mejorarla.

### **3.5. FORMA DE EVALUACIÓN**

La forma de evaluar será continua, es decir, se evaluará durante el transcurso del taller y en cada una de las actividades a manera individual y grupal, tomando en cuenta la participación de los alumnos, el desarrollo de las actividades, el logro de metas, pero sobre todo el alcance de sus objetivos y su capacidad para utilizar el aprendizaje adquirido. La razón de esta evaluación es que se pretende a manera general que se mejore y fortalezca la autoestima en los adolescentes, por tal motivo se debe evaluar todo el aprendizaje que obtengan y que de alguna manera lo puedan aplicar en su vida. Es necesario hacer mención que esta forma de evaluar no implica dar una calificación al alumno, sino sólo tomar en cuenta su participación dentro del taller a manera de que adquiera un mayor número de aprendizajes los cuales le ayudarán a fortalecer o mejorar su autoestima.

También se realizará una autoevaluación por parte de los alumnos donde expresarán sus sensaciones, avances, logros, dificultades y satisfacciones que presentaron durante el taller, esto les permitirá saber que tanto se conocieron a sí mismos y conocieron a los demás, y si de alguna manera les ayudaron las actividades en el mejoramiento de su autoestima.

### **3.6. DESARROLLO DE LAS SESIONES**

**SESIÓN I.** En esta primera sesión el orientador dará la bienvenida a los alumnos. Además dará a conocer las características, contenidos, objetivos y evaluación del taller.

Se realiza la actividad: *La telaraña*, con la finalidad de que el grupo se integre y propiciar un clima de confianza. Los alumnos se colocan de pie formando un círculo, el orientador iniciará la actividad tomando la bola de estambre y tendrá que decir su nombre y algo que le gusta, por ejemplo: su deporte, música, lectura,

pasatiempo favorito, etcétera, luego, éste toma la punta del estambre y lanza la bola a un alumno, quien debe presentarse de la misma manera y tomar de un extremo el estambre sin soltarlo. La acción se repite hasta que todos los participantes quedan enlazados en una especie de telaraña. Una vez que todos se han presentado, quien se haya quedado con la bola de estambre debe regresarla a quien se la envió anteriormente, repitiendo los datos que había dicho su compañero, este, a su vez, hace lo mismo, de tal forma que la bola va recorriendo la misma trayectoria pero en sentido inverso, hasta que regresa al orientador quien inicia la presentación. Se informa a los participantes la importancia de estar atentos a la presentación de los compañeros, pues no se sabe a quien se lanzará la bola y que posteriormente tendrá que repetir los datos del lanzador.

Al término de la actividad se aplicará un *Autoexamen de autoestima* (Anexo no. 2) para saber cuál es el nivel de autoestima de los alumnos (el autoexamen también se aplicará al final del taller, haciendo una comparación para medir los cambios y logros experimentados respecto al nivel de autoestima de los alumnos). El orientador deberá indicar a los alumnos cómo contestar el autoexamen y deberá aclararles las dudas que vayan presentando, cuando terminen de contestar las preguntas les indicará cómo obtener el resultado, una vez obtenido su resultado harán una autoreflexión acerca del nivel de autoestima que presentan y qué tan bueno o malo es para ellos el haber obtenido ese resultado y si creen que es necesario fortalecer su autoestima.

El orientador pedirá a los alumnos que entreguen su autoexamen con su nombre, y posteriormente (fuera de la sesión) revisará los niveles de autoestima que presentan los alumnos.

**SESIÓN II.** Se iniciará la sesión con la actividad: *¿Qué es autoestima?* Donde el orientador dará la indicación a los alumnos de escribir un concepto de autoestima de acuerdo a ideas y conocimientos que ellos tengan, todo ello con la finalidad de saber el conocimiento de los alumnos acerca del tema de autoestima.

Después pedirá algunas definiciones que hayan escrito los alumnos y una vez dichas las definiciones el orientador les dará el concepto de lo que es la autoestima y las características de una autoestima positiva y negativa.

Una vez dado el concepto de autoestima el orientador pedirá que comparen que tan cerca estaban del concepto y se realizará una lluvia de ideas para saber qué importancia tiene la autoestima en la adolescencia.

Terminada la lluvia de ideas se realizará la actividad de un *Collage*, en ésta actividad el orientador pedirá a los alumnos que busquen en periódicos o revistas recortes con los que se sientan identificados. Los alumnos elaborarán un collage de todos los recortes seleccionados y al terminar el collage el orientador pedirá un voluntario para que pase frente al grupo y lo explique (en caso de no haber voluntario el orientador elegirá a alguien para que pase), después se pedirán más voluntarios.

**SESIÓN III.** En ésta tercera sesión se verá el tema de los elementos de la Autoestima. El orientador comenzará explicando cuáles son los elementos que componen la autoestima: autoconocimiento, autoconcepto, autoevaluación, autoaceptación y autorrespeto

Una vez revisado el tema, se dibujará en el pizarrón la *escalera de la autoestima* de Rodríguez Estrada (Anexo no. 3) para que se analicen y se comente en grupo la importancia que tiene cada uno de los elementos para llegar hasta el nivel de la autoestima. Los alumnos pensarán en qué nivel de la escalera se encuentran y en qué nivel deben trabajar más. Una vez que se pensó lo anterior algunos alumnos comentarán de manera voluntaria (si no hay, el orientador podrá elegirlos) al grupo lo que pretenden hacer para poder subir de nivel en la escalera.

Por último, se realizará la actividad: *“Tu árbol”*. Se pide a los alumnos que dibujen en la hoja un gran árbol, con gran cantidad de ramas y de raíces, y con un fuerte tronco. Una vez dibujado el árbol, deben escribir su nombre en el tronco con letras grandes. En las raíces, deben escribir todas sus cualidades, habilidades,

destrezas (por ejemplo: habilidad atlética, capacidad para hacer amigos, estudioso, simpático, tenaz, divertido...). A continuación colocan en las ramas los logros más importantes que consideren que han conseguido hasta ahora (por ejemplo: buenos amigos, buenas notas, resolver problemas...). Posteriormente se reúnen en grupos pequeños y cada uno muestra a sus compañeros su árbol, comentando cómo consideran que sus logros están relacionados con sus habilidades, por qué han escrito en las ramas esos logros, es decir, por qué los consideran como tales. Finalmente se puede sugerir a los alumnos que conserven su árbol y continúen durante algún tiempo ampliando cualidades y logros que vayan teniendo con posterioridad.

**SESIÓN IV.** Se hablará acerca del tema de Identidad. El profesor comenzará la sesión con la explicación del concepto de identidad y la importancia de ésta en la adolescencia.

