



**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL**

---

**UNIDAD AJUSCO**

**CONSTRUCCIÓN DEL PROYECTO DE VIDA DE LOS  
JOVENES EN LA EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR**

**T E S I S**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN PEDAGOGÍA**

**P R E S E N T A**

**CLAUDIA ADALID GALICIA SÁNCHEZ**

**ASESOR: LIC. FELIPE RODRÍGUEZ DURAN**

**MÉXICO, D.F.**

**2012.**

Hace algunos años no pensé que lograría estudiar en la Universidad, luego pensé que no terminaría la licenciatura y hace poco tiempo no sabía que estaría escribiendo la dedicatoria para anexarla a mi tesis.

A veces pensamos que no lograremos las cosas antes de intentarlo, pero es necesario creer en nosotros mismos para lograr nuestros objetivos.

He aprendido mucho durante estos cuatro años de estudiante tanto en las aulas como fuera de ellas, los amigos, los compañeros y los profesores que se hicieron amigos.

Quiero agradecer a todos y cada uno de ellos; a mis profesores por compartir sus conocimientos y experiencia, a mis compañeros y amigos por estar conmigo durante este proceso y recorrer este camino de vivencias dentro y fuera de nuestra hermosa casa de estudios.

Pero muy especialmente a mi madre y a mi hermana que estuvieron incondicionalmente apoyándome en todo momento; recuerdo que ambas se desvelaron conmigo por mis "teclitas" cuando me quedaba hasta muy temprano por hacer trabajos o estudiando.

Hoy me siento muy orgullosa de mi y de éste gran logro que me motiva a seguir adelante, superándome intelectual y profesionalmente. Ahora es que me doy cuenta que todos los sacrificios fueron en realidad una inversión en mi futuro.

Gracias.

## INDICE

<b>INTRODUCCIÓN</b>	<b>1</b>
<b>Capítulo I Orientación Educativa</b>	<b>4</b>
1.1 La orientación	4
1.2 Orientación educativa	6
1.3 Orientación Vocacional	7
1.4 Funciones del Orientador	11
1.4.1 Cualidades del Orientador	14
1.5 Modelos de Orientación	16
1.5.1 Modelo de Servicios	16
1.5.2 Modelo de Programas	17
1.5.3 Modelo de Consulta	18
1.5.4 Modelo Clínico	19
1.6 Enfoques de la Orientación	19
1.6.1 Enfoque Evolutivo	19
1.6.2 Aptitudes y destrezas	24
<b>Capítulo II Adolescencia</b>	<b>25</b>
2.1 Adolescencia	25
2.2 Problemáticas de los Adolescentes	29
2.3 Adolescencia y Familia	34
2.4 Educación Media Superior en México	38
<b>Capítulo III Proyecto de vida</b>	<b>42</b>
3.1 Adolescencia en la actualidad	42
3.2 Proyecto de Vida	45
<b>Capítulo IV</b>	
4.1 Metodología de trabajo	51
<b>Propuesta del curso-taller</b>	<b>59</b>
<b>Conclusiones</b>	<b>105</b>
<b>Bibliografía</b>	<b>108</b>
<b>ANEXOS</b>	
Anexo A Cuestionario para alumnos	111
Anexo B Ficha Psicopedagógica	113
Anexo C Test de Intereses de Herrera y Montes	114

Anexo D Test de Habilidades de Herrera y Montes y Tabla de Integración	119
Anexo E Frases incompletas	125
Anexo F Cuestionario de Investigación para Elección de Carreras	127
Anexo G Cuestionario ¿Quién eres? ¿Quién quieres ser?	130
Anexo H Cuestionario Mis Metas	132
Anexo I Cuestionario Plan de Acción	133
Anexo J El tren de la vida	134

## INTRODUCCIÓN

Realicé esta tesis con el propósito de obtener el título de Lic. en Pedagogía de la UPN, así también para poder ofrecer una propuesta para la problemática de desorientación respecto a la construcción de un proyecto de vida de los adolescentes que actualmente enfrentan los jóvenes del tercer grado del bachillerato, ya que a pesar de saber en qué quieren desenvolverse al egresar de éste no cuentan con un proyecto o plan organizado que les permita cumplirlo.

Decidí realizar mi investigación dentro del Bachillerato del que soy egresada, además de contar con el apoyo total del director Lic. Faustino Aquino del Ángel me siento parte de él y comprometida con las siguientes generaciones a la mía. En conjunto con las autoridades del Bachillerato General “Lic. Jesús Reyes Heróles” 4/2 y el área académica de Orientación Educativa de esta institución, se detecto que no existe un programa en el que se incluyan temas que posibiliten la acertada toma de decisiones para la construcción de un proyecto de vida para los adolescentes.

Por lo que se propone la creación de un curso-taller que, en conjunto con la materia optativa de Orientación, pueda dar solución a la problemática antes mencionada, con el propósito de lograr que los jóvenes cuenten con los elementos necesarios que requiere una toma de decisiones responsable; mediante el esclarecimiento de dudas e inquietudes por medio de temas de interés y actuales respecto al tema, por lo que es necesaria la aplicación de cuestionarios, test de aptitudes y actividades en dónde puedan exponer de manera más clara sus intereses, gustos y afinidades, y, en donde también puedan conocerse a sí mismos y construir una personalidad sólida de acuerdo a sus habilidades y destrezas.

Es importante que el alumno aprenda a realizar una planeación lógica y ordenada en la que sus objetivos y metas sean jerarquizados en importancia y tiempo de realización y, que para llegar a cumplirlas, será necesario que tome en cuenta factores cómo tiempo, dinero, espacio y una misión personal para lograrlas.

El presente trabajo es la propuesta de un curso-taller dirigido a los alumnos de tercer año del bachillerato, de entre 17 años a 21 años), interesados en la construcción de un proyecto de vida a corto, mediano y largo plazo, en el que se tomará en cuenta la elección de carrera.

El trabajo está organizado de la siguiente manera:

En el capítulo I se abordan los conceptos de orientación, tipos de orientación y modelos de orientación así como las funciones del enfoque de las teorías de toma de decisiones, siendo estos temas importantes para entender la función de la orientación y la manera en la que el pedagogo actuará como orientador para guiar a los jóvenes en el proceso de construcción del proyecto de vida.

En el capítulo II está centrado en el estudio de la adolescencia, en el que se habla de su concepto, problemáticas y el entorno familiar y social, así como el inicio y termino de esta etapa; es importante que conozcamos al adolescente para poder ayudarlo y responder a sus necesidades y expectativas,

En el capítulo III se centra el proyecto de vida, con lo que se quiere lograr que se tenga un concepto de lo qué es proyecto de vida, las características, por qué es importante construir un plan de acción y cómo se realiza.

En el capítulo IV se aborda la investigación que realicé en el Bachillerato General “Lic. Jesús Reyes Heróles”, presento las diferentes gráficas en las que puede observarse la realidad de los estudiantes de dicha escuela y que al mismo tiempo sirve como antecedente y base para la realización de la propuesta del curso-taller.

En el capítulo V se presenta la propuesta de un curso taller en dónde se resumen los anteriores temas y en el que se toma como base la teoría de Ginzberg y Cols (Rivas, 1988:153), en la que encontraremos la descripción de los dos periodos evolutivos en los que se clasifica las conductas vocacionales de los individuos.

Al término de la propuesta del curso-taller se encuentran las cartas descriptivas de cada una de las sesiones que se realizarán en éste, al final del documento se encuentran los anexos con los materiales que se utilizarán durante las sesiones.

## **CAPITULO I ORIENTACIÓN EDUCATIVA**

### **1.1 LA ORIENTACIÓN**

El hombre siempre ha tenido la necesidad de sentirse acompañado en su proceso de crecimiento por lo que ha buscado la manera de educar otros hombres que sean capaces de asumir este papel, por lo que surge la orientación educativa como la alternativa para satisfacer esta necesidad a la que después se sumaron otras que ahora son parte a la orientación educativa o vocacional.

La orientación educativa surge a comienzos del siglo XX, con Frank Parsons, al fundar la primera oficina de orientación y de asesoramiento para los jóvenes que acudían a él en busca de trabajo.

A partir de 1920, el fuerte influjo de Dewey hace que los orientadores pretendan un cambio social a través de la actividad docente. El profesor se convierte en la persona central para guiar el proceso de aprendizaje y desarrollo que implica la orientación escolar. Desde 1940 el impacto de la psicología alemana frente a la tradicional y experimental americana hace nacer la psicología centrada en el cliente propuesta por Rogers. La necesidad de orientadores hizo que personas no tituladas asumieran esa función; los psicólogos por su parte centraban su trabajo en temas de orientación personal y los orientadores escolares siguieron en la tarea de apoyar la calidad de los servicios educativos. (García, 1990: 15)

En la actualidad, la orientación como ciencia tiene una doble vertiente: pedagógica y psicológica. La primera, centrada en aspectos escolares didácticos, profesionales y de metodología correctora de aprendizajes deficitarios; la segunda, se centra en una línea más psicométrica, centrada en las capacidades aptitudes, diagnóstico y aspectos personales. (García, 1990: 16)



Sin embargo, pese a sus diferencias, ambas vertientes son complementarias y se retroalimentan entre sí, ya que la orientación es necesaria en los diferentes roles en los que se desenvuelve el individuo, es decir, en el escolar, personal, familiar, profesional, etc.

José Roig Ibáñez señala que a medida que la civilización reemplazó al salvajismo, el hombre también se preocupó de sus semejantes en su lucha por resolver los problemas que les planteaba la existencia, a la vez que ensayaba diversos medios para aliviar las tensiones e incertidumbres del individuo y al tiempo que ayudaba a sus jóvenes en convertirse en miembros cabales de la sociedad. (Roig, 1982:110)

Para María Luisa Rodríguez (Rodríguez, 1991:281), la orientación educativa debe tener en cuenta los siguientes objetivos de acuerdo a la disposición primera del orientado:

1. Desarrollar al máximo la personalidad.
2. Conseguir la orientación de sí mismo.
3. Comprenderse y aceptarse a uno mismo
4. Alcanzar una madurez para la toma de decisiones educativas y vocacionales.
5. Lograr la adaptación y el ajuste.
6. Conseguir un aprendizaje óptimo en los años de la escolaridad.
7. Combinaciones de cualquiera de los seis anteriores.

Podemos afirmar entonces que desde tiempos muy remotos el hombre ha tenido la necesidad de orientar a las generaciones más jóvenes quienes aún no tienen experiencia en diversas situaciones, dando así no sólo transmisión de conocimientos sino también de valores y costumbres.

## 1.2 ORIENTACION EDUCATIVA

El término fue utilizado por primera vez por T. L. Kelley en 1914, para describir la ayuda dada a los estudiantes sobre la elección de estudios y adaptación escolar.

La orientación educativa es aquella fase del proceso educativo que tiene por objeto ayudar a cada individuo a desenvolverse a través de la realización de actividades y experiencias que le permitan resolver sus problemas, al mismo tiempo que adquiere un mejor conocimiento de sí mismo.

Kelly (García, 1990:21) define la orientación educativa como la fase del proceso educativo que consiste en el cálculo de las capacidades, intereses y necesidades del individuo para aconsejarle acerca de sus problemas, asistirle en la formulación de planes para aprovechar al máximo sus facultades y ayudarle a tomar decisiones y realizar las adaptaciones que sirvan para promover su bienestar en la escuela, en la vida y en un futuro más lejano. Así como proceso destinado a ayudar al individuo en su adaptación presente y en su planificación de la vida posterior.

Para María Luisa Rodríguez orientar es fundamentalmente, guiar, conducir, indicar de manera procesual para ayudar a las personas a conocerse a sí mismas y al mundo que las rodea: es auxiliar al individuo a clarificar la esencia de su vida, a comprender que él es una unidad con significado de un clima de igualdad de oportunidades y actúa en calidad de ciudadano responsable, tanto en su actividad laboral como en su tiempo libre.

### 1.3 ORIENTACIÓN VOCACIONAL

Surge con la necesidad de ayudar a los jóvenes a elegir una profesión, y que ésta sea elegida de acuerdo a sus capacidades, aptitudes, actitudes e intereses.

Jeangros menciona que "...actualmente, para la mayoría de las familias de los jóvenes, la elección de profesión es un problema serio y la orientación se ha hecho una necesidad. Por otra parte, los oficios, el comercio y la industria, al incorporar constantemente crecido número de trabajadores, requieren el auxilio de la orientación profesional, que guía a los jóvenes hacia las distintas actividades". (Jeangros, 1959: 11)

Rodríguez (Rodríguez, 1991:230) propone los siguientes objetivos para una educación vocacional efectiva:

1. "Ayudar a los adolescentes a adquirir y comprender un vocabulario específico, distinguiendo entre profesión, papeles no profesionales y no ocupacionales en la familia, en el ocio, alternativas educativas e instructivas y características personales.
2. Ayudar a los adolescentes a desarrollar el conocimiento de sus propias potencialidades y debilidades, a comprender la relación entre ellas y la elección profesional, a la elección de papeles no ocupacionales y las elecciones educativas instructivas.
3. Ayudar a los adolescentes a desarrollar estrategias efectivas para la toma de decisiones y las habilidades para llevarlas a cabo.
4. Preparar a los alumnos para su subsiguiente transición del medio escolar al mundo laboral y para el ajuste personal que esto supondrá"

La orientación vocacional es una serie de acciones inherentes a la labor de vida y espontáneamente dirigidas a atender situaciones referidas al estudio, la carrera o el trabajo, que van siendo resueltas en un “paso a paso”. Es desde el campo de la orientación vocacional desde donde se puede acompañar al sujeto en su proceso de elección. (Rascovan, 2005: 15)

Es un proceso de socialización, que realiza una persona, que aporta sus motivaciones, intereses, expectativas, conocimientos y capacidades y se apoya o dirige a un entorno social adulto; implícita o explícitamente la conducta vocacional proyecta el deseo y la intención de participar de las actuaciones productivas o laborales útiles socialmente, para las que en ocasiones el individuo se ha estado formando a lo largo de muchos años. (Rivas, 1988:26)

La conducta vocacional conlleva a la satisfacción de las necesidades del desarrollo individual y la adecuada cobertura de las necesidades sociales.

Es también un proceso que aunque se va trabajando en los años escolares, se hace especialmente notoria en la adolescencia, en respuesta a una demanda de carácter social. (Rascovan, 2005:110)

Ésta implica ayudar a propiciar conocimientos significativos que permitan el desarrollo de las competencias, que sean útiles para la inserción de los individuos en la continuidad de sus estudios o al mercado laboral.

La intervención debe realizarse en el marco de la orientación vocacional llevándose a cabo en dos ejes:

El primero, llamado eje diacrónico, es aquel conjunto de acciones educativas a lo largo del proceso educativo, en el que se involucran procesos de enseñanza-aprendizaje. En este eje se encuentran

inmersas las competencias, que son saber hacer, saber ser, saber convivir con los demás y saber saber, esto es; ya que es aquí donde los individuos adquieren los conocimientos significativos que le ayudaran a continuar su desarrollo integral, es decir que les permitirán ser competentes en el medio en el que se desarrollen.

El segundo, llamado eje sincrónico, se entrelaza con el anterior, pues en éste se dividen los periodos en los que las personas se encuentran ante la exigencia de tomar decisiones que darán un giro a su futuro. Es decir, cuando el individuo, en este caso el adolescente, tiene que decidir si continuará con sus estudios, si se incorpora al mundo laboral, qué carrera estudiará, qué puesto ocupará laboralmente, etc.

G. Miller (Miller 1951:115) menciona que la elección vocacional es considerada históricamente como guía vocacional: un proceso de ayuda al paciente, a elegir, prepararse para triunfar en una ocupación determinada. Este proceso se centró en la consulta que consistía, en gran parte, en examinar los rasgos del paciente y buscar las posibilidades de ocupación para encontrar una meta específica, después de lo cual se formulaba un plan de estudios para alcanzar la meta. Aunque este razonamiento es todavía básico, se han producido cambios recientes en la percepción de significados de la consulta vocacional.

Lo vocacional expresa un proceso interactivo entre el individuo y la sociedad, y parte de esa relación se transmite a través del sistema escolar. (Rivas, 1988:110)

La vocación es un conjunto de procesos psicológicos que una persona concreta moviliza en relación al mundo profesional que pretende encaminarse o en el que ya está instalado. Según Rivas, lo vocacional se centra en el individuo como persona completa con

proyectos de vida individuales y resume la historia personal conjugándola o superando las connotaciones y limitaciones de otro tipo.

El individuo a lo largo de su vida académica se va formando una idea de la profesión en la que ha de formarse o bien del rumbo que llevará su vida fuera del ámbito educativo. Las instituciones educativas tienen como finalidad la inserción de los jóvenes a la sociedad principalmente a través de la actividad profesional, aunque en ocasiones éste no es el camino seguido por los adolescentes.

