



**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD UPN, 099 D. F. PONIENTE**



**ACTIVIDADES PARA FORTALECER LA AFECTIVIDAD Y LA
AUTOESTIMA EN LOS JÓVENES DE LA SECUNDARIA
N° 201, “CARLOS CHAVEZ RAMÍREZ” DEL D. F.**

T E S I N A

PRESENTA

MARLENE DANIELA MOYA GARCÍA

MÉXICO, D.F.

NOVIEMBRE DE 2011



**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD UPN, 099 D. F. PONIENTE**



**ACTIVIDADES PARA FORTALECER LA AFECTIVIDAD Y LA
AUTOESTIMA EN LOS JÓVENES DE LA SECUNDARIA
No. 201, “CARLOS CHAVEZ RAMÍREZ” DEL D.F.**

TESINA

**OPCIÓN ENSAYO
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN EDUCACIÓN**

PRESENTA

MARLENE DANIELA MOYA GARCÍA

MÉXICO, D.F.

NOVIEMBRE DE 2011



DICTAMEN DE TRABAJO PARA TITULACIÓN

México, D. F., 19 de noviembre de 2011

C. MARLENE DANIELA MOYA GARCÍA

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes Profesionales de esta Unidad y como resultado del análisis realizado a su trabajo, titulado:

**ACTIVIDADES PARA FORTALECER LA AFECTIVIDAD Y LA AUTOESTIMA EN
LOS JÓVENES DE LA SECUNDARIA N° 201,
"CARLOS CHÁVEZ RAMÍREZ" DEL D. F.**

Opción T E S I N A, a propuesta del asesor, Mtra. Guadalupe A. Aguilar Ibarra, manifiesto a Usted, que reúne los requisitos académicos establecidos al respecto por la Institución.

Por lo anterior se dictamina favorablemente su trabajo y se autoriza a presentarlo ante el H. Jurado que se le designará al solicitar su examen profesional.

A F E C T I V A M E N T E
S. E. P.
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD UPN 099
MTRA. GUADALUPE G. QUINTANILLA CALDERÓN
RESIDENTE DE LA COMISIÓN DE EXÁMENES
PROFESIONALES DE LA UNIDAD UPN 099, D. F. PTE.

GGQC/arr

DEDICATORIAS
CON TODO MI AMOR AGRADECIMIENTO Y RESPETO

A MI ESPOSO E HIJA

Por la infinita paciencia y apoyo que me brindaron en todo momento para culminar una de mis más deseadas metas. Por la presencia y esencia de tu ser al ayudarme a crecer, por enseñarme a creer en mí y no darme por vencida aun cuando sentí que ya no podía, sobre todo por el inmenso amor que ha sido el motor para seguir día con día y por permitirme robarles mucho del tiempo en el que me merecía estar con Ustedes.

A MIS PADRES

Quienes me dieron dos grandes regalos. La vida y la libertad para vivirla, por hacerme aprender, que el amor, el trabajo y el conocimiento deben ser parte de mi existencia y decisiones. Por mostrarme que la consumación plena de mi existencia, se logra con la fe puesta en lo que soy, puedo y hago, por enseñarme que existir es cambiar, cambiar es madurar y madurar es franquear caminos en mi vida.

A MIS ABUELOS

Por darme su amor, cariño y apoyo toda la vida y por alentarme desde niña a ser una profesionista y por alentarme día con día para seguir adelante, aun cuando uno de ellos ya no esté conmigo sigue siendo uno de mis mayores motivaciones para seguir con mis estudios y seguir adelante con mis metas.

ÍNDICE

	PÁGINA
INTRODUCCIÓN	
CAPÍTULO 1. LOS PLANTEAMIENTOS METODOLÓGICOS EN EL MARCO DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL PARA LA ELABORACIÓN DE LA TESINA.....	5
1.1. JUSTIFICACIÓN DE LA ELECCIÓN DE LA TEMÁTICA PROPUESTA...	5
1.2. EL ENTORNO DE LA PROBLEMÁTICA.....	10
MAPA. N°1.....	10
1.2.1. HISTORIA.....	11
MAPA. N°2.....	11
1.2.2. SITUACIÓN GEOGRÁFICA.....	15
MAPA. N°3. DIVISIÓN ADMINISTRATIVA POR COORDINACIÓN Y UNIDAD TERRITORIAL.....	16
1.3. EL MARCO ESCOLAR DE LA PROBLEMÁTICA.....	17
MAPA. N°4	17
MAPA. N°5.....	18
CROQUIS. N°1.....	19
ORGANIGRAMA ESCOLAR.....	20
ESTRUCTURA FÍSICA DE LA ESCUELA	22
CROQUIS. N°2. ESTRUCTURA DE LA ESCUELA.....	22
TABLA. N°1.....	23
1.4. EL PLANTEAMIENTO PROBLEMÁTICO QUE DIO ORIGEN A LA INVESTIGACIÓN.....	25
1.5. UNA HIPÓTESIS GUÍA.....	26
1.6. EL PLANTEAMIENTO DE LOS OBJETIVOS.....	27

1.6.1.	EL OBJETIVO GENERAL.....	28
1.6.2.	LOS OBJETIVOS PARTICULARES.....	28
1.7.	EXPOSICIÓN DE LA METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL EMPLEADA EN EL DESARROLLO DEL ANÁLISIS BIBLIOGRÁFICO.....	28
CAPÍTULO 2. EL ANÁLISIS DE LOS ELEMENTOS TEÓRICOS QUE GENERARON LA PLATAFORMA DEL ENSAYO COMO RESULTADO DE LA INDAGACIÓN BIBLIOGRÁFICA.....		30
2.1.	LOS CONCEPTOS FUNDAMENTALES DEL ENTRAMADO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN.....	30
2.1.1.	¿QUÉ ES LA AFECTIVIDAD EN LOS SERES HUMANOS?.....	30
2.1.2.	AUTOESTIMA.....	32
2.1.3.	LA AUTOESTIMA EN LOS ADOLESCENTES.....	35
2.1.4.	CÓMO AFECTA LA AUTOESTIMA A LOS NIÑOS Y ADOLESCENTES..	36
2.1.5.	CARACTERÍSTICAS DE LOS ADOLESCENTES.....	39
2.1.6.	CAMBIOS EN LA ADOLESCENCIA.....	40
2.1.7.	¿CÓMO FORTALECER LA AUTOESTIMA DE LOS ADOLESCENTES QUE CURSAN LA EDUCACIÓN SECUNDARIA?.....	41
2.1.8.	¿ES POSIBLE QUE A TRAVÉS DE VÍNCULOS AFECTIVOS SE FORTALEZCA LA AUTOESTIMA DE LOS ADOLESCENTES?.....	49
2.1.9.	LA AUTOESTIMA EN EL SISTEMA TEÓRICO DE CARL ROGERS.....	51
2.1.10	ESTRUCTURA DEL SÍ MISMO Y EL COMPORTAMIENTO.....	54
	TABLA. N°2.....	55
2.1.11	¿QUÉ ACTIVIDADES DIDÁCTICAS ES POSIBLE LLEVAR A CABO EN LAS AULAS DE EDUCACIÓN SECUNDARIA PARA FORTALECER LA AUTOESTIMA EN LOS JÓVENES?.....	56
2.2.	IMPORTANCIA DE LA VINCULACIÓN DE LA TEORÍA CON LA PRÁCTICA EDUCATIVA.....	59
2.3.	UNA CONTRASTACIÓN CON LA REALIDAD DE MI CONTEXTO ESCOLAR.....	62

CAPÍTULO 3. SOLUCIONANDO EL PROBLEMA CON BASE EN LA INNOVACIÓN DE LA PRÁCTICA EDUCATIVA.....	64
3.1. TÍTULO DE LA PROPUESTA “LA IMPORTANCIA DE TU EXISTENCIA, TÚ RAZÓN DE SER”.....	64
3.2. BENEFICIARIOS DE LA PROPUESTA.....	65
3.3. CRITERIOS ESPECÍFICOS DE APLICACIÓN DE LA PROPUESTA.....	65
3.4. DISEÑO DE LA PROPUESTA.....	67
3.4.1. EL MAPA DE ACTIVIDADES PARA SALÓN DE CLASES.....	69
ACTIVIDAD. EL ESPEJO Y YO.....	69
ACTIVIDAD. ELECCIÓN DE IMÁGENES	70
ACTIVIDAD. DAR Y RECIBIR AFECTO.....	71
ACTIVIDAD. LA PELICULA DE MI VIDA.....	72
ACTIVIDAD. MI PROYECTO DE VIDA.....	73
ACTIVIDAD. INTERCAMBIO DE SILUETAS.....	74
ACTIVIDAD. MIS SENTIMIENTOS Y EMOCIONES.....	75
ACTIVIDAD. CINTAS DE PREJUICIOS.....	76
ACTIVIDAD. ¿CON QUIÉN ME LLEVO MEJOR?.....	77
ACTIVIDAD. TODAS Y TODOS SOMOS UNO EN EL GRUPO.....	78
3.4.2. MECANISMOS DE EVALUACIÓN Y EL SEGUIMIENTO EN EL DESARROLLO DE LA PROPUESTA.....	80
REPORTE DE LA SESIÓN. N°1.....	81
REPORTE DE LA SESIÓN. N°2.....	82
REPORTE DE LA SESIÓN. N°3.....	82
REPORTE DE LA SESIÓN. N°4.....	83
REPORTE DE LA SESIÓN. N°5.....	83
REPORTE DE LA SESIÓN. N°6.....	84
REPORTE DE LA SESIÓN. N°7.....	84

REPORTE DE LA SESIÓN. N°8.....	85
REPORTE DE LA SESIÓN. N°9.....	85
REPORTE DE LA SESIÓN. N°10.....	86
3.5. RESULTADOS ESPERADOS CON LA IMPLANTACIÓN DE LA PROPUESTA.....	86
CONCLUSIONES	
BIBLIOGRAFÍA	
SITIOS DE INTERNET CONSULTADOS	

INTRODUCCIÓN

Dado que, la etapa de la adolescencia es considerada como la más difícil dentro del proceso del desarrollo del ser humano, dicho así por algunos teóricos especialistas en el campo de la conducta del individuo; resulta inminente la puesta en práctica de nuevas estrategias y metodologías de trabajo, con actividades que permitan fortalecer la autoestima y crear vínculos afectivos, en los adolescentes, ya que es esta etapa la que enmarca la búsqueda de la identidad, la conformación y edificación de la personalidad basada en la adquisición de experiencias vivenciales a lo largo de la vida, las cuales pueden ser positivas o negativas, benéficas o perjudiciales, para el desarrollo afectivo de los jóvenes.

Es evidente que los tiempos actuales, han traído consigo, cambios trascendentales en lo que se refiere a los jóvenes adolescentes, los cuales se han adaptado a las demandas de la sociedad de iguales, que surgen al querer ser aceptados en algún grupo.

El siguiente trabajo es una investigación documental, en modalidad de tesina; contiene información experiencial de la tesista, así como bibliográfica, referida al aspecto anímico de jóvenes alumnos de Secundaria, en cuanto al desarrollo y fortalecimiento de la autoestima y vínculos afectivos.

Se trata de un trabajo con estructura de ensayo, dividido en 3 capítulos, con los cuales se pretende enfatizar sobre la importancia de dicho factor en adolescentes que cursan la Educación Básica a nivel Secundaria.

El contenido del trabajo se encuentra desarrollado de la siguiente manera:

El primer Capítulo, enfoca la problemática detectada en la práctica docente de la tesista, la cual se ha visto un tanto obstaculizada por la actitud negativa de los alumnos, quienes en su mayoría, carecen de afecto y por lo tanto de autoestima, dado por el desinterés de los padres de familia ante la situación que aqueja a nuestra sociedad actual que va cada día en aumento, a este punto se añade el de la falta de compromiso de los docentes; la objetividad con la que se llevan a cabo evaluaciones carentes de fundamento teórico que avale una calificación, por mencionar un ejemplo; en muchas ocasiones, no se trata de un problema de aprendizaje, sino, de un problema familiar que afecta directamente el estado anímico del alumno. Así también, se presenta la justificación del interés ante dicho problema, el planteamiento que dio origen a la investigación, y los objetivos planteados, es decir, un objetivo general, que es, plantear y realizar una Investigación Documental que identifique las secuencias y definiciones de afectividad y autoestima, y tres objetivos particulares los cuales son:

1. Plantear y llevar a cabo la investigación documental.
2. Identificar los postulados teóricos de afectividad y autoestima.
3. Proponer una solución al problema.

El Capítulo Dos, contiene la investigación de los conceptos necesarios para el desarrollo de la plataforma del trabajo, así como, la fundamentación teórica en cuanto a la vinculación de la teoría con la práctica dentro del salón de clases; ya que, dadas la circunstancias de la vida actual, resulta necesario la implementación de nuevas estrategias que permitan fortalecer la autoestima y los vínculos afectivos en jóvenes de Secundaria; de manera que llevando a cabo dicha vinculación, se pueda comprender el comportamiento de los adolescentes, en cuanto a su desarrollo académico, brindando la atención necesaria. Igualmente, se da una breve visión de lo que sucede cuando no existe dicha vinculación dentro de la planeación, esto, por la poca relación que existe entre el campo de trabajo (docencia) y la profesión que tienen los docentes, sin pretender generalizar. Sin embargo, se puede presumir que la labor docente ha sido deteriorada, en cuanto a su profesionalización y trabajo dentro del aula, lo que da un referente para reflexionar sobre el trabajo realizado en el campo educativo.

Dicha reflexión debe de encontrarse en función de los alumnos para la mejora educativa, incentivando el fortalecimiento inminente del desarrollo afectivo dentro del aula y entre los alumnos, para un mejor desempeño.

Por último, en el capítulo tres y partiendo del objeto de estudio (afectividad y autoestima), se plantea una propuesta de solución, para la implementación y puesta en práctica de una formación de calidad dentro de las aulas, encaminada a la

creación de un pensamiento resiliente responsable en los jóvenes que son el futuro de una sociedad en constante cambio.

También se exponen los mecanismos de evaluación que permitirán llevar un seguimiento del desarrollo de actividades con jóvenes que cursan la Educación Secundaria.

Se incluye un apartado para Conclusiones, Bibliografía y las Referencias de Internet consultadas.

CAPÍTULO 1. LOS PLANTEAMIENTOS METODOLÓGICOS EN EL MARCO DE LA INVESTIGACION DOCUMENTAL PARA LA ELABORACIÓN DE LA TESINA

Para un investigador en cualquier campo, es fundamental la realización de diversos esbozos metodológicos, que permitan obtener la temática que será el punto de partida para llevar a cabo el desarrollo de un trabajo de investigación, para culminar el proceso de cursar la Licenciatura en Educación en la Universidad Pedagógica Nacional.

Por lo anteriormente citado, en el presente documento se realizaron una serie de planteamientos que permiten crear alternativas para una mejor enseñanza dentro del aula.

1.1. JUSTIFICACIÓN DE LA ELECCIÓN DE LA TEMÁTICA PROPUESTA

En la vida, como en el campo de la Educación, resulta un tanto difícil la interacción con adolescentes dentro del aula. Las diferentes manifestaciones de conducta derivadas de los cambios que atraviesan en esta etapa de su existencia, conflictúan a las personas que forman parte de la sociedad al no saber cómo atender esas necesidades e intereses que surgen en los jóvenes al ingresar a la Educación Secundaria.

Es aquí, en donde radica la importancia de incentivar la seguridad en jóvenes, para generar la autoestima necesaria para afrontar con responsabilidad situaciones que se les presenten a lo largo de la vida.

Ante diversos contextos dentro de la práctica docente, resulta más fácil tomar decisiones y ver las cosas de manera objetiva, de esta manera, no se inmiscuyen sentimientos que en algún momento puedan afectar al profesor emocionalmente llevándolos a involucrarse de alguna otra manera.

En el desarrollo de la práctica docente, día con día, lidiamos con circunstancias que se encuentran fuera de nuestra capacidad para resolverlas, esto se da por la objetividad que regula dicha profesión. En realidad, no se sabe nada de los alumnos y mucho menos de la vida que han llevado desde pequeños, ni del núcleo familiar en el que se desenvuelven. Como padres, no se sabe la magnitud del daño que se ocasiona a los hijos; cuando éstos, son pequeños, todo lo que el niño hace bueno o malo, causa gracia, todo se les festeja, sin embargo, a lo largo de los años, las gracias se convierten en molestias y éstas, en problemas, finalmente los hijos no piden venir al mundo, aunque esto puede sonar una justificación aberrante, una gran mayoría de los padres suelen decir y hablar de obligaciones para con sus hijos, lo cual debiese ser un compromiso y una responsabilidad adquiridos desde el momento de la concepción, lo cual nunca tendría que terminar. Desafortunadamente, los tiempos han cambiado con el devenir de los años y una gran parte de la sociedad, empieza a estar conformada por padres jóvenes, que experimentaron

antes de tener conciencia y responsabilidad... Entonces, ¿cómo se le puede pedir a un adolescente que sea consciente, cuando los mismos padres nunca lo han sido?