Al terminar de abordar el tema, se realizará la actividad: *Autobiografía*. Se indicará a los alumnos que cada uno deberá escribir su propia historia, obteniendo de esta manera su autobiografía retomando las experiencias más significativas para ellos que hallan vivo desde su nacimiento, pueden seguir las pautas indicadas en el anexo no. 4, añadiendo o suprimiendo lo que consideren oportuno. Después de haber redactado su autobiografía el orientador pedirá voluntarios para que la lean (si no los hay, él los elegirá). Tras cada exposición, quien lo desee, podrá hacer observaciones o comentar aquello que más le ha gustado o impactado sobre la historia escuchada.

Se terminará el tema con el texto: *Yo soy yo* de Virginia Satir. El orientador leerá a los alumnos el anexo no.5 y después se discutirá sobre la lectura con una lluvia de ideas.

**SESIÓN V.** Durante ésta sesión se hablará acerca de dos temas importantes para la construcción de la autoestima: la personalidad y la autoaceptación, ya que van vinculados para que el alumno desarrolle su autoestima.

Se comenzará la sesión pidiendo a los alumnos que elaboren un concepto de lo que para ellos significa personalidad. Una vez que los alumnos construyeron su concepto, el orientador explicará el tema dando uno o varios conceptos de personalidad y sus características, además retomará el tema de autoaceptación visto en la sesión no. 3, añadiendo la importancia de que los adolescentes deben aceptarse para tener una autoestima positiva.

Después de explicar el tema se entregará a los alumnos una copia de la hoja de frases *inconclusas* (anexo no. 6) y se les pedirá que deben completar las frases. Se comentarán algunas respuestas de los alumnos. Posteriormente el orientador escribirá en el pizarrón como tema: "Rasgos que dificultan el desarrollo de la personalidad" e indicará que entre todos ayudarán a hacer un listado de los rasgos que crean dificultad el desarrollo de la personalidad.

**SESIÓN VI.** Se hablará acerca del tema de valores. Se comenzará la sesión pidiendo a los alumnos que construyan un concepto de valor. Cuando tengan su concepto construido el orientador explicará el concepto y los tipos de valores que existen.

Al término de la explicación se realizará la actividad: *Valores importantes*. La actividad se dividirá en dos partes: en la primera parte el alumno elegirá los valores que considere más importantes durante la adolescencia, hará un listado y explicará sólo de los tres primeros que haya elegido por qué los considera importantes. En la segunda parte se organizarán equipos de 4 a 5 integrantes y por equipos pasarán frente a grupo a representar un valor que ellos elijan y el resto del grupo tendrá que adivinar el valor que representaron sus compañeros.

**SESIÓN VII.** En ésta sesión se hablará sobre el tema de relaciones interpersonales, ya que también es un tema importante para el adolescente en el desarrollo de su autoestima. Para comenzar la sesión el orientador explicará qué son las relaciones interpersonales y su importancia durante la adolescencia.

Después de dar la explicación se realizará la actividad: *El correo*, la cual consiste en formar un círculo con todas las sillas, una para cada participante; se saca una silla y el compañero que se queda de pie inicia el juego (lo puede iniciar el orientador) parado en medio del círculo. Éste debe de decir por ejemplo: “traigo una carta para todos aquellos que tienen lentes”, entonces todos los compañeros que tienen lentes deben cambiarse de lugar. El que se queda sin silla pasa al centro y hace lo mismo, inventando una característica nueva, por ejemplo: “traigo una carta para todos aquellos que tengan ojos cafés”, y así sucesivamente.

Para finalizar la sesión se realizará otra actividad: *Círculos dobles*. Se les pide a los alumnos que se pongan de pie alrededor del salón, se copian en el pizarrón las preguntas de conocimiento personal del anexo no. 7, (pueden proponerse otras preguntas que no estén). Se divide la clase en dos grupos mediante el procedimiento de numerarse: 1, 2, 1, 2, etc. Todos los números 1 formarán un grupo en círculo y mirando hacia fuera y los números 2 formarán un círculo exterior mirando a los primeros y formando pareja con ellos y en caso de que sobre algún alumno el orientador participará en la actividad. Se comenzarán a realizar las preguntas que se encuentran en el pizarrón, comenzando por el nombre, si es que este se sabe se continuará con la siguiente pregunta. Una vez respondida la pregunta el círculo exterior avanza un paso y quedan formadas nuevas parejas y se hace la siguiente pregunta de la lista. Esto se hace con cada pregunta hasta que se llegue a la posición inicial. Y en caso de que se acabe la lista de preguntas antes, se empieza otra vez por la primera pregunta. Una vez llevados a la posición inicial se hace un diálogo general con la clase para saber cómo se sintieron con la actividad realizada y si conocieron más sobre sus compañeros.

**SESIÓN VIII.** Se hablará sobre el tema de amistad ya que durante la adolescencia la amistad es una de las relaciones más importantes como factor de favorecer una autoestima positiva. Se comenzará la sesión con una lluvia de ideas, pidiendo a los alumnos que opinen sobre lo que para ellos significa la amistad.

Posteriormente el orientador explicará la importancia que tiene la amistad para la construcción de la autoestima.

Se realizará la actividad: *¡Pásalo!*, con la finalidad de que se conozcan mejor los alumnos y puedan hacer más amistades con sus compañeros. Para ésta actividad se pedirá a los alumnos que escriban en una hoja de papel su nombre en la parte superior, se recogen todos los papeles y se pasa uno a cada alumno de manera que no le toque el suyo. El orientador les pedirá que escriban un comentario positivo sobre la persona que está al comienzo de la hoja o escribir una cualidad, posteriormente se pasará la hoja a los demás compañeros para que los alumnos sigan escribiendo una cualidad o un comentario positivo de cada compañero de clase y cuando reciban su propio papel, tienen que escribir algo que les guste de sí mismos. Cuando todos hayan escrito una cualidad a sus demás compañeros se regresarán los papeles al orientador y se pondrán en un sobre con el nombre de la persona escrito por fuera. Al final se entregará a cada uno el correspondiente para que lo lean y reflexionen sobre cómo se sienten sobre los comentarios escritos por sus compañeros.

Después de la reflexión se realizará otra actividad: *Persona misteriosa*. Ésta actividad enfatiza el hecho de que conocer más sobre los demás es una parte importante de la amistad. La actividad la iniciará el orientador, diciendo a los alumnos que está pensando en alguien en el grupo y quiere que ellos adivinen quien es, para ello les dará algunas claves que los van a ayudar a adivinar quien es la persona en quien está pensando. Comenzará con una característica común (por ejemplo, es alto, le gusta la música..., etc.) e irá gradualmente siendo específico. Los alumnos deben levantar sus manos cuando crean saber quién es la persona. Se pedirá un voluntario para que siga con la actividad y seleccione a un compañero (sin mencionar su nombre) y dar claves sobre el, así eran participando todos los que quieran, a manera de ir conociendo más acerca de todos y destacar lo positivo y lo típico de cada uno. Al final se hace una discusión de cómo se sintieron los alumnos con la actividad.

**SESIÓN IX.** En ésta sesión se hablará del tema de familia, ya que ésta juega un papel fundamental en el desarrollo de la autoestima del adolescente. Para comenzar la sesión el orientador dará la explicación general del tema, abarcando el concepto de familia y los tipos de familia.