La conducta vocacional se advierte en el individuo que aporta sus motivaciones, capacidades, intereses, expectativas y se apoya o dirige a un entorno social en el que desea participar activamente a través de sus actuaciones productivas o laborales.

Por lo tanto la conducta vocacional nada tiene que ver con la inserción y culminación del individuo en una profesión, sino que tiene que ver en que éste realice las metas que se ha propuesto y que lo conduzcan a la autorrealización, es decir la tendencia de hacer actuales todas sus posibilidades. (Rivas, 1988:110)

La conducta vocacional plantea como deseables una serie de pautas: motivación por el rendimiento-logro, confianza en el esfuerzo mantenido, asumir riesgos y responsabilidades; la conducta vocacional es un proceso en el cual el individuo toma decisiones a partir de las cuales se va formando su plan de vida de manera anticipatoria, energética y direccional a través de actividades aceptadas o valiosas para el individuo.

Por otra parte se menciona que la conducta vocacional es un proceso gradual y acumulativo que se basa en la organización de informaciones y experiencias significativas para el sujeto; en este

proceso el momento más significativo es el aspecto de iniciar uno u otro proyecto de estudios y/o de vida.

Francisco Rivas menciona que, como mecanismo de dirección, la persona:

- Procura dar sentido y unidad a su conducta social.
- Es capaz de posponer gratificaciones inmediatas, a cambio de metas lejanas que considera valiosas para él.
- Concilia principios de placer y del trabajo de forma satisfactoria.
- Afecta la propia estima y al autoconcepto.

Existen diferentes conceptos de orientación que en general se engloban en decir que orientar es ayudar.

Las distintas concepciones que describen la orientación vienen dadas en función de dos criterios: campos a que se dirige o instituciones donde la orientación se realice. Según el primer criterio tenemos, la orientación personal, académica y profesional; según el segundo, la orientación sería familiar, escolar y social. (García, 1990:.)

#### **1.4 FUNCIONES DEL ORIENTADOR**

Las funciones del orientador deben verse no sólo como una herramienta extra a la función que desempeñan los profesores en clase ya que, como nos menciona Álvarez Rojo “la educación es la dirección del desarrollo humano, su orientación en un sentido socialmente prefijado”. (Álvarez, 1994:308)

Es necesario que el orientador tenga muy en claro las actividades que va a realizar, para que pueda desempeñarse de manera eficaz y brindar la ayuda que los jóvenes necesitan. La manera o el modelo

bajo el cual intervendrá el orientador dependerán de la situación a la que se enfrenta, como ya lo veremos más adelante, y por lo tanto delimitará algunas de sus características.

Para realizar la intervención el orientador puede utilizar alguna de las dos tipos que existen:

a) intervención directa, bien a través de la atención individual o bien en grupo, que exige la relación del orientador con los destinatarios finales de la intervención

b) intervención indirecta, a través de otros profesionales o paraprofesionales, en la que el orientador no interactúa con los destinatarios últimos de intervención. (Álvarez, 1997:331)

Las funciones del orientador son muy variadas y responden a las necesidades del individuo o grupo al que se va a orientar, “Los orientadores siempre trabajamos en el campo del aprendizaje, sano o alterado. Desde nuestro rol, promovemos aprendizajes más sanos, contribuimos a prevenir trastornos, a mejorar la calidad de vida en ámbitos educativos y ocupacionales. Los orientadores atienden los problemas surgidos en el desempeño estudiantil u ocupacional. Así, detectamos síntomas que afectan la personalidad y, eventualmente, preparamos abordajes psicoterapéuticos más específicos” (Müller, 2006:14)

Por lo que el orientador debe tomar en cuenta que cada individuo tiene diferente personalidad y que por lo tanto posee características distintas, que sólo ese sujeto podrá revelarnos con un tipo de mensaje y estilo expresivo suyos.

El tutor no sólo debe tener en cuenta la personalidad, intereses, deseos, capacidades, aptitudes del alumno, en el ámbito social, escolar y sus relaciones con otros. Jesús García propone que “...



este conocimiento debe traducirse en información, sugerencias, consejos, refuerzos que permitan ayudar en la configuración de la persona libre y autónoma, capaz de decidir por sí misma”.

El orientador o tutor sólo es una guía para los jóvenes o como menciona Müller “... el sol es el orientador, que debe brillar, acompañar, ayudar a dar luz; no está ni por arriba, ni por abajo del orientado, está a un costado compartiendo”. (Müller, 2006:26)

Para finalizar en el proceso de determinación de las funciones de la orientación tomemos en cuenta los siguientes dos factores:

-Factores externos:

La Administración Educativa

La orientación como disciplina pedagógica constituida y conceptualizada.

-Factores internos:

Las prácticas profesionales tal como se ejecutan en los diferentes contextos.

Por otra parte Álvarez nos ayuda a identificar las siguientes funciones asignadas de los orientadores (Álvarez, 1997:126):

1) “**Informativa:** básicamente relacionada con las necesidades vacacionales/ocupacionales de los alumnos y sus familias; se centra en el suministro de información sobre opciones académicas, profesionales y laborales

2) **Diagnóstico-evaluativa:** referida tanto a la valoración multidisciplinar de los alumnos con necesidades educativas especiales y a los alumnos con dificultades en el aprendizaje, como a

la determinación de las necesidades del contexto (centro, zona, sector) y a la evaluación institucional

3) **Preventiva:** detección precoz de problemas de los alumnos y prevención (en general en el medio familiar, escolar o comunitario)

4) **Terapéutica:** tratamiento de los alumnos con problemas de aprendizaje y/o integración, rehabilitación de trastornos de audición y lenguaje, etc.

5) **De apoyo:**

-al profesorado (ayuda, asesoramiento y colaboración para el desarrollo de sus funciones tutorial y docente)

-a la Administración Educativa (planificación, coordinación, apoyo a la innovación y a la integración de los alumnos, investigación, diseño de materiales didácticas).

6) **Formativa:** concretamente referida a la formación y actualización del profesorado y genéricamente (orientar) a los alumnos y familias”.

#### **1.4.1 CUALIDADES DEL ORIENTADOR**

Es importante, como ya se mencionaba, que el orientador cumpla con algunas características que le permitan guiar a los jóvenes y que su función cumpla con el objetivo principal, que es que los alumnos puedan construir un proyecto de vida de manera ordenada y que al mismo tiempo resuelva sus dudas y conflictos que no le permiten desarrollarse integralmente.

El profesional que se desempeñe cumplirá el objetivo de guiar a los jóvenes a crear su personalidad e identidad por lo que es necesario que él tenga las suyas definidas ya que como Müller afirma “...en el trabajo de orientador movilizamos toda nuestra personalidad, y

también ponemos en juego esa identidad que se replantea a la vez que el orientado, es decir, mi identidad, está dada en buena parte por lo que desempeño, soy lo que hago, me defino en y por la tarea que realizo”. La participación del orientador emerge de un conjunto de elementos interrelacionados que configuran un estilo persona de cada orientador. Esto es: (Müller, 2006: 22)

- “su historia familiar y personal;
- sus disposiciones psíquicas y psicopatológicas;
- sus conflictos;
- sus oportunidades educativas y socio-culturales;
- su ideología de trabajo;
- su formación educativa”.

Las cualidades en el orientador serán: (MÜLLER, 2006:24.)

- una sólida formación teórica en psicología evolutiva, psicología educacional, dinámica de grupos, técnica de exploración de la personalidad, psicopatología, formación en entrevistas clínicas, teoría psicoanalítica.
- Práctica clínica, que incluirá análisis personal, supervisiones, intercambios en equipo, formación de posgrado.
- Empatía, inclusión de los efectos por identificación controlada, con cada consultante.
- Distancia óptima, equilibrio entre ponerse en el lugar del otro, sentir con él, sin confundirse con él.

- Reconocimiento de su propia ideología, por ejemplo: respeto por el otro, por sus posibilidades de autonomía; admisión de las contradicciones y de los límites.
- Participación acompañante, sin dirigir ni imponer pautas, pero también con la posibilidad de proponer actividades informativas, consignas de tareas que considere pertinente.

Lo anterior no siempre sucede, pues en ocasiones, el orientador no cumple con el perfil que se requiere para desempeñar dicho papel. Es decir, es necesario que el profesional encargado de apoyar a los jóvenes en su elección vocacional o en cualquier otro conflicto que éste presente, sea psicólogo, pedagogo o psicopedagogo; que logre la calidad y eficacia en el proceso de enseñanza - aprendizaje, estrechando lazos entre orientador – alumno, mediante la elaboración de un proyecto de vida y la toma de decisiones en las diversas áreas de atención.

## **1.5 MODELOS DE LA ORIENTACIÓN**

La orientación cuenta con modelos de intervención que le permiten organizarse y ofrecen diferentes posibilidades de acción, estos modelos nos permitirán elaborar los planes para actuar a través de los diferentes procesos y procedimientos.

### **1.5.1 Modelo de servicios**

Se caracteriza por una oferta institucional de “servicios o prestaciones” especializadas, que existen en tanto y en cuanto son demandados por los usuarios. Han sido creados para atender determinadas funciones, carencias o necesidades de los grupos sociales implicados y actúan cuando éstas se presentan y a requerimiento del usuario.

Álvarez Rojo nos dice que las dos consecuencias más importantes que se derivan de este modelo organizativo de cara a la intervención son:

- El tratamiento de una demanda se convierte en la suma de las intervenciones de los diferentes especialistas que integran el servicio.
- El servicio como tal no tiene objetivos a cumplir, sino solamente funciones a desarrollar y tareas a ejecutar. En teoría, aunque un servicio se crea en función de unas demandas sociales, el “servicio” puede subsistir con independencia de los usuarios.

Este modelo no sólo se interesa por resolver problemas de la índole educativa sino también busca dar orientación a los jóvenes para que tengan un desarrollo integral, es decir ayudarlos tanto dentro de la institución educativa como en el ámbito personal.

### **1.5.2 Modelo de programas**

Se presenta como una forma de intervención más eficaz para hacer efectivos dos de los principios de la orientación educativa marginados en la práctica orientadora: el de prevención o proactividad y el de la intervención social y educativa. Se basa no sólo en el tratamiento exclusivo de problemas o crisis, sean éstos personales o grupales, sino en una reconceptualización del status de la actividad orientadora en el contexto institucional y ecológico de la educación.

Por su parte Bisquerra (Bisquerra, 2002:120) describe el modelo de programas como aquel que “... se propone anticiparse a los problemas para prevenirlos y contribuir así al desarrollo integral de la persona. Los programas se dirigen en general a todo el grupo clase”. Menciona que las fases generales del modelo son:

- a) Análisis del contexto para identificar las necesidades que deberán ser atendidas de forma prioritaria;
- b) Formular objetivos didácticos a lograr con el programa de intervención;
- c) Diseñar el programa con las temáticas (áreas), actividades, recursos necesarios, temporalización, etc.;
- d) Puesta en práctica del programa, con unas actividades dinámicas de la clase;
- e) Evaluación del programa para analizar su funcionamiento a partir de lo cual se puedan hacer propuestas de mejora para el futuro.

### **1.5.3 Modelo de consulta**

Según nos dice Álvarez (Álvarez, 1994:124), es la relación de ayuda mediante consulta para la solución de problemas de salud mental. Es decir, la relación de ayuda se establece entre dos profesionales en el campo de la salud mental, en la cual uno de los ellos demanda ayuda en un área para intervenir con sus clientes. No obstante, el que consulta conserva en todo momento la responsabilidad profesional del tratamiento o terapia que finalmente proporcionará a sus clientes.

Mientras que Bisquerra (Bisquerra, 2002:124) dice que el modelo de consulta se propone asesorar a mediadores (profesorado, tutores, familia, institución, etc.), para que sean ellos los que lleven a término programas de orientación con la supervisión de un orientador especialista.

#### **1.5.4 Modelo clínico**

Bisquerra describe este modelo como aquel que "...se centra en la atención individualizada, donde la entrevista personal es la técnica característica. Este modelo de intervención ha sido preponderante durante mucho tiempo y todavía lo sigue siendo en muchos contextos. La entrevista es muy importante, pero una intervención orientadora que se limite a ella será insuficiente. La evidencia empírica y los enfoques teóricos actuales señalan la insuficiencia de este modelo cuando se aplica aisladamente". (Bisquerra, 2002:219)

#### **1.6 Enfoques de la orientación**

Para este trabajo se tomará en cuenta el enfoque evolutivo porque considero que es el que más se adecua a las necesidades de los jóvenes ya que es flexible y se adapta a las necesidades de los individuos y a las diferentes etapas de madurez que viven; sin embargo existen otros enfoques de asesoramiento de la orientación; éste enfoque permite que el orientador guíe al alumno de manera más acorde con la realidad en la que se desenvuelve.

En este enfoque se rescatan principios de otros enfoques como: el autoconcepto, la autorrealización, la autoestima, etc., que son importantes para poder concebir un proyecto de vida.

##### **1.6.1 Enfoque evolutivo**

Ginzberg (Rivas, 1988:135), junto con otros colegas publican el primer enfoque evolutivo como una teoría general sobre el desarrollo vocacional, donde alertan sobre la necesidad de elaborar una teoría comprensiva del empleo y del desarrollo vacacional. Critican el hecho de que, si bien los psicólogos han alcanzado un estimable nivel en la construcción de instrumentos en el área de los intereses y motivaciones vocacionales y los utilizan puntualmente, sin embargo

no se han preocupado de dotarse de algún esquema teórico que guíe sus acciones, dé sentido a sus realizaciones y explique el cambio vocacional.

El enfoque evolutivo introduce la dimensión temporal en el asesoramiento y la posibilidad de que todos los cambios de la conducta, sea vocacional, personal o social, puedan ocurrir a lo largo de esa dimensión continua, que es la vida del hombre. (Rivas, 1988:134)

Ginzberg menciona como elementos básicos del enfoque evolutivo los siguientes:

- La elección ocupacional es un proceso evolutivo; no es una simple decisión aislada, sino una serie de decisiones hechas a lo largo de los años. Cada paso en el proceso tiene unas relaciones específicas con aquel que le precede y los que le siguen.
- El proceso es altamente irreversible. Esto es resultado del hecho de que cada actividad vocacional que se realiza en esta secuencia evolutiva, depende de la edad cronológica del desarrollo del individuo y las condiciones en que éste se encuentre.
- El proceso desemboca en un compromiso. Una serie de factores, tanto internos como externos, afectan a las satisfacciones que se derivarían si el individuo basase su elección vocacional únicamente en los intereses más fuertes, en una capacidad muy sobresaliente o en una oportunidad única que le ofrece la realidad. El sujeto debe encontrar una ponderación o equilibrio entre esos tres componentes y el resultado es el compromiso personal con cada elección vocacional.

Después se reformula esos tres principios en el siguiente enunciado: "la elección ocupacional es un proceso de toma de decisiones



vocacionales a lo largo de la vida mediante el cual el individuo procura constantemente el encontrar el ajuste óptimo entre las metas de la carrera y las realizadas en el mundo del trabajo”. (Rivas, 1988: 135)

Las decisiones implicadas en la elección de carrera u ocupación constituyen un proceso continuo que comienza en la infancia y termina en la adultez.

Tiedeman (Rivas, 1988:110), plantea que los individuos toman una serie de decisiones previas, diversas, antes de tomar la decisión definitiva sobre la elección de un estudio u ocupación, sobre la base del concepto de sí mismo.

En este enfoque se plantean bases o etapas que enlazan las conductas de los individuos unas con otras a lo largo de su vida, que son (Rivas, 1988:148):

#### 1° “Crecimiento

Abarca desde los primeros años hasta los 14. El concepto de sí mismo se va consolidando a través de identificaciones ambientales significativas que toma de su medio. En el terreno vocacional, los intereses y las capacidades van confrontándose paulatinamente con la realidad del entorno, en especial con el escolar.

#### 2° Exploración

Se extiende a lo largo de la adolescencia y primera juventud (de los 15 a los 24 años). Se procede desde el autoexamen, a la búsqueda de información vocacional, al análisis de roles profesionales y actividades vocacionales adecuadas para sí mismos.

### 3° Establecimiento o afirmación

Se extiende de los 25 años a los 44, es ya una etapa de plena madurez. Se trata de conductas adaptativas de eficiencia o establecimiento de carrera.

### 4° Mantenimiento

De los 45 a los 65 años. Se conoce bien el techo y las posibilidades de la carrera, ya existen pocas dudas al respecto y por ello, según haya sido la andadura, aparecen temores de encasillamiento, puesta al día, competencia con otros; esos sentimientos pueden ser fuente de infelicidad y desadaptación. De los 60 a los 65 años se acentúa como transición una desaceleración concentrándose en lo que se conoce como fuente de seguridad y se evita todo lo demás.