En las Secundarias del D.F., se cuenta con orientadores que lejos de orientar a los jóvenes y encaminarlos a construir un proyecto de vida, solucionan la diversidad de problemáticas, expulsando del plantel a los alumnos, ya que esto resulta más eficaz que buscar una solución que parta de la subjetividad. Antes de tomar medidas atroces, se tendría que analizar, si en realidad un alumno tiene un problema de aprendizaje o uno emocional causado por el entorno familiar en el que se desarrolla, o por parte de la misma sociedad que cada día es más demandante.

Es triste saber por propios alumnos que han tenido la confianza de comentarlo, que se dedican a robar celulares a la gente que va distraída mandando mensajes, porque sus papás ya no les quieren dar para comprarse lo que requieren o necesitan, o porque el preferido es otro de sus hermanos.

En otros casos los jóvenes no carecen de nada, pero si de lo más importante: el afecto y el cariño de sus padres; no se trata de darles cantidad de tiempo, sino calidad del mismo, tampoco se trata de pagar con regalos el cariño que no se les da.

La escuela tendría que ser concebida como el segundo hogar de los niños y jóvenes, pero éstas, son tomadas como guarderías.

En Educación Preescolar la atención de los padres de familia o tutores es casi de un 100%, en Educación Primaria baja un porcentaje y en Educación Secundaria, ésta desaparece. Aparte de todo lo antes citado los niños llegan a convertirse en un problema y en muchos casos en un estorbo para aquellos que les dieron la vida.

Una gran mayoría de los maestros, se dedican a cumplir con el protocolo escolar y administrativo que les da el derecho a su cheque de cada quincena, finalmente, que importa si apruebas o repruebas a los alumnos, de cualquier forma les pagan.

Es mentira que exista una escuela verdaderamente para padres, porque nadie enseña a serlo, las abuelas suelen decir, que no se es hijo, hasta que no se es padre; pero ¿Cuándo se es padre?, cuando se engendra, cuando se probé del sustento económico, o cuando se les suelta a los hijos de la mano... difícil pregunta, pero resulta aún más difícil, la respuesta.

Se piensa que el título de un padre, no es el que se encuentra colgado adornando la pared de su sala, su graduación tendría que ser el haber sido padre y madre al haber sacado a sus hijos adelante, convirtiéndolos en jóvenes de provecho que puedan subsistir a las adversidades que les demanda la sociedad impositiva en la cual se vive.

Aun cuando estas demandas, se encuentren basadas en situaciones meramente materiales, el amor y el respeto, se han ido perdiendo entre esas parejas que en

algún momento se juraron amor eterno de jóvenes inmaduros y carentes de lo mismo.

Los hijos pasan a segundo término, porque muchas mujeres, prefieren al hombre que a la vida que llevaron nueve meses en su vientre. Hasta donde se cortan las alas de los hijos, o hasta donde se les deja volar.

El ser maestro, implica más que pararse frente a un grupo, implica compromiso, voluntad, certeza de por qué se está en ese lugar, tendrían que ser guías, hacia un nuevo camino, creando expectativas de vida en cada uno de esos adolescentes que no forman parte de su familia, y sin embargo, hablando de los años frente a grupo, la tesista puede decir que se crea un vínculo especial que le ha permitido volverse subjetiva al momento de enseñar, valorando cada capacidad o discapacidad de los educandos de un grupo determinado.

1.2. EL ENTORNO DE LA PROBLEMÁTICA

Mapa No.1¹

La escuela se encuentra ubicada en la Delegación Iztapalapa



¹http://www.google.com/imgres?imgurl=http://i2.esmas.com/2008/06/27/3081/delegacion-iztapalapa-370x270.jpg&imgrefurl=http://sedena1.wordpress.com/2008/12/22/custodios-asesinos/&usq=_1J5YpiMBU1lmaosaftXS9O2-dE=&h=270&w=370&sz=38&hl=es&start=0&zoom=1&tbnid=rvBVK-VICKAXHM:&tbnh=144&tbnw=202&prev=/images%3Fq%3Ddelegaci%25C3%25B3n%2Biztapalapa%26hl%3Des%26biw%3D1206%26bih%3D635%26gbv%3D2%26tbs%3Disch:1&itbs=1&iact=rc&dur=324&ei=_rcKTc3OEIaasAP6tcCKCg&oei=_rcKTc3OEIaasAP6tcCKCg&esq=1&page=1&ndsp=18&ved=1t:429,r:0,s:0&tx=137&ty=45

<http://www.google.com.mx/imgres?imgurl=http://i2.esmas.com/2008/06/27/3081/delegacion-iztapalapa-370x270.jpg&imgrefurl> Octubre-2010

1.2.1. HISTORIA

Mapa No. 2²



Iztapalapa asentada parte en tierra firme y otra en el agua (Imagen Siglo-XIX). Iztapalapa Villa Real, gobernada por Cuitláhuac, era un vergel, principal abastecedora de la Gran Tenochtitlan. Los españoles llegaron al Valle de México y se aposentaron en el pueblo de Iztapalapa, todos los pueblos defensores de la Gran Tenochtitlan lucharon contra la invasión, pero Iztapalapa fue aniquilada y a fines del Siglo XVI, se convirtió en propiedad de la Corona de España. Algunas de las iglesias de Iztapalapa, fueron edificadas sobre los templos prehispánicos destruidos por los españoles.

Durante el Siglo XIX, sólo se alcanzaba a ver la polvareda que alzaban los carrromatos de viajeros y ejércitos procedentes o con destino a Puebla o Veracruz. Dos vías fluviales, eran los canales que partían de Chalco y Xochimilco y que al

²http://www.iztapalapa.gob.mx/htm/0101010000_2005.html Octubre-2010

cruzar el Camino Real de Iztapalapa Calzada Ermita-Iztapalapa, se convertía en Canal de la Viga a través del cual se transportaba el maíz, el frijol, las hortalizas, numerosos vegetales y flores (soportes económicos de la región), para abastecer a la Capital.

Una devastadora epidemia del cólera que azotó a esta jurisdicción en 1833, dio origen a la ya tradicional representación de la Semana Santa que se lleva al cabo año con año. A la mitad del Siglo XIX, el pueblo de Iztapalapa contaba con 3,416 habitantes.

Hacia 1920, la población total de la Municipalidad, era de más de 20 mil habitantes, correspondiendo 9 mil, a la Cabecera.

Iztapalapa hasta nuestros días, ha tenido cambios y modificaciones de acuerdo a diversos ordenamientos legales. Actualmente, es una de las 16 Delegaciones que conforman el Distrito Federal.

El nombre de la Delegación Iztapalapa, proviene de la lengua náhuatl, (Iztapalli-losas o lajas, Atl-agua, y Pan-sobre) que pueden traducirse como "En el agua de las lajas". Esta toponimia, describe su situación ribereña. Como es sabida, esta demarcación junto con otros espacios aledaños, tuvo su asentamiento parte en tierra firme y otra en el agua, conforme el conocido sistema de chinampas.

Esquema representativo de Iztapalapa, abstracción realizada a partir del símbolo Delegacional del territorio de Iztapalapa que significa en el "Agua de las Lajas", por considerarlo una buena abstracción, se ha realizado de manera que se conserven los elementos distintivos de la imagen original, adecuándolas para su fácil reproducción en diferentes medios.



Las Chinampas

Por todos lados había agua, de allí otra interpretación del vocablo Iztapalapan, "en el agua atravesada".

El agua brotaba de los manantiales, de los árboles "llorones" y "ahuejotes"; de los "ojos de agua"; también del Cerro de la Estrella, sobre todo en temporada de lluvias, bajaba hacia las Chinampas, parajes hechos con carrizos, lodo y ramas de árboles, que con sus raíces, las mantenían sujetas a la tierra.

Fue la Chinampería de gran importancia para la siembra del maíz, la lechuga, las acelgas, el betabel, los ajos, las lenguas de vaca, la col, el nabo, los romeritos (que eran los mejores por su exquisito sabor, gracias al salitre de la región) y las nutritivas alcachofas que hicieron de Iztapalapa, un pueblo famoso por sus verduras.

Las zanjas dividían a las Chinampas: Tezontitla, El Bordo, El Moral, Las Largas, Las Cuadradas, Tecorrales, Zapotla, El Acalote y Santa Rosa, entre otras. Corría el agua formando "acalotes" por donde se transitaba en chalupitas, chalupas y chalupones. Algunas casas, tenían embarcadero propio para descargar la cosecha, pero los más utilizados eran los llamados "puentes" como el de Puente Titla, El Vergel, Tezontitla, Del Moral, El Arquito, La Moronga, Quemado y el de Apatlaco. Las Chinampas en Iztapalapa, fueron hábitat de toda variedad de fauna: Garzas, chichicuilotos, cardenales, tórtolas, jilgueros, del quetzal que adorna con su plumaje el penacho de Moctezuma. Inmensas parvadas de patos llegaban a reposar, unos emigraban y otros preferían quedarse allí. Carpas, acosiles, ranas y un sin fin de animales atraídos por la vegetación, hacían del lugar un paraíso. Árboles como el tamariz, zapote, chabacano, membrillo, granada; flores como el alcatraz, la ninfa, la amapola. En los akalotes había mucho tule, jarilla, el casi insignificante chilacascle, y la bola (lirio de agua) con la que trabajaban la tierra. Al lirio o bola lo utilizaban como abono: lo revolvían con la tierra, a que se pudriera, ponían las semillas de lechuga por ejemplo y cuando abría ésta, estaba listo el almácigo para trasplantarse. Se dice que Cuitlahuac, se bañaba en el ojo de Claquilpa.*

En la Hacienda de La Purísima, estaban los Manantiales y pozos de donde bombean el agua para abastecer a la población. Por tanta agua que había en la región, se formaba el salitre y el tequezquite, el que utilizaban como jabón para bañarse y lavar la ropa, así como condimento para la preparación de los tamales.

* Actualmente lavaderos públicos, Lerdo entre Estrella y Cuauhtémoc Barrio San Pablo)

Corrió el rumor de la expropiación de las Chinampas, los papás de los abuelitos comentaban que estaba muy lejos el que se llevara a cabo, pues Iztapalapa vivía de la chinampería, y que ellos no lo verían. Décadas después, efectivamente los días 21 y 27 de abril de 1970, se expropiaron las Chinampas para la construcción de la actual Central de Abasto del Distrito Federal y así se cumplió lo dicho "no lo vieron"; solo hijos, nietos y bisnietos, vieron la destrucción de esa herencia prehispánica como fueron las Chinampas.³

1.2.2. SITUACIÓN GEOGRÁFICA

La superficie total de la Delegación Iztapalapa, es de 114 km², que representan el 7.1% del área total del Distrito Federal. Se ubica al Oriente del Distrito Federal, a una altitud de 2,240 MSNM., de superficie plana a excepción de la Sierra de Santa Catarina, El Cerro de la Estrella y El Peñón del Marqués.⁴

Al Norte, la Delegación de Iztacalco y el Municipio de Nezahualcóyotl, en el Estado de México. Al Éste, el Municipio de La Paz y Chalco Solidaridad, en el Estado de México. Al Sur, las Delegaciones de Tláhuac y Xochimilco. Al Oeste las Delegaciones de Coyoacán y Benito Juárez. Presenta una situación geográfica importante, ya que es el punto de entrada y salida hacia el Oriente y Sureste de la Ciudad de México, además de ser limítrofe con el Estado de México, lo que genera

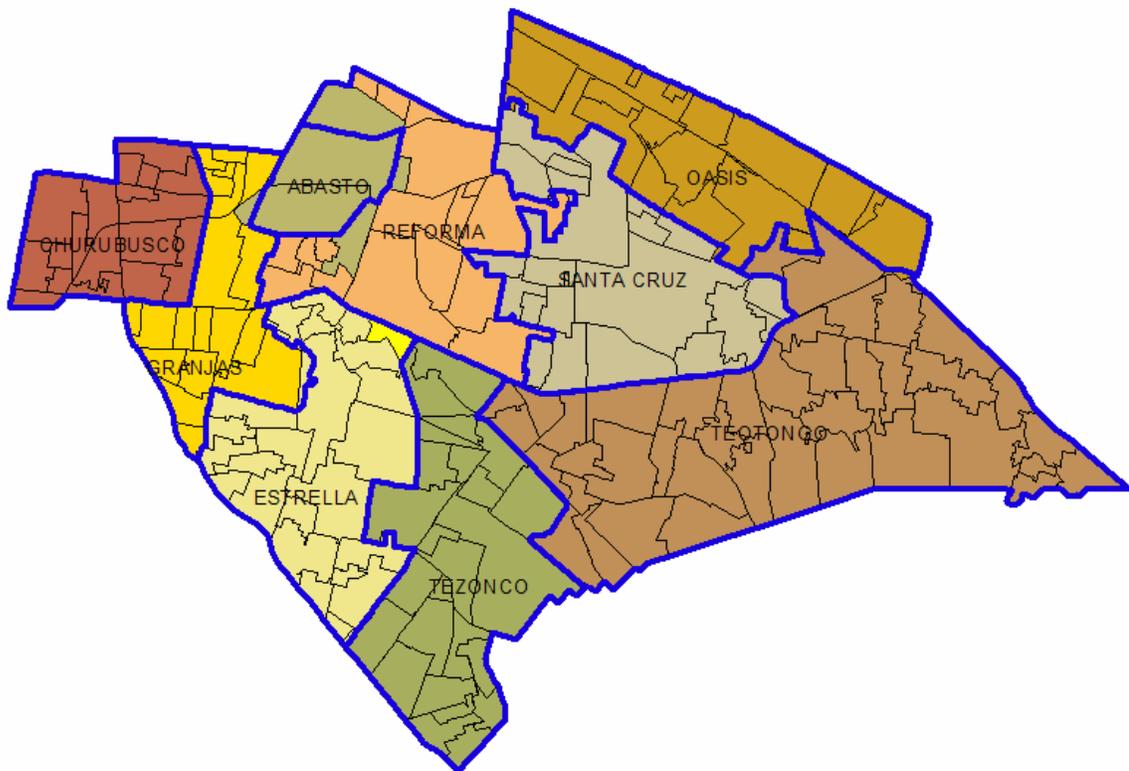
³ Ídem

⁴http://www.icesi.org.mx/documentos/propuestas/iztapalapa_perfil_sociodemografico.pdf (Octubre-2010)

una interrelación de servicios, equipamiento, transporte y actividad económica cotidiana con los Municipios de Nezahualcóyotl, Los Reyes-La Paz y Chalco Solidaridad. Administrativamente, y dado el tamaño, tanto en superficie como en población, la Delegación de Iztapalapa, se divide en nueve Coordinaciones Territoriales de Seguridad Pública que se subdividen a su vez, en Unidades Territoriales, como puede apreciarse en el siguiente mapa:

Mapa No. 3⁵

DIVISIÓN ADMINISTRATIVA POR COORDINACIÓN Y UNIDAD TERRITORIAL



⁵http://www.icesi.org.mx/documentos/propuestas/iztapalapa_perfil_sociodemografico.pdf (Octubre 2010)

1.3. EL MARCO ESCOLAR DE LA PROBLEMÁTICA

La escuela se encuentra en México D.F. en la Delegación Iztapalapa

Mapa No.4⁶



Distrito Federal

⁶http://www.google.com/imgres?imgurl=http://www.soyamigo.com/distribuidores/mexico.jpg&imgrefurl=http://www.soyamigo.com/distribuidores/puntosventa1.html&usq=Sv0bQOpfY9QVu1MAIz7tIMOtTtU=&h=535&w=714&sz=40&hl=es&start=0&zoom=1&tbnid=OIWp6N3A_8awuM:&tbnh=147&tbnw=190&prev=/images%3Fq%3Dmapa%2Bde%2Bla%2Brep%25C3%25BAblica%2Bmexicana%26hl%3Des%26gbv%3D2%26biw%3D1206%26bih%3D635%26addh%3D36%26output%3Dimages_json%26tbs%3Disch:10,121&itbs=1&iact=rc&dur=526&ei=YbkKTeTDIIjEsAOug4DTCg&oei=RbkKTbTBL024sAPNg_GTCg&esq=20&page=1&ndsp=15&ved=1t:429,r:5,s:0&tx=63&ty=63&biw=1206&bih=635 (Octubre-2010) . Imagen editada por la tesista

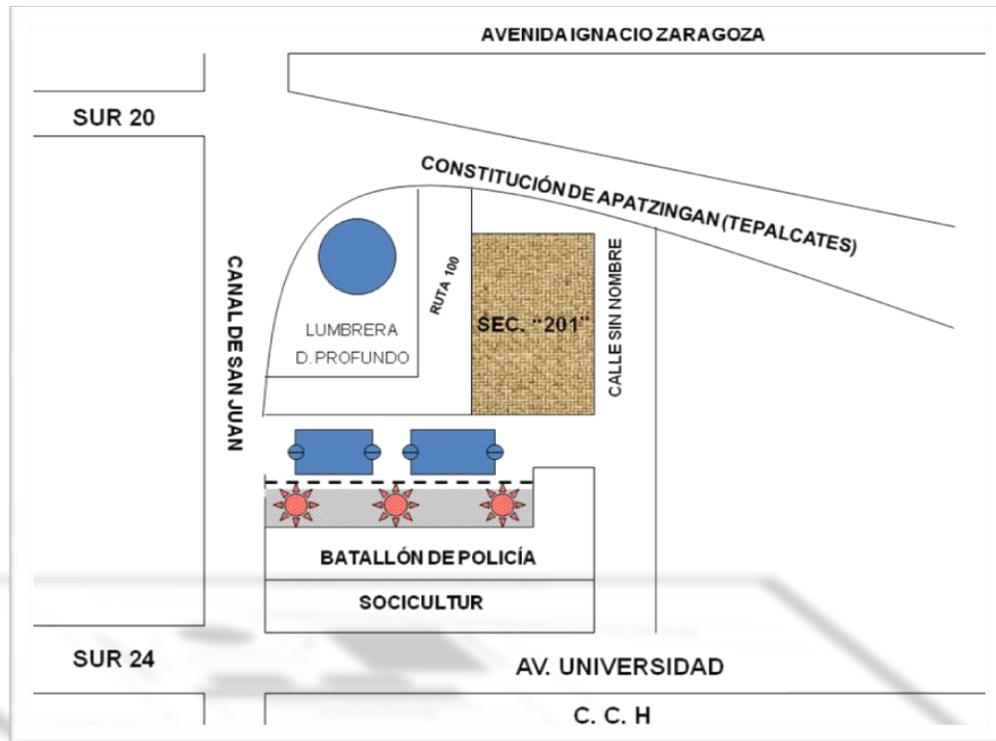
En Av. Tepalcates y Calle S/N, Super Mz. II. Unidad Habitacional Ejército Constitucionalista.