Después de la explicación del tema se aplicará un cuestionario (anexo no. 8) para saber cómo es la relación y comunicación de los alumnos con sus padres. Una vez que hayan contestado el cuestionario se dará un tiempo para que reflexionen sobre los resultados obtenidos. Posteriormente se llevará a cabo la actividad de: *Representación teatral*. Los alumnos harán una representación de los tipos de familia. Se organizarán de 5 a 6 personas, el orientador hará una rifa para que los alumnos representen un tipo de familia. Los alumnos podrán elegir el material que deseen, pero éste no es necesario. Se dará determinado tiempo para que puedan pasar cada uno de los equipos.

**SESIÓN X.** En ésta última sesión se resolverán las dudas de los alumnos. El profesor indicará que con esta sesión se dará por terminado el taller y que si les quedo alguna duda acerca de algún tema que se vio durante el taller las escriban y las entreguen al orientador, se leerán las dudas y entre todos tratarán de resolverlas.

Ya que se hayan comentado las dudas de los alumnos se realizará el *autoexamen de autoestima* (anexo no. 2), el cual fue realizado al inicio del taller, esto con la finalidad de medir los cambios y logros experimentados respecto al nivel de autoestima de los alumnos. Los alumnos reflexionarán si tuvieron algún cambio en cuanto a su nivel de autoestima y si creen que les ayudo el taller en la mejora de su autoestima o no.

Para lo anterior se realizará una autoevaluación de los alumnos, donde deberán escribir en una hoja: su nombre, su opinión acerca del taller, cómo creen que fue su participación en el taller, cómo se sintieron durante el taller, las dificultades, satisfacciones y logros que presentaron durante el taller. Una vez hecha su

autoevaluación se entregará al orientador para que evalúe si el taller es una buena herramienta para que los alumnos fortalezcan o mejoren su autoestima.

Para finalizar el taller se hará entrega de diplomas a cada uno de los alumnos que participaron en el taller, con la finalidad de que se sientan satisfechos de haber concluido el taller.

### 3.7. CARTA DESCRIPTIVA: TALLER DE AUTOESTIMA PARA ADOLESCENTES

SESIÓN	TEMA	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	MATERIAL	TIEMPO	BIBLIOGRAFÍA	EVALUACIÓN
I	Presentación del taller y Nivel de Autoestima	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dar a conocer los objetivos, contenido y evaluación del taller.</li> <li>- Integración del grupo.</li> <li>- Conocer el nivel de autoestima de los alumnos.</li> <li>- El alumno reflexionará que tan bueno o malo es su nivel de autoestima.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bienvenida y presentación del taller.</li> <li>- <i>La telaraña</i></li> <li>- <i>Autoexamen de autoestima</i></li> <li>- Autoreflexión de los resultados obtenidos en el autoexamen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Una bola de estambre</li> <li>- Fotocopias del autoexamen (anexo no. 2)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>15 min.</li> <li>25 min.</li> <li>40 min.</li> <li>10 min.</li> </ul>	Autoexamen de: Toro Vargas Cirilo, Ph.D., 1994. Revisión: 2003, en: <a href="http://members.tripod.com/pirata_2/autoestima.htm">http://members.tripod.com/pirata_2/autoestima.htm</a>	Participación en la actividad y entrega del autoexamen de autoestima.
II	¿Qué es Autoestima?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conocer el conocimiento de los alumnos acerca del tema de autoestima.</li> <li>- Dar a conocer el concepto de autoestima, y las características de una autoestima positiva y negativa.</li> <li>- Destacar la importancia de la valoración del cuerpo como reflejo de una adecuada autoestima.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>¿Qué es la autoestima?</i></li> <li>- Concepto y características de la autoestima.</li> <li>- Reflexión y lluvia de ideas.</li> <li>- <i>Collage</i></li> <li>- Explicación del Colage.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Papel y bolígrafo</li> <li>- Cartulina, periódicos, revistas, tijeras y pegamento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>10 min.</li> <li>20 min.</li> <li>15 min.</li> <li>25 min.</li> <li>20 min.</li> </ul>	ALCANTARA, José Antonio. <u>Cómo educar la autoestima</u> . Ceac, España, 1990.  GIL Martínez, Ramón. <u>Manual para tutorías y departamento de orientación. Educar la Autoestima-aprender a convivir</u> . Escuela Española, España, 1997.	Participación de los alumnos en la construcción del concepto de autoestima, la lluvia de ideas y la elaboración y explicación del colage.

SESIÓN	TEMA	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	MATERIAL	TIEMPO	BIBLIOGRAFÍA	EVALUACIÓN
III	Elementos de la Autoestima	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dar a conocer a los alumnos los elementos de la autoestima.</li> <li>- Identificar el yo integral, los papeles, motivaciones y necesidades básicas y de desarrollo.</li> <li>- Hacer conscientes a los alumnos de los recursos que poseen, así como de los logros y éxitos que han conseguido.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicación de los elementos de la autoestima.</li> <li>- <i>Escalera de la Autoestima</i></li> <li>- Análisis y comentarios.</li> <li>- “<i>Tu árbol</i>”</li> <li>- Comentarios</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Escalera de la autoestima (anexo no. 3), pizarrón y gises</li> <li>- Papel y lápiz</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>15 min.</li> <li>10 min.</li> <li>30 min.</li> <li>20 min.</li> <li>15 min.</li> </ul>	<p>RODRÍGUEZ Estrada, Mauro. <u>Autoestima: clave del éxito personal</u>. El manual moderno, México, 1988.</p> <p>CAVA, María Jesús y Gonzalo Musitu. <u>La potencialización de la autoestima en la escuela</u>. Paidós, España, 2000.</p>	Participación individual y en grupo y la elaboración del árbol.
IV	Identidad	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dar a conocer el concepto de identidad.</li> <li>- Apreciar cada una de las circunstancias, factores y acontecimientos que componen la propia historia personal.</li> <li>- Promover una postura activa con respecto a la formación de la propia identidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicación del concepto de identidad.</li> <li>- <i>Autobiografía</i></li> <li>- Explicación y comentarios</li> <li>- Lectura: <i>Yo soy yo</i></li> <li>- Discusión con lluvia de ideas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formato de autobiografía (anexo no. 4), papel y bolígrafo</li> <li>- Yo soy yo (anexo no. 5)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>15 min.</li> <li>20 min.</li> <li>20 min.</li> <li>20 min.</li> <li>15 min.</li> </ul>	<p>DULANTO Gutiérrez, Enrique. <u>Psicología</u>. Interamericana, México, 2000.</p> <p>SATIR, Virginia. <u>Las relaciones humanas en el núcleo familiar</u>. Pax, México, 1987.</p>	La elaboración de la autobiografía y la participación ante el grupo sobre la lectura.