### 5° Declive

El retiro está cerca y el tipo de actividad varía, se prepara aflojando el ritmo y finalmente abandona la actividad laboral reglada.”

Francisco Rivas señala que la Psicología Vocacional ha pasado de la elección ocupacional al desarrollo vocacional, es decir, ya no es necesario que el individuo espere a llegar adolescencia o juventud para elegir su profesión sino que a lo largo de su vida tomará decisiones que lo lleven a la elección; la aproximación estática de la adecuación o ajuste ha sido reemplazada por un enfoque evolutivo más dinámico, pues éste introduce la dimensión temporal en el asesoramiento y a la posibilidad de que todos los cambios de la conducta, sea vocacional, personal o social, puedan ocurrir a lo largo de esa dimensión continua, que es la vida del individuo.

Rivas menciona que una de las aportaciones que ha dado la Psicología Vocacional es el establecimiento de una serie de períodos

evolutivos con conductas vocacionales diferenciales según la edad de los individuos. (Rivas, 1988: 110.)

El conocimiento de la evolución de la conducta vocacional permite la anticipación e intervención en el proceso de asesoramiento, dotando de actividades, conductas e informaciones apropiadas para la situación vocacional del sujeto.

Se postula la existencia de cuatro grandes factores o macro-variables que están presentes en la elección vocacional: (Rivas, 1988: 110)

- a) “Factor de la realidad, responsable de que el individuo responda a las presiones de su ambiente tomando decisiones con consecuencias vocacionales.
- b) Proceso educativo, o influencia que tiene la tasa y calidad de educación que un individuo posee, facilitando o dificultando la flexibilidad y la pluralidad de opciones vocacionales disponibles.
- c) Factores psicoemocionales, presentes en las respuestas que la personas dan a sus ambientes vocacionales.
- d) Valores individuales, que influirán en la calidad de las elecciones vocacionales según los valores asociados a cada ocupación.

Pero como ya se ha mencionado antes, la elección ocupacional es un proceso evolutivo o gradual, que se va tomando respecto a otras decisiones y no se da de manera espontanea ni es una decisión aislada. Cada paso en el proceso tiene unas relaciones específicas con aquel que le precede y los que le siguen”.

### **1.6.2 Aptitudes y destrezas**

Las aptitudes forman y son consideradas un conjunto de variables psicológicas que tradicionalmente han jugado un fuerte papel de condicionante para el desempeño profesional.

Todos los seres humanos nacen con una disposición innata, un potencial natural para el desarrollo de sus habilidades, denominado aptitud. La aptitud es como la materia prima que posibilita la habilidad. El desarrollo de las aptitudes, se presenta relacionado con las sucesivas experiencias que desarrolla el sujeto, en su entorno familiar, social, educativo y laboral.

Mientras que la destreza es la capacidad de realizar algo bien, con rapidez y facilidad.

## **CAPITULO II ADOLESCENCIA**

### **2.1 ADOLESCENCIA**

Enrique Dulanto (Dulanto, 1980: 143) define la adolescencia como una etapa de crisis personal intransferible en el esquema del desarrollo biopsicosocial de un ser humano. Abarca un largo periodo de la vida que comprende, por lo general, de los 10 o 12 años de edad hasta los 22. Los limitantes de esta etapa varían según las prácticas y estructuras sociales donde se gesta el proceso.

En este periodo crítico se alcanza la madurez biológica y sexual y con ello la capacidad de reproducción. También se abre la puerta a la búsqueda y consecución paulatina de la madurez emocional y social, aquella donde se asumen responsabilidades y conductas que se llevarán a la participación en el mundo adulto. A la madurez biológica se le conoce como pubertad, en tanto al largo periodo que sigue para encontrar la madurez emocional y social se le denomina adolescencia. La adolescencia es así una etapa compleja. La experiencia permite describirla como un fenómeno personal, pero a la vez claramente vinculando con sus pares, por lo que tiene también un evidente sello que la distingue como la formadora de una nueva generación. (Dulanto, 2000:143)

La capacidad de resolver conflictos instintivos, típica de la adolescencia, implica que se ha alcanzado cambios estructurales antes de la pubertad. Sólo entonces los conflictos pueden ser elaborados y también tolerados; sólo entonces es posible que las influencias yoicas, superyoicas y del ideal del yo enfrenten, modifiquen y atenúen internamente las tensiones pulsionales; estas influencias determinan la diferenciación psíquica y la madurez emocional.

El curso más o menos ordenado del desarrollo durante la latencia se trastoca cuando el niño ingresa en la adolescencia. Esto se debe a que el restablecimiento de posiciones pulsiones infantiles predomina, temporariamente, sobre el dominio de la realidad actual y la capacidad de responder de modo adaptativo a las exigencias de la vida cotidiana. El resultado es un estado de desequilibrio de la personalidad, consecuencia de ciertas etapas del desarrollo. (Blos, 1993:32)

Los adolescentes normales tienen y desarrollan cada vez mayor autoestima; ésta les proporcionan confianza y permite el desarrollo de una conducta segura, abierta y participativa con la familia y la sociedad. Además, ellos también son optimistas respecto del futuro y se proponen metas, también es común que varíen pronto de preferencia o muden de parecer en relación con lo que minutos antes deseaban llevar a cabo o con quien deseaban compartir o con aquello que decían creer. Los adolescentes con frecuencia gastan gran energía vital luchando por conseguir las actitudes o situaciones que consideran sus ideales de las que se sienten muy inciertos, todo esto es normal y compatible con la conducta impredecible de un adolescente. (Dulanto, 2000:151.)

Lo anterior debe tomarse en cuenta cuando se quiere lograr que el adolescente se interese en crear un proyecto de vida, pues será común observar que cambie constantemente sus intereses, deseos y opiniones, etc., o que no tenga idea alguna respecto a lo que quiere realizar al salir del bachillerato.

Dulanto (Dulanto, 1980: 152) propone seis puntos importantes que deben considerarse para observar el desarrollo normal del adolescente:

1. La adolescencia es una época donde el individuo se hace cada vez más consciente de sí mismo, intenta poner a prueba sus conceptos ramificados del Yo, en comparación con la realidad y trabaja gradualmente hacia la autoestabilización que caracterizará su vida adulta. Durante este periodo, el joven aprende el papel personal social que con más probabilidad se ajustará a su concepto de sí mismo, así como a su concepto de los demás.
2. La adolescencia es una época de búsqueda de estatus como individuo, la sumisión infantil tiende a emanciparse de la autoridad paterna y, por lo general, existe una tendencia a luchar contra aquellas relaciones en las que el adolescente queda subordinado debido a su inferioridad en edad, experiencia y habilidades. Es el periodo donde surgen y se desarrollan los intereses vocaciones y se lucha por la independencia económica.
3. La adolescencia es una etapa donde las relaciones de grupo adquieren la mayor importancia. En general, el adolescente está muy ansioso por lograr un estatus entre los de su edad y el reconocimiento de ellos, desea conformar sus acciones y valores estándar a los de sus iguales. También es la época en que surgen los intereses heterosexuales que pueden hacer complejas y conflictivas sus emociones y actividades.
4. La adolescencia es una época de desarrollo físico y crecimiento que sigue un patrón común a la especie, pero también es idiosincrásica del individuo. En esta etapa se producen rápidos los cambios corporales, se revisan los patrones motores habituales y la imagen del cuerpo. Durante este tiempo se alcanza la madurez física.

5. La adolescencia es una etapa de expansión y desarrollo intelectual, así como de experiencia académica. La persona encuentra que debe ajustarse a un creciente número de requisitos académicos e intelectuales. Se le pide que adquiera muchas habilidades y conceptos que le serán útiles en el futuro, pero que a menudo carecen de interés inmediato. Es una época en que el individuo adquiere experiencia y conocimiento en muchas áreas e interpreta su ambiente a la luz de esa experiencia.
6. La adolescencia tiende a ser una etapa de desarrollo y evaluación de valores. La búsqueda de valores de control, en torno a los cuales la persona pueda integrar su vida, se acompaña del desarrollo de los ideales propios y la aceptación de la propia persona en concordancia con dichos ideales. La adolescencia es un tiempo de conflicto entre el idealismo juvenil y la realidad.

La transición de la infancia a la adolescencia implica una serie de cambios biológicos, cognitivos y socioemocionales. Entre los cambios biológicos, podemos señalar la pubertad con su estirón, los cambios hormonales y la maduración sexual. Además durante la adolescencia temprana se producen una serie de cambios en el cerebro que permiten pensar de forma más compleja. También en este periodo se producen cambios en las pautas de sueño, y los adolescentes prefieren acostarse y levantarse más tarde. (Santrock, 2004: 18.)

Entre los cambios cognitivos que se asocian a esta transición cabe mencionar el incremento del pensamiento abstracto, idealista y lógico. Asimismo, cuando los niños se convierten en adolescentes empiezan a pensar de una forma más egocéntrica, es decir se sienten los protagonistas de la escena, únicos e invulnerables. También



adquieren mayores responsabilidades en la toma de decisiones que durante la infancia.

Entre los cambios socioemocionales que acompañan esta transición cabe mencionar un mayor deseo de independencia, el incremento de conflictos con los padres y una mayor motivación por pasar tiempo con otros chicos o chicas de la misma edad. Las conversaciones con los amigos se vuelven más íntimas y se caracterizan por una mayor implicación personal. El rendimiento escolar se convierte en algo más serio y aumentan los problemas académicos. Los cambios en la maduración sexual se asocian a un mayor interés por las citas y las relaciones de pareja.

El marcador de la transición de la adolescencia a la etapa adulta está determinado por estándares y experiencias culturales. Juventud es el término que utiliza Kenniston para referirse al periodo de transición comprendido entre la adolescencia y la edad adulta, que es un período de inestabilidad económica y personal.

El intervalo de edad aproximado de esta etapa de transición está comprendido entre los 18 y 25 años. En este punto del desarrollo, muchas personas todavía están decidiendo qué trayectoria profesional quieren seguir, cómo quieren construir su identidad y qué estilo de vida quieren adoptar.

## **2.2 PROBLEMÁTICAS DE LOS ADOLESCENTES**

Otros aspectos importantes en la vida de un adolescente son los relacionados con el desarrollo social y de la personalidad, cuestiones como la construcción de su yo y su identidad, el género, la sexualidad, el desarrollo moral y la motivación de logro.

La sexualidad se ha descrito siempre como una dimensión fundamental del desarrollo adolescente. Durante la adolescencia los

niños y las niñas inician el camino para acabar convirtiéndose en hombres y mujeres.

Identidad vs confusión de la identidad es el quinto estadio psicosocial de Erickson, que se suele experimentar durante la adolescencia. En este estadio, la persona se enfrenta al descubrimiento de quién es, qué hace en la vida y hacia dónde va. (Santrock, 2004:19)

Erickson considera que los adolescentes se enfrentan a una gran cantidad de elecciones y en algún momento de su juventud entran en el periodo de moratoria psicológica. Durante esta moratoria se experimentan distintos roles y personalidades hasta que alcanzan un sentido del yo estable.

Para este autor, la identidad es un autorretrato compuesto por muchas piezas, entre las que incluye: (Santrock, 2004: 19)

- “La carrera y trayectoria profesional que quiere seguir la persona (identidad vocacional/profesional)
- Si la persona es conservadora, liberal o se encuentra entre estas dos tendencias (identidad política).
- Las creencias espirituales (identidad religiosa).
- Si la persona está solera, casada, divorciada o similares (estado relacional)
- La medida en que la persona está motivada hacia el logro y tiene intereses intelectuales (logro rendimiento, identidad intelectual).
- Si la persona es heterosexual, homosexual o bisexual (identidad sexual).

- De qué parte del mundo o del país es la persona y en qué medida se identifica con su herencia cultural (identidad cultural/étnica).
- El tipo de cosas que le gusta hacer, como por ejemplo deportes, la música y otras aficiones (intereses).
- Las características de personalidad del individuo (como ser introvertido o extrovertido, nervioso o tranquilo, afable u hostil, etc.)(Personalidad).
- La imagen corporal de la personal (identidad física)”.

Las decisiones que se toman durante esta etapa de la vida no son definitivas, ya que como se ha mencionado antes los adolescentes están experimentando, por lo que las decisiones son flexibles y van cambiando conforme a las experiencias propias o ajenas, positivas o negativas de los adolescentes.

Los problemas a los que los adolescentes se enfrentan son muchos y muy variados, ya que como se ha mencionado antes en esta etapa hay cambios físicos, cognitivos, socioemocionales, etc.

Dentro de los cambios que más preocupan a los adolescentes suelen ser los siguientes: “en las chicas la aparición de su primera menstruación y el desarrollo mamario. Los chicos a su vez, también se sienten preocupados por el modo en que son vistos por los demás: cambio de voz, la aparición del vello facial o el aumento de la masa muscular suelen ser motivo de frustración o de orgullo al establecer comparaciones con el grupo de iguales”. (Bermejo, 2007:55)

Una mayoría de los jóvenes tiene un autoconcepto negativo, con rasgos negativos tales como ser consumistas, pensar sólo en el presente, ser rebeldes y egoístas, y tener poco sentido del deber. Se

trata de una juventud que se valora poco y tiene una baja autoestima relativa.

Cuando existe una insuficiencia de oportunidades de participación y falta de recursos, los jóvenes pueden desarrollar actitudes negativas de tipo violento que median en delincuencia, consumo de drogas y otras conductas de riesgo para sí mismo y para los demás. El bienestar de los jóvenes depende del logro de sus objetivos evolutivos propios.

El adolescente es excesivamente susceptible al fracaso debido a su inestabilidad emocional y a su constante preocupación por su progreso y su autoafirmación. Sus sentimientos son ambivalentes en relación con sus padres y maestros, puesto que, anhelando ya liberarse de su tutela.

Los adolescentes intentan resolver el problema del rol que juegan para los otros y lo que sienten hacia sí mismos. Por lo que en ocasiones se hacen miembros de pandillas o de algún grupo que es minoría, ya que están en un proceso de formación e integración. Su agresividad u hostilidad son resultado del mundo hostil en el que están inmersos pero que al mismo tiempo los suprime y es autoritario con ellos.

Marina Müller (Müller, 2006:82) menciona que dentro de la problemática vocacional el adolescente quiere estudiar al mismo tiempo muchas carreras y aún no logra decidirse cuál de ellas elegir, quiere hacer descubrimientos para la ciencia y que ayuden a resolver los problemas de la humanidad.

También durante esta etapa se enfrentan a la dificultad de construir su personalidad y de crearse un criterio propio que no esté

Fundamentado en las opiniones de los otros y en muchos casos esto provoca fuertes enfrentamientos con su núcleo familiar.

Por otra parte Marina Müller (Müller, 2006:85) menciona que cuando se alcanza la madurez las personalidades sanas, lograrían:

- Percepción de la realidad: juicios objetivos, con mínimas distorsiones o con posibilidad de corregirlas.
- Aceptación de sí mismos y de los otros, de la realidad. Logran aceptarse tal como son, con sus aspectos positivos y negativos, y de igual manera aceptan a los demás y el entorno en que los rodea.
- Autonomía, independencia de su propio medio ambiente. Toman decisiones de acuerdo a su criterio dejando de lado las opiniones de los demás.
- Aptitud para aprender. Aprenden de sus experiencias tanto positivas como negativas, se sienten motivados para iniciar o aprender cosas nuevas.
- Relaciones interpersonales profundas. Dejan de amarse a sí mismos, y son capaces de amar a los demás, de mostrar empatía y solidaridad.
- Criterio ético e ideológico definido. Tienen su propia forma de ver la vida y analizar situaciones importantes que se van presentado, además de que se es capaz de respetar las opiniones de los demás.
- Resistencia a la “enculturación”. No se involucran en luchas que para ellos no tienen sentido, pero pueden integrarse a luchas sociales que consideren justas.

Por lo anterior se puede resumir que el adulto sano, es decir cuando ha dejado de ser adolescente para dar paso a la madurez, es un ser

capaz de no sólo preocuparse por sí mismo sino también por los demás, de respetar sus opiniones y convicciones pero de igual manera respeta las de sus semejantes, es capaz de amar y de amarse, puede asumir responsabilidades, etc., por lo que es importante guiar al adolescente de tal manera que pueda alcanzar la madurez.

Francisco Rivas (Rivas, 1988:138) menciona que en la adolescencia hay cuatro elementos que hay que combinar para que el individuo pueda lograr el ajuste vocacional:

- Probar la realidad,
- Desarrollo de una perspectiva adecuada del tiempo,
- Habilidad para aplazar las gratificaciones, y
- Capacidad para aceptar y actualizar los compromisos de planes vocacionales.

Si estos aspectos no se desarrollan de manera satisfactoria, el ajuste vocacional no será enteramente efectivo.