Mapa No. 5⁷



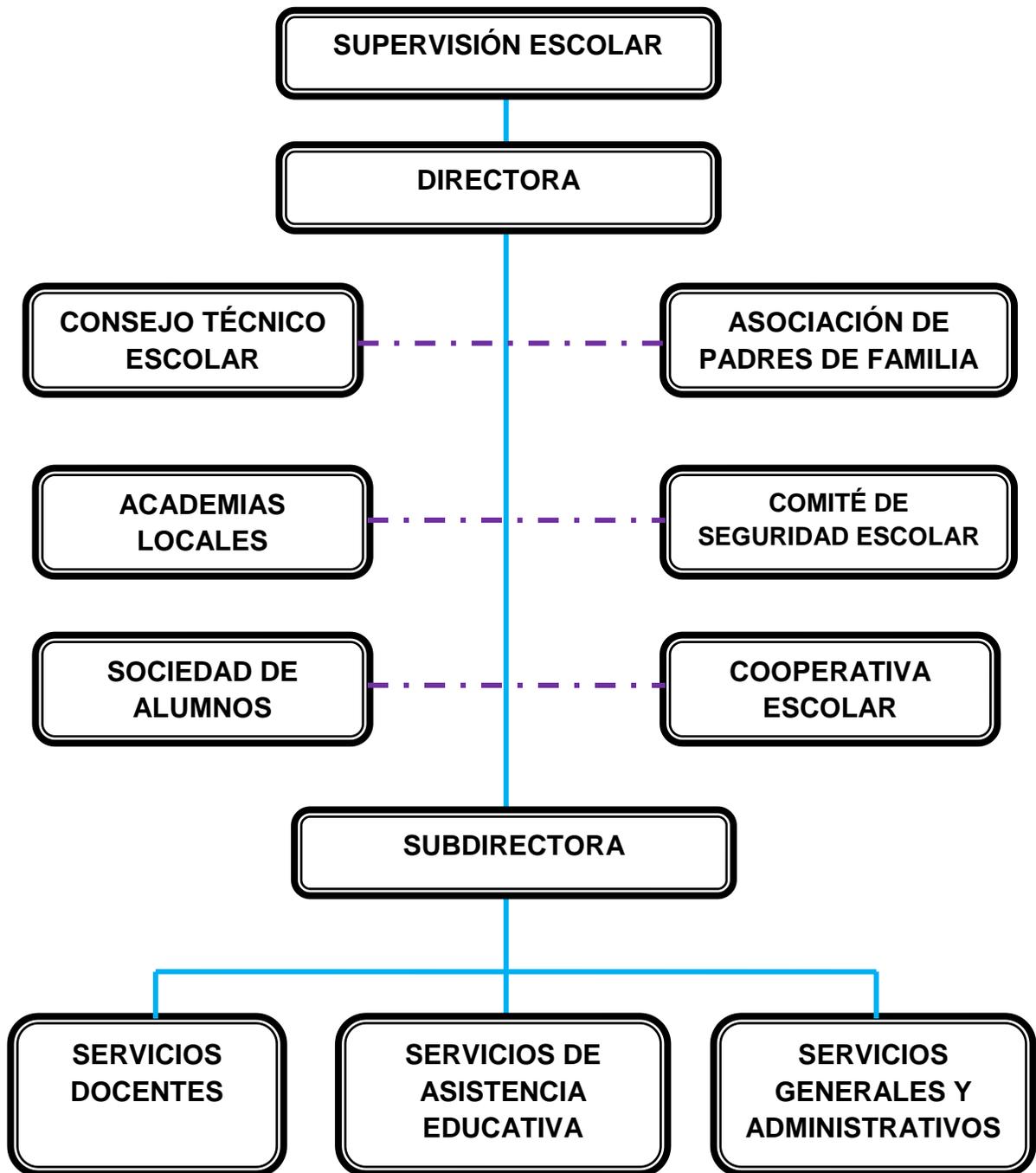
⁷<http://www.google.com/imgres?imgurl=http://i2.esmas.com/2008/06/27/3081/delegacion-iztapalapa-370x270.jpg&imgrefurl=http://sedena1.wordpress.com/2008/12/22/custodios-asesinos/&usq=1J5YpiMBU11maosaftXS9O2-dE=&h=270&w=370&sz=38&hl=es&start=0&zoom=1&tbnid=rvBVK-VICKAXHM:&tbnh=144&tbnw=202&prev=/images%3Fq%3Ddelegaci%25C3%25B3n%2Biztapalapa%26hl%3Des%26biw%3D1206%26bih%3D635%26gbv%3D2%26tbs%3Disch:1&itbs=1&iact=hc&vpx=146&vpy=128&dur=503&hovh=191&hovw=262&tx=145&ty=83&ei=zrkKTYrVF4iasAORg8GKCg&oei=zrkKTYrVF4iasAORg8GKCg&esq=1&page=1&ndsp=18&ved=1t:429,r:0,s:0> (Octubre-2010).

Croquis No. 1⁸



⁸ Realizado por la tesista

ORGRANIGRAMA ESCOLAR⁹



⁹Elaborado por la tesista

Sus espacios son los siguientes:

- ◆ A la entrada se localiza el edificio principal, en éste, se encuentra:
- ◆ De lado izquierdo, otro edificio, en la planta baja de lado derecho, se localizan los laboratorios y en el primer piso, las aulas de 2do. grado, biblioteca, los sanitarios para jóvenes y el Taller de Corte y Confección.
- ◆ Del lado derecho del mismo edificio, se encuentra la Cooperativa Escolar, los Sanitarios para Señoritas y las aulas de Tercer Grado.
- ◆ De lado derecho del citado edificio, se localizan las aulas de Primer Grado, los Sanitarios de Señoritas, el Taller de Dibujo Técnico y el Salón de Aula Digital; en el primer piso del mismo edificio, se ubican los Sanitarios de los varones, el Taller de Artes Plásticas, el Salón de Geografía, el Laboratorio de Matemáticas, el Taller de Computación y la Sala de Maestros

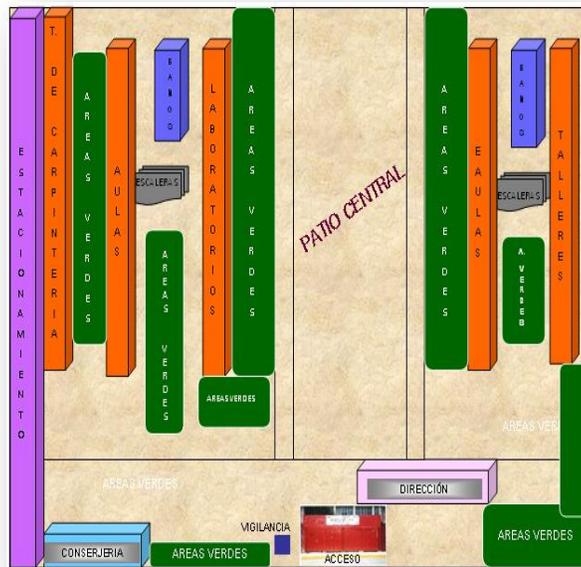
Estructura física de la escuela

La escuela se encuentra conformada por una planta baja y un solo piso, estructurada de la siguiente manera:

- ◆ Departamento de Trabajo Social
- ◆ Consultorio Médico
- ◆ Oficina de Contraloría
- ◆ Cubículo de Secretarías
- ◆ Archivo Escolar
- ◆ Sanitarios
- ◆ Subdirección
- ◆ Dirección.

Croquis No. 2¹⁰

Estructura de la escuela



En cuanto a la estructura administrativa del plantel la plantilla escolar, se encuentra conformada de la siguiente manera:

¹⁰Realizado por la tesista

Tabla No.1.*

NOMBRE	CARGO	ESCOLARIDAD	ANTIGUEDAD
González Bello Edith	Directora del plantel	Lic. En Historia	33 años
González Ruíz Martha	Subdirectora	Lic. En Inglés	22 años
Celaya Martínez Edith	Profra. Español	Lic. En Español	9 años
Rodríguez Sánchez Margarita	Profra. Español	Lic. En Comunicaciones	16 años
Colín Suárez Gerardo	Profr. Español	Lic. Sociología	6 años
Rodríguez Santa María Gustavo	Profr. Matemáticas	Lic. Matemáticas	1 año
Torres Molina Ricardo	Profr. Matemáticas	Lic. Matemáticas	31 años
Rosas Palacios Ana María	Profra. Matemáticas	Lic. Matemáticas	32 años
Rojas Marcial Raquel	Profra. Matemáticas	Lic. Matemáticas	3 años
Morales Cid Roberto Carlos	Profr. Matemáticas	Ing. En comunicaciones y electrónica	5 años
Cortés Morales María de la Luz	Profra. Historia	Lic. En Historia	31 años
Díaz Guadarrama Jesús S.	Profr. Historia	Lic. En Historia	7 años
Guillermo Calzada Clara G.	Profra. Formación Cívica y Ética	Lic. En Formación Cívica y Ética	2 años
Téllez Salinas Iraís Berenice	Profra. Formación Cívica y Ética	Lic. En Derecho	3 años
Zavala Mexicano María	Profra. Historia	Lic. En Ethnohistoria	9 años
Cruz Martínez Rosa Lidia Piedad	Profra. Formación Cívica y Ética	Lic. En Psicología	20 años
Pérez Rodríguez Luis	Profr. Ciencias I	Médico Cirujano	9 años
Vergara Ríos Luis Armando	Profr. Ciencias II	Lic. En Ciencias Naturales	13 años
Barranco Zárate Sajid Alexandro	Profr. Ciencias II y III	Lic. En Ciencias Naturales	9 años
Gurrola Salas Sergio Humberto	Profr. Francés I y II	Ing. Mecánico Electricista	23 años
García Martínez Raúl Gaspar	Profr. Francés II	Lic. En Francés	5 años
Galicia Santiago Margarita	Profra. Educación Física	Lic. En Educación Física	4 años
Reyes Alejandrí Ricardo	Profr. Artes Plásticas	Diseño De Asentamientos Humanos.	13 años
Flores Martínez Lourdes	Profr. Corte y Confección	Tec. Esp. En Dis. Industrial de Patrones	24 años
Moya García Marlene Daniela	Profra. Computación	Lic. En Educación	7 años

*Elaborada por la tesista

Dentro del plantel, resulta muy difícil trabajar de forma colectiva, ya que como se sabe, la resistencia al cambio siempre está latente. En realidad no existe una vinculación de compañerismo, en donde se puedan exponer las diversas problemáticas para darles una solución viable, intercambiando puntos de vista y estrategias convenientes para la comunidad escolar.

La educación dentro de las aulas, sigue siendo tradicionalista, se le teme a la innovación de nuevas metodologías, los profesores son los que tienen siempre la palabra y la razón, es decir, metodología tradicional.

El plantel se encuentra en los alrededores de una zona un tanto conflictiva, conformada por todo tipo de personas, desde comerciantes, hasta vándalos, por otro lado, es una zona marginada a diferencia de otras escuelas cercanas.

No todos los padres o tutores cuentan con estudios y muchos de ellos no se mantienen al tanto del desempeño académico de sus hijos por diversas razones.

En cuanto a costumbres, existen tres fechas significativas que enmarcan el entorno de la comunidad.

El día 28 de cada mes, se celebra la misa a San Judas Tadeo.

El día 24 de Octubre, se realiza una fiesta para venerar el día del mismo santo, con feria, fuegos artificiales y diversos antojitos mexicanos.

En el mismo mes de Octubre, celebran a San Francisco de Asís, realizando un evento similar al del 28 de Octubre.

Por último, el día 1ro. de cada mes, los devotos de la Santa Muerte, acuden a su misa en diversos puntos de la colonia.

1.4. EL PLANTEAMIENTO PROBLEMÁTICO QUE DIO ORIGEN A LA INVESTIGACIÓN.

Por razones metodológicas, es preciso establecer un enunciado que origine los análisis correspondientes a la propia investigación y que para efectos del presente ensayo, se estructuró el enunciado interrogativo siguiente.

¿Cuáles son las actividades académicas que permitirán fortalecer la afectividad y la autoestima en los jóvenes de la Secundaria No.201, “Carlos Chávez Ramírez” para lograr una formación integral?

1.5. UNA HIPÓTESIS GUÍA

Una investigación Documental, no considera a la hipótesis, desde la óptica de una contrastación estadística, sino que en este aspecto específico, sólo reúne el requisito metodológico de orientar la búsqueda de datos bibliográficos, hemerográficos, etc., para conformar los entramados conceptuales que den paso a los análisis necesarios en la estructuración de nuevos enfoques teóricos sobre problemáticas inherentes, en lo que corresponde al contexto educativo.

En este caso, el enunciado hipotético, se estructuró de la siguiente manera:

Las actividades académicas de aula, que permiten fortalecer la afectividad y la autoestima en los jóvenes de la Secundaria No.201 “Carlos Chávez Ramírez” del D.F., para lograr una formación integral son:

Actividades de seguridad y conocimiento:

- ◆ El espejo y Yo
- ◆ Cintas de prejuicios

Actividades de distención

- ◆ Intercambio de Siluetas
- ◆ ¿Con quién me llevo mejor?
- ◆ Mis Sentimientos y emociones

Actividades de Confianza y Comunicación

- ◆ Elección de imágenes
- ◆ Dar y recibir afecto
- ◆ La película de mi vida
- ◆ Mi proyecto de vida
- ◆ Todas y todos somos uno en el grupo

1.6. EL PLANTEAMIENTO DE LOS OBJETIVOS

Los objetivos reúnen la característica principal de anteponer los rasgos cualitativos a alcanzar por medio de diferentes acciones, en este caso, de un proceso investigativo. Ellos, dimensionan el panorama sobre el cual, se trata de incidir mediante la intervención fundamentada en la investigación y que trata de resolver la problemática educativa que afecta las tareas cotidianas dentro de las actividades docentes.

Éstos, se dividen en Objetivos Generales y Objetivos Específicos y para el desarrollo del presente trabajo, se construyeron los siguientes:

1.6.1. EL OBJETIVO GENERAL

Plantear y realizar una Investigación Documental que identifique y analice las definiciones de afectividad y autoestima, así mismo, establecer una posible solución al problema planteado.

1.6.2. LOS OBJETIVOS PARTICULARES

4. Plantear y llevar a cabo la Investigación Documental.
5. Identificar los postulados teóricos de afectividad y autoestima.
6. Proponer una solución al problema.

1.7. EXPOSICIÓN DE LA METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL EMPLEADA EN EL DESARROLLO DEL ANÁLISIS BIBLIOGRÁFICO.

Un análisis documental, relacionado con la investigación, requiere de procesos sistematizados de construcción de contenidos que avalen las conclusiones que derivarán de los elementos bibliográficos consultados y que ampliarán los horizontes en la organización de una propuesta alternativa de solución al problema.

Bajo estos preceptos, fue que se establecieron los lineamientos a seguir en el proceso de desarrollo del presente trabajo.