SESIÓN	TEMA	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	MATERIAL	TIEMPO	BIBLIOGRAFÍA	EVALUACIÓN
V	Personalidad y autoaceptación	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dar a conocer el concepto y características de la Personalidad.</li> <li>- Entender la personalidad y autoaceptación como elementos principales para la autoestima.</li> <li>- Que el alumno se valore, combatiendo las ideas erróneas que limitan la posibilidad del desarrollo personal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaboración del concepto de personalidad.</li> <li>- Explicación del tema</li> <li>- <i>Frases inconclusas</i></li> <li>- Comentarios</li> <li>- Rasgos que dificultan el desarrollo de la personalidad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Papel y bolígrafo</li> <li>- Frases inconclusas (anexo no. 6)</li> <li>- Pizarrón y gises</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>10 min.</li> <li>25 min.</li> <li>20 min.</li> <li>15 min.</li> <li>20 min.</li> </ul>	<p>DULANTO Gutiérrez, Enrique. <u>Psicología</u>. Interamericana, México, 2000.</p> <p>GIL Martínez, Ramón. <u>Manual para tutorías y departamentos de orientación. Educar la autoestima-aprender a convivir</u>. Escuela Española, España, 1997.</p>	La elaboración del concepto de personalidad, el llenado de la hoja de frases inconclusas y participación grupal.
VI	Valores	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Asumir un concepto de valores y tipos de valores.</li> <li>- Destacar la importancia de los valores en el desarrollo de la autoestima.</li> <li>- Identificar los valores más importantes durante la adolescencia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaboración del concepto de valores.</li> <li>- Explicación del tema.</li> <li>- <i>Valores importantes:</i> primera parte.</li> <li>- <i>Valores importantes:</i> segunda parte.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Papel y bolígrafo</li> <li>- Papel y bolígrafo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>10 min.</li> <li>20 min.</li> <li>20 min.</li> <li>40 min.</li> </ul>	<p>ALCANTARA, José Antonio. <u>Cómo educar la autoestima</u>. Ceac, España, 1990.</p> <p>DULANTO Gutiérrez, Enrique. <u>Psicología</u>. Interamericana, México, 2000.</p>	Construcción del concepto de valores, la realización de lista de valores importantes y la participación en la representación de valores.

SESIÓN	TEMA	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	MATERIAL	TIEMPO	BIBLIOGRAFÍA	EVALUACIÓN
VII	Relaciones interpersonales	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conocer qué son las relaciones interpersonales y su importancia durante la adolescencia.</li> <li>- Mejorar las relaciones interpersonales de los alumnos.</li> <li>- Aumentar la calidad de la convivencia entre los alumnos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicación del orientador</li> <li>- <i>El correo</i></li> <li>- <i>Círculos dobles</i></li> <li>- Diálogo grupal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sillas</li> <li>- Pizarrón, gises y hoja de preguntas (anexo no. 7)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>15 min.</li> <li>30 min.</li> <li>30 min.</li> <li>15 min.</li> </ul>	GIL Martínez, Ramón. <u>Manual para tutorías y departamentos de orientación. Educar la autoestima-aprender a convivir</u> . Escuela Española, España, 1997.	Participación
VIII	Amistad	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ayudar a los alumnos a sentirse apreciados y aceptados por sus compañeros para mejorar su autoestima y sus relaciones de amistad.</li> <li>- Destacar que todos tenemos muchas cualidades que nos hacen "particulares".</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lluvia de ideas</li> <li>- Explicación del orientador.</li> <li>- <i>¡Pásalo!</i></li> <li>- Reflexión de la actividad</li> <li>- <i>Persona misteriosa</i></li> <li>- Discusión de la actividad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Papel, bolígrafo y sobres</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>10 min.</li> <li>15 min.</li> <li>25 min.</li> <li>5 min.</li> <li>25 min.</li> <li>10 min.</li> </ul>	<p>MUSITU Ochoa, Gonzalo y otros. <u>Familia y adolescencia. Un modelo de análisis e intervención psicosocial</u>. Síntesis, España, 2001.</p> <p>FELDMAN, Jean R. <u>Autoestima ¿Cómo desarrollarla? Juegos, actividades, recursos, experiencias creativas</u>. Nancea, España, 2000.</p>	Participación de los alumnos en la lluvia de ideas y en las actividades.

SESIÓN	TEMA	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	MATERIAL	TIEMPO	BIBLIOGRAFÍA	EVALUACIÓN
IX	Familia	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dar a conocer el concepto de familia y los tipos de familia</li> <li>- Conocer el papel fundamental que tiene la familia en el desarrollo de la autoestima.</li> <li>- El alumno reflexionará que tan buena es la relación y comunicación con su familia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición del tema de familia.</li> <li>- <i>Cuestionario: comunicación con la familia</i></li> <li>- Reflexión de los resultados obtenidos en el cuestionario.</li> <li>- <i>Representación teatral</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fotocopias del cuestionario (anexo no. 8 )</li> <li>- Elegido por los alumnos (opcional)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>20 min.</li> <li>20 min.</li> <li>10 min.</li> <li>40 min.</li> </ul>	<p>MUSITU Ochoa, Gonzalo y otros. <u>Familia y adolescencia. Un modelo de análisis e intervención psicosocial</u>. Síntesis, España, 2001.</p> <p>RIESGO Menguez, Luis y Carmen Pablo de Riesgo. <u>Los padres ante la adolescencia de los hijos</u>. 2da ed. Narcea, España, 1986.</p>	Entrega del cuestionario y participación en la representación teatral.
X	Dudas y finalización del taller	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conocer y resolver las dudas que se presentaron en el transcurso del taller.</li> <li>- Medir los cambios y logros respecto al nivel de autoestima inicial de los alumnos.</li> <li>- Que los alumnos reflexionen sobre cómo fue su participación dentro del taller y se autoevalúen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Resolución de dudas</li> <li>- <i>Autoexamen de autoestima</i></li> <li>- Autoevaluación</li> <li>- <i>Entrega de diplomas</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Papel y bolígrafo</li> <li>- Fotocopias del autoexamen (anexo no. 2)</li> <li>- Papel y bolígrafo</li> <li>- Diplomas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>30 min.</li> <li>40 min.</li> <li>10 min.</li> <li>10 min.</li> </ul>		

## CONCLUSIONES

La orientación educativa se convierte en una necesidad para las instituciones educativas, donde estudian los niños, adolescentes y jóvenes y donde intervienen los demás elementos de la comunidad educativa como son padres de familia, docentes y directivos, todos ellos implicados para mejorar el proceso educativo.

La labor del orientador educativo juega un papel trascendental en la educación secundaria y por lo tanto en la vida de los adolescentes, ya que debe brindarles los elementos necesarios para: mejorar su rendimiento escolar promoviendo hábitos de estudio, influye en la búsqueda de su identidad, ayuda a que tomen decisiones asertivas, motiva al alumno para que logre sus metas, influye en su nivel de autoestima, en otras palabras, facilita experiencias con la finalidad de dar estabilidad emocional a los alumnos, además de ayudarlo en el desarrollo de sus capacidades cognitivas favoreciendo así su rendimiento académico.