### **2.3 ADOLESCENCIA Y FAMILIA**

Por familia se entiende a un grupo humano unido por lazos de consanguinidad o sin ellos, que reunidos en lo que se considera su hogar, se intercambia afecto, valores y se otorga mutua protección, es decir que la familia no se limita a la interacción entre los padres y los jóvenes dentro de un grupo.

Dulanto (Dulanto, 1980:239) menciona que la familia se puede considerar como una especie de unidad de intercambio. Los valores que se intercambian son el amor y los bienes materiales. Estos valores influyen en todas direcciones dentro de la esfera familiar. Lo

familiar tiene una raíz de naturaleza biológica que se transforma movido por el impulso de subsistir y de superación humana. En este sentido, la familia figura como un espacio vital de intimidad donde las personas pretenden conjugar su identidad personal con su expresión emotiva y afectiva. “La familia tiene al mismo tiempo, una naturaleza dual de carácter social, público y privado: condensa en su seno a la sociedad entera y se muestra hacia el exterior de sí misma como una institución clave en la operación social”. (Dulanto, 2000: 239.)

Dicho de otro modo la familia es el centro primario de la socialización infantil y juvenil, es decir, la familia es el primer grupo social al que pertenece el individuo, es aquí donde éste aprende las principales reglas de comportamiento y formas de relacionarse con otros.

La familia es un centro de transmisión y formación de los valores éticos, culturales y religiosos que profesa por convicción o por aceptación cultural y reglamentada a su vez por un marco jurídico gobernante llamado Estado.

La riqueza y la fuerza social de la familia son producto de sus convicciones y de la libertad para actuar dentro de un marco de identidad cultural. Esta riqueza se multiplica cada vez que se forma un nuevo hogar, ya que se ponen en acción, como cimiento, dos diferentes experiencias: las obtenidas de la familia de origen y la de los fundadores de la nueva familia. Las múltiples vinculaciones que se dan establecen pautas de conducta social y valores percibidos como propios, vigentes y como constituyentes de una fuerza que da sentido al comportamiento familiar. La interacción de la familia y la sociedad es un proceso complejo y muy dinámico. Se desarrolla en un campo transferencial de diversas experiencias que al menos, en buena parte, se da en libertad. (Dulanto, 2000:241.)

La tarea fundamental, es favorecer, estimular y apoyar el desarrollo psicosocial de cada uno de sus miembros, en particular el de los niños y jóvenes. Por lo que Dulanto propone que en la familia deben realizarse seis actividades básicas hasta el final de la adolescencia (entre los 22 y 24 años de edad). Estas son (Dulanto1980:244)

1. “La actitud reverente (desde que se nace hasta los 15 meses de edad). Conduce a tener confianza y amor a la vida.
2. La actitud juiciosa (entre los 18 y los 36 meses de edad). Desarrolla la capacidad de conocer, tener iniciativa y el deseo de libertad.
3. La actitud moral (entre los 36 y 68 meses de edad). Lleva a la invención, realizar empresas adecuadas a su edad, reconocer y evaluar iniciativas, jugar y desarrollar el amor a la libertad. Es la etapa vital en el desarrollo de la normatividad.
4. La actitud técnica (entre los 6 y 15 años de edad). Durante ella crece el sentido de ser útil; se desarrollan actitudes e intereses, los cuales se ejercitan y se llega a dominarlos, por lo cual se aprende así a sentirse satisfecho. También aparecen sentimientos de incompetencia o frustración. Finalmente, en esta etapa se aprende a ser responsable de los actos.
5. La actitud ideológica (entre los 6 y 16 años de edad). Facilita y promueve el conocimiento y el ejercicio mismo y ante los demás; desarrolla la capacidad de juicio y propicia el actuar de sí mismo a la vez que se ensayará la vida con los pares.
6. La actitud interpersonal (entre los 13 y 24 años de edad). Esta corona el aprendizaje de vivir; ella impone y obliga a salirse de sí mismo, dejando los egoísmos infantiles; desarrolla la capacidad de amar y participar, otorgando y recibiendo afecto,



permite comprometerse con lo universal, y abrazar ideas e ideologías. Inicia la definición y construcción de proyecto de vida personal; desarrolla la responsabilidad con la propia existencia y con los demás”.

La economía familiar influye directamente sobre la posibilidad de continuar o no con los estudios académicos de los hijos, y en términos de ingresar postergar la entrada de los mismos al mundo laboral.

Según Francisco Rivas, entre las variables mejor conocidas del reflejo del estatus socioeconómico familiar, figura el nivel educativo de los padres. Tradicionalmente ha sido el nivel educativo del padre el que más influencia tiene sobre la conducta vocacional de los hijos.

También debe considerarse a la familia como un condicionante para establecer la carrera que han de elegir los hijos, ya que existen familias que son consideradas tradicionalistas y que imponen a los adolescentes a estudiar y por ende a ejercer la misma profesión que los padres. Esto también puede afectar, en algunos casos, a las mujeres pues aunque no es algo cotidiano, no deja de suceder en nuestro país, no se les permite estudiar y se les obliga a contraer matrimonio con parejas arregladas con mucha anterioridad.

Al no haber familia, puede haber dos dificultades, la primera es que el adolescente no tiene quién lo apoye en la continuidad de sus estudios o que sean un respaldo en caso de que los planes no se realicen de la manera planeada; por otro lado, al no contar con una familia, el adolescente puede tomar decisiones más libres y en ocasiones son más egoístas ya que no hay personas a las que afectar.

## 2.4 EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR EN MÉXICO

El tema de los antecedentes de la Educación Media Superior es necesario cuando nos compete el tema del proyecto de vida en los jóvenes porque es indispensable conocer el contexto educativo en el que se desarrollan, pues las diferentes instituciones de nivel básico ofrecen ofertas variadas que satisfacen las demandas de quienes ingresan a ellas, ya sea como educación terminal con carrera técnica o de preparación para el nivel superior.

Se debe tomar en cuenta que el bachillerato tiene un nivel de educación elemental como antecedente, y que su posición en el sistema es propedéutico, es decir, que prepara a los adolescentes para su paso a la educación superior, en donde se le dan los elementos necesarios para que pueda desempeñarse adecuadamente en el siguiente nivel, no sólo académicamente sino también de manera social.

Hay que considerar diversos aspectos sociales, políticos y educativos que están relacionados con la concepción de un sistema educativo. En primer lugar, existe la necesidad de explorar en el desarrollo de las ciencias de la educación para ver en qué punto se generan las disciplinas y las estructuras necesarias para definir la posición de esta institución en el sistema actual, por lo que es necesario examinar también el currículo y cómo éste es un reflejo de la sociedad en la que se dieron estos fenómenos. “Se debe comprender las mutaciones que sufre, tanto por los cambios sociales, como por el desarrollo de las ciencias y de las humanidades. Se tiene que observar la relación de la educación con el Estado para comprender cómo a partir del siglo XIX se empieza a configurar esta nueva idea del bachiller”. (Castrejón, 1985: 24)

La historia de la Educación Media Superior en México debe estudiarse considerando los cambios sociales y también los pedagógicos que han dado por influencia de sistemas educativos de otros países.

La primera parte considera que el sistema educativo en México se ve influenciado por la situación educativa que se vivía en España en el siglo XVI. Se adaptan las ideas educativas de España a México, comenzando por la evangelización y la castellanización que era tarea principal de los misioneros llegados a nuestro país, de este modo surgen los colegios y las universidades cuyo principal objetivo era formar sacerdotes necesarios para la misión evangelizadora.

En la segunda etapa, con el país independiente se buscaba un modelo de vida que respondiera ideológicamente a las nuevas expectativas, pues había que crear un país de acuerdo a las ideas de quienes en ese momento gobernaban; aparece entonces la alianza de una ideología política con una filosofía educativa; ésta fue la conjunción de los intereses de los liberales con el positivismo.

En la tercera etapa, durante el Porfiriato, se intentaba establecer un sistema educativo nacional y para ello hubo grandes luchas principalmente ideológicas; la pugna entre la iglesia y las instituciones liberales se hacía cada vez más difícil. Después con Justo Sierra crece y se logra establecer el Ministerio de Instrucción Pública durante el porfiriato. La evolución del positivismo mantuvo su posición y la Escuela Nacional Preparatoria reafirmó su fuerza.

Después de la revolución, se retomó la idea de un sistema educativo nacional, que por fin se logró con la creación de la Secretaria de Educación Pública y la cruzada nacional de José Vasconcelos. Al desarrollarse el sistema, se empieza el proceso de diversificación, aparece la idea de educación politécnica, de la tecnología en todas

sus variaciones y los colegios de los estados se convirtieron en universidades autónomas. (Castrejón, 1985:119)

Actualmente hablar de Educación Media Superior en México se está considerando como aquel nivel educativo que atiende a un grupo de personas de edad específica y como un nivel de enlace.

En los últimos años la educación ha tomado suma importancia tanto para el acceso a la ciencia, las humanidades y las profesiones, como para el fortalecimiento del sistema cultural y más recientemente, en el aspecto económico, ya que se ha dado una estrecha relación entre la escolaridad y el nivel socioeconómico de los individuos, es decir, que a mayor escolaridad mayor será el status que se tenga en la sociedad.

Este nivel educativo ha tenido dos características que han sido producto de una política educativa que responde a la presión social; estas son: la expansión y la diversificación. Esta política ha sido influida por tres tendencias: la modernización, la presión demográfica y el papel central que ha tomado en nuestro tiempo la ciencia y la tecnología. (Castrejón, 1985:176)

Debido a diferentes circunstancias sociales y económicas del país se crean las instituciones de bachillerato terminal con el propósito de vincular la educación con el empleo; de estas instituciones existen dos versiones: El Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP) y la de la Dirección General de Educación Técnica Industrial (DGETI) en su versión terminal; con ello se acepta el concepto de que el bachillerato debe ser considerado como un ciclo propedéutico y terminal; para que estos objetivos teóricos se logren, se concibe la idea de las salidas laterales. Esto es, que al mismo tiempo que se cumplían los requisitos para un bachillerato, se podría

llevar a cabo un curso técnico que ofreciera la opción de un diploma en una línea terminal.

Uno de los aspectos educativos centrales de la educación media superior es la orientación educativa pues es en ésta etapa en la que los jóvenes deciden el camino que seguirán sus vidas y la profesión en la que se desempeñaran. Esta actividad ha sido una de las preocupaciones más reiteradas en diferentes momentos de la historia de la educación media superior de tal forma que se creó, en los años ochenta, el Sistema Nacional de Orientación Educativa que en esta década se transformó en el Sistema de Orientación Educativa (SOE).

Este sistema ha estimulado la realización de un gran número de actividades de orientación vocacional o educativa en diversos planteles. Uno de los objetivos fundamentales de SOE ha sido utilizar a esta actividad para reorientar la demanda de ingreso a la educación media superior y a la educación superior. Para que la orientación educativa sea efectiva es importante considerar los siguientes aspectos: no se orienta al futuro sino que responde a problemas a corto plazo; los estudiantes no reciben el apoyo requerido en su tránsito de un nivel educativo a otro y de la educación al empleo; la orientación educativa se enfoca y se ha desarrollado en y de acuerdo con la problemática que plantea la educación para vida y no durante toda la vida. (Castrejón, 2000:106)

## **CAPITULO III PROYECTO DE VIDA**

### **3.1 LOS JÓVENES ACTUALMENTE**

La sociedad ha sufrido muchas modificaciones y en el 2012 podemos observar que los jóvenes aprenden mucho más rápido el manejo de la tecnología y esto ha provocado que las relaciones se vuelvan más impersonales, los jóvenes están más atentos a las redes sociales y al internet que a relacionarse con sus iguales.

Por lo anterior no es difícil deducir que si los jóvenes no se relacionan con otros jóvenes, la población joven comenzará a disminuir y, México se convertirá en un país con personas de la tercera edad en su población; según los datos del Consejo Nacional de Población (CONAPO), hasta el día de hoy se ha mantenido una tendencia positiva en la cantidad de jóvenes que habitan en el país, pero ésta tendencia comenzará a revertirse en el 2012 y aproximadamente 18 años después, es decir para 2030, se tendrán cerca de 3 millones de jóvenes menos de los que había en el año 2000. (CONAPO 2012:10)

Durante mi investigación dentro del Bachillerato General “Lic. Jesús Reyes Heróles”, pude observar que los jóvenes se adaptaron más rápido a la mayor carga de trabajo y a las diferentes problemáticas que enfrenta la sociedad como, la falta de ofertas de empleo, embarazos a temprana edad o no deseados, alcoholismo, drogadicción, conflictos con las diferentes tribus urbanas, homosexualidad, etc.

Un fenómeno que ha crecido rápidamente en los últimos años es el surgimiento de la tribu urbana de “los reguetoneros”, que se caracterizan por escuchar música con letras ofensivas y utilizar ropa provocativa en las mujeres y holgada en los hombres; en la mayoría

de estos jóvenes se observa un desinterés en las cuestiones de su entorno familiar, social y escolar. Sin embargo, no podemos generalizar, también hay jóvenes que a pesar de pertenecer a éste grupo social están interesados en su desarrollo intelectual y también en el social.

Los retos que enfrenta hoy en día nuestro país exigen jóvenes con mejores y más habilidades, pero sobretodo con una mayor cantidad de conocimientos. Por esta razón, es indispensable incrementar la matrícula en el nivel de educación profesional. “Actualmente, sólo 15 de cada 100 jóvenes se encuentra cursando una licenciatura, pero si se hace referencia a los grados posteriores la cifra disminuye considerablemente, ya que sólo 1 de cada 100 jóvenes cursa una maestría y 2 de cada 1,000 cursa estudios de doctorado”. (Instituto Mexicano de la juventud, 2008:13)

Con los datos anteriores podemos darnos cuenta que es necesario garantizar a los jóvenes su ingreso a la educación superior y mejores condiciones para la continuidad en estudios especializados; sin embargo, la tarea no sólo consiste en garantizar lo anterior sino también la calidad de la educación que van a recibir y que ésta responda a la demanda laboral.

Otra cuestión importante es la deserción escolar y que sin duda está presente en la sociedad mexicana, ésta se presenta en mayor cantidad en la educación media superior, cuando los jóvenes tienen alrededor de 16 años, lo cual significa que no concluyen la educación básica, pues es en ésta etapa en la que los adolescentes son más rebeldes y ya no pueden ser obligados por los padres a continuar con los estudios.

A pesar de que se puede afirmar que la cobertura de académica está casi cubierta, debemos solucionar al mismo tiempo el problema de

desinterés y apatía en los jóvenes y, que revaloren la escuela, el tiempo y los recursos que invierten en ella, así como hacerles notar que los beneficios que obtendrán a mediano y largo plazo, no sólo en lo económico sino también en su desarrollo personal y en una mayor cohesión social. Para intentar solucionar este problema el gobierno ha implementado becas de apoyo a estudiantes, pero esto no soluciona del todo el problema, por lo que es importante buscar nuevas y mejores soluciones.

Después de la formación educativa, el trabajo es el medio por el que los jóvenes adquieren conocimientos y experiencias que les permiten complementar una formación integral. A pesar de ello, es necesario reconocer que aún existe un serio problema de desempleo en nuestro país derivado del rezago educativo y de un desequilibrio entre la oferta de trabajo y la demanda del mismo.

Debemos reconocer que es muy difícil que los jóvenes tengan acceso al primer empleo, y que éste es de suma importancia por la experiencia que se adquiere, pero en ocasiones los empleadores no contratan a los recién egresados por falta de experiencia, por lo que viene siendo una contradicción bastante absurda. Es necesario que se implementen iniciativas gubernamentales que permitan que los jóvenes tengan acceso a su primer empleo.

Por otra parte, es importante que no perdamos de vista que el verdadero problema no es que no existan ofertas de trabajo, sino que los empleos que hay son mal pagados y exigen que se labore tiempo completo, lo que imposibilita que los jóvenes sigan preparándose académicamente.

En conclusión, la juventud actual está enfrentando problemas serios en cuanto al desarrollo profesional y oportunidades para que puedan continuar con sus estudios, por ello se hace más importante que los



jóvenes construyan un proyecto de vida ordenado que tome en cuenta todos estos factores y que al mismo tiempo pueda darles alternativas ante estas problemáticas.

### **3.2 PROYECTO DE VIDA**

De los cinco acontecimientos que se considera que marcan la transición a la independencia asociada con la juventud: 1) el final de la escolarización, 2) el trabajo y la independencia económica, 3) vivir independientemente de la familia, 4) el matrimonio, 5) la paternidad; el nivel educativo es el hecho que más probablemente influirá en los planes del individuo y el momento en que tengan lugar los otros acontecimientos. Específicamente, las aspiraciones y expectativas de los jóvenes sobre su nivel educativo a lograr predicen el momento y la secuencia en que los otros acontecimientos (trabajo, matrimonio, paternidad) ocurren. Los jóvenes con aspiraciones educativas más altas suelen experimentar los otros acontecimientos a una edad más tardía que los jóvenes que esperan acabar su educación en la secundaria o antes. (Schaie, 2003:34)

En el bachillerato, el adolescente tomará decisiones que impactarán en el desarrollo de su vida, ya sea continuar estudiando o no, y dentro de estas dos opciones también se encuentra lo que estudiará, si trabajará, se casará; es en torno a varios cuestionamientos que el adolescente planeará su vida; sin embargo, existen muchos otros que no realizarán dicho proyecto de vida y se irán manejando de acuerdo a las oportunidades que se les presenten.