La sistematización metodológica aplicada fue la siguiente:

- ◆ Determinación del tema de estudio
- ◆ Organización de los temas de indagación bibliográfica
- ◆ Revisión de la bibliografía correspondiente
- ◆ Acumulación de los datos inherentes a la temática de análisis
- ◆ Organización y análisis de los datos reunidos
- ◆ Interpretación de los datos reunidos
- ◆ Redacción del borrador correspondiente
- ◆ Presentación de la primera redacción a las observaciones
- ◆ Presentación del trabajo definitivo

CAPÍTULO 2. EL ANÁLISIS DE LOS ELEMENTOS TEÓRICOS QUE GENERARON LA PLATAFORMA DEL ENSAYO COMO RESULTADO DE LA INDAGACIÓN BIBLIOGRÁFICA.

Para establecer la plataforma de la investigación, en el marco del proceso de enseñanza-aprendizaje en la etapa de la “adolescencia”, dentro del aula, se considera fundamental el desarrollo de conceptos básicos para el engranaje de la exposición del presente ensayo.

2.1. LOS CONCEPTOS FUNDAMENTALES DEL ENTRAMADO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN SON:

2.1.1. ¿QUÉ ES LA AFECTIVIDAD EN LOS SERES HUMANOS?

Es un aspecto fundamental sobre la capacidad individual de experimentar sentimientos y emociones. Para Bleuler, es la capacidad de reaccionar ante los estímulos del medio o del organismo.¹¹ Es una dimensión del individuo que designa un conjunto de fenómenos psíquicos: sentimientos, emociones, deseos, pasiones, aspiraciones, creencias, etc. Los fenómenos psíquicos que forman parte del campo de la afectividad, se denominan también afectos.

¹¹Manuel S. Saavedra R. Cómo entender a los adolescentes para educarlos mejor. México D.F., Editorial Pax, S.A. 2004. Pág. 21

Los afectos se pueden considerar ordenados entre dos polos: placer-dolor, agrado-desagrado, amor-odio. Para la psicología actual, los estados afectivos son, aún dentro de su diversidad, variaciones sobre dos cuestiones básicas: el placer y el dolor, distinguiendo así:

EMOCIÓN.- Reacción breve y global, de un organismo ante un suceso inesperado, que concierne a toda la personalidad y ante la cual los mecanismos de adaptación resultan insuficientes.

SENTIMIENTO.- Estado más duradero y matizado, en el que el factor fisiológico no es tan acusado.

PASIÓN.- Efecto que participa en cierto grado de la intensidad de la emoción y de la duración del sentimiento, invadiendo la vida psíquica y canalizándola en una dirección principal.

HUMOR.- Estado afectivo básico que trasciende uniformemente la vida psíquica sin la intensa unidireccional de la pasión.

La afectividad es entonces, un fenómeno íntimo, pero también social y se impone como objeto de la psicología social. Ésta, se manifiesta en forma de deseos, así como de fuerzas que proceden del organismo hacia un objeto (imposible de encontrar), para verse satisfechas. No tienen tacto propio.

Sigmund Freud, ha demostrado, a partir del estudio de la neurosis, el camino por el cual se integran en la realidad bajo impulsos del yo que las rechaza y las adapta por el rodeo del Súper yo.¹²

Por lo tanto, se piensa que la afectividad, en los adolescentes, es el punto medular de donde parten sus triunfos o fracasos, por lo que resulta fundamental que los jóvenes alumnos, se desarrollen en un ambiente de distensión y con la mayor atención posible.

En lo que respecta a la práctica docente, es imperativo volverse subjetivos al momento de desarrollar cada una de las clases, de esta manera, resultará más fácil comprender el desempeño de un alumno, cuando éste, sea negativo, o por alguna razón comience a ir en detrimento.

2.1.2. AUTOESTIMA

Capacidad de tener conciencia de sí mismo, de reconocer la identidad propia y de darle valor emitiendo juicios para aprobarla o rechazarla a partir de los pensamientos, sentimientos y experiencias que sobre ella, se han asimilado en el curso de la vida. Por tal razón, resulta de vital importancia para la supervivencia psicológica.

¹² Fernando Canda Moreno. Diccionario de Pedagogía y Psicología (texto impreso). Madrid: Cultural: 2006.

Existen cuatro tipos de comportamientos que son significativos de problemas para el desarrollo de la autoestima en la edad adolescente.¹³

Vinculación

- ◆ Incapacidad para escuchar a los demás y para comprender los razonamientos ajenos.
- ◆ Evasión de las situaciones sociales y de los intereses de los demás
- ◆ Emisión de juicios negativos de la familia, el grupo y la sociedad
- ◆ Protagonismo excesivo en todas las circunstancias
- ◆ Dificultad de relaciones cooperativas
- ◆ Relaciones excesivas con animales y mínimas con las personas
- ◆ Molestias por el contacto físico con otras personas

Singularidad

- ◆ Comentarios negativos de sí mismo y de los logros alcanzados
- ◆ Poco o nulo orgullo de sí mismo
- ◆ Receptivo a las ideas de otros
- ◆ Tendencia a clasificar a las personas de modo simple y superficial
- ◆ Incomodidad si se le cuestiona
- ◆ Alardes en el momento inapropiado

¹³Manuel S. Saavedra R. Cómo entender a los adolescentes para educarlos mejor. México D.F., Editorial Pax, S.A. 2004. Págs.52-54

Sensación de poder

- ◆ Incapacidad para asumir responsabilidades
- ◆ Habilidades limitadas para afrontar actividades medianamente complejas
- ◆ Comportamientos de minusvalía
- ◆ Dificultades para controlarse emocionalmente
- ◆ Incapacidad para soportar la frustración
- ◆ Conducta excesivamente exigente
- ◆ Incapacidad para la discusión y para compartir el poder

Modelos

- ◆ Facilidad para confundirse. Incapacidad para priorizar y para atender lo importante.
- ◆ Dificultad para organizar tiempo, espacios, ideas y comportamientos
- ◆ Confusión de lo bueno y lo malo
- ◆ Dificultad y lentitud para la toma de decisiones
- ◆ Inseguridad para el trabajo cooperativo
- ◆ Dificultad para visualizar opciones
- ◆ Afronta desafíos
- ◆ Se acepta con orgullo.¹⁴

¹⁴ Ídem

2.1.3. LA AUTOESTIMA EN LOS ADOLESCENTES

1. Durante la adolescencia se manifiestan ciertos cambios a nivel socio-afectivo, físico y cognoscitivo, se desarrollan además la capacidad de reflexionar y pensar sobre uno/a mismo/a y de aceptar una nueva imagen corporal. Al hacerlo, el o la adolescente se formula una serie de preguntas sobre sí mismo, por ejemplo "¿soy atractivo?" "¿soy inteligente?" "¿soy aceptado por mis compañeros?".

2. Gradualmente empieza a separar lo que cree que es verdad sobre sí mismo/a de lo que considera erróneo y a formular sus propios conceptos sobre su persona. Cuanto mayor sea la aceptación que se siente, tanto en la familia como en los/as compañeros/ as, mayores serán las posibilidades de éxito.¹⁵

En la adolescencia tanto el grupo familiar, el de la escuela, los amigos, los medios de comunicación, contribuyen a moldear la autoestima. Pero en esta etapa, se conjugan otros elementos, pues durante la adolescencia, la autoestima tiende a debilitarse. 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, posee una mayor conciencia del rumbo que sigue.

¹⁵<http://escueladepadres.blogia.com/2004/011204-la-autoestima-en-los-ninos-y-adolescentes.php>
(Noviembre-2010)

Y lo que es más importante, si el adolescente termina esta etapa de su vida con una autoestima fuerte y bien desarrollada, podrá entrar en la vida adulta con buena parte de los cimientos necesarios para llevar una existencia productiva y satisfactoria.

2.1.4. CÓMO AFECTA LA AUTOESTIMA A LOS NIÑOS Y ADOLESCENTES

El nivel de autoestima influye en el desarrollo y desempeño de otras actitudes, ya que puede:

1. Condicionar el aprendizaje.

El joven con poca autoestima, o también llamada autoestima negativa, está poco motivado e interesado en aprender, encuentra poca satisfacción en el esfuerzo porque no confía en sus posibilidades de obtener éxito. Cuando valora y le da importancia a su capacidad para aprender, experimenta mayor confianza en sí mismo y puede desplegar esfuerzos tendientes al logro de sus objetivos.

2. Ayuda en la superación de dificultades.

El adolescente con autoestima positiva, es capaz de enfrentarse a problemas y fracasos, porque dispone de la energía necesaria para confiar en superar los obstáculos.

3. Fundamenta la responsabilidad.

La confianza en uno mismo, constituye la base para ser capaz de responder a las exigencias de la vida cotidiana.

4. Favorece la creatividad.

El niño que se valora y confía en sí mismo, puede explorar nuevas posibilidades, se arriesga con respuestas creativas y originales.

5. Posibilita la relación social.

El justo aprecio y respeto por uno mismo genera seguridad personal, dota de atractivo personal y facilita las relaciones con los demás en relación de igualdad, sin sentimientos de inferioridad o superioridad.

6. Determina la autonomía.

El niño que se considera con adecuados niveles de autosuficiencia es capaz de tomar decisiones. Quien se acepta y se siente bien consigo mismo, es capaz de enfrentarse a retos de forma independiente. Cuando el nivel de autoestima es bajo, los niños son dependientes, incapaces de tomar decisiones, sin opinión y sin criterio

7. Afianza la personalidad.

El sujeto se siente seguro de sus posibilidades como ser independiente (seguro, confiado y autoaceptado) y como ser social (confía, valora y acepta a los demás)¹⁶.

La autoestima, es uno de los recursos potenciales para lograr una formación integral de la personalidad del ser humano, dado que, si se mantiene alta, el adolescente:

- a) Puede aprender con mayor eficacia, con menos dudas y temores.
- b) Desarrolla relaciones gratificantes en el medio en que se desenvuelve y principalmente en su contexto, ya que la presión que ejerce la sociedad de adolescentes, aumenta cada día más, para ser aceptados en un grupo de personas.
- c) Si el adolescente tiene una autoestima alta, ésta, propiciará la seguridad necesaria para aprovechar oportunidades que se les presenten en la vida, con responsabilidad y conciencia.
- d) Podrá tener una visión de su futuro con mejores expectativas para una calidad de vida mejor.
- e) Actúa de manera independiente, asumiendo de manera responsable las consecuencias de sus actos, sean negativos o positivos.
- f) Controla sus emociones y sentimientos, para no afectar a terceras personas.

¹⁶ Ídem.

2.1.5. CARACTERÍSTICAS DE LOS ADOLESCENTES

El enfoque constructivista interaccionista sustentado por la psicogénesis, explica que las transformaciones psicológicas en la adolescencia, son resultado del desarrollo de operaciones intelectuales de distintas estructuras cognitivas, mismas que cada sujeto construye a partir de esquemas biológicamente heredados y en un proceso de asimilación, adaptación y equilibración:¹⁷

- ◆ La adolescencia implica una reciprocidad interpersonal, una reflexión que supera lo actual para razonar en lo indeterminado.
- ◆ Con el desarrollo del pensamiento formal el adolescente construye teorías transformativas del mundo por la idea.
- ◆ El pensamiento formal permite el distanciamiento de sí mismo para estructurar la representación de sí mismo y conlleva a la construcción activa de la identidad.
- ◆ El nivel operativo formal, es una condición para alcanzar el desarrollo moral pleno.
- ◆ En la adolescencia se desarrolla la abstracción.

¹⁷Manuel S. Saavedra R. Cómo entender a los adolescentes para educarlos mejor. México D.F., Editorial Pax, S.A. 2004. Pág. 21

- ◆ Durante esta etapa, las interacciones en los grupos de pares provocan desequilibrios que son fuente del desarrollo operatorio y de las competencias cognitivas.¹⁸

2.1.6. CAMBIOS EN LA ADOLESCENCIA

Durante la etapa de la adolescencia, se presentan diversos cambios físicos y emocionales, que son la fuente principal del comportamiento que los jóvenes presentan en su desarrollo, algunos de ellos son:

Cambios emocionales: La mayoría de los adolescentes comienzan con cambios emocionales, algunos más intensos que otros y tienen que ver con la necesidad de buscar un afecto complementario al que la familia ofrece. Muchos adolescentes pueden ser más o menos intensos en la expresión de las emociones. Éste, es el momento en que se hacen los mejores amigos que muchas veces continúan siéndolo el resto de la vida y es la etapa en que se enamoran por primera vez.¹⁹

Cambios físicos: En las mujeres se inician los cambios físicos, poco antes que en los hombres; muchas veces incluso durante los últimos años de la Educación Primaria. Las niñas presentan una nueva distribución de la grasa corporal con crecimiento de las caderas y de los senos; la primera menstruación o menarca, es la

¹⁸ Ídem.

¹⁹ Cecilia Gómez Castro, et al. EL ABC del adolescente: desarrollo, sexualidad y salud mental. México.2006. México. Págs. 15-16.

señal de la maduración sexual; muchas adolescentes presentan irregularidades durante los primeros ciclos menstruales.²⁰

Los cambios en los hombres, se inician con la aparición de vello en el pubis y crecimiento de los testículos y el pene; no todos los adolescentes se desarrollan al mismo tiempo, por lo que si bien algunos tienen un desarrollo importante durante la Educación Secundaria, algunos no lo alcanzan hasta la Educación Media Superior. El cambio de voz en los hombres, se debe al engrosamiento de las cuerdas vocales que es uno de los últimos cambios físicos, además de aumentar la masa muscular; en la gran mayoría, aparece vello en todo el cuerpo.²¹

Cambios sexuales: El interés por el sexo y por relacionarse mediante el contacto físico con otros adolescentes, es algo común y normal.²²

Cambios intelectuales: A partir de la adolescencia, los jóvenes adquieren nuevos intereses.²³

2.1.7.¿CÓMO FORTALECER LA AUTOESTIMA DE LOS ADOLESCENTES QUE CURSAN LA EDUCACIÓN SECUNDARIA?

En la adolescencia, a partir de los 11 años, con la instauración del pensamiento abstracto, el adolescente podrá entender su sensación de placer o displacer ante los

²⁰ Ídem.

²¹ Ídem.

²² Ídem.

²³ Ídem

mensajes que emiten las personas que le rodean. Siendo la identidad un tema central de esta etapa, el adolescente explorará, quién es y querrá responder en forma consciente a preguntas sobre su futuro y su lugar en el mundo. La obtención de una valoración positiva de sí mismo permite en el adolescente un desarrollo psicológico sano y armónico con su medio y en su relación con los demás.

La familia, como primera fuente de transmisión de ideas y sentimientos, va conformando la autoestima en los hijos de ambos sexos. Más tarde también influyen el resto de familiares, amigos, maestros y compañeros de clase, quienes van mejorando estas ideas y conceptos. Todas estas influencias, irán formando un sentimiento de autoaceptación o autorrechazo. Los elogios, regañinas, miradas, estímulos y castigos, les están transmitiendo mensajes positivos o negativos, según la forma o intención con que se les transmitan. Estos mensajes, serán portadores de sentimientos de seguridad, aceptación, de cariño; o por el contrario, de rechazo, inseguridad o desánimo.

A continuación se acentúan algunas acciones que pueden favorecer al desarrollo de la autoestima en los adolescentes:

1) ELOGIAR Y NO RIDICULIZAR

A esta edad, necesitan que se le reconozcan las pequeñas cosas que hacen diariamente y que a veces pasan desapercibidas para los adultos. Sin embargo, debe evitarse el elogio (refuerzo) excesivo, ya que cuando un comportamiento adecuado está ya establecido, no será necesario recordarle en cada

momento, lo bien que ha actuado. El refuerzo debe ser sincero, sin exageraciones y de acuerdo con los comportamientos que deseamos aumentar.

2) DESCUBRIR SUS CUALIDADES

En muchas ocasiones, los padres conocen perfectamente cómo son sus hijos y cuáles son sus comportamientos habituales. No obstante, es muy probable que sean ellos mismos, los que no conocen muy bien sus cualidades, quizás porque nunca se han detenido a pensar en ello. Son muchos los que solamente piensan que las cosas siempre les salen mal. Se les debe enseñar a valorar, mediante distintos recursos, las cosas que saben hacer, las cualidades que tienen y sus habilidades. Una vez que se conozca, cuales son las cualidades en las que el chico (a) destaca, se debe ofrecer la oportunidad para que las demuestren con frecuencia. Todo esto les ayudará a sentirse especiales y capaces en esas habilidades. Pasado algún tiempo, se pueden seleccionar otras habilidades y actuar de forma similar.

3) MEJORAR SU IMAGEN CORPORAL

Ayudar a mejorar su imagen personal en esta etapa de su desarrollo, de la siguiente manera:

- ◆ Enseñándoles normas sobre higiene personal, limpieza, vestido, aseo, aspecto externo, etc. explicándoles la importancia y necesidad de incorporarse a las relaciones sociales con los demás.

- ◆ En el momento de la adolescencia, es cuando éstos manifiestan más dificultades sobre su imagen corporal, y habrá que explicarles las características de esta etapa evolutiva de la vida para que la comprendan y la acepten.

4) AUTODESCUBRIRSE

Hacer ver a los adolescentes que cada uno de nosotros, son distintos a los demás. Que se puede ser alto o bajo, guapo o feo, gordo o delgado, inteligente o menos inteligente, más tranquilo o más nervioso. Por lo tanto Cada uno tiene una propia forma de ser. Por ello se debe de estar satisfecho con su forma de ser, pero es muy importante que se interesen en cambiar aquellas cosas que no les gustan o no los benefician.