Para que el adolescente transite por esta etapa sin muchas dificultades necesita tener un buen nivel de autoestima. La autoestima es considerada una herramienta importante en el desarrollo de los individuos, es una necesidad humana vital, que juega un papel relevante en la vida personal, profesional y social del individuo, favoreciendo la propia identidad.

La autoestima elevada puede contribuir al éxito, de forma tal que si el adolescente desarrolla una buena dosis de autoestima, es decir, si tiene una autoestima positiva puede aprender más eficazmente, se comunica y desarrolla relaciones mucho más gratas y puede darle una mayor conciencia e importancia a su vida. Es por esta razón que la familia del adolescente debe ofrecerle formas positivas de control que favorezcan una autoestima elevada.

La familia es la primera institución que puede desarrollar en el adolescente una autoestima positiva, ya que es la primera influencia que moldea los valores y patrones de conducta del adolescente, el tipo de relación del medio familiar ejerce una profunda influencia en el desarrollo del adolescente, por lo que se debe

generar un ambiente de convivencia, de seguridad, de comunicación, fomentando las relaciones interpersonales, las cuales pueden ayudar a adquirir un mejor nivel de autoestima.

Pero si por el contrario, cuando en la familia hay un ambiente hostil, donde no existe la convivencia y no hay comunicación, existe la posibilidad que sus miembros puedan adquirir y desarrollar una autoestima baja, generando así algunos otros problemas que disminuyan la calidad de vida del individuo.

Durante la adolescencia se presentan diversos cambios físicos, biológicos, sociales y emocionales; para que el adolescente transite de manera óptima por esta etapa tan significativa, es necesario darle las herramientas y condiciones necesarias para que logre desarrollarse de manera integral y además reconozca sus posibilidades y limitaciones para obtener un nivel de autoestima que lo lleve al logro de sus metas.

Además de la familia, la escuela es otra de las instituciones que resultan importantes para la formación del adolescente no solo por los conocimientos que obtiene en ella sino porque también resulta indispensable para que aprenda a desenvolverse y a establecer relaciones sociales y comunicativas que le ayudan a conocerse más y a formar su identidad personal.

La autoestima también puede verse afectada o beneficiada en el ambiente escolar, ya sea por las opiniones que dan nuestros compañeros o maestros sobre nosotros, debido a que en muchas ocasiones las personas nos vemos a sí mismas desde el punto de vista de los demás, y todo aquello que se piense de nosotros puede influir de manera positiva o negativa en nuestra personalidad y forma de pensar.

Si bien, en la práctica docente es de gran importancia abarcar y cumplir con los contenidos de los programas, también es necesario no olvidar el aspecto humano del quehacer educativo. El trabajo del orientador en el ámbito escolar no debe ser limitado al trabajo cognitivo, los profesionales de esta área deben estar

preparados para enfrentar conflictos no sólo académicos, sino abarcar el aspecto socio-afectivo, estructurando estrategias que en conjunto con los demás profesionales que laboran en la institución desarrollen las capacidades, actitudes y aptitudes para que se puedan prevenir las problemáticas que van aunadas a este ámbito, como la baja autoestima.

En la actualidad la familia ya no es la que socializa a sus miembros, en especial a los adolescentes, ahora los socializa la televisión, el Internet, el grupo de pares en la escuela, etc. Por eso es necesario que tanto padres como educadores formemos parte de esa labor tan importante que es la educación, no olvidando el forjamiento de la autoestima de los adolescentes.

De esta manera y con base a todo lo ya expuesto en los capítulos hago hincapié a desarrollar de la mejor manera las estrategias contenidas en el taller propuesto para fortalecer y mejorar la autoestima de los adolescentes, que permitan elevar el nivel de autoestima de los alumnos, tomando en cuenta que el taller es, en cierta manera flexible, donde se implementan actividades que ayudan a los jóvenes a valorarse y sentirse valorados, esto como una de las muchas sugerencias que se podrían dar a los docentes y orientadores que se encuentran trabajando frente a grupo.

Todos los encargados de la educación debemos ser conscientes de la gravedad del problema de la baja autoestima que se presenta en los adolescentes y por tanto debe existir ese compromiso de ayuda al adolescente en la búsqueda de su identidad y lograr en él la autoaceptación para la mejora de su autoestima.

Por lo anterior es necesario e importante llevar a cabo el taller para trabajar conjuntamente con los adolescentes, pues de esta manera el orientador podrá identificar los aspectos que no favorecen a los alumnos para obtener un nivel de autoestima aceptable y un adecuado rendimiento escolar. Por lo tanto debe considerarse como una de las tareas más importantes de la educación el suscitar la autoestima.

## BIBLIOGRAFÍA.

ABERASTURY, Arminda y Mauricio Knobel. La adolescencia normal. Un enfoque psicoanalítico. Paidós, México, 1989.

ALCÁNTARA, José Antonio. Cómo educar la autoestima. ceac, España, 1990.

ÁLVAREZ Rojo, Víctor. Orientación educativa y Acción Orientadora. EOS, Madrid, 1994.

AMARA Pace, José. Adolescencia. Mc Graw Hill, México, 2000.

BELTRAN Quera, Miguel. Educación de la familia hoy. Mensajero, España.

BISQUERRA, Rafael. Métodos de investigación educativa. Guía práctica. CEAC, España, 1989.

BISQUERRA Alzina, Rafael. Orígenes y desarrollo de la Orientación Psicopedagógica. Narcea, Madrid, 1996.

BRANDEN, Nathaniel. La psicología de la autoestima. Paidós, México, 2001.

BRANDEN, Nathaniel. Los seis pilares de la autoestima. Psicología de la autoestima. Paidós, Barcelona, 2001.

CANTÓN Mayo, Isabel. Orientación Escolar. Escuela Española, España, 1988.

CARDENAL Hernaiz, Violeta. El autoconocimiento y la autoestima en el desarrollo de la madurez personal. Aljibe, Málaga, 1999.

CARNEIRO Leao, A. Adolescencia. Sus problemas y su educación. Tr. Santiago Hernández Ruiz. UTEHA, México, 1990.

CAVA, María Jesús y Gonzalo Musitu. La potenciación de la autoestima en la escuela. Paidós, España, 2000.

CHOMSKI, Noam y Heinz Dieterich Steffan. La socialización global. Educación, Mercado y Democracia. Chile, LOM Ediciones, 1996.

COLEMAN, J. Psicología de la adolescencia. Morata, Madrid, 1985.

COLEMAN, James S. y Thorsten Husén. Inserción de los jóvenes en una sociedad en cambio. Narcea, España, 1989.

CUELI, José. Dinámica del marginado 1. Teoría psicosocial del marginado. Alambra Mexicana, México, 1980.

DATZ, Leda. La familia como sistema, en: curso de la teoría de la dinámica familiar. CEUTES-UNAM, México, 1983.

DEBESSE, Maurice. La Adolescencia. Oikos-tau, Barcelona, 1977.