Erikson introdujo el concepto de crisis de identidad para describir el período, en el cual transcurre en la adolescencia, en el que individuo en desarrollo debe integrar nuevas habilidades, sentimientos, roles y una nueva apariencia física en su identidad, diferente a la del niño.

La búsqueda de la identidad es un proceso que dura toda la vida, no un estadio o fase delimitada. Se postulan cuatro categorías:

Logro de Identidad: Después de una crisis en la cual ha gastado energías buscando opciones ahora manifiesta gran decisión.

Exclusión: toma decisiones pero en lugar de soportar crisis de identidad ha aceptado asumir los planes de otras personas.

Difusión de identidad: Evita a toda costa el compromiso. Es como un barco mecido por las aguas.

Moratoria: está aún en crisis: Se dirige al compromiso.

El logro de la identidad vocacional quizá ocurra un poco antes que en otros dominios. El que ha llegado al logro de la identidad, ha explorado múltiples alternativas respecto a la identidad y ha desarrollado algunos compromisos firmes en cuanto metas, valores y creencias. La persona con identidad hipotecada nunca ha considerado seriamente alternativas aunque ha hecho algunos compromisos respecto a su identidad. Ambos estados, el del logro de identidad y la identidad hipotecada, representan estados de compromiso que implican la fidelidad y claridad acerca de las propias creencias.

Una persona en el estado de moratoria está buscando activamente alternativas en un intento por llegar a algunos compromisos. Esto implica un estado de exploración y de lucha interior; el individuo no ha alcanzado todavía el nivel de compromiso característico del que ha logrado la identidad. La persona con el estado de identidad difusa no ha adquirido ningún compromiso firme y no busca uno seriamente. La identidad difusa es un estado de indiferencia en el que falta el sentido de identidad y no se busca.

Cualquier decisión que implique riesgo, y en área vocacional, es preciso disponer de la suficiente madurez como para tolerar un cierto grado de ambigüedad y apaciguar la ansiedad de su propia percepción, mediante ajustes a la realidad y no recurrir a mecanismos de distorsión de las experiencias. (Rivas, 1988:60)

Esas decisiones cruciales de los años de adolescencia son tan necesarias como agotadoras. Crecer significa responsabilizarse de las elecciones que hacemos, y esto puede suponer todo un desafío. El proceso de tomar decisiones puede generar una elevada ansiedad y una baja autoestima cuando una persona adolescente cree que todos los que la rodean han planificado mejor su vida. Esto puede llevarle a tomar una incómoda serie de decisiones, que se reformulan rápidamente, dado que ninguna de ellas parece ser la correcta.

El desarrollo vocacional lleva a la autonomía y al compromiso personal, ya que el individuo comienza a hacerse responsable de sí mismo, alcanza objetivos y se fija otros de mayor reto y riesgo. También se conoce como etapa de cristalización o especificación vocacional a la forma concreta de dar realidad profesional a esa carrera vocacional, aspecto éste, por lo general esbozado, al final e incluso posteriormente a la estancia en la universidad o la carrera.

La elección es atributo de seres libres. Pero ello no implica que sea tarea fácil ni en muchas ocasiones placentera. Contando con que el estudiante tiene una experiencia de sí mismo y del entorno vocacional limitada, es comprensible que busque apoyos para la toma de decisiones vocacionales.

Dado el hecho de que las aspiraciones educativas a menudo tienen un impacto en el momento y la secuencia en que los jóvenes asumen otros roles, ha habido un interés considerable en los factores que influyen en las expectativas de un joven. Los estudios sugieren que la

familia desempeña un papel crucial en determinar las aspiraciones educativas del individuo. El nivel educativo y las ocupaciones de los propios padres ciertamente tienen un impacto en las aspiraciones educativas de los hijos; las creencias de ambos padres sobre los papeles de género influyen en las expectativas educativas y laborales de sus hijas. Los padres con creencias más igualitarias sobre los roles de género, esperaban que sus hijas tuvieran más tiempo de escolarización y que dejarán el hogar antes del matrimonio. (Schaie, 2003:35)

Algunos jóvenes se enfrentan al conflicto de lo que sus padres quieren para ellos, incluso cuando les dicen que es una decisión propia de los jóvenes, en el fondo sí les importa y se sienten atrapados por aquella opción que saben que a sus padres les gustaría que tomaran. Es posible que se preocupen porque las esperanzas de sus padres no encajan con las propias, o que estén tan acostumbrados a seguir las pautas de pensamiento de sus padres que aún no sean capaces de definir lo que quieren.

Siendo como es, mucho más que una fase transitoria, la incapacidad de tomar decisiones puede frenar en gran medida el desarrollo. Al ser incapaces de identificar cuáles son sus intereses y definir objetivos o comprometerse con algún plan, muchos adolescentes se desasocian del proceso por completo. Pueden convertirse en personas apáticas. Pueden optar por la adopción de un optimismo simplista.

Terri Apter (Apter, 2004:102) propone que un joven debe considerar lo siguiente para la toma de decisiones:

1. “Un modelo correcto de toma de decisiones debería fundamentarse en el presente y ser flexible respecto al futuro. Cuando se consigue adaptar en cierto grado el deseo a la realidad (lo que uno quiere hacer y lo que puede hacer), el

siguiente paso es el meditar en la variedad de posibilidades que se ajusten a ese conjunto, es decir, hay que tomar en cuenta las diversas opciones que surgen a partir de otras y que no están presentes en el futuro inmediato.

2. La imaginación es tan importante como la estructura y la lógica. Se puede animar a los jóvenes a visualizar su futuro en diversos momentos. Hay que advertir con cuál se siente más identificados, sí con el futuro cercano, o con el más distante. Hay que procurar que visualicen el futuro de acuerdo a las decisiones que van tomando.
3. Los padres y los profesores pueden trabajar con los adolescentes para ayudarles a mantener sus preferencias y elecciones. Dejar a un lado las cuestiones sobre la carrera y el futuro, y preguntarles qué le gusta y qué no de lo que está estudiando ahora, o de su trabajo actual. Animarlos a considerar las cosas que admira de las vidas de las personas a las que conoce. Estas reflexiones harán que destaquen sus intereses y preferencias, que pueden entonces relacionarse con sus elecciones presentes, y con los consiguientes senderos que se abran en el futuro.
4. Los padres deberían plantearse hasta qué punto están abiertos, sinceramente, a lo que quiera hacer su hijo/ hija. Los padres deben considerar sus comentarios negativos para detectar en ellos señales negativas que puedan afectar las decisiones que tomen los jóvenes.
5. La buena comunicación fomenta las decisiones basadas en las preferencias y las capacidades. Esto incluye el debate sobre opciones, riesgos, implicaciones y consecuencias. Además anima a los jóvenes a identificar aquello que no pueden

controlar y aquello que sí. Puede recordarse a sí mismos, que tienen la capacidad de cambiar algunas cosas en sus vidas y que conservarán este poder aun después de haber tomado decisiones importantes”.

El tomar decisiones ayuda a los adolescentes a construir su identidad, pero este proceso debe hacerse de manera lenta y cuidadosamente, considerando todas las opciones y repercusiones tanto negativas como positivas que afectarán su futuro tanto de manera inmediata, como a largo plazo.

## CAPITULO IV METODOLOGÍA DE TRABAJO

### 4.1 METODOLOGÍA DE TRABAJO

Para poder realizar la investigación y la propuesta del curso-taller es necesario que sigamos un proceso organizado para finalizar de manera exitosa por lo que se toma como base en la metodología de Roberto Hernández Sampieri (Hernández, 2006) en la que propone una serie de pasos a considerar, y que son, como sigue:

#### PASO 1.- PLANTEAR EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

En ésta investigación el problema a resolver será contestar a la pregunta **¿cómo favorecer la construcción de un proyecto de vida en los jóvenes del Bachillerato “Jesús Reyes Heróles”?**, para lo cual será necesario la aplicación de instrumentos que nos permitan identificar dichos factores.

#### PASO 2.- ELABORAR EL MARCO TEÓRICO.

La investigación debe ser sustentada en autores que nos darán las definiciones necesarias para abordar cada uno de los temas que son importantes para entender el entorno en el que el adolescente se desenvuelve. Estos son orientación educativa, adolescencia y familia, la educación Media Superior y por último proyecto de vida.

#### PASO 3.- DEFINIR EL ALCANCE LA INVESTIGACIÓN

La investigación desarrollada es de tipo descriptiva, ya que el objetivo principal fue lograr la propuesta del curso-taller de “construcción del proyecto de vida”, el cual tiene como propósito que los adolescentes, con amplio conocimiento de su entorno y de sí mismos, puedan construir su proyecto de vida.

#### PASO 4.- SUPUESTO TEÓRICOS.

Se utilizarán los siguientes supuestos teóricos que nos permitirán sustentar los resultados de la investigación:

- Facilitar los factores que apoyan a los adolescentes en la construcción de un proyecto de vida
- Los adolescentes podrán construir su proyecto de vida de manera exitosa y madura.
- PASO 5.- CÓMO SE DESARROLLÓ EL PROYECTO

El tipo de investigación es no experimental, puesto que sólo se quiere conocer y analizar a los adolescentes para poder aplicar la propuesta del taller de proyecto de vida.

#### PASO 6.- SELECCIÓN DE MUESTRA DE LA INVESTIGACIÓN

La investigación se realizó en el Bachillerato General “Lic. Jesús Reyes Heróles”, pues como he mencionado antes, el director del Bachillerato me abrió las puertas y me ofreció las facilidades para realizar éste trabajo, ubicado en Progreso Núm. 23, Pueblo Axotla, Álvaro Obregón. CP. 01030. La escuela tiene las siguientes características: cuenta con 24 aulas y 8 academias destinadas a los profesores, así como una dirección, atención a estudiantes, biblioteca, audiovisuales, laboratorio de informática, laboratorio de física y laboratorio de biología; los materiales de construcción son tabique y loza, cuenta con un jardín y patio de recreación, canchas de fútbol, basquetbol y vóleibol, así como de una papelería y cafetería.

La selección de la muestra se realizó de manera aleatoria y voluntaria para los alumnos que estuvieran interesados en participar



en la investigación, se escogieron 21 alumnos de 3er grado del bachillerato.

#### PASO 7.- RECOLECCIÓN DE DATOS

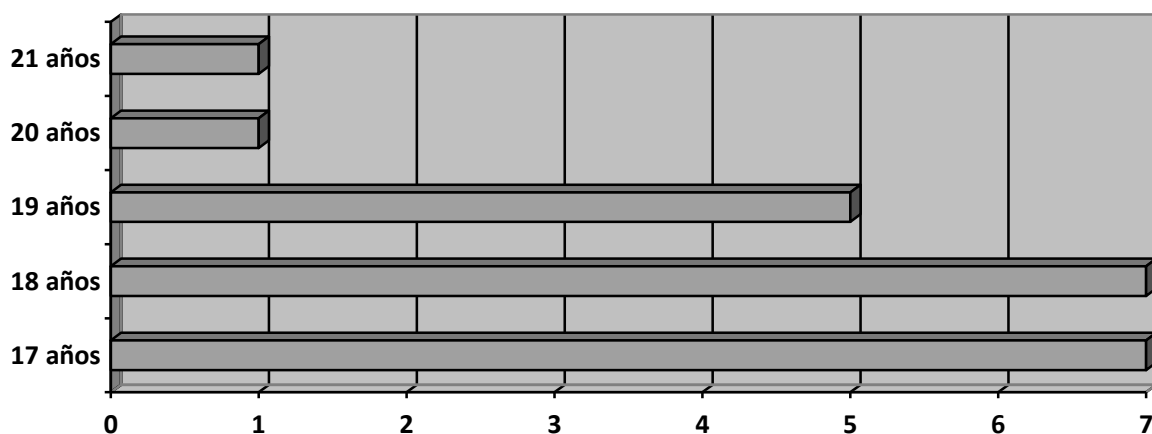
Se realizó la recolección de información mediante las resoluciones de instrumentos, que fueron realizados respecto a las inquietudes más frecuentes de los jóvenes; los alumnos los contestaron durante la presentación del proyecto (Anexo A), lo cual me permitió saber su opinión acerca del tema “tu proyecto de vida”.

#### PASO 9.- ANÁLISIS DE DATOS ARROJADOS DE LOS INSTRUMENTOS

La edad de los jóvenes, gráfica 1, a quienes se les aplicó el cuestionario son las siguientes:

**GRÁFICA 1**

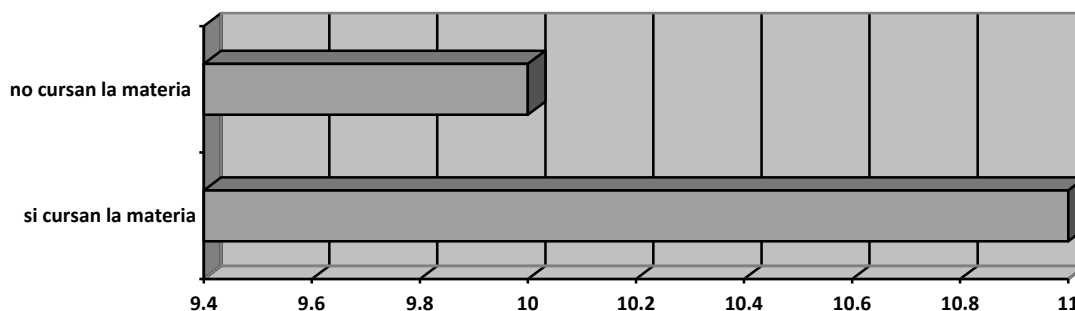
**EDAD**



Es importante para esta investigación saber si los alumnos cursan la materia de orientación, ya que sirve como base para conocer si los alumnos han tenido apoyo

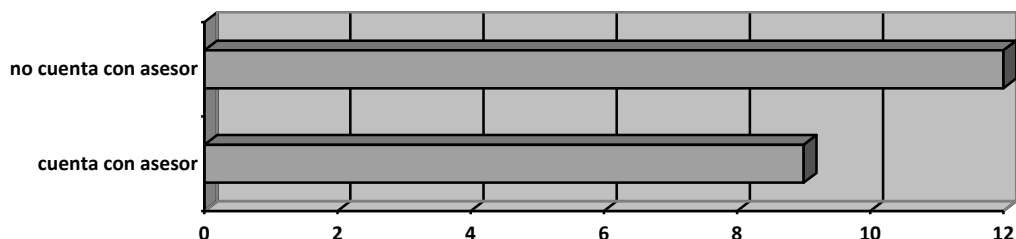
o no de su profesor de orientación o si aunque no cursan la materia, cuentan con un asesor que les ayude a la toma de decisiones o esclarecimientos de dudas.

**GRÁFICA 2**  
**DE LOS ALUMNOS QUE CURSAN**  
**LA MATERIA DE ORIENTACIÓN**



A pesar de que la mayoría, como podemos observar en la gráfica 2, de los alumnos cursan la materia de Orientación como materia, no todos cuentan con un Orientador fuera del aula de estudios, lo que a veces resulta un obstáculo para que los alumnos se acerquen a consultar sus dudas o problemáticas. En el Bachillerato “Lic. Jesús Reyes Heróles”, no todos los alumnos cuentan con un Orientador aparte de su profesor, gráfica 3.

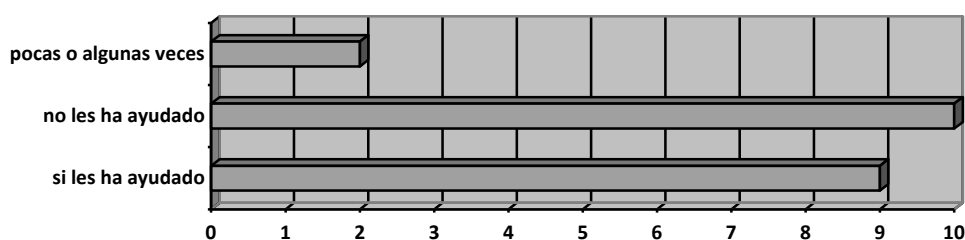
**GRÁFICA 3**  
**ALUMNOS QUE CUENTAN CON ASESOR**



Los alumnos no siempre se acercan al orientador para pedir asesoría fuera del aula de clases o para resolver los conflictos que se presentan en lo cotidiano de sus vidas, ya sea por vergüenza o porque el profesor no les permite acercarse a él. Por lo que la se les pregunto a los alumnos si el Orientador les ha ayudado a resolver problemas o dudas ya sea académicos o personales, gráfica 4.