5) AYUDARLE A TOLERAR FRUSTRACIONES

Desarrollar en los jóvenes una actitud tolerante, explicarles que, no siempre conseguimos lo que queremos y ello no debe ser motivo de infelicidad ni de alteración de nuestro comportamiento. En el plano de la autoestima, se debe transmitir cierta motivación cuando alguna cosa que deseaban, no la consiguen, porque no depende de sus esfuerzos, sino de otras circunstancias ajenas a ellos.

6) ENSEÑARLE A SENTIRSE ORGULLOSO DE SUS LOGROS

Este punto, trata de hacer que los alumnos aprendan a valorar sus éxitos personales, expresando con espontaneidad los sentimientos de satisfacción de sí mismos.

La satisfacción por sí mismo y por lo que se consigue (hacer nuevos amigos, pasársela bien, aprender algo, etc.) aumenta la autoestima.

7) ENSEÑARLE A IDENTIFICAR CUÁLES SON SUS EMOCIONES Y SENTIMIENTOS

Las emociones a veces, impiden actuar empleando la razón. En numerosas ocasiones, los adolescentes no son suficientemente conscientes de ello y es necesario ayudarles a distinguirlos. Identificando qué es la felicidad, la tristeza, la alegría, el enfado, la decepción, etc. Sin embargo, reconocer que se actúa bajo la influencia de estas emociones, resulta un poco más difícil.

8) VALORAR SUS OPINIONES

Los adolescentes no deberían pensar: "lo que digo yo, no cuenta". Las opiniones o las ideas que él o ella, expresan, deben ser tenidas en consideración, de acuerdo con la edad, pero siempre valorando su aportación y su participación. Los adolescentes tienen sus propias ideas y opiniones sobre todos los temas. Sin embargo, se les debe enseñar la manera más apropiada de expresar sus opiniones, de tal forma que se expresen adecuadamente respetando las normas que deben existir en el diálogo con las demás personas.

9) HACER QUE SE SIENTA UN MIEMBRO IMPORTANTE DE SU FAMILIA

Los hijos son miembros importantes de la familia y ello se debe hacer notar y desarrollarse escuchándoles, haciéndoles participar en todos aquellos asuntos que son de importancia para la familia. Es importante consultarles algunas cosas en las que se expresen y digan cuál es su opinión, qué piensan al respecto, valorando sus aportaciones, más por el hecho en sí de participar y aportar que por la validez o no de lo que expresen.

10) COMUNICACIÓN FLUIDA

La buena comunicación, es la base fundamental de la convivencia, manteniendo conversaciones afectuosas con los adolescentes, debatiendo y comentando temas de intereses comunes o personales, mostrándoles y ofreciéndoles el apoyo necesario para ayudarles con los problemas personales que pudieran tener. Con ello se les pretende animar a que expresen ideas, aunque sean muy diferentes a las que pueden tener los padres, pero es importante que a esta edad, se comuniquen y se sientan arropados por la ayuda afectiva.

11) CELEBRAR SUS ÉXITOS

Felicitarles por el éxito conseguido, expresándoles comentarios que hagan referencia a su capacidad, a su imaginación, a su esfuerzo e interés. Estos elogios tienen un

poderoso efecto sobre la autoestima: la eleva, la fortalece pero, sobre todo, los hace muy felices.

12) LOS ADULTOS DEBEN SER BUENOS MODELOS DE AUTOESTIMA

Los adultos que rodean a un adolescente, son la fuente de su seguridad, la protección de sus temores y en ellos confían para solucionar sus problemas. Son su espejo y ese espejo debe ser muy claro, transparente.

13) CONOCER EL AMBIENTE DE LOS ADOLESCENTES

En la medida en la que el ambiente en el que se mueven los adolescentes, posean los valores deseables, se pueden fomentar iniciativas de interacción: cumpleaños, excursiones, trabajo en grupo, se debe prestar atención a las distintas interacciones que se producen en el entorno escolar, para que ellos, en esta edad en la que son tan inestables e influenciables puedan aprender de personas valiosas y con valores.

14) DEDICARLE EL TIEMPO NECESARIO

Es deseable encontrar momentos a lo largo de cada día, en los que se pueda tener una comunicación más fluida y afectiva con ellos, si así lo demandan. De esta manera, verán que sus intereses y necesidades son importantes ya que ellos necesitan esta atención para sentirse seguros.

15) FOMENTAR QUE SE RELACIONEN CON GRUPOS

Es necesario potenciar los vínculos que los adolescentes crean con sus iguales. La pertenencia a un grupo, asociación o equipo, desarrolla el sentimiento de vinculación hacia el grupo y a su vez le da seguridad. Es una de las mejores formas de desarrollar los componentes de la autoestima.

16) FOMENTAR SU CREATIVIDAD

La creatividad se aprende como se aprenden otros comportamientos. Desde casa, también se puede fomentar la realización de actividades que estimulen su sentido creativo, animándoles a realizar algunas tareas o actividades específicas de ello.

17) AYUDARLES A PROPONERSE METAS

Los padres deben enseñar a los hijos que si quiere conseguir algo, hay que proponerse metas u objetivos. Proponerse pequeñas metas exige desmenuzar lo que se desea conseguir en pequeños pasos.

18) INTERESARSE POR SU VIDA ESCOLAR

Los adolescentes pasan muchas horas en el Centro Escolar y allí suceden cosas a diario que les afectan positiva o negativamente en el desarrollo de su autoestima. Interesarnos por los estudios y las relaciones que tienen con sus compañeros de clase, es una forma de brindarles la seguridad afectiva que necesitan. En algunas

tareas realizadas dentro del aula es posible que tenga dificultades, por lo tanto es importante animarles a pensar positivamente. Con esto se les ayudará a que se den cuenta de que los comentarios y pensamientos con carácter negativo y no constructivo, no les benefician, por el contrario, los desmoraliza y bajan su autoestima. También es importante prestar atención a las tareas en las que tienen éxito y destacan. Reconocerles sus logros escolares, es fundamental para mantener y aumentar su autoestima.

19) FOMENTAR LA AUTONOMÍA PERSONAL

Un objetivo importante en la educación de los adolescentes, es que aprendan a cuidarse de sí mismos, y para eso hay que dotarlos de los conocimientos y las habilidades que necesitan para valerse por sí mismos. La autonomía debe referirse no solamente, a las habilidades de alimentación, vestido y salud, sino a las relaciones interpersonales y a su autoestima. Fomentar la autonomía personal favorecerá el desarrollo de la autoestima.²⁴

2.1.8. ¿ES POSIBLE QUE A TRAVÉS DE VÍNCULOS AFECTIVOS SE FORTALEZCA LA AUTOESTIMA DE LOS ADOLESCENTES?

Para lograr fortalecer la autoestima en un alumno (adolescente), es necesario identificar los principales componentes que la conforman; la tesista considera que partiendo de ellos, se comienzan a establecer vínculos afectivos, tomando como

²⁴http://www.isftic.mepsyd.es/w3/recursos2/e_padres/html/adoslsauto.htm (Noviembre-2010).

punto de partida la búsqueda de la identidad, dada en esta etapa, la cual trae consigo, el temor a las relaciones interpersonales y al compromiso que éstas implican, ya que los alumnos crecen estereotipados por la sociedad misma, provocando así, el aislamiento de muchos de ellos.

El generar vínculos afectivos dentro del aula en los diversos roles (profesor-alumno, alumno-alumno), formará alumnos motivados, perseverantes, empáticos, pero principalmente seguros de sí mismos, capaces de escuchar, razonar y expresar sentimientos propios que les aquejen en un momento determinado.

Se considera que el vínculo afectivo, tendrá que basarse en la subjetividad misma, para que ésta, pueda brindar los resultados esperados tomando en cuenta el contexto social y cultural en el que se desarrolla el adolescente.

Si un alumno crece rodeado de afecto, amor y aceptación, comprenderá de mejor manera a la sociedad en la que se desarrolla y por lo tanto los conflictos emocionales por los que atraviesan en esta etapa, serán menos.

Aprenderá también que en el mundo existe una extensa diversidad de pensamientos y que aun cuando difieran de ellos, deben de ser respetados. Por lo tanto, debemos encontrarnos inmersos en su mundo, así, ellos podrán ingresar y sumergirse en el nuestro. Sin embargo, esta interacción, sólo será posible mediante la generación de la confianza, empero, el alumno deberá de tener la certeza de que se es acreedor de ella y viceversa, dependerá también, de las acciones diarias en cuanto al proceso de

enseñanza-aprendizaje, esa confianza deberá nutrirse día con día, para obtener resultados óptimos, por lo que no se puede tomar el riesgo de llegar a perderla, ya que resultará casi imposible volver a recuperarla.

Se piensa que los docentes, tendrían que ser entonces la segunda parte más importante en cuanto a la formación de los niños y jóvenes, esto si se desea que dicha formación sea integral, el crear vínculos afectivos con los alumnos, permite una visión subjetiva en cuanto al desarrollo de cada uno de los jóvenes dentro del aula. No se trata sólo de llevar a cabo una enseñanza de contenidos, tampoco de plasmar un número que refiera una calificación dada de una supuesta evaluación.

Actualmente dadas las circunstancias de vida, esa formación integral no se logra, yendo cada vez más en detrimento, dejándola de lado.

2.1.9. LA AUTOESTIMA EN EL SISTEMA TEÓRICO DE CARL ROGERS

Carl Rogers afirma que la “autoestima” es ante todo, una abstracción, no es algo objetivo. Al emplear la “autoestima” como explicación de la conducta, se puede caer en una tautología, Rogers, inicia con tres postulados relevantes para la explicación de la conducta:

“1) Todo individuo vive en un mundo cambiante de experiencias de las cuales, es el centro...

“2) El organismo reacciona ante el campo tal y como lo experimenta y lo percibe. Este campo perceptual, es para el individuo la ‘realidad’...

“3) El organismo reacciona como una totalidad organizada ante su campo fenoménico...”²⁵

Siendo que el organismo/individuo reacciona como un todo, hacia lo que parece ser su realidad que es una cambiante configuración (Gestalt) de experiencias sensoriales y viscerales.

Rogers afirma que el organismo tiene una tendencia o impulso básico a actualizar, mantener y desarrollar al organismo experienciante.

La tesista se encuentra de acuerdo con la teoría de Rogers, ya que la experiencia laboral que le ha dado el trabajo del aula, le permite observar, los diversos cambios que se presentan en los adolescentes, de Primero a Tercer Grado de Educación Secundaria, como lo indica el teórico, la conformación de ideas y confrontación de sentimientos y personalidades diversificada por los cambios de conductas, producto de diversas experiencias adquiridas.

Por otro lado, Rogers²⁶ menciona el papel que juegan las emociones dentro de la teoría de la personalidad y es muy claro al decir que la emoción acompaña y en general facilita, esta conducta intencional; mencionándolos de la siguiente manera:

²⁵http://www.google.com.mx/search?hl=es&source=hp&q=articulo+autoesma+rogers&aq=f&aqi=&aql=&oq=&gs_rfai = (noviembre-2010).

- a) La emoción, sólo acompaña a la conducta.
- b) El tipo de emoción que acompañe a determinada conducta, depende de “qué se busque y qué se logre encontrar”
- c) La intensidad de la emoción, depende de qué tan importante sea considerada por el organismo/individuo para su preservación y desarrollo. Las emociones, son las señales que revelan el curso de nuestro proceso de actualización.

A decir de Rogers, la conducta del organismo, sólo puede ser comprendida desde el particular contexto de percepciones, necesidades, emociones, etc., del propio individuo. Es el resultado de una configuración personal integrada por las experiencias sensoriales (relativas al medio ambiente), las experiencias viscerales (necesidades y emociones), los procesos de simbolización y el logro de la meta (satisfacción de necesidades). La forma objetiva de la conducta por sí misma y sus nexos ambientales no puede revelar su significado total.

De acuerdo a lo mencionado por Rogers, se puede comprender que la autoestima en los jóvenes y/o adolescentes, se encuentra determinada por el contexto en el que se desarrollan, por lo que la tesista considera al igual que Rogers, que dicha determinación, no se convertirá en un patrón de vida, ya que no se consume la totalidad de la personalidad del ser humano, dado que, como antes fue mencionado, ésta, se encuentra en constante cambio.

²⁶http://www.google.com.mx/search?hl=es&source=hp&q=articulo+autoesma+rogers&aq=f&aqi=&aql=&oq=&gs_rfai(Noviembre 2011)

2.1.10. ESTRUCTURA DEL SÍ MISMO Y EL COMPORTAMIENTO

Como primer punto, a medida que se producen experiencias en la vida del individuo, éstas son simbolizadas, percibidas y organizadas en cierta relación con el sí-mismo, ignoradas porque no se percibe ninguna relación con el sí-mismo, se les niega la simbolización o se les simboliza distorsionadamente porque la experiencia, no es compatible con la estructura de sí-mismo.

La mayoría de las modalidades de conducta que el individuo adopta, son compatibles con el concepto de sí-mismo.

En donde se puede ver, primero, cómo se fractura aparentemente la “totalidad” del individuo, al tener dos fuentes de información que pueden ser incompatibles: la experiencia y sus procesos de simbolización, el sí-mismo y su estructura, sus propias necesidades y las de los demás. Segundo, cómo es importante la congruencia y en aras de lograrla, puede sacrificar información valiosa de sí-mismo pero percibida como “amenazante”. Y tercero, cómo el significado de sus propias experiencias puede ser distorsionado para preservar la aceptación de los demás, y la consistencia de la estructura del sí-mismo.

El problema de la autoestima, tiene una doble vertiente: la confusión entre lo que son y lo que creen que son, ya que no tienen claros los parámetros que les indiquen qué información debe ser la más importante para ellos.

Rogers afirma que la clave está en proporcionar condiciones de respeto, aceptación, empatía y congruencia, para que la persona deje de sentirse amenazada por las experiencias incongruentes con su estructura, las pueda reconocer como propias y assimilarlas a su estructura, lo cual implica una reconfiguración que la aproxime progresivamente al sí-mismo real. En otras palabras, si se es aceptado incondicionalmente, aprenderá a aceptarse incondicionalmente y logrará aceptar a los demás de la misma manera. Las emociones de rebeldía, observadas en los adolescentes, son un ejemplo de los cambios de carácter, que se sufren en el transcurso y desarrollo de la pubertad, ya que adolecen de razonamientos lógicos, biológicos y sociales, consolidándose en la vida adulta. En cuanto a la teoría de la personalidad, la tesista la interpreta en la siguiente tabla:

Tabla No.2*

ADOLESCENCIA	18-29 años	30-50 años	51-60 años	61-80 años	80-90 años
Rebeldía acompañada de energía y egocentrismo	A partir de esta edad, existen ya experiencias un tanto consolidadas ya con un razonamiento propio.	Consolidación activa del razonamiento, resultado de las experiencias adquiridas, a lo largo de la vida.	En esta etapa, puede decirse que, las actividades, se encuentran determinadas por la experiencia.	La persona comienza a presentar una actitud pasiva, sin perder de vista sus experiencias.	A partir de esta edad, la persona comienza a necesitar de otros, para realizar diversas actividades.

* Tabla elaborada por la tesista

2.1.11. ¿QUÉ ACTIVIDADES DIDÁCTICAS ES POSIBLE LLEVAR A CABO EN LAS AULAS DE EDUCACIÓN SECUNDARIA PARA FORTALECER LA AUTOESTIMA EN LOS JÓVENES?

Es bien sabido que la falta de afecto existe en la mayor parte de la comunidad adolescente y que la cultura del aula, choca totalmente con la de casa, por lo que es necesario llevar a cabo acciones y actividades que permitan a los jóvenes de Educación Secundaria, externar emociones y sentimientos propios de la etapa de desarrollo en la que se encuentran, pero que en muchas ocasiones, no dicen por temor a no ser comprendidos, ya sea por parte del padre, la familia o los propios docentes.

Dichas actividades pueden ser de:

Seguridad y Conocimiento:

En donde el adolescente pueda identificar cualidades que no sabe que tiene, esto permitirá elevar el autoestima para que pueda conducirse de una manera más segura dentro de la sociedad, y/o contexto en el que se desenvuelve, incentivándolos a aceptarse e interesarse por sí mismos, confiando en sus propias decisiones, esperando siempre el éxito y no el fracaso, reconociendo sus fallas, tratando de superar sus errores, entendiendo así que son seres humanos valiosos.

Son juegos destinados a permitir que los y las participantes, se conozcan entre sí.

Confianza:

En donde los alumnos puedan socializar, de manera que externen sentimientos que en algún momento, les pudiesen crear un conflicto ya sea interno o entre sus propios compañeros, ayudándolos a identificar, lo que significa la confianza que cada uno de ellos puede depositar en otros, ya que no sólo se trata de compartir intereses, ni el gusto por pasar el tiempo libre juntos, sino equiparar situaciones de riesgo y apoyarse uno al otro.