Diccionario Mosby de medicina, enfermería y ciencias de la salud. Vol. 1. 6ta edición, ELSEVIER SCIENCE, España, 2003.

DULANTO Gutiérrez, Enrique. Psicología. Interamericana, México, 2000.

ERIKSON, H. Eric. Sociedad y adolescencia. Siglo XXI, México, 2002.

ERIKSON, Jean R. Autoestima y adolescencia. Siglo XXI, México, 2002.

FELDMAN, Jean R. Autoestima ¿Cómo desarrollarla? Juegos, actividades, recursos, experiencias creativas. Nancea, España, 2000.

FERNÁNDEZ Sierra, Juan. Acción psicopedagógica en educación secundaria: reorientando la orientación. Aljibe, Málaga, 1999.

FROMM Erich, Max Horkheimer; Talcote Parsons y otros. La familia. Tr. Jordi Solé-tura. Península, Barcelona, 1998.

GÍL Martínez, Ramón. Manual para tutorías y departamentos de orientación. Educar la Autoestima – aprender a convivir. Escuela Española, España, 1997.

GOLDMAN H, Howard. Psiquiatría general. Tr. Psic. Gloria Padilla Sierra. 5ta edición, El Manual Moderno, México, 2001.

GUÍA Programática de Orientación Educativa. SEP, México, 1992.

HAEUSSLER, P. de A., Isabel M. y Neva Milicie M. Confiar en uno mismo: Programa de Autoestima. 3ra edición. Dolmen ediciones, Chile, 1998.

HERNÁNDEZ Sampieri, Roberto. Metodología de la Investigación. Mc Graw Hill, México, 2003.

MACHARGO Salvador, Julio y otros. Programa de actividades para el desarrollo de la Autoestima. Escuela Española, España, 1997.

MARTÍNEZ Moctezuma, Teresa y René Meuly Ruiz. Formación y actualización de Orientadores Educativos. UPN, México, 2000.

MCKERNAN James. Investigación-acción y curriculum. Morata, España, 1996.

MEULY Ruiz, René. Caminos de la Orientación: historia, conceptualización y práctica de la orientación educativa en la escuela secundaria. UPN, México, 2000.

MONTOYA, Miguel Ángel y Carmen Elena Sol. Autoestima. Estrategias para vivir mejor con técnicas de PNL y Desarrollo humano. Pax México, México, 2001.

MRUK, Chris. Auto-Estíma. Investigación, teoría y práctica. 2da edición. Descleé de Brouwer, España, 1998.

MUSITU Ochoa, Gonzalo; Sofía Buelga, Marisol Lila y María Jesús Cava. Familia y adolescencia. Un modelo de análisis e intervención psicosocial. Síntesis, España, 2001.

MUUSS E. Rolf. Teorías de la adolescencia. Paidós, México, 1997.

NICOLSON, Duola y Harry Ayers. Problemas de la adolescencia. Guía práctica para el profesorado y la familia. Narcea, España, 2002.

PARDINAS, Felipe. Metodología y técnicas de Investigación en ciencias sociales. Siglo XXI, México, 2002.

RODRÍGUEZ Espinar, S. Teoría y Práctica de la Orientación Educativa. PPU, Barcelona, 1993.

RODRÍGUEZ Pérez, Elizabeth. Adolescencia. Mc Graw Hill, México, 2000.

RIESGO Menguez, Luís y Carmen Pablo de Riesgo. Los padres ante la adolescencia de los hijos. 2da edición. Narcea, España, 1986.

SÁNCHEZ, Jorge. Familia y sociedad. Cuadernos de Joaquín Mortiz, México, 1980.

SÁNCHEZ Sánchez, Serafín y Otros. La tutoría en los centros de educación secundaria. Manual del profesor tutor. Escuela Española, España, 1997.

SEP. Acuerdo número 384 por el que se establece el nuevo Plan y Programas de Estudio para la Educación Secundaria. SEP, México, 2006.

TORRES González, J. Antonio. Programas de intervención para alumnos con necesidades educativas de carácter cognitivo. En: Acción pedagógica. Vol. 10, Nos. 1 y 2, 2001.

VELÁZ de Medrano Ureta, Consuelo. Orientación e intervención psicopedagógica conceptos, modelos, programas y evaluación. Aljibe, España, 2002.

VIDAL Díaz, Leonel. Autoestima y motivación. Valores para el desarrollo personal Cooperativa. Magisterio, Colombia, 2000.

WINNICOTT, D. W. La familia y el desarrollo del individuo. 4ta edición, LUMEN-HORMÉ, Buenos Aires, 1995.

## HEMEROGRAFÍA:

Alemañy Martínez, Cristina. Cuadernos de Educación y Desarrollo. Cuerpo y autoestima: una estrecha relación en la adolescencia a tener en cuenta en el entorno educativo. Vol. 1, no. 2, abril 2009.

Revista de Investigación Educativa. Asociación Interuniversitaria de Investigación Pedagógica. Vol. 18, no. 1, 2000.

Revista de psicología general y aplicada, Vol. 58, no. 2, abril 2005.

Revista Educación en Valores. Valores y Autoestima Conociéndose a sí Mismo en un Mundo de Otros. Vol. 1. no. 1. Valencia, enero-junio 2004.

Trianes Torres, María Victoria. Revista Interuniversitaria de Formación de Profesorado. Educación socio-afectiva y prevención de conflictos interpersonales en los centros escolares. no. 44, agosto 2002.

## MESOGRAFÍA:

<http://practicasantencion.tripod.com/>

<http://asesoramientoprofesional.org>

**ANEXOS**



**AUTOEXAMEN DE AUTOESTIMA**

**Instrucciones:** A partir de una evaluación personal lo más objetiva posible indique con una marca de cotejo en la columna provista a la derecha el número aplicable a su respuesta de acuerdo con la siguiente escala:

4 Siempre	3 Casi Siempre	2 Algunas Veces	1 Nunca			
			4	3	2	1
1. Me siento alegre.						
2. Me siento incómodo con la gente que no conozco.						
3. Me siento dependiente de otros.						
4. Los retos representan una amenaza a mi persona.						
5. Me siento triste.						
6. Me siento cómodo con la gente que no conozco.						
7. Cuando las cosas salen mal es mi culpa.						
8. Siento que soy agradable a los demás.						
9. Es bueno cometer errores.						
10. Si las cosas salen bien se deben a mis esfuerzos.						
11. Resulto desagradable a los demás.						
12. Es de sabios rectificar.						
13. Me siento el ser menos importante del mundo.						
14. Hacer lo que los demás quieran es necesario para sentirme aceptado.						
15. Me siento el ser más importante del mundo.						
16. Todo me sale mal.						
17. Siento que el mundo entero se ríe de mí.						
18. Acepto de buen grado la crítica constructiva.						
19. Yo me río del mundo entero.						
20. A mí todo me resbala.						
21. Me siento contento(a) con mi estatura.						
22. Todo me sale bien.						
23. Puedo hablar abiertamente de mis sentimientos.						
24. Siento que mi estatura no es la correcta.						