#### GRÁFICA 4

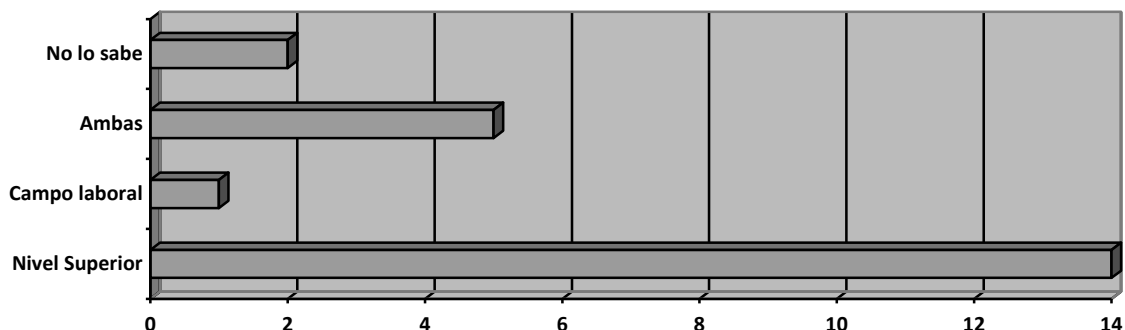
##### ALUMNOS QUE CONSULTAN A SU ASESOR



Algunos de los jóvenes, como muestra la gráfica 5, que cursan el bachillerato tienen un plan de vida, que si bien se enfrenta a diversas dificultades económicas o sociales, también deja entre ver que el joven está preocupado por el futuro. Ya sea que los jóvenes decidan insertarse en el campo laboral, continuar con sus estudios superiores o ambos, es en esta etapa de su vida que comienzan a tomar decisiones importantes y hacerse responsables de las consecuencias de éstas, ya sean negativas o positivas.

**GRÁFICA 5**

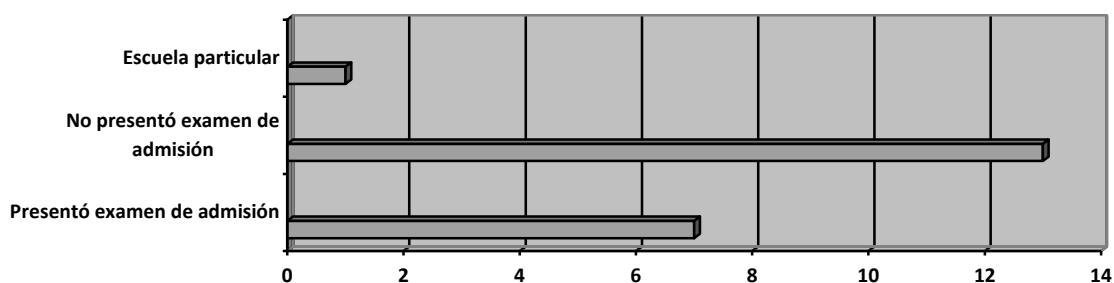
**QUÉ HARÁN LOS JOVENES AL EGRESAR DEL BACHILLERATO**



Sin embargo debe destacarse que aunque la mayoría de los jóvenes entrevistados tiene como opción continuar con su formación profesional, véase gráfica 6, no todos han realizado examen de admisión en alguna institución o inscripción en alguna escuela privada que les permita realizar dicho proyecto.

**GRÁFICA 6**

**EXAMENES DE ADMISIÓN**

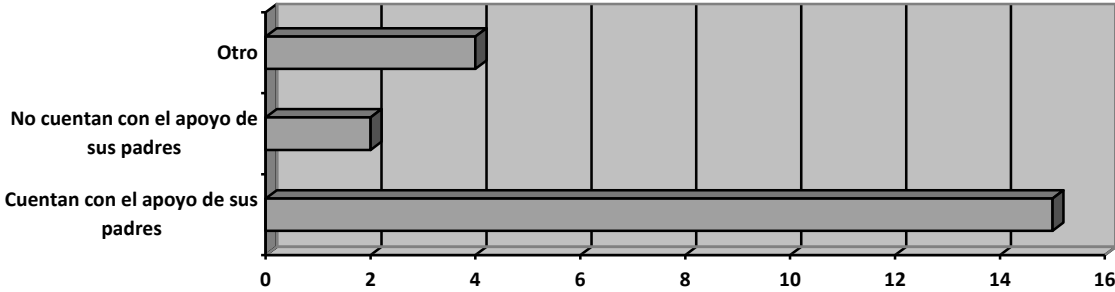


Para la toma de decisiones de los jóvenes es muy importante la opinión de sus padres, aunque en la actualidad en raras ocasiones ésta llega a influir de manera determinante, pero sirve de orientación o para darle una nueva perspectiva a lo que el joven ya había pensado. Por lo que en la siguiente grafica se muestra que la mayoría de los padres apoyan de manera significativa las decisiones tomadas

por sus hijos, aportando sólo ideas que los lleven a tomar en cuenta otras cuestiones importantes.

### GRÁFICA 7

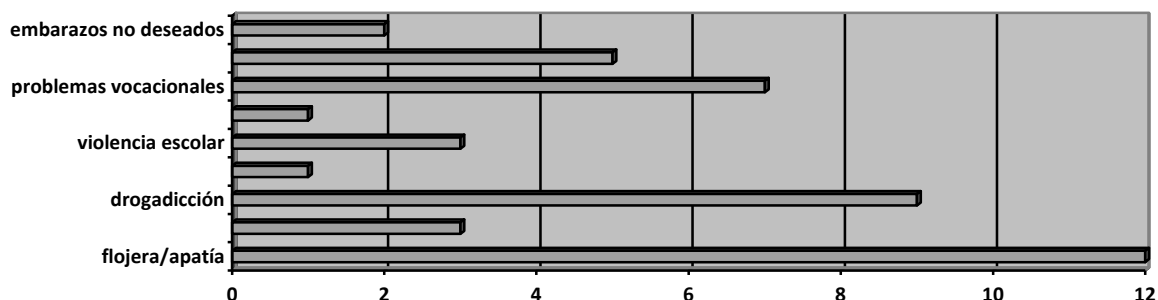
#### APOYO DE LOS PADRES



Los jóvenes, gráfica 8, son conscientes de las problemáticas que actualmente atraviesa la juventud, como por ejemplo la falta de oportunidades, el bulliyn, las adicciones, el vandalismo o pandillas, la falta de información sobre temas de su interés, la irresponsabilidad y falta de interés o apatía en las actividades que podrían ser benéficas, embarazos no deseados, enfermedades de transmisión sexual, la falta de atención por parte de los padres, la depresión o enfermedades como anorexia y bulimia, pocos espacios de formación universitaria, falta de compromiso académico, deficiente apoyo económico por parte del gobierno, etc.

## GRÁFICA 8

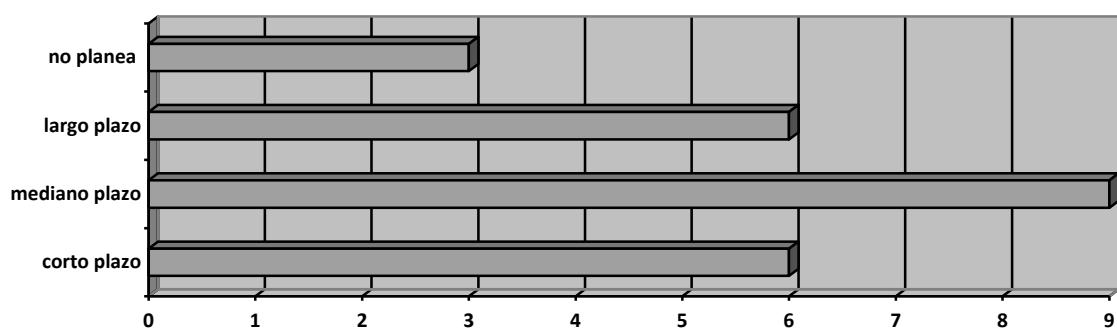
### PROBLEMATICAS DE LOS ADOLESCENTES



Los jóvenes, como observamos en la gráfica 9, planean su futuro de diferente manera y con diferente alcance de tiempo, esto es: a corto, mediano y largo plazo.

## GRÁFICA 9

### CÓMO PLANEAN LOS JÓVENES



Lo anterior no les impide que continúen construyendo su proyecto de vida, y que trabajen para realizarlo, pero es importante que durante este proceso de construcción sean orientados sobre las posibles alternativas que puede tener un proyecto, ya que si por algún motivo no puede llevarse a cabo el plan, no se sientan frustrados o desanimados en continuar.

## PROPUESTA DE CURSO-TALLER

### PRESENTACIÓN

Para realizar ésta propuesta he decidido que sea un curso porque ya que éste propone un tiempo determinado para las clases o sesiones en el que se estudiarán diferentes temas con el propósito de que los jóvenes obtengan conocimiento útil. También considero que es adecuado que sea un taller porque en él se sigue una metodología de enseñanza que combina la teoría y la práctica. Los talleres permiten el desarrollo de investigaciones y el trabajo en equipo.

El curso-taller “Construcción del proyecto de vida” considera dos puntos importantes en la vida de los adolescentes durante esta etapa y en su transición del Bachillerato General al nivel medio Superior. El primer punto es la elección de carrera, ésta es una decisión difícil para el adolescente, pues debe tomar en cuenta muchas cosas antes de tomar una decisión, ya que continua construyendo su personalidad, relaciones, intereses y aun está en proceso de conocer sus habilidades y aptitudes. El segundo punto pero igual de importante, es el de elaborar un plan de acción que tome en cuenta sus metas a corto, mediano y largo plazo, de esta manera podrá ir cumpliendo metas y compromisos que ha adquirido consigo mismo y con los demás.

El curso-taller “Construcción del proyecto de vida” está formado por catorce sesiones, con duración de dos horas cada una, en las que el alumno podrá expresar sus dudas y comentarios respecto de cada tema, ya que cada uno de estos temas es importante y es necesario reforzar para favorecer el conocimiento de cada individuo y poder elaborar su proyecto de vida.

Es recomendable el trabajo en grupos pequeños para lograr un avance satisfactorio, ya que el alumno podrá escuchar e intercambiar ideas con sus pares, favoreciendo la toma de decisiones.

El curso taller “construcción del proyecto de vida”, tiene como finalidad que todos los alumnos que cursen el último año del bachillerato y estén interesados en el

curso-taller puedan inscribirse, sin importar que estén inscritos a la materia de Orientación Educativa.

### **OBJETIVO GENERAL**

Con ayuda del proyecto “Construcción del proyecto de vida”, se pretende dar solución a las inquietudes que los alumnos del Bachillerato General “Lic. Jesús Reyes Heróles”, como son la elección de carrera universitaria, inserción al mundo laboral o la formación de una vida en pareja.

### **OBJETIVO PARTICULAR**

Que el alumno reconozca sus habilidades, aptitudes y actitudes para tomar una decisión fundamentada respecto a sus proyectos a corto, mediano y largo plazo; de la misma manera para que éste sea capaz de tomar en cuenta las posibilidades que su entorno le proporciona.

### **CONTENIDO DE LAS SESIONES**

Tomando en cuenta la duración semestral de la asignatura de Orientación Educativa, así como el compromiso de los estudiantes con el resto de las materias que conforman el plan de estudios de 6° semestre, se dispuso para el curso-taller 7 sesiones (incluyendo el encuadre y el cierre), con una extensión de 2 horas caDa una. El contenido del curso es el siguiente:

#### **ENCUADRE**

Tema 1 Importancia de la toma de decisiones

Tema 2 Intereses

¿Qué son los intereses?

¿Cómo surgen?

Clasificación de los intereses

Tema 3 Habilidades

¿Qué son?

Clasificación de las habilidades

Tema 4 Valores personales y profesionales

Concepto de valores



Clasificación

Identificación de valores

Tema 5 Elección de carrera y fuentes de información

¿Qué expectativas debe cubrir la carrera para su elección?

Fuentes de información: directas o indirectas

Tema 6 Factores que afectan la toma de decisión

Factores personales

Factores educativos

Factores laborales

Tema 7 Factores que desorientan la toma de decisión

Familia, amigos, pareja, maestros, medios de comunicación, etc.

Tema 8 Conocimiento de sí mismo

Autoestima y Autoconcepto

Tema 9 Metas personales

Metas intelectuales

Metas afectivo-emocionales

Tema 10 Metas del Contexto social

Metas familiares

Metas recreativas

Metas sociales

Tema 11 Metas profesionales

Metas corporales

Metas ocupacionales

Metas económicas

Tema 12 Visión, Misión y Plan de acción

Concepto de visión y características

Concepto de misión y características

Elementos del plan de vida

CIERRE

## **CONTENIDO DEL CURSO TALLER**

Para fundamentar la base teórica de asesoramiento basarme en Ginzberg (Rivas, 1988:135), quien maneja un enfoque evolutivo de asesoramiento vocacional. Su aportación se basa en el establecimiento de periodos evolutivos, que van desde la infancia hasta la juventud, cada uno de los periodos que maneja está dividido en estadios, que a continuación presento:

### **Periodo fantástico**

Este periodo abarca desde el nacimiento hasta los 12 años aproximadamente; para que ésta etapa pueda ser utilizada durante este trabajo es necesario que los alumnos recuerden la etapa de su infancia y las actividades que solían realizar. Ginzberg se refiere al primer acercamiento vocacional como una proyección de actividades lúdicas, ya sea por imitación de los adultos, o bien por las primeras proyecciones de los intereses del niño.

Es importante retomar esta etapa debido a que varios de alumnos no detectan sus intereses o bien sus habilidades, en el momento actual empiezan a proyectarse desde esta etapa.

### **Periodo tentativo**

Este periodo comprende de los 12 a los 17 años aproximadamente; cabe mencionar que ésta es la etapa en la que se encuentran los alumnos seleccionados para la elaboración del curso-taller que depende principalmente de la detección de intereses dominantes, aptitudes y valores.

De este periodo desprenden cuatro estadios:

- Intereses: el joven toma decisiones de acuerdo a lo que le gusta o le llama la atención.
- Aptitudes: toma en cuenta sus capacidades en función de lo que se le facilita hacer y puede lograr rápidamente.

- Valores: el joven detecta determinados valores profesionales y personales de acuerdo a las posibles opciones de carrera.
- Transición: empieza a delimitar sus elecciones y a ver el mundo de manera distinta, es decir se va a incorporar a la sociedad, es decir a la realidad.

### **Periodo realista**

Este periodo va desde los 18 años hasta aproximadamente los 24 años. En esta etapa el joven si bien no ha llegado a concretar una profesión, al menos deberá tener detectada un área vocacional. Se divide en tres estadios:

- Exploratorio: se caracteriza por la entrada a la universidad (en algunos casos). El sujeto aún presenta indecisiones porque sus intereses no se han terminado de aclarar pero, es una etapa transitoria ya que existe el temor de haber elegido una carrera equivocada.
- Cristalización: existe más seguridad en la decisión que se ha tomado y aumenta el compromiso con la profesión elegida. Suele pasar que en algunos estudiantes se presenta una pseudocristalización en donde creen haber elegido correctamente y finalmente hacen cambios impredecibles de acuerdo a la carrera.
- Especificación: no todos llegan a esta etapa, se trata de la concreción de la carrera, se trata de la realización de una especialización, maestría o doctorado así como concluir con los estudios profesionales de cada sujeto.

El proceso de asesoramiento se inicia en cualquier momento de la vida del sujeto. Si bien, es en la pubertad y en la adolescencia donde adquiere mayor sentido como estadios de preparación o iniciación vocacional, tiene como finalidad el facilitar y favorecer el desarrollo vocacional inmediato y conectarlo con el desarrollo personal y de manera activa construyendo su proyecto de vida durante la conducción técnica de asesoramiento, en la estimulación y formulación de alternativas vocacionales; se puede intervenir no sólo a nivel individual, sino en programas colectivos. El orientado es igualmente activo, tanto en los

planteamientos como en las actividades en las que progresivamente se compromete.

Las metas que estable el proceso evolutivo vocacional son: a corto, mediano y largo plazo.

Este periodo se aborda en los temas del curso-taller, los intereses, habilidades, valores personales y profesionales, elección de carrera y fuentes de información; es en éstos que el alumno podrá conocerse a sí mismo y podrá ir definiendo la profesión a la que le gustaría dedicarse.

## **METODOLOGÍA DEL CURSO-TALLER**

La forma de trabajo en el curso-taller, será mediante el desarrollo de los temas y en cada uno recurrir a la realización de actividades, como por ejemplo test en el que los alumnos encuentren información necesaria para conocerse o para medir sus capacidades; que favorezcan el desempeño de los estudiantes, de tal manera que los objetivos establecidos para cada sesión se cumplan.