Los juegos de confianza son en su mayor parte, ejercicios físicos para probar y estimular la confianza en uno/a mismo/a y en el grupo. Construir la confianza dentro del grupo es importante, tanto para fomentar las actitudes de solidaridad y la propia dimensión de grupo, como para prepararse para un trabajo en común, por ejemplo, para una acción que pueda suponer riesgos, o un trabajo que suponga un esfuerzo creativo.

Los juegos de confianza necesitan una serie de condiciones mínimas para que adquieran todo su sentido e interés.

Un juego, en lugar de estimular, puede poner en evidencia la falta de confianza que hay en el grupo y por tanto, en ocasiones ser contraproducente. Antes de empezar a trabajar con estos juegos, el grupo tiene que conocerse.

Los juegos de confianza, se basan en dos circunstancias principalmente:

a) Las condiciones que crea el dejarse llevar por el grupo, es decir, las reacciones, impulsos, miedos o experiencias gratificantes que surgen en la situación de abandono al grupo, en las relaciones bidireccionales:

☺ yo – grupo

☺ yo – yo

☺ grupo – grupo

☺ yo – tú

b) Cambiar los puntos de referencia habituales de la relación con los otros. Los canales de información sobre los que se basa la confianza, suelen ser unidireccionales.

El juego es siempre totalmente voluntario. No se puede obligar a nadie a realizarlo, ni siquiera de forma sutil, con la “presión moral” de que los demás también lo han hecho.²⁷

De distensión:

En donde el alumno pueda relajarse participando en el desarrollo de cada clase, para quitar un poco del estrés con el que a tan temprana edad cargan, por la presión

²⁷ Beatriz Aguilera, et al. La alternativa del juego II, juegos y dinámicas de educación para la paz. México, 2000. Págs.97-98

ejercida de los docentes. Con ellos, se pretende liberar energía, hacer reír y estimular el movimiento en el grupo.

El movimiento y la risa, resultado de la puesta en práctica de estos juegos, actúan como mecanismo de distensión psicológica y física.

2.2. IMPORTANCIA DE LA VINCULACIÓN DE LA TEORÍA CON LA PRÁCTICA EDUCATIVA.

La interacción realizada dentro de un grupo, permite que se pueda observar la conducta de los jóvenes en el desarrollo de cada una de las clases, en cuanto al comportamiento de cada uno de los alumnos, esto permitirá realizar un análisis que muestre la baja o alta autoestima, para así, poder llevar a cabo la vinculación teórico – práctica, esto permitirá un mejor desempeño en los jóvenes.

Desde este punto de vista, los alumnos que carecen de este aspecto emocional, refieren ciertas actitudes negativas que afectan su desempeño dentro del aula, esto repercute tanto en su comportamiento, como en sus relaciones sociales en cuanto al entorno en el que se desenvuelven, por lo que, es fundamental aplicar la teoría anterior, en lo posible, de esta manera, podremos crear ese vínculo que permitirá situar la planeación de cada clase, a las características de cada grupo o sección.

Llevando a cabo dicha vinculación, se podrán diseñar estrategias para solucionar los problemas que se presentan en los jóvenes dentro y fuera del aula. Debido a que en

la actualidad, la juventud se encuentra expuesta a diversos peligros que pueden ser adictivos y perjudiciales, como son:

- ✘ Vandalismo y delincuencia
- ✘ Drogadicción
- ✘ Inicio y práctica de sexualidad irresponsable
- ✘ Reprobación
- ✘ Deserción de la Educación Secundaria

Por lo anterior, es fundamental atacar dicha problemática dentro del aula, para lograr que ellos adquieran la seguridad suficiente y crear un criterio consiente de las causas y consecuencias de introducirse en un vicio que puede coartar el camino hacia un futuro mejor.

“Un vicio es como una bola de nieve, si no la detienes a tiempo, crece lo suficiente, para crear una avalancha y terminar con un pueblo entero”²⁸

La tesista considera que una planeación didáctica deficiente y sin fundamento teórico, en cuanto al fortalecimiento de la autoestima, es un mal hábito docente, que si se generaliza, puede culminar con resultados negativos, lo que estaría obstaculizando la ayuda y apoyo a jóvenes en riesgo de caer en algún vicio e irse a

²⁸ Fragmento de la película. Crónicas chilangas. Película mexicana de Carlos Enderle Peña. Agosto 2010

la calle y en casos extremos llegar al suicidio por no haber formado jóvenes resilientes a las diversas situaciones de su contexto familiar y escolar.

El no apoyar a los adolescentes, trae consigo complejos y “cicatrices” en el transcurso de su vida que en ocasiones, es demasiado tarde atacar y solucionar. No es necesario hablar de un individuo muerto físicamente, existen muchos alumnos adolescentes, muertos en vida, carentes de afecto, miembros de familias disfuncionales en su mayoría, si a esto se añade el hecho de la incompreensión que existe por parte de los docentes, es aquí en donde, el docente se vuelve cómplice y participe del efecto que se da en los alumnos con autoestima baja.

Por lo tanto si no se trabaja de manera colegiada uniendo esfuerzos, el factor antes mencionado, seguirá dominando a los miembros de la sociedad, conformada en una gran parte por adolescentes, el resultado será catastrófico, ya que los altos índices delictivos aumentarán y se estará fomentando otro problema: el bajo perfil educativo.

Es por ello que se debe apoyar a los jóvenes de espíritu emprendedor, dotados de la seguridad y criterio necesario para comenzar a cambiar un estilo de vida, rompiendo con arquetipos y patrones a los que fue acostumbrado. Las oportunidades deben comenzar en la escuela, como ejemplo para la sociedad civil, cultivando el afecto necesario en el desarrollo de los adolescentes, se logrará cambiar su manera de pensar, incentivándolos cada día a ser mejores y elevar su nivel de vida y del país que quieren, finalmente, ellos son los adultos de un mañana muy próximo, cambiando el rumbo de la vida que en algún tiempo tendrá que ser mejor.

2.3. UNA CONTRASTACIÓN CON LA REALIDAD DE MI CONTEXTO ESCOLAR

La experiencia de la tesista dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje en el aula, permite aseverar que la resistencia que existe a los diversos cambios y dinámicas que pudieran mejorar la práctica docente, es el resultado de olvidar la vinculación mencionada en el apartado anterior. Dentro del centro de trabajo en el que se labora, se observa y es evidente el desinterés de los profesores por actualizarse para lograr en los adolescentes una formación integral, que permita la creación de expectativas para una mejor forma de vida.

Los docentes, carecen en muchas ocasiones de fundamento teórico que apoye su teoría para obtener resultados favorables. Aunado a este punto, como se puede observar en la plantilla del plantel, una gran mayoría de los profesores frente a grupo, cuentan con una carrera profesional totalmente diversa y alejada del campo de la docencia, por lo que les es más complicado tener una visión subjetiva ante las historias que subyacen a cada alumno, por ello, elevar la autoestima en los alumnos, es un punto medular, ya que aquellos que presentan un alto grado de autoestima, ostentan un mejor desarrollo académico, tienen más interés respecto a las actividades que realizan día con día y se encuentran más alejados de aquellos vicios con los que se encuentran en el camino.

Por ello es primordial implementar, una nueva metodología en cuanto a la práctica docente dentro del aula para el desarrollo de cada una de las actividades

académicas, de manera que, se puedan lograr los objetivos planteados, si no en su totalidad, si en una gran mayoría, sin dejar de lado la participación activa del docente encargado.

En muchas ocasiones el docente, es el responsable de crear el hastío, la apatía y ocio que existe dentro del aula, ya que no se formula un plan de trabajo, acorde a las características peculiares de cada grupo, afectando el desarrollo académico de los adolescentes.

Por lo tanto, resulta necesario un cambio radical en el proceso de enseñanza-aprendizaje, tomando como punto de partida el interés que el alumno siente respecto a la diversidad de ideas y necesidades.

Dichas actividades serán planeadas dentro del marco de la Educación Básica, en alumnos que cursan la Secundaria y serán enfocadas principalmente a la obtención de un aprendizaje significativo, partiendo de los vínculos afectivos y reforzamiento de la autoestima en los alumnos de la Escuela Secundaria, "Carlos Chávez Ramírez" del Distrito Federal.

CAPÍTULO 3. SOLUCIONANDO EL PROBLEMA CON BASE EN LA INNOVACIÓN DE LA PRÁCTICA EDUCATIVA.

3.1. TÍTULO DE LA PROPUESTA

“LA IMPORTANCIA DE TU EXISTENCIA, TÚ RAZÓN DE SER”

La situación actual por la que atraviesa la juventud, dentro del marco de la Educación de México, ha resultado un problema, en cuanto a la formación integral de los jóvenes que cursan la Educación Secundaria, por lo que es pertinente, que el docente en servicio realice una práctica subjetiva que permita evaluar y analizar de mejor manera, el proceso de enseñanza-aprendizaje llevado a cabo en las aulas.

Siendo un foco rojo lo que ocurre con los jóvenes del país, ya que forman parte de familias disfuncionales, carentes de afecto y por ende, de autoestima siendo ésta, la principal causa del deterioro de la personalidad en los jóvenes que cursan la Educación Secundaria, es necesario preocuparse, tanto padres de familia, como docentes por las crisis emocionales y existenciales que presentan en su conducta los adolescentes, ya que esto, es el resultado del desapego y desinterés de sus padres y de sus profesores.

El alumno debe de entender y comprender, lo importante que es él que el exista, se tiene que crear en ellos, una conciencia de aceptación y respeto propios, que les permita crear la visión de un futuro mejor.

Es por ello, que lo que en este apartado, se propone, va encaminado a la autoaceptación de cada uno de los participantes dentro del aula.

Los alumnos que carecen de autoestima, muestran conductas de desaliento, al no ser aceptados dentro de un grupo, refugiándose en vicios que se vuelven perjudiciales para él mismo.

3.2. BENEFICIARIOS DE LA PROPUESTA

La presente propuesta, se encuentra dirigida, a los alumnos de la Escuela Secundaria, No. 201 “Carlos Chávez Ramírez”; del Distrito Federal. Ellos Son principales beneficiarios y se integran en doce grupos seccionados de 1er. a 3er. Grado.

3.3. CRITERIOS ESPECÍFICOS DE APLICACIÓN DE LA PROPUESTA

Los criterios para la aplicación de dicha propuesta, se encontrarán basados de acuerdo a las características observadas en cada una de las secciones en donde serán aplicadas.

Como primer punto las actividades serán expuestas a la Directora del plantel, para la autorización de la aplicación.

Dichas actividades se llevarán a cabo dentro del aula, con la participación activa del docente responsable del grupo.

Dado que la implementación de esta propuesta, se encuentra dirigida a los adolescentes, probablemente, en un principio alguno de ellos, se resistan a un cambio de actividades, por la etapa de pubertad, en la que se encuentran.

Durante el ciclo escolar vigente, se llevarán a cabo, actividades con los adolescentes, a través de proyectos, didácticos bimestrales.

Los proyectos serán también, herramientas didácticas y de trabajo para el docente de Educación Secundaria, en específico, de la Secundaria “Carlos Chávez Ramírez”, del D.F.

Por otro lado, y dado que se trata de fortalecer la autoestima, no se aceptarán, ni serán permisivas conductas despectivas, burlas, gesticulaciones mal intencionadas, críticas o ningún otro factor que lejos de ayudar a fortalecer la autoestima de los alumnos, sea una causa más para herir la susceptibilidad de los jóvenes adolescentes.

Por todo lo antes mencionado, a continuación se expone el mapa de las actividades a realizar por los adolescentes, basadas en dinámicas que fortalezcan la autoestima de los alumnos y mejoren la práctica docente en la Escuela Secundaria No. 201 “Carlos Chávez Ramírez” del D.F.

3.4. DISEÑO DE LA PROPUESTA

La propuesta sugerida por la tesista, se encuentra encaminada a fortalecer la autoestima, aceptación y respeto en jóvenes que cursan la Educación Secundaria, tomando como punto de partida, características peculiares de los grupos en los que se aplicarán las actividades.

Se trata de dinámicas grupales, que permitirán en un primer término identificar elementos importantes de su persona, así como de sus compañeros.

Dichas actividades se llevarán a cabo dentro del aula taller y/o en el patio del plantel, cuando así sea necesario y se encuentran divididas en tres tipos: confianza, conocimiento y seguridad, y de distensión.

Dichas acciones serán realizadas dos veces por bimestre, en lapsos de 20 y 30 minutos por sesión, obteniendo así, 10 sesiones en total a lo largo del ciclo escolar. Dado que las actividades son sencillas y no requieren de recursos didácticos costosos, serán solicitados a los alumnos, cuando así sea necesario, de esta manera también, se podrá observar la disposición de apoyo de cada uno de los participantes.

En dicho reporte, el profesor podrá anotar las actitudes actuales de los alumnos desde la primera sesión, de esta manera se podrá llevar a cabo, el seguimiento de la propuesta, mediante la observación, la cual se registrara en dicho reporte según aspectos específicos de la actividad.

Las actividades se presentan en una secuencia, con la que se espera reforzar la autoestima y fortalecer el afecto en los jóvenes.

Como punto número dos y dado que las actividades se aplicarán dos veces por periodo bimestral, a partir de la primera sesión y como un complemento para el seguimiento del proceso de evaluación, se registrarán en un Diario de Campo las situaciones que se presenten a lo largo de una clase; esto permitirá observar la actitud de los alumnos, por un lado, y por otro, los cambios que se presenten en la conducta de los jóvenes.

Para lo anterior se presentan entonces las actividades que pueden contribuir al reforzamiento de la autoestima y vínculos afectivos dentro del aula.

3.4.1. EL MAPA DE ACTIVIDADES PARA SALÓN DE CLASES

Plan de actividades programadas para el desarrollo de actividades dentro del aula.

Título de la propuesta: “La importancia de tu existencia, tú razón de ser”

Objetivo general: Fortalecer la autoestima en jóvenes de Educación Secundaria, por medio de vínculos afectivos.

No. De sesiones totales: 10

ACTIVIDADES DE SEGURIDAD Y CONOCIMIENTO

Actividad: El espejo y Yo. Tiempo: 30 minutos

<u>OBJETIVOS PARTICULARES</u>	<u>COMPETENCIA A DESARROLLAR</u>	<u>MATERIAL</u>	<u>DESARROLLO</u>	<u>EVALUACIÓN</u>	<u>FUENTE CONSUTADA</u>
Lograr que los alumnos formen una imagen positiva y agradable de sí mismos, aceptándose tal y como son.	Analiza e identifica las principales cualidades, así como, defectos de su aspecto físico y el de los demás.	Un espejo Hojas Bolígrafo Lápiz Goma	Se solicitará a los alumnos que se vean en un espejo. Posteriormente se les pide que describan la imagen que ven en el espejo, reiterando que dicha descripción tendrá que ser lo más honesta posible. De esta manera, el profesor se podrá dar cuenta, cual es la percepción que los alumnos tienen de sí mismos.	La evaluación se llevará a cabo dando respuesta a las siguientes preguntas. ¿Qué aspectos de uno o varios compañeros, les ha llamado la atención? ¿Son diferentes los unos de los otros? ¿En qué aspectos? ¿Es agradable fijarse en los aspectos positivos? ¿Cómo nos sentimos?	http://sicolog.com/?a=344 Enero 2011

ACTIVIDADES DE CONFIANZA Y COMUNIACIÓN

Actividad: Elección de imágenes. Tiempo: 25 minutos

<u>OBJETIVOS</u>	<u>COMPETENCIA A DESARROLLAR</u>	<u>MATERIAL</u>	<u>DESARROLLO</u>	<u>EVALUACIÓN</u>	<u>FUENTE CONSULTADA</u>
Lograr que los alumnos puedan resolver la situación planteada, a partir de la comunicación y el consenso.	Valoran la importancia de la convivencia en una sociedad democrática.	Imágenes diversas.	Se colocarán muchas imágenes sugestivas en el salón o lugar en donde se llevará a cabo la actividad. Cada alumno observará atentamente todas las imágenes y elegirá tres fotos que llamen más su atención. Posteriormente, cada alumno buscará una pareja y comentarán las imágenes que eligieron cada uno, tratando de llegar en común acuerdo, a seleccionar sólo tres fotografías que sean significativas o del agrado de los dos. Después se trabajará en grupos de cuatro que escucharán los motivos de la otra pareja y así nuevamente quedarse con sólo tres imágenes de las doce existentes. Así sucesivamente, hasta elegir sólo tres imágenes entre todo el grupo.	Es importante evaluar ¿Cómo se llegó al consenso? ¿Si todos los participantes quedaron satisfechos/satisfechas, con la selección y elección realizada?, ¿Qué tanto sirvió para conocer a los integrantes del equipo?	Carlos Ortega, et al. Guía metodológica. Educación para la paz, derechos humanos y noviolencia. Pág. 52,