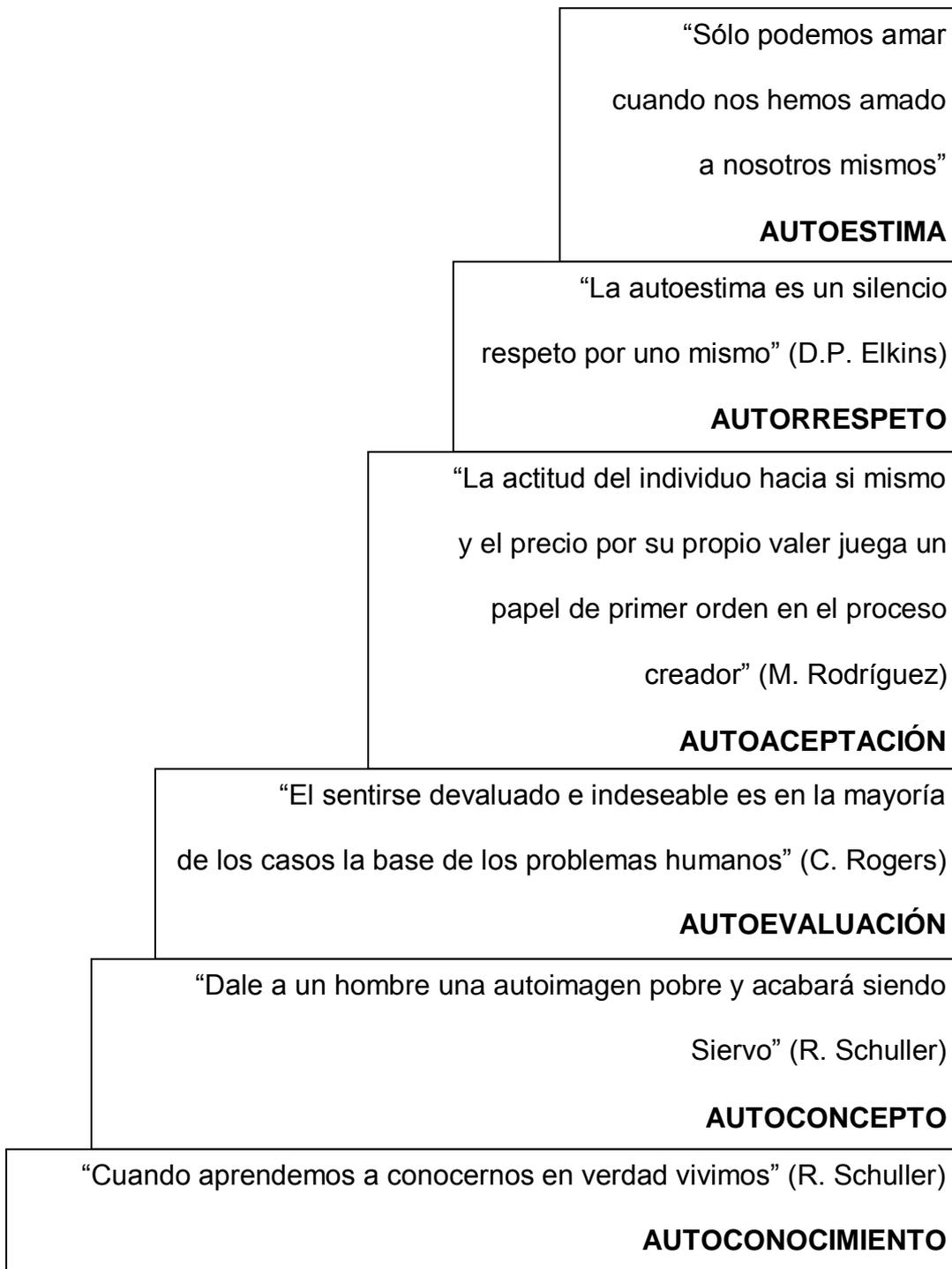
25. Sólo acepto las alabanzas que me hagan.				
26. Me divierte reírme de mis errores.				
27. Mis sentimientos me los reservo exclusivamente para mí.				
28. Yo soy perfecto(a).				
29. Me alegro cuando otros fracasan en sus intentos.				
30. Me gustaría cambiar mi apariencia física.				
31. Evito nuevas experiencias.				
32. Realmente soy tímido(a).				
33. Acepto los retos sin pensarlo.				
34. Encuentro excusas para no aceptar los cambios.				
35. Siento que los demás dependen de mí.				
36. Los demás cometen muchos más errores que yo.				
37. Me considero sumamente agresivo(a).				
38. Me aterran los cambios.				
39. Me encanta la aventura.				
40. Me alegro cuando otros alcanzan el éxito en sus intentos.				
<b>TOTALES DE CADA COLUMNA</b>				
<b>TOTAL</b>				

### INTERPRETACION DEL AUTOEXAMEN

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

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

**ESCALERA DE LA AUTOESTIMA**



## **AUTOBIOGRAFÍA**

- Me llamo... Nací en... El día... del mes... Año...
- Mis padres se llaman...
- Las enfermedades que he tenido son...
- En mi tiempo libre lo que más me gusta hacer es (aficiones, juegos, deportes)...
- De mis objetos personales lo que más aprecio es...
- En general mis gustos sobre comida, vestido, lecturas, etc. son los siguientes...
- Lo que más me gusta estudiar es...
- Los programas de TV que prefiero son...
- La hora del día que más me gusta es...
- Los cuidados sobre higiene personal que practico a diario son...
- De todas las cualidades que un hombre/mujer puede tener (belleza, constitución atlética, inteligencia, simpatía, generosidad, etc.) lo que más valoro es...
- Creo que las cualidades que yo poseo son...
- Lo que más me gusta de mí es... Lo que menos...
- Lo que hago o pienso hacer para mejorar mi aspecto personal es...
- Para aumentar mis cualidades personales...