El modelo de construcción de proyecto de vida será el siguiente:

- Definir el problema
- Identificar las alternativas
- Evaluación de sí mismo
- Investigar los resultados probables
- Eliminar sistemáticamente alternativas
- Toma de decisiones

La relación que se construirá entre el orientador y el orientado será de forma activa mediante la elaboración de dinámicas, actividades y el desarrollo de los diferentes temas de cada sesión durante el curso, de tal manera que los alumnos se motiven y formulen sus propias alternativas de solución a los diferentes

problemas a los que se enfrentan. El objetivo esencial es que el alumno logre un acercamiento real a la toma de decisiones.

## **EVALUACIÓN**

La evaluación se realizará al final de cada sesión y de manera grupal, tomando en cuenta la participación de los alumnos y la conclusión de las actividades propuestas, así como el avance observado en cada alumno proyectado en los resultados de los tests y la asistencia a todas las sesiones, ya que al ser un proceso de formación y de compromiso adquirido por los alumnos para la resolución de sus dudas, es necesario la constancia para cumplir con el objetivo planteado.

También será necesaria la utilización de materiales externos, como lo son la obtención de información y visita a las diferentes instituciones educativas particulares y públicas para conocer la oferta en materia de las diferentes disciplinas con las que cuentan, así como para conocer los diferentes cursos o carreras técnicas que se ofrecen; por otra parte será necesario conocer los diferentes oficios a los que los alumnos estén pensando dedicarse.

Se tomarán en cuenta para que los alumnos asistan, las “Jornadas” que cada año organiza la Universidad Autónoma de México (UNAM) y en las que se hace la invitación a las instituciones de educación media superior. Dentro de sus actividades se encuentran los recorridos a las diferentes facultades e instituciones en donde se darán a conocer los planes de estudio, los sectores laborales en los que se puede desempeñar un profesional, la oferta y la demanda, el costo de las carreras, las especialización, etc.

## ENCUADRE

### SESIÓN I

#### Presentación

El profesor encargado del área de Orientación Educativa del Bachillerato General “Lic. Jesús Reyes Heróles 4/2”, presentará a los alumnos de 6°el curso “Construcción del proyecto de vida”. Se reunirán los alumnos interesados en el mismo.

#### Integración

Se realizará la siguiente dinámica:

Una persona dice su nombre y apellido, con las primeras consonantes tiene que decir dos cualidades propias, la segunda dice las cualidades del anterior y las suyas, la tercera dirá las cualidades del primero, la segunda y el suyo, así sucesivamente.

Comprobaremos si los participantes de la dinámica se han aprendido los nombres entre ellos, posteriormente comentaremos entre todos si nos ha gustado, cómo nos hemos sentido, etc.

#### Encuadre

Se identificarán los objetivos, beneficios, contenidos, así como la mecánica del curso.

Se establecerá el horario del curso.

El objetivo del curso será que los alumnos elijan una carrera identificando sus intereses, habilidades y valores, pero principalmente que conozcan la importancia que tiene el estudiar una carrera universitaria y crear un plan de vida que les ayudará a establecer metas a corto y mediano plazo.

Por tal motivo se pedirá la participación de los alumnos para desarrollar actividades que ayudarán a la evaluación del desempeño en el curso.

## **Expectativas**

Es importante que cada alumno exprese su sentir acerca de la puesta en marcha del curso. Cada uno contestará la siguiente pregunta: ¿qué es lo que espero del curso?, con el fin de tomar en cuenta su opinión para el desarrollo del mismo. Posteriormente, se dará un formato de una ficha psicopedagógica para tener un panorama de su nivel académico, trayectoria escolar y familiar. (Ver anexo B)

## **IMPORTANCIA DE LA ELECCIÓN DE CARRERA**

### **SESIÓN II**

Al comenzar se analizará la importancia que tiene la elección de carrera en esta etapa de sus vidas, aunque en ocasiones no ejercerán sus profesiones pero existen dudas, por ejemplo, ¿A qué se enfrentan? ¿Cuáles son sus miedos? ¿Cuáles son sus expectativas?, etc.

Después de realizar una investigación en textos de orientación (VÉLAZ de Medrano) sobre la importancia de la toma de decisiones se extrajeron los siguientes puntos que se analizan durante esta sesión:

- Emociones encontradas
- Enfrentarse a los cambios sociales
- Encontrar razones valiosas para la toma de decisiones
- La importancia que tiene elegir una carrera
- Los alumnos necesitan tiempo y espacio para analizar, reflexionar y cuestionar los elementos relacionados con ellos y que su vida está conformada por secuencia de hechos.

¿Cuáles son los beneficios que les proporciona una carrera universitaria?

- Conocimiento general en el área de estudio (en este caso cada carrera).
- La preparación que te da la carrera para detectar las necesidades externas.
- Cubrir los objetivos de cada carrera así como aprender y desarrollar herramientas necesarias para enfrentar las necesidades personales y sociales.

Lo que necesita asumir:

- Responsabilidades y compromisos con sus estudios.
- Disposición para enfrentar las crisis educativas
- Disposición al cambio
- Tolerancia
- Perseverancia
- Entrega

Al finalizar se reflexionará respecto a los puntos anteriores aproximadamente durante una hora.

## **INTERESES**

### **SESION III**

Se desarrollará el tema de intereses mediante una explicación y contestando las siguientes preguntas:

- ¿Qué son los intereses?
- ¿Cómo surgen los intereses?
- ¿Cuáles son sus intereses?
- Clasificación de los intereses

Los intereses son expresiones de aceptación o rechazo hacia ciertos objetos, personas o actividades. En términos generales, hay ciertos criterios para saber el grado de interés que tenemos hacia alguien:

- Interés subjetivo: a través de lo que sentimos, es decir, qué tanto nos agrada o nos desagrada.
- Interés objetivo: mediante nuestro comportamiento y la atención que prestamos.



- El grado de conocimiento que se posee sobre un área o tema en particular, muchas veces esto implica un nivel de información que sólo se adquiere mediante una participación activa.

Un interés concreto hacia algo, va más allá del simple gusto o agrado que nos provoca; el que se manifiesta a través de nuestro comportamiento, es más patente y por lo mismo nos deja menor margen de duda. Justamente este comportamiento es en sí misma una evidencia, un indicio tangible de un interés auténtico por algo.

### **CÓMO SURGEN LOS INTERES**

Es difícil decirlo con certeza, pero hay dos posibles caminos:

- Al tener un contacto directo con cierta actividad en algún momento de nuestra vida. (al llevar a cabo una actividad nos encontramos con que podemos realizarla con éxito, y la sensación de placer que dicho éxito provoca nos motiva y nos despierta un nuevo interés).
- Mediante la identificación con alguien. Lo que significa adoptar, por poco o mucho tiempo, conductas, modos de hablar u otras cualidades de una persona, imitándola o incluso aceptándola internamente como un ideal. (en ocasiones, nuestro interés por ciertas actividades surgió cuando estuvieron ligadas a alguna situación placentera. Las primeras personas que nos han servido como modelos a seguir son nuestros padres. Posteriormente nos identificamos con nuestro maestro, con un héroe histórico o con una estrella de cine.)

## **“HABILIDADES”**

### **SESIÓN IV**

Para abordar este tema será necesario analizar lo siguiente:

- ¿qué son las habilidades?
- Clasificación de las habilidades

Con la ayuda de las ideas de los participantes (lluvia de ideas), el grupo formará un concepto de “habilidad”, sin embargo, con fines prácticos nos basaremos en el siguiente concepto:

Las habilidades, también conocidas como aptitudes, se definen como “el Conjunto de características del individuo que le permiten, mediante la capacitación, adquirir determinados conocimientos más fácilmente que otros”.(Prueba PROUNAM)

El objetivo que se quiere alcanzar es que los adolescentes concluyan que las habilidades van desarrollándose en distintos momentos de la vida, y muchas veces es necesario que el ambiente externo propicie esos momentos con el fin de que la persona se dé la oportunidad de probar las habilidades que ha desarrollado.

#### **Cuadro 1 clasificación de Habilidades**

<b>Razonamiento verbal</b>	<b>Razonamiento abstracto</b>	<b>Razonamiento mecánico</b>
<b>Habilidad numérica</b>	<b>Velocidad y precisión</b>	<b>Relaciones espaciales</b>
<b>Discriminación auditiva</b>	<b>Observación</b>	<b>Habilidad persuasiva</b>
<b>Ortografía</b>	<b>Uso del lenguaje</b>	<b>Habilidad manual</b>
<b>Memoria</b>	<b>Habilidad social</b>	<b>Creatividad</b>
<b>Mecánico constructiva</b>	<b>Destreza manual</b>	<b>Artístico/plástica</b>
<b>Musical</b>	<b>Organizacional</b>	<b>Científica</b>

Cada uno de los puntos anteriores se analizará en grupo.

Se aplicará el test de Habilidades de Luis Herrera y Montes (Anexo C). Una vez contestado, se les explicará a los alumnos como leer sus resultados.

Con base en los resultados del test de Intereses y Habilidades, se vaciarán los datos en una tabla de Integración para comparar y ubicar los niveles de desarrollo más altos en cada prueba (Anexo D).

## **“VALORES”**

### **SESIÓN V**

Se desarrollará y reflexionará el tema de valores, con base en el siguiente texto:

Los valores son reglas de origen social a partir de las cuales de cada individuo rige su vida. Es lo que ayuda a elegir lo que es propio para uno mismo, lo que se considera importante, valioso, necesario e indispensable.

Los valores están relacionados con las necesidades y se expresan con hechos o acciones; como lo es en la manera de vestir, la forma de relacionarnos con las personas, la forma de expresarse.

Un valor es la posesión de un bien intelectual, emocional o espiritual. También constituye una actitud consciente ante principios que abarcan la razón de ser humano y su ambiente. La educación y formación consciente de valores para niños y jóvenes están encaminadas al logro de una vida adulta plena dentro de la libertad. El dominio de sí mismo es importante en los jóvenes y no implica ir en contra de sí, cancelar proyectos, tener pobre autoconcepto o ser rígido; por el contrario, significa permitirse el crecimiento propio y ser un vigilante reflexivo, prudente, y consciente de la propia forma de conducta. Por lo anterior es necesario educar en base a valores: (Dulanto, 1980:)

- Templanza.
- Prudencia.
- Triunfo y derrota.
- Esperanza.
- Justicia.

- Trascendencia.
- Libertad.
- Amor.
- Autoridad.
- Respeto.
- Tolerancia.
- Responsabilidad.
- Honestidad.

Existen valores morales y no morales o éticos. Se diferencia en que la ética es el estudio filosófico y científico de la moral y es teórica mientras que la moral es práctica. La ética trata sobre la razón y depende de la filosofía y en cambio la moral es el comportamiento en el que consiste nuestra vida.

Con la actividad frases incompletas se evaluará la manera en que los jóvenes le dan prioridad a algunos valores sobre otros (Anexo E).

## **“ELECCION DE CARRERA Y FUENTES DE INFORMACIÓN”**

### **SESION VI**

Se darán a conocer los requisitos oficiales que las universidades exigen para que los alumnos puedan elegir carrera, así como también los medios por los cuales pueden tener acceso a dicha información.

Al realizar el registro para el examen de admisión el alumno debe llenar dos opciones de carreras a las que le gustaría ingresar, para lo cual debe tomar en cuenta:

#### **Que la primera carrera**

- Al elegir esta carrera los alumnos pueden tomar la de su preferencia.

### **Que la segunda carrera**

- No debe ser de alta demanda
- No debe ser de sistema abierto (SUA)
- No debe tener cursos propedéuticos

Si la segunda carrera es elegida sin tomar en cuenta los puntos anteriores, la opción será eliminada y es probable que se les asigne otra que tal vez no sea de su agrado. Con apoyo de una guía de carreras actualizada se resolverán sus dudas.

Es importante que los alumnos revisen diferentes fuentes de las que pueden obtener información acerca de las carreras que les son atractivas.

### **Fuentes de información**

Estas pueden ser:

Internet

Revistas

Periódicos

Guías o manuales

### **“Factores que afectan la toma de decisión”**

#### **SESION VII**

Existen diversos factores que pueden influir en la construcción del proyecto de vida y la toma de decisión, como pueden ser los siguientes:

#### **FACTORES**

#### **PERSONALES**

Habilidades

Intereses

#### **FACTORES**

#### **EDUCATIVOS**

Plan de Estudios

#### **FACTORES**

#### **LABORALES**

Bolsa de trabajo

Creencias	Áreas	Oferta y demanda
Valores	Facultades	Requisitos para trabajar
Esferas emocionales		

## FACTORES PERSONALES

**Habilidades:** es la capacidad que se tiene para realizar una cosa, aunque también puede ser cada una de las cosas que una persona ejecuta con destreza; las habilidades pueden ser llamadas aptitudes.

**Intereses:** son los objetivos o aspiraciones que cada persona quiere lograr en su vida; las cosas que nos llaman la atención, que nos causan agrado es lo que definimos como intereses.

**Creencias:** son aquello que desde que nacemos nos han inculcado nuestros padres, familiares y todos aquellos que nos rodean; también pueden obtenerse creencias de las experiencias que se tienen en la vida diaria; es lo que forma nuestro pensamiento.

**Valores:** todo aquello que lleve al hombre a defender y crecer en su dignidad de persona. El valor moral conduce al bien moral. Cada persona construye de acuerdo a su experiencia de vida y educación, la definición de valores y dependiendo de esto, a cuál de todos los valores humanos le da mayor importancia respecto a otros.

**Esferas emocionales:** son nuestros diferentes estados de ánimo y como controlamos cada uno de ellos, sabiendo reconocerlas en nosotros mismos y en los demás, lo que nos lleva al autocontrol, la motivación y la empatía.

## FACTORES EDUCATIVOS

**Plan de estudios:** es el diseño curricular que se aplica a determinadas enseñanzas impartidas por un centro de estudios, es decir, es la manera en que las diversas actividades de un centro de estudios se organizan para que puedan llevarse a cabo. De esto depende que sea un curso en sistema abierto o escolarizado, donde el alumno tiene la posibilidad de elegir el que más convenga a sus intereses.

**Áreas (o consejos educativos):** deben elegir el área correcta en la preparatoria, para que las materia que se dan en cada consejo académico cubran los conocimientos básicos que encaminarán al alumno a un buen desempeño durante el estudio de su futura profesión.

**Facultades:** existen diferentes centros de estudios, por lo que el alumno deberá reflexionar sobre la ubicación, el dinero y el tiempo invertido para el traslado, los medios de transporte, y por supuesto si esta facultad cuenta con una o más carreras que le sean interesantes.

## FACTORES LABORES

**Bolsa de trabajo, oferta y demanda:** el alumno debe tomar en cuenta que al concluir sus estudios tendrá que buscar empleo, por lo que debe de tomar en cuenta si la profesión a la que desea insertarse cuenta con una amplia oferta laboral en la que podrá insertarse en un poco tiempo, así como la cantidad de aspirantes con los que tendrá que competir por una vacante. Lo anterior le permitirá considerar sus opciones.

**Requisitos para trabajar:** el recién egresado debe considerar que al insertarse en el ámbito laboral deberá cumplir con diversos requisitos indispensables para su contratación, entre los más solicitados están: acta de nacimiento, comprobante de estudios, identificación oficial, CURP,

comprobante de estudios, curriculum vitae, etc. Sin embargo también deberá cumplir con otros requisitos de acuerdo al puesto que desee desempeñar, como: manejo de uno o varios idiomas, manejo de equipo de cómputo, experiencia, cursos curriculares, etc., por lo que es importante que el joven se siga preparando para poder obtener puestos de mayor responsabilidad e importancia así como de mayor remuneración económica.

## “FACTORES QUE DESORIENTAN LA TOMA DE DECISIÓN”

### Sesión VIII

En esta sesión se reflexionarán aquellos elementos que desorientan la construcción de un proyecto de vida y la elección de carrera, los elementos que se tomarán en cuenta son:

#### FAMILIA

#### AMIGOS Y PAREJA

#### PUBLICIDAD

#### MAESTROS

**Familia:** es una parte fundamental para el desarrollo de los adolescentes y por lo tanto es de gran importancia para la toma en la construcción de un proyecto de vida y sus opiniones respecto a la carrera que un joven debería estudiar. “La influencia que la familia tenga respecto a las decisiones puede ser positivas puesto que pueden orientar y resolver dudas, sin embargo, también puede ser negativa ya que puede limitar su libertad de elección e intentar manipular, presionar, exigir, engañar al joven para imponerle ideas que son suyas”. (Castellanos Jorge y Castellanos Alejandro.)