ACTIVIDADES DE CONFIANZA Y COMUNICACIÓN

Actividad: Dar y recibir afecto. Tiempo: 30 minutos

<u>OBJETIVOS</u>	<u>COMPETENCIA A DESARROLLAR</u>	<u>MATERIAL</u>	<u>DESARROLLO</u>	<u>EVALUACIÓN</u>	<u>FUENTE CONSULTADA</u>
Vivenciar los problemas relacionados con la reciprocidad en lo que respecta a un vínculo afectivo.	Interpreta, compara y contrasta información utilizando diversas formas de representación; expresando sus sentimientos hacia los demás.	Hojas Lápiz y/o bolígrafo	<p>I. El docente presenta el ejercicio, diciendo que para la mayoría de las personas, tanto dar como recibir afecto, es asunto muy difícil. Para ayudar a las personas a experimentar la dificultad, se usa un método llamado bombardeo intenso.</p> <p>II. Las personas del grupo dirán a la persona que es el foco de atención, todos los sentimientos positivos que tienen hacia ella. Ella solamente oye.</p> <p>III. La intensidad de la experiencia puede variar de diferentes modos. Probablemente, la manera más simple es hacer salir a la persona en cuestión del círculo y quedar de espaldas al grupo, escuchando lo que se dice. O puede permanecer en el grupo y le hablan directamente.</p> <p>IV. El impacto es más fuerte, cuando cada uno se coloca delante de la persona, la toca, la mira a los ojos y le habla directamente.</p> <p>V. Al final habrá intercambio de comentarios acerca de la experiencia.</p>	Al finalizar se comentarán las experiencias en cuanto a dicha actividad.	<p>http://www.pjweb.org/Biblioteca/Dinamicas/Dinamica_nuevas_AUT_OESTIMA.htm</p> <p>(Enero 2011).</p>

ACTIVIDADES DE CONFIANZA Y COMUNICACIÓN

Actividad: La película de mi vida .Tiempo: 25 minutos

<u>OBJETIVOS</u>	<u>COMPETENCIA A DESARROLLAR</u>	<u>MATERIAL</u>	<u>DESARROLLO</u>	<u>EVALUACIÓN</u>	<u>FUENTE</u>
<p>Identificar la situación emocional actual de los alumnos, en cuanto al proceso de desarrollo dentro de su ambiente familiar.</p> <p>Desarrollar confianza en el grupo, alumno-alumno, profesor-alumno.</p>	<p>Acceden y saben cómo recordar información personal.</p>	<p>Hojas</p> <p>Lápiz y/o bolígrafo</p>	<p>I. El encargado de dirigir la actividad, solicitará a los alumnos que cierren los ojos durante unos minutos, y retrocedan hasta su niñez, recordando todo aquello que los hizo sentir felices en un momento determinado</p> <p>II. Posteriormente se le solicitará a los alumnos, que en una hoja de papel, escriban los recuerdos que han sido más significativos a lo largo de su vida, ya sean gratos o desagradables.</p>	<p>La evaluación se llevará a cabo mediante la revisión de las redacciones realizadas, en un primer momento.</p> <p>Un segundo momento será la interpretación dada por el profesor, ante ciertas redacciones respondiendo a las siguientes preguntas:</p> <p>¿Cómo se sintieron al regresar a su niñez?</p> <p>¿Qué tan difícil te resulta escribir sobre tí mismo?</p>	<p>Aguilera Beatriz, et al. <u>La alternativa del juego II, juegos y dinámicas de educación para la paz.</u> México,2000.Págs.135</p>

ACTIVIDADES DE CONFIANZA Y COMUNICACIÓN

Actividad: Mi proyecto de vida. Tiempo: 25 minutos

<u>OBJETIVOS</u>	<u>COMPETENCIA A DESARROLLAR</u>	<u>MATERIAL</u>	<u>DESARROLLO</u>	<u>EVALUACIÓN</u>	<u>FUENTE CONSULTADA</u>
Lograr en los jóvenes, una visión de su futuro en cuanto a un mejor nivel de vida.	Evalúan la claridad, relevancia y utilidad de un proyecto de vida.	Hojas Lápiz y/o bolígrafo	<p>I. Se solicita al alumno que cierre los ojos y se visualice 10 años más grande.</p> <p>II. Posteriormente, escribirán en una hoja de papel, el futuro que pueden visualizar en su situación actual.</p> <p>III. Se darán a los alumnos tres preguntas y se les pedirá que nuevamente visualicen ese futuro, pero, en esta ocasión, respondiéndolas.</p>	<p>Se realizará una lluvia de ideas, anotando en el pizarrón las profesiones u oficios que resulten del grupo.</p> <p>Mediante las siguientes preguntas, el alumno realizará entonces su proyecto de vida:</p> <p>¿Qué tan lejos deseas llegar en la vida?</p> <p>¿Cuáles son tus expectativas en cuanto a tu futuro?</p> <p>¿Cómo crees que puede ser ese futuro si no culminas una carrera universitaria?</p>	<p>http://www.fobia-social.net/ejercicios-para-fortalecer-la-autoestima-9935/</p> <p>(Enero 2011).</p>

ACTIVIDADES DE DISTENCIÓN

Actividad: Intercambio de siluetas. Tiempo: 30 minutos

<u>OBJETIVOS</u>	<u>COMPETENCIA A DESARROLLAR</u>	<u>MATERIAL</u>	<u>DESARROLLO</u>	<u>EVALUACIÓN</u>	<u>FUENTE CONSULTADA</u>
<p>Apreciar las diferencias existentes entre las percepciones de los integrantes del grupo.</p> <p>Favorecer el conocimiento personal.</p> <p>Relativizar nuestra propia imagen.</p> <p>Poner de manifiesto que la autoimagen que se forman en ocasiones no coincide, con la que las demás personas tienen de ellos.</p>	<p>Plantea sus ideas y forma de pensar, respetando la homogeneidad que puede existir en un grupo determinado analizando información correspondiente, identificando cualidades entre el grupo.</p>	<p>Hojas</p> <p>Lápiz</p> <p>Colores</p>	<p>Cada alumno dibujará su silueta para el mismo, sin que los demás lo vean. Dicha silueta, deberá reflejar, en la medida de lo posible, cómo se siente cada uno de los participantes en ese momento o situación. Se trata de dibujar una silueta sincera. Posteriormente, se solicitará a los alumnos que realicen la silueta de dos de sus compañeros y las expongan explicando su percepción sobre la silueta de la persona que dibujó.</p>	<p>¿Coincide la imagen que cada uno de nosotros tiene de sí mismo, con la que perciben los demás?</p> <p>¿Existió diversidad de retratos?</p> <p>La forma en que cada cual realiza la silueta de la persona contraria.</p> <p>Si expresan algo en cuanto a sus relaciones dentro del salón.</p>	<p>Aguilera Beatriz, et al. <u>La alternativa del juego II, juegos y dinámicas de educación para la paz</u>. México Ags., 2000. Págs.64-65.</p>

ACTIVIDADES DE DISTENCIÓN

Actividad: Mis sentimientos y emociones. Tiempo: 30 minutos

<u>OBJETIVOS</u>	<u>COMPETENCIA A DESARROLLAR</u>	<u>MATERIAL</u>	<u>DESARROLLO</u>	<u>EVALUACIÓN</u>	<u>FUENTE CONSULTADA</u>
<p>Formar alumnos resilientes.</p> <p>Debatir sobre situaciones cotidianas en las que se aplica el criterio responsable de en la toma de decisiones.</p>	<p>Construyen información, adaptan, aplican y nuevos conocimientos, partiendo de ideas diferentes.</p>	<p>Hojas</p> <p>Lápiz</p> <p>Colores</p>	<p>Los alumnos describirán sentimientos que identifiquen como nuevos y los compararán con los que tenían cuando eran pequeños.</p> <p>En equipos, intercambiarán sus vivencias y destacarán situaciones en las que se genera un gran enojo, frustración, vergüenza o tristeza. Comentarán la capacidad de los seres humanos para experimentar y distinguir estos sentimientos y la necesidad de aprender a expresarlos para evitar daños en uno mismo y en los demás.</p>	<p>Recolección de escritos en los cuales los alumnos demuestren la puesta en práctica de alternativas, que les permitan sobresalir, aun cuando su contexto este en contra.</p>	<p>http://www.pisa.oecd.org/</p>

ACTIVIDADES DE SEGURIDAD Y CONOCIMIENTO

Actividad: Cintas de prejuicios. Tiempo: 30 minutos

<u>OBJETIVOS</u>	<u>COMPETENCIA A DESARROLLAR</u>	<u>MATERIAL</u>	<u>DESARROLLO</u>	<u>EVALUACIÓN</u>	<u>FUENTE</u>
<p>Lograr que los alumnos encuentren afinidad entre sus compañeros.</p> <p>Analizar cómo influyen los prejuicios en la comunicación y convivencia.</p>	<p>Practican una conducta ética y de respeto en relación con diversas situaciones dentro de su contexto.</p>	<p>Hojas</p> <p>Lápiz</p> <p>Colores</p>	<p>La persona que dirige la actividad, coloca a la altura de la frente las cintas, sin que éstas, sean vistas por la alumna o alumno al que se le colocó. Una vez que todas las personas tienen las cintas puestas, se propone un tema para discutir. Cada alumno tratará a las demás personas, durante la discusión, con base en lo que para ellos significa el estereotipo que ven en la frente de sus compañeros. De acuerdo a la idea que se tiene de una persona que responde a esa etiqueta.</p>	<p>Se llevará a cabo un debate, partiendo del siguiente cuestionamiento.</p> <p>¿Cómo afecta a la comunicación la primera imagen que se forma de alguien?</p> <p>¿Cómo te sentiste en el desarrollo de la actividad?</p>	<p>Aguilera, Beatriz, et al. <u>La alternativa del juego II, juegos y dinámicas de educación para la paz</u>. México, 2000. Pág. 135</p>

ACTIVIDADES DE DISTENCIÓN

Actividad: ¿Con quién me llevo mejor? Tiempo: 30 minutos

<u>OBJETIVOS</u>	<u>COMPETENCIA A DESARROLLAR</u>	<u>MATERIAL</u>	<u>DESARROLLO</u>	<u>EVALUACIÓN</u>	<u>FUENTE</u>
<p>Conocer el criterio de afinidad del grupo.</p> <p>Identificar a los líderes del grupo.</p> <p>Apreciar la cohesión del grupo.</p>	<p>Comunican, adaptan y aplican sus necesidades interpersonales de acuerdo a afinidades dentro del grupo.</p>	<p>Hojas</p> <p>Lápiz</p> <p>Colores</p>	<p>Se solicitará a los alumnos que en una hoja de papel respondan de manera individual, las siguientes preguntas:</p> <p>¿Si tuvieras que invitar a una fiesta a algunos de tus compañeros, a quién o a quiénes invitarías?</p> <p>¿Quiénes son los compañeros de clase que te son más simpáticos?</p> <p>¿Si tuvieras que elegir a un compañero para que fuese tú líder, ¿a quién elegirías?</p>	<p>Partiendo de las respuestas obtenidas, se podrá observar hacia quién o quiénes, existe más simpatía dentro del grupo, así como, los alumnos que son rechazados.</p> <p>Conociendo a los líderes del grupo, se podrá aprovechar para involucrarlos dentro de las actividades que se realizan dentro del aula, para que ellos funjan como mediadores entre aquellos alumnos rechazados.</p>	<p>ZAPATA Oscar, <u>La aventura del pensamiento crítico.</u> <u>Herramientas para elaborar tesis e investigaciones socioeducativas.</u> México D.F., Editorial Pax. Págs.173-174</p>

ACTIVIDADES DE CONFIANZA Y COMUNICACIÓN

Actividad: Todas y todos somos uno en el grupo. Tiempo: 50 minutos

<u>OBJETIVOS</u>	<u>COMPETENCIA A DESARROLLAR</u>	<u>MATERIAL</u>	<u>DESARROLLO</u>	<u>EVALUACIÓN</u>	<u>FUENTE CONSULTADA</u>
Se busca que los alumnos y alumnas se perciban como grupo, a través de la creación de una escultura que represente a todo el grupo.	Cooperan y colaboran en la realización de la actividad, participando activamente en la interacción del trabajo áulico, manteniendo una corresponsabilidad en la toma de decisiones.	Hojas Lápiz Colores	<p>Se solicita a los alumnos que se pongan de pie y formen un círculo.</p> <p>Posteriormente se solicita se tomen de las manos, y se miren unos a otros, de tal manera que, puedan percibir la conformación del grupo.</p> <p>Se les pide que reflexiones sobre cómo se sienten al pertenecer a ese grupo, de igual manera, se les indica que sientan el calor y la energía que transmite y le transmiten sus compañeros por medio de las manos.</p> <p>Al soltarse de las manos, tendrán 10 minutos para que sin hablar se pongan de acuerdo con sus compañeros y compañeras y hagan una escultura que represente su grupo. En esta escultura, todas y todos tienen que conectarse físicamente, es decir, por lo menos una</p>	Los alumnos y alumnas compartirán su experiencia en el círculo, rescatando en un solo rotafolio la participación de cada uno de ellos y ellas.	BETANCURT, Enrique, et al. <u>Bullying. Estrategias para la prevención. México 2010.</u>

ACTIVIDADES DE CONFIANZA Y COMUNICACIÓN

Actividad: Todas y todos somos uno en el grupo. Tiempo: 50 minutos

<u>OBJETIVOS</u>	<u>COMPETENCIA A DESARROLLAR</u>	<u>MATERIAL</u>	<u>DESARROLLO</u>	<u>EVALUACIÓN</u>	<u>FUENTE CONSULTADA</u>
Se busca que los alumnos y alumnas se perciban como grupo, a través de la creación de una escultura que represente a todo el grupo.	Cooperan y colaboran en la realización de la actividad, participando activamente en la interacción del trabajo áulico, manteniendo una corresponsabilidad en la toma de decisiones.	Hojas Lápiz Colores	<p>parte de sus cuerpos deben estar con contacto físico con una parte de la escultural.</p> <p>Pasados los diez minutos se les pide que perciban el sentimiento de crear una escultura con su grupo, fijándose muy bien en qué posición están y de qué manera están conectados con sus compañeros.</p> <p>Por último se pedirá al grupo que sin hablar, tomen un plumón del color que más les guste y dibujen en la hoja de rotafolio, la posición que ocuparon en la escultura, de tal manera que al finalizar el dibujo grupal sea una representación gráfica de la escultura que formaron.</p>	Los alumnos y alumnas compartirán su experiencia en el círculo, rescatando en un solo rotafolio la participación de cada uno de ellos y ellas.	BETANCURT, Enrique, et al. <u>Bullying. Estrategias para la prevención. México 2010.</u>

3.4.2. MECANISMOS DE EVALUACIÓN Y EL SEGUIMIENTO EN EL DESARROLLO DE LA PROPUESTA.

Para llevar a cabo la evaluación de la propuesta planteada anteriormente, se pretende realizar un reporte de actividades por sesión; dado que el número de alumnos se establece de 15 y 20 alumnos por sección, este reporte, podrá efectuarse de manera personalizada brindando la atención correspondiente a cada adolescente, de esta manera se podrán observar las actitudes y aptitudes que muestre cada uno de ellos y por ende, obtener mejores resultados al poner en práctica las actividades planteadas.

En dicho, reporte el profesor podrá anotar las actitudes actuales de los alumnos desde la primera sesión, de esta manera se podrá llevar a cabo, el seguimiento de la propuesta.

Las actividades se presentan en una secuencia, con la que se espera reforzar la autoestima y fortalecer el afecto en los jóvenes.

Como punto número dos y dado que las actividades son dos por periodo bimestral, a partir de la primera sesión y como un complemento para el seguimiento del proceso de evaluación, se registrarán en un Diario de Campo las situaciones que se presenten a lo largo de una clase; esto permitirá observar la actitud de los alumnos, por un lado, y por otro, los cambios que se presenten en la conducta de los jóvenes.

El Diario de Campo, permitirá entonces, ejercer una continuidad dentro del proceso de evaluación y desarrollo de la propuesta. De esta manera, se podrá llevar a cabo el seguimiento que permitirá al docente, observar de manera subjetiva, el comportamiento y la conducta que presentan los adolescentes en diversas situaciones dentro del aula.

El siguiente cuadro muestra el formato que tendrá dicho reporte.

REPORTE DE ACTIVIDADES				
Sesión: <u> 1 </u> Sección: _____ Fecha de aplicación: _____				
Nombre del alumno: _____				
Actividad:- <u>El espejo y yo</u> _____ Tiempo:- 30 minutos				
Objetivo particular:- Lograr que los alumnos y las alumnas formen una imagen positiva y agradable de sí mismos, aceptándose tal y como son.				
Evaluación				
Observaciones específicas del alumno				
Aspectos a observar	Logrado	No logrado	En proceso	Observaciones en el desarrollo de la actividad
Integración y participación				
Actitud positiva en el desarrollo de la actividad				
Respeto a los y las integrantes del grupo				

REPORTE DE ACTIVIDADES

Sesión: 2 Sección: _____ Fecha de aplicación: _____

Nombre del alumno: _____

Actividad:- Elección de imágenes Tiempo:- 25 minutos

Objetivo particular:- Se busca que los alumnos y alumnas se perciban como grupo, a través de la creación de una escultura que represente a todo el grupo.