## YO SOY YO

*En todo el mundo no existe nadie exactamente igual a mí. Hay personas que tienen aspectos míos, pero de ninguna forma el mismo conjunto mío. Por consiguiente, todo lo que sale de mí es auténticamente mío porque yo solo lo elegí.*

*Todo lo mío me pertenece: mi cuerpo, todo lo que hace; mi mente, con todos sus pensamientos e ideas; mis ojos, incluyendo todas las imágenes que perciben; mis sentimientos, cualesquiera que sean: ira, alegría, frustración, amor, decepción, emoción; mi boca, y todas las palabras que de ella salen, refinadas, dulces o cortantes, correctas o incorrectas; mi voz, fuerte o suave; y todas mis acciones, sean para otros o para mí.*

*Soy dueño de mis fantasías, mis sueños, mis esperanzas, mis temores.*

*Son míos mis triunfos y mis éxitos, todos mis fracasos y errores.*

*Puesto que todo lo mío me pertenece, puedo llegar a conocerme íntimamente. Al hacerlo, puedo llegar a quererme y sentir amistad hacia todas mis partes. Puedo hacer factible que todo lo que me concierne funcione para mis mejores intereses.*

*Sé que tengo aspectos que me desconciertan y otros que desconozco. Pero mientras yo me estime y me quiera, puedo buscar con valor y optimismo soluciones para las incógnitas e ir descubriéndome cada vez más.*

*Como quiera que parezca y suene, diga y haga lo que sea, piense y sienta en un momento dado, todo es parte de mi ser. Esto es real y representa el lugar que ocupo en ese momento del tiempo.*

*A la hora de un examen de conciencia, respecto de lo que he dicho y hecho, de lo que he pensado y sentido, algunas cosas resultarán inadecuadas. Pero puedo descartar lo inapropiado, conservar lo bueno e inventar algo nuevo que supla a lo descartado.*

*Puedo ver, oír, sentir, pensar, decir y hacer. Tengo los medios para sobrevivir, para acercarme a los demás, para ser productivo, y para lograr darle sentido y orden al mundo de personas y cosas que me rodean.*

*Me pertenezco, y así puedo estructurarme.*

*Yo soy yo y estoy bien.*

**FRASES INCONCLUSAS: Personalidad y Autoaceptación.**

- Tendré una personalidad creadora si...
- Me encanta ser como soy, por que...
- Me siento de mal humor cuando...
- Me siento feliz cuando...
- Me siento capaz de realizar...
- Me considero preparado para...
- Aceptarse a sí mismo es importante para...
- Soy un buen compañero cuando...
- Una de mis emociones que me cuesta aceptar es...
- Una de mis acciones que me cuesta aceptar es...
- Una de las cosas de mi cuerpo que me cuesta aceptar es...
- Si yo aceptara más mi cuerpo...
- Si aceptara más las cosas que he hecho...
- Si aceptara más mis sentimientos...
- Lo que me asusta de aceptarme a mí mismo es...
- Si otras personas vieran que me acepto más...
- A medida que aprendo a dejar de negar lo que experimento...
- Una de las cosas que no me gusta de mí mismo es...
- Una de las cosas que me gusta de mí mismo es...
- Me gusto menos cuando...
- Me gusto más cuando...

**CIRCULOS DOBLES.**

1. ¿Cuál es tu nombre?
2. Profesión de tu padre y de tu madre
3. Si tuvieras que cambiarte de nombre, ¿Cuál escogerías? ¿Por qué?
4. ¿Quién es tu héroe preferido? ¿Por qué? ¿Y tu heroína? ¿Por qué?
5. ¿Quién es la persona que más ha influido en tu vida y por qué?
6. Las mejores vacaciones que has pasado han sido...
7. Si te concedieran la posibilidad de estar una hora hablando con una persona famosa a tu elección, ¿A quién elegirías?
8. Di una cosa que te haga feliz.
9. ¿Cuál es tu programa favorito de televisión? ¿Y tu grupo musical o cantante favorito?
10. Si tuvieses que llevarte a una isla desierta sólo tres cosas, ¿qué llevarías?
11. Señala uno o varios hobbies que tienes y practicas.
12. Di una cosa buena que te haya sucedido hace poco.
13. ¿Quién es tu mejor amigo?
14. ¿Qué te gustaría ser de mayor?
15. Si pudieras convertirte en animal, ¿en qué animal te convertirías? ¿Por qué?
16. Si pudieras convertirte en cualquier otra persona del mundo, ¿cuál escogerías? ¿Por qué?
17. Si pudieras cambiar algo de tu clase, ¿qué cambiarías? ¿Por qué?
18. ¿Cuál es la época que recuerdas como más feliz de tu vida y cuál la más triste? Explica el por qué.

## CUESTIONARIO DE COMUNICACIÓN FAMILIAR

*Instrucciones:* Rodea con un círculo la puntuación que mejor puede aplicarse a cada afirmación. Las respuestas posibles son:

- 1 Nunca
- 2 Pocas veces
- 3 Algunas veces
- 4 Muchas veces
- 5 Siempre

1. Puedo hablar acerca de los que pienso con mis padres sin sentirme mal o incómodo/a..... 1 2 3 4 5
2. No me creo todo lo que me dicen mis padres..... 1 2 3 4 5
3. Cuando hablo, mis padres me escuchan..... 1 2 3 4 5
4. No me atrevo a pedirles a mis padres lo que deseo o quiero..... 1 2 3 4 5
5. Mis padres suelen decirme cosas que sería mejor que no me dijese..... 1 2 3 4 5
6. Mis padres pueden saber cómo estoy sin preguntármelo... 1 2 3 4 5
7. Estoy muy satisfecho/a con la comunicación que tengo con mis padres..... 1 2 3 4 5
8. Si tuviese problemas podría contárselos a mis padres..... 1 2 3 4 5
9. Les demuestro con facilidad afecto a mis padres..... 1 2 3 4 5
10. Cuando estoy enfadado/a con mis padres, generalmente no les hablo..... 1 2 3 4 5
11. Tengo mucho cuidado con lo que le digo a mis padres..... 1 2 3 4 5
12. Cuando hablo con mis padres, suelo decirles cosas que sería mejor que no les dijese..... 1 2 3 4 5
13. Cuando hago preguntas a mis padres, me responden con sinceridad..... 1 2 3 4 5
14. Mis padres intentan comprender mi punto de vista..... 1 2 3 4 5
15. Hay temas que prefiero no hablar con mis padres..... 1 2 3 4 5
16. Pienso que es fácil discutir los problemas con mis padres.. 1 2 3 4 5
17. Es muy fácil expresar mis verdaderos sentimientos con mis padres..... 1 2 3 4 5
18. Cuando hablo con mis padres me pongo de mal genio..... 1 2 3 4 5
19. Mis padres me ofenden cuando están enfadados conmigo..... 1 2 3 4 5
20. No creo que pueda decirle a mis padres cómo me siento realmente en determinadas situaciones..... 1 2 3 4 5

### MIS PADRES SON:

- |                             |                                |
|-----------------------------|--------------------------------|
| 1. Cariñosos..... 1 2 3 4 5 | 5. Comprensivos..... 1 2 3 4 5 |
| 2. Amables..... 1 2 3 4 5   | 6. Desconfiados..... 1 2 3 4 5 |
| 3. Mandones..... 1 2 3 4 5  | 7. Severos..... 1 2 3 4 5      |
| 4. Justos..... 1 2 3 4 5    | 8. Egoístas..... 1 2 3 4 5     |

**TALLER PARA FORTALECER Y MEJORAR LA AUTOESTIMA  
OTORGA EL PRESENTE**

**DIPLOMA**

A: \_\_\_\_\_



**POR HABER PARTICIPADO EN EL CURSO TALLER DE AUTOESTIMA PARA FORTALECER Y  
MEJORAR LA AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES.**

**ORIENTADOR (A):**

\_\_\_\_\_