Evaluación Observaciones específicas del alumno

Aspectos a observar	Logrado	No logrado	En proceso	Observaciones en el desarrollo de la actividad
Participa de manera colaborativa y dinámica.				
Toma en cuenta y respeta las opiniones y opciones de los demás, en la toma de decisiones.				

REPORTE DE ACTIVIDADES

Sesión: 3 Sección: _____ Fecha de aplicación: _____

Nombre del alumno: _____

Actividad:- Dar y recibir afecto Tiempo:- 30 minutos

Objetivo particular:- Lograr que los alumnos puedan resolver la situación planteada, a partir de la comunicación y el consenso.

Evaluación Observaciones específicas del alumno

Aspectos a observar	Logrado	No logrado	En proceso	Observaciones en el desarrollo de la actividad
Convivencia e interacción respetuosa y armónica.				
Comunicación entre pares.				
Equidad y respeto en el proceso de comunicación y consenso.				

REPORTE DE ACTIVIDADES

Sesión: 4 Sección: _____ Fecha de aplicación: _____

Nombre del alumno: _____

Actividad:- La película de mi vida Tiempo:- 25 minutos

Objetivo particular:- Vivenciar los problemas relacionados con la reciprocidad en lo que respecta a un vínculo afectivo.

Evaluación Observaciones específicas del alumno

Aspectos a observar	Logrado	No logrado	En proceso	Observaciones en el desarrollo de la actividad
Facilidad de externalizar sus problemas.				
La contrastación entre sus experiencias y las de sus compañeros.				
Dar y recibir afecto entre sus pares.				

REPORTE DE ACTIVIDADES

Sesión: 5 Sección: _____ Fecha de aplicación: _____

Nombre del alumno: _____

Actividad:- Mi proyecto de vida Tiempo:- 25 minutos

Objetivo particular:- Identificar la situación emocional actual de los alumnos, en cuanto al proceso de desarrollo dentro de su ambiente familiar. Desarrollar confianza en el grupo, alumno-alumno, profesor-alumno.

Evaluación Observaciones específicas del alumno

Aspectos a observar	Logrado	No logrado	En proceso	Observaciones en el desarrollo de la actividad
Recuerdos determinantes de su niñez en su vida actual.				
Demuestra sentimientos determinados al exponer sus recuerdos.				
Respeto a las experiencias y sentimientos de sus compañeros.				

REPORTE DE ACTIVIDADES

Sesión: 6 Sección: _____ Fecha de aplicación: _____

Nombre del alumno: _____

Actividad:- Intercambio de siluetas Tiempo:- 30 minutos

Objetivo particular:- Lograr en los jóvenes, una visión de su futuro en cuanto a un mejor nivel de vida.

Evaluación Observaciones específicas del alumno

Aspectos a observar	Logrado	No logrado	En proceso	Observaciones en el desarrollo de la actividad
Realiza evaluaciones significativas de su desempeño actual, para su proyecto de vida.				
Tiene una mirada prospectiva, encaminada a una mejor calidad de vida.				
Considera la culminación de la Educación Secundaria como parte de su proyecto de vida.				

REPORTE DE ACTIVIDADES

Sesión: 7 Sección: _____ Fecha de aplicación: _____

Nombre del alumno: _____

Actividad:- Mis sentimientos y emociones Tiempo:- 30 minutos

Objetivo particular:- Apreciar las diferencias existentes entre las percepciones de los integrantes del grupo. Favorecer el conocimiento personal. Relativizar su propia imagen. Poner de manifiesto que la autoimagen que se forman, en ocasiones no coincide, con la que las demás personas tienen de ellos.

Evaluación Observaciones específicas del alumno

Aspectos a observar	Logrado	No logrado	En proceso	Observaciones en el desarrollo de la actividad
Respeto la homogeneidad que existe en el grupo.				
Identifica las cualidades de sus compañeros y compañeras.				
Se integra de manera armónica en el desarrollo de la actividad.				

REPORTE DE ACTIVIDADES

Sesión: 8 Sección: _____ Fecha de aplicación: _____

Nombre del alumno: _____

Actividad:- Cintas de prejuicios _____ Tiempo:- 30 minutos

Objetivo particular:- Formar alumnos resilientes. Debatir sobre situaciones cotidianas en las que se aplica el criterio responsable en la toma de decisiones.

Evaluación Observaciones específicas del alumno

Aspectos a observar	Logrado	No logrado	En proceso	Observaciones en el desarrollo de la actividad
Manera de resolver las diversas situaciones planteadas, superando su propio contexto.				
Confianza y motivación al expresar sus sentimientos y experiencias.				
Respeto hacia sus compañeros, sus sentimientos y emociones.				

REPORTE DE ACTIVIDADES

Sesión: 9 Sección: _____ Fecha de aplicación: _____

Nombre del alumno: _____

Actividad:- ¿Con quién me llevo mejor? _____ Tiempo:- 30 minutos

Objetivo particular:- Lograr que los alumnos encuentren afinidad entre sus compañeros. Analizar cómo influyen los prejuicios en la comunicación y convivencia.

Evaluación Observaciones específicas del alumno

Aspectos a observar	Logrado	No logrado	En proceso	Observaciones en el desarrollo de la actividad
Respuesta del alumno o alumna al estereotipo marcado.				
Confianza y motivación al expresar sus sentimientos y experiencias.				
Respeto hacia sus compañeros, sus sentimientos y emociones.				

REPORTE DE ACTIVIDADES

Sesión: 10 Sección: _____ Fecha de aplicación: _____

Nombre del alumno: _____

Actividad:- Todas y todos somos uno en el grupo Tiempo:- 50 minutos

Objetivo particular:- Conocer el criterio de afinidad del grupo. Identificar a los líderes del grupo.
Apreciar la cohesión del grupo.

Evaluación Observaciones específicas del alumno

Aspectos a observar	Logrado	No logrado	En proceso	Observaciones en el desarrollo de la actividad
Identificar la manera de relacionarse entre pares.				
Trata de mantener relaciones cordiales con sus compañeros, aun cuando tienen pocas cosas en común.				

Nota: Todos los rubros a observar fueron determinados por la tesista y se desprenden de los objetivos a alcanzar.

3.5. RESULTADOS ESPERADOS CON LA IMPLANTACIÓN DE LA PROPUESTA.

Con la implantación de la propuesta anterior, se espera un mejor rendimiento y desarrollo académico del alumnado, partiendo del interés que se despierte después de la puesta en práctica de cada una de las actividades planteadas, creando una conciencia resiliente en los diversos contextos y situaciones que se presentarán a lo largo de su vida.

También se espera lograr vínculos afectivos dentro del aula, así como elevar la autoestima en aquellos alumnos que carezcan de ella; de igual manera rescatar, una

evaluación más subjetiva, que permita valorar e identificar las habilidades y los diferentes estilos de aprendizaje de los alumnos.

Por último, incentivar el desarrollo de un proyecto de vida que les permita tener una visión de su futuro para una mejor calidad de vida, demostrando cada día, los conocimientos adquiridos en su paso por las aulas.

CONCLUSIONES

En un principio, sólo tenía una idea vaga de los factores que influyen en el desarrollo de la personalidad de un ser humano persona, sin embargo y como fue avanzando la investigación pude comprender un poco las diversas actitudes de los jóvenes que cursan la Educación Secundaria. Dichas manifestaciones son el resultado de todo aquello que subyace a su entorno y contexto familiar, social y escolar.

Existe cierta influencia macro y micro social que determinan ciertas conductas negativas en la personalidad de un joven, ya que una baja autoestima puede ser un factor detonante que provoque actitudes y respuestas violentas y agresivas

Por lo anterior resulta inminente la puesta en marcha de nuevas estrategias que permitan fortalecer la autoestima y los vínculos afectivos dentro de su contexto, de esta manera se podrán formar alumnos resilientes a las condiciones actuales y demandas que de la misma sociedad emanan, mismas que se vuelven una presión y amenaza para los jóvenes que cursan la Educación Básica.

Resulta necesario un cambio radical en el proceso de enseñanza-aprendizaje, tomando como punto de partida el interés que el alumno siente respecto a la diversidad de ideas y necesidades propias de los jóvenes en los tiempos actuales.

BIBLIOGRAFÍA

- * AGUILERA Beatriz, etal. La alternativa del juego II, juegos y dinámicas de educación para la paz. México, 2000. Págs.97-98
- * BETANCURT, Enrique, et al. Bullying. Estrategias para la prevención. México 2010.
- * CANDA, Moreno Fernando. Diccionario de Pedagogía y Psicología (texto impreso). Madrid: Cultural: 2006Saavedra S. Manuel. Cómo entender a los adolescentes para educarlos mejor. México, D.F., Editorial Pax, S.A. 2004. Pág. 21
- * GÓMEZ, Castro Cecilia, etal. EL ABC del adolescente: desarrollo, sexualidad y salud mental. México.2006. México. Págs. 15-16.
- * SAAVEDRA, S. Manuel. Cómo entender a los adolescentes para educarlos mejor. México, D.F., Editorial Pax, S.A. 2004. Pag.21
- * Fragmento de la película. Crónicas chilangas. Película mexicana de Carlos Enderle Peña. Agosto 2010

SITIOS DE INTERNET CONSULTADOS

- * [1http://www.google.com/imgres?imgurl=http://i2.esmas.com/2008/06/27/3081/delegacion-iztapalapa-370x270.jpg&imgrefurl=http://sedena1.wordpress.com/2008/12/22/custodios-asesinos/&usq=__1J5YpiMBU1lmaosaaftXS9O2-dE=&h=270&w=370&sz=38&hl=es&start=0&zoom=1&tbnid=rvBVK-VICKAXHM:&tbnh=144&tbnw=202&prev=/images%3Fq%3Ddelegaci%25C3%25B3n%2Biztapalapa%26hl%3Des%26biw%3D1206%26bih%3D635%26gbv%3D2%26tbs%3Disch:1&itbs=1&iact=rc&dur=324&ei=rcKTc3OEIaasAP6tcCKCg&oei=rcKTc3OEIaasAP6tcCKCg&esq=1&page=1&ndsp=18&ved=1t:429,r:0,s:0&tx=137&ty=45](http://www.google.com/imgres?imgurl=http://i2.esmas.com/2008/06/27/3081/delegacion-iztapalapa-370x270.jpg&imgrefurl=http://sedena1.wordpress.com/2008/12/22/custodios-asesinos/&usq=__1J5YpiMBU1lmaosaaftXS9O2-dE=&h=270&w=370&sz=38&hl=es&start=0&zoom=1&tbnid=rvBVK-VICKAXHM:&tbnh=144&tbnw=202&prev=/images%3Fq%3Ddelegaci%25C3%25B3n%2Biztapalapa%26hl%3Des%26biw%3D1206%26bih%3D635%26gbv%3D2%26tbs%3Disch:1&itbs=1&iact=rc&dur=324&ei=rcKTc3OEIaasAP6tcCKCg&oei=rcKTc3OEIaasAP6tcCKCg&esq=1&page=1&ndsp=18&ved=1t:429,r:0,s:0&tx=137&ty=45)
- * [http://www.google.com.mx/imgres?imgurl=http://i2.esmas.com/2008/06/27/3081/delegacion-iztapalapa-370x270.jpg&imgrefurl\(Octubre-2010\)](http://www.google.com.mx/imgres?imgurl=http://i2.esmas.com/2008/06/27/3081/delegacion-iztapalapa-370x270.jpg&imgrefurl(Octubre-2010))
- * [http://www.iztapalapa.gob.mx/hfm/0101010000_2005.html\(Octubre-2010\)](http://www.iztapalapa.gob.mx/hfm/0101010000_2005.html(Octubre-2010))
- * [http://www.icesi.org.mx/documentos/propuestas/iztapalapa_perfil_sociodemografico.pdf\(Octubre-2010\)](http://www.icesi.org.mx/documentos/propuestas/iztapalapa_perfil_sociodemografico.pdf(Octubre-2010))
- * [http://www.google.com/imgres?imgurl=http://www.soyamigo.com/distribuidores/mexico.jpg&imgrefurl=http://www.soyamigo.com/distribuidores/puntosventa1.html&usq=__Sv0bQOPfY9QVU1MAIz7tIMOtTtU=&h=535&w=714&sz=40&hl=es&start=0&zoom=1&tbnid=OIWp6N3A_8awuM:&tbnh=147&tbnw=190&prev=/images%3Fq%3Dmapa%2Bde%2Bla%2Brep%25C3%25BAblica%2Bmexicana%26hl%3Des%26gbv%3D2%26biw%3D1206%26bih%3D635%26addh%3D36%26output%3Dimages_json%26tbs%3Disch:10,121&itbs=1&iact=rc&dur=526&ei=YbkKTeTDIjEsAOug4DTCg&oei=RbkKTbTBL024sAPNg_GTCg&esq=20&page=1&ndsp=15&ved=1t:429,r:5,s:0&tx=63&ty=63&biw=1206&bih=635\(Octubre-2010\)](http://www.google.com/imgres?imgurl=http://www.soyamigo.com/distribuidores/mexico.jpg&imgrefurl=http://www.soyamigo.com/distribuidores/puntosventa1.html&usq=__Sv0bQOPfY9QVU1MAIz7tIMOtTtU=&h=535&w=714&sz=40&hl=es&start=0&zoom=1&tbnid=OIWp6N3A_8awuM:&tbnh=147&tbnw=190&prev=/images%3Fq%3Dmapa%2Bde%2Bla%2Brep%25C3%25BAblica%2Bmexicana%26hl%3Des%26gbv%3D2%26biw%3D1206%26bih%3D635%26addh%3D36%26output%3Dimages_json%26tbs%3Disch:10,121&itbs=1&iact=rc&dur=526&ei=YbkKTeTDIjEsAOug4DTCg&oei=RbkKTbTBL024sAPNg_GTCg&esq=20&page=1&ndsp=15&ved=1t:429,r:5,s:0&tx=63&ty=63&biw=1206&bih=635(Octubre-2010))

Imagen editada por la tesista
- * [http://www.google.com/imgres?imgurl=http://i2.esmas.com/2008/06/27/3081/delegacion-iztapalapa-370x270.jpg&imgrefurl=http://sedena1.wordpress.com/2008/12/22/custodios-asesinos/&usq=__1J5YpiMBU1lmaosaaftXS9O2-dE=&h=270&w=370&sz=38&hl=es&start=0&zoom=1&tbnid=rvBVK-VICKAXHM:&tbnh=144&tbnw=202&prev=/images%3Fq%3Ddelegaci%25C3%25B3n%2Biztapalapa%26hl%3Des%26biw%3D1206%26bih%3D635%26gbv%3D2%26tbs%3Disch:1&itbs=1&iact=hc&vpx=146&vpy=128&dur=503&hovh=191&hovw=262&tx=145&ty=83&ei=zrkKTYrVF4iasAORg8GKCg&oei=zrkKTYrVF4iasAORg8GKCg&esq=1&page=1&ndsp=18&ved=1t:429,r:0,s:0\(Octubre-2010\)](http://www.google.com/imgres?imgurl=http://i2.esmas.com/2008/06/27/3081/delegacion-iztapalapa-370x270.jpg&imgrefurl=http://sedena1.wordpress.com/2008/12/22/custodios-asesinos/&usq=__1J5YpiMBU1lmaosaaftXS9O2-dE=&h=270&w=370&sz=38&hl=es&start=0&zoom=1&tbnid=rvBVK-VICKAXHM:&tbnh=144&tbnw=202&prev=/images%3Fq%3Ddelegaci%25C3%25B3n%2Biztapalapa%26hl%3Des%26biw%3D1206%26bih%3D635%26gbv%3D2%26tbs%3Disch:1&itbs=1&iact=hc&vpx=146&vpy=128&dur=503&hovh=191&hovw=262&tx=145&ty=83&ei=zrkKTYrVF4iasAORg8GKCg&oei=zrkKTYrVF4iasAORg8GKCg&esq=1&page=1&ndsp=18&ved=1t:429,r:0,s:0(Octubre-2010))
- * [http://escueladepadres.blogia.com/2004/011204-la-autoestima-en-los-ninos-y-adolescentes.php\(Noviembre-2010\)](http://escueladepadres.blogia.com/2004/011204-la-autoestima-en-los-ninos-y-adolescentes.php(Noviembre-2010))
- * [http://www.isftic.mepsyd.es/w3/recursos2/e_padres/html/adoslsauto.htm\(Noviembre-2010\).](http://www.isftic.mepsyd.es/w3/recursos2/e_padres/html/adoslsauto.htm(Noviembre-2010).)
- * [http://www.google.com.mx/search?hl=es&source=hp&q=articulo+autoesma+rogers&aq=f&aqi=&aql=&oq=&gs_rfai=\(noviembre-2010\).](http://www.google.com.mx/search?hl=es&source=hp&q=articulo+autoesma+rogers&aq=f&aqi=&aql=&oq=&gs_rfai=(noviembre-2010).)