**Amigos y pareja:** las relaciones afectivas son muy importantes en ésta y en cualquier otra etapa de la vida, pero en ocasiones dificultan la toma de decisiones por diversas razones, ya sea por temor de perder la relación, porque son



presionados de alguna manera. Con el paso del tiempo esto más que ser una solución se convierte en un problema mayor ya que la carrera o la decisión tomada no son acorde con los intereses y expectativas personales de cada individuo. (Castellanos Jorge y Castellanos Alejandro.)

**Publicidad:** la principal función de algunos medios de comunicación es dar una imagen en la que se destaca el aspecto físico, la suerte, la posición económica, el triunfo fácil y rápido, etc., que en la mayoría de los casos nada tiene que ver con la realidad a la que deberá enfrentarse el adolescente.

Es muy importante guiar al alumno para que pueda discriminar la información que obtiene de los medios de comunicación, que pueda distinguir los aspectos reales como: la problemática particular de las profesiones, el valor de la organización, la honestidad, la inteligencia, la tenacidad, la perseverancia, la capacidad, el compromiso, el conocimiento, etc.; es decir, todas las circunstancias, condiciones, necesidades y oportunidades que el medio ambiente que lo rodea.

**Maestros:** son una figura de autoridad y de admiración ya que representan o tiene los atributos y valores que en un momento dado les agradecería poseer. Por lo que es importante que el profesor guie de manera objetiva a los alumnos.

Actividad: se contestará la tercera parte del cuestionario ubicado en el Anexo F.

## **“CONOCIMIENTO DE SÍ MISMO” (PLAN DE VIDA)**

### **Sesión IX**

Durante el desarrollo de este tema se identificará junto con los alumnos lo que se necesita para que una persona viva plena y de manera productiva, ya que conseguirlo no es fácil, aunque en muchos medios o lugares en los que nos desenvolvemos se nos ha dicho que es sencillo conseguirlo, ya que este es un

proceso que lleva su tiempo y que se va consiguiendo a través de las experiencias de vida y la madurez que vamos logrando a lo largo de éstas. Lo que nos lleva a conocernos más, es decir a identificar nuestras debilidades y fortalezas, lo cual resulta muy importante y vital para poder desarrollar un proyecto de vida exitoso, ya que estará ligado íntimamente con nuestras habilidades, destrezas y a la realidad.

Lo que será importante es:

-Conocerse a sí mismo: es fundamental tal como ya se menciona, para reconocer nuestras debilidades y fortalezas, para que se pueda construir un proyecto de vida que tome en cuenta su realidad, es decir, de manera clara, en el que se tiene que tomar en cuenta la personalidad del individuo.

-Buen estado de salud, que permita al individuo desarrollarse favorablemente.

-Actitud de aprendizaje, que el individuo esté siempre abierto a conocer nuevas cosas, personas y actitudes que le permitan crecer tanto en lo intelectual como en lo laboral. (Casares, 2000:40)

-Sentido de logro, es un motivador muy importante ya que éste engloba muchas cosas importantes para el sujeto, ya que se asume con una mejor calidad de vida, le permite al sujeto el logro de metas y la construcción de otras de mayor desafío, compromiso y responsabilidad.

Las preguntas que serán importantes para esta sesión son:

¿Quién soy? ¿Cuáles son mis fortalezas? ¿Tengo una actitud de cambio? ¿Tengo sentido del logro? ¿Tengo actitud de aprendizaje? ¿Qué me gusta hacer? ¿Qué sé hacer bien? ¿Qué me cuesta trabajo realizar? ¿Qué me desagrada hacer? ¿Qué me gustaría hacer? ¿Cuáles son mis metas?

Actividad

Con base en el tema se contestará un cuestionario donde se incluye una autoevaluación para ayudar al alumno a que identifique los puntos antes desarrollados para saber cuáles debe modificar. Al finalizar se convocará a realizar una plenaria para comentar los resultados obtenidos. (Ver anexo G)

## “METAS PERSONALES”

### SESIÓN X

El logro de las metas se traduce en el éxito que cada persona tiene a medida que va alcanzando lo planteado. Lo anterior dependerá de los beneficios que cada uno quiere tener, por lo que las metas son comparadas como escalones que se van subiendo para alcanzar dicho objetivo. A continuación se expondrán tres de nueve categorías que necesita el sujeto para tener una vida equilibrada, pues en futuras sesiones se explicarán las restantes.

**Metas intelectuales:** son aquellas que tienen que ver con la inteligencia, el desarrollo de nuevos conocimientos y el reforzamiento de los que ya se tienen. Existen varios tipos de inteligencia: lógico-matemática, visual-espacial, musical, verbal, cenestésico-corporal, interpersonal, intrapersonales, naturalista-ecológica, etc., por lo que el individuo puede tener más de una inteligencia e ir desarrollado otras.

**Metas afectivo-emocionales:** como su nombre lo indica, son las relacionadas con los sentimientos y las emociones y esto se logra en su mayoría en la relación con otras personas, por ejemplo las familiares, amigos, pareja, etc. Para desarrollarlas se debe contar con cualidades necesarias para lograr relaciones exitosas: tolerancia, bondad, respeto, persistencia, amabilidad, la capacidad de adaptarse a diferentes situaciones, independencia, capacidad para resolver conflictos, empatía, facilidad para entender y expresar sentimientos, honestidad, etc.

**Metas espirituales:** metas implican hacer o privarse de actividades, de manera que el espíritu se fortalezca. El lograrlas hace fuerte al sujeto y lo prepara para superar momentos difíciles.

Actividad: se solicitará que contesten el cuestionario (Anexo H), en el que se encuentra uno cuestionario para cada tipo de meta. Al finalizar se comentarán las respuestas de los integrantes

## “METAS DEL CONTEXTO SOCIAL”

### SESIÓN XI

En esta sesión se analizará el segundo bloque de metas que necesita el ser humano para tener una vida equilibrada.

**Metas familiares:** el núcleo familiar es muy importantes para el ser humano, por lo que es importante establecer metas que permitan al sujeto desarrollarse en familia y a su vez que la familia logre desarrollarse con el sujeto. En el caso de los jóvenes que aún viven con sus padres, mantener la armonía, una buena comunicación con padres y hermanos. Por otra parte cuando ya se vive en pareja es importante considerar los puntos anteriores y también desarrollar la confianza con los hijos y el cónyuge, tratar de cumplir con los compromisos y responsabilidades para lo cual se establecen metas familiares a corto, mediano y largo plazo.

**Metas recreativas:** las actividades de descanso y distracción también son importantes para el buen desarrollo del ser humano; éstas pueden ser: practicar algún deporte, salir con los amigos, escalar, acampar, bailar, etc., lo cual dependerá de los gustos de cada persona. Para poder realizarlas es importante planearlas de manera que se considere el tiempo, el dinero, los acompañantes, etc.

**Metas sociales:** como ya lo mencionamos el ser humano es social, por lo que aparte de interactuar con sus padres, también existen otras personas que le pueden ayudar a tener éxito en la vida: profesores, amigos, vecinos, tíos, primos, asesor, etc., tener relaciones saludables es un factor importante para conseguir

las metas de manera plena. El aspecto social de la vida incluye elementos como la amistad, servicio, empatía, patriotismo, etc.

Actividad: al terminar la exposición se contestará un cuestionario ubicado en el anexo H el cual se compone de tres bloques, uno para cada tipo de meta.

Posteriormente se analizarán en el grupo las respuestas.

## **“METAS PROFESIONALES” (PLAN DE VIDA)**

### **SESION XII**

Estas metas son las relacionadas con el entorno laboral y son de igual importancia para que el individuo tenga una vida exitosa y equilibrada, pues todos sus roles serán desempeñados de manera armoniosa teniendo como resultado un joven feliz.

**METAS CORPORALES:** el cuerpo es una parte fundamental en todo individuo, si se está enfermo no podemos realizar nuestras actividades de manera satisfactoria, ya que un simple dolor de cabeza o de dientes provoca que nuestra concentración y atención estén comprometidas con este síntoma, por lo que es importante que dentro de las metas se encuentren las que tiene que ver con el cuidado y mantenimiento de un cuerpo saludable. Se puede considerar: dormir lo suficiente, evitar alimentos chatarras, bañarse frecuentemente, no fumar, no consumir drogas, hacer ejercicio, comer saludable y en horas recomendables, visitar regularmente al doctor, etc.

**METAS OCUPACIONALES:** cuando el joven puede cumplir con sus labores ya sea doméstica o escolar de manera responsable, es muestra que ha sido preparado de manera exitosa para desempeñar un trabajo de mayor responsabilidad y formalidad. Para lo cual es necesario marcarse objetivos que nos permitan crecer laboralmente sin importar la actividad laboral que se

desempeño; estos pueden ser: puntualidad, no faltar, hacer todas las tareas que se asignen de buena manera y bien hechas, participar con los compañeros, etc.

**METAS ECONÓMICAS:** las anteriores metas se fijan y se logran para conseguir una recompensa económica y esta meta tiene como papel principal ser un motivador que se dará por sí solo a medida que se alcanzan las demás metas. Ayuda a resolver o a lograr satisfacer necesidades como: comprar una casa, una cuenta de ahorros, un auto, tener un negocio, etc., que al mismo tiempo se convierten en metas económicas a lograr.

Actividad: se realizará la aplicación de un cuestionario ubicado en el anexo H. son 3 cuestionarios. Al finalizar se realizará el análisis de las respuestas en el grupo.

## **VISIÓN Y MISIÓN, ELABORACIÓN DEL PLAN DE ACCIÓN (PLAN DE VIDA)**

### **SESIÓN XIII**

La elaboración de un proyecto de vida permite que el individuo tenga una visión real y auténtica de lo que quiere lograr y al mismo tiempo descubrir la misión que tiene en la vida; esta elaboración tiene que hacerse en base al conocimiento de sí mismo de tal manera que todo cuanto se plantee se pueda cumplir ya que será se tiene que ser capaz de reconocer limitaciones y fortalezas.

**VISIÓN PERSONAL:** es la formulación de sueños o fantasías que al individuo le gustaría realizar en la realidad, sin miedo y con sentido de reto y trascendencia. Esta visión se genera a partir de (Marcuschamer, 2003:12):

- a) “La percepción del mundo interior y exterior
- b) Los propios valores
- c) Compromisos con uno mismo
- d) Los compromisos con los demás

e) Las ambiciones de un destino mejor”

**MISIÓN PERSONAL:** de la visión es la imagen de uno mismo en el futuro, surge la misión que es una declaración escrita en la que se plasma el propósito que se requiere alcanzar en la vida. Se genera una vez visualizado un futuro posible, lo que puede ser y hacerse para darle sentido a la vida. La visión se convierte en misión cuando (Marcuschamer, 2003:12):

- a) “Se inicia el camino que se ha visualizado
- b) Se confía en la voz interior
- c) Se siente uno con fuerza a pesar de las adversidades
- d) Se da y se recibe al mismo tiempo
- e) Se siente único responsable de lograr la meta”

Por lo anterior la misión y la visión son el destino y el propósito de la vida que uno mismo ha definido como definitivo, para poder lograrlo es necesario fijar metas. Una meta es un fin deseable, un propósito u objetivo que se desea lograr. Para establecer metas es necesario tener en cuenta lo siguiente:

Deben estar por escrito, deben ser específicas, deben ser medibles (se debe saber que fueron logradas o no y el grado de satisfacción que se obtuvo), deben ser realizables y explicarse cómo se lograrán (pasos a seguir) deben ponernos a prueba (no deben ser fáciles de conseguir, son un reto), deben poder visualizarse, deben ser congruentes con los valores, creencias y principios de cada persona (que el sujeto al realizarla esté practicando un valor, principio o ratificando una creencia). (Castañeda, 2000:41)

Actividad: se realizará el cuestionario ubicado en el Anexo I, así como los nueve cuestionarios correspondientes resuelto en el tema de detección de metas para elaborar un plan de vida, relacionado con los nueve criterios anteriores y generalizando tanto la visión como la misión de cada estudiante.

## **CIERRE**

### **SESIÓN XVI**

Se realizará una reflexión oral y escrita en la que los jóvenes expresen sus experiencias y lo que les dejó el desarrollo del curso.

La finalidad del curso-taller fue brindar a los jóvenes una guía en la construcción de su proyecto de vida, con una orientación educativa, de manera que el alumno pueda tomar decisiones más conscientes y maduras respecto a la elección de carrera o la inserción a la vida laboral; lo que decida hacer afectará de manera definitiva todas las esferas de su vida.

Para lograr tal fin, se impartieron sesiones en las que se proporciona al alumno herramientas, opciones y elementos útiles para satisfacer sus dudas e inquietudes de tal manera que logre tomar una decisión más acertada.

Se trabajaron diferentes test y dinámicas de grupo, en donde se dieron a conocer sus intereses, habilidades, los valores que lo conforman, así como, un trabajo intensivo y minucioso respecto a conocer las diferentes carreras que son una opción en su elección o las diferentes actividades laborales en las que se puede insertar sin necesidad de un título universitario; para posteriormente construir su proyecto de vida mediante el conocimiento de sí mismo, estableciendo metas tanto en lo individual como en lo social y por supuesto en lo económico; formándose una visión y misión para establecer un plan de acción.

Al término de cada una de las sesiones se realizará una evaluación del contenido del curso en la que se presentará un ensayo de su proyecto de vida, siendo responsable la Coordinación de Orientación Educativa del Bachillerato General 4/2, en el cual los alumnos demostrarán su asertividad, seguridad y creatividad en la toma de decisión.



## ACTIVIDAD: “El tren de la vida”

### INSTRUCCIONES

Contesta las preguntas del cuestionario en “el tren de la vida” (Anexo J) en el que hagas un análisis sincero y comprometido de lo que en tu opinión sucedió con lo que ocurrió a lo largo del proceso de decisión, tomando en cuenta los siguientes puntos:

### Autoevaluación

Mi actitud y disposición	Lo que me falta por hacer
Mi asistencia	Obstáculos encontrados
Lo que acepto de mi mismo	Obstáculos superados
Mi compromiso	Mi participación
Lo que debe cambiar	Mis logros

## PLANEACIÓN SESIÓN POR SESIÓN

### ENCUADRE

**Objetivo particular:** el alumno se integrará al grupo, comentará las expectativas que tiene de este curso, sus objetivos y como se desarrollará el curso.

Objetivos específicos	Contenido	Técnicas de e-a	Actividades	Recursos didácticos	Tiempo	Evaluación
<p>Se presentará e integrara al curso.</p> <p>Identificarán los objetivos, beneficio, contenidos, así como la mecánica del curso.</p> <p>Comentarán con el resto del grupo sus expectativas del curso.</p>	Presentación	Expositiva	El coordinador de Orientación Educativa del plantel 4/2 presentará el curso.	Pizarrón	20 min.	<p>Observación de la participación coherente y activa de los alumnos durante la sesión.</p>
	Integración	Técnica vivencial				
	Encuadre	Expositiva	Se aplica técnica vivencial "presentación de los miembros del grupo".	Gises	30min.	
	Expectativas	Plenaria	Se dará a conocer los propósitos y lo que se espera del cursos.  El alumno contesta la pregunta ¿Qué espera del curso?	Hojas blancas	30 min.  40 min.	

**Sesión I:** importancia de la elección de carrera

**Objetivo particular:** que los alumnos reconozcan la importancia de estudiar una carrera universitaria para construir su futuro y proyecto de vida.

Objetivos específicos	Contenido	Técnicas de e-a	Actividades	Recursos didácticos	Tiempo	Evaluación
El alumno se cuestionará la importancia de una elección de carrera.	Cómo te visualizas en un futuro.	Expositiva	El orientador y el alumno desarrollarán el tema.	Pizarrón	60 min.	Se pedirá que elaboren un ensayo en el aborden las carreras de su preferencia anotando por qué la escogió y en qué le gustaría trabajar.
Situar el momento actual y ubicar elementos relevantes que sostienen la elección de carrera.		Técnica vivencial	A través de la dinámica "Mis recursos en el tiempo", los alumnos analizarán cómo se sitúa en el tiempo. El docente pedirá que contesten algunas preguntas sobre qué les gustaría hacer como profesionistas.	Cartulinas u Hojas blancas	30 min.	
		Expositiva	Se llegará a conclusiones.	Gises, plumones, colores	30 min.	

**Sesión II:** intereses

**Objetivo particular:** orientar al alumno para que pueda definir sus intereses.

Objetivos específicos	Contenido	Técnicas de e-a	Actividades	Recursos didácticos	Tiempo	Evaluación
<p>El alumno analizará sus intereses a partir del conocimiento de las actividades que le gustan, les agradan y le gustaría realizar en el futuro, así como la relación de estas con su elección ocupacional.</p>	<p>Qué son los intereses.</p> <p>Cómo surgen los intereses.</p> <p>Clasificación de intereses.</p>	<p>Lluvia de ideas</p> <p>Expositiva</p>	<p>Los alumnos construirán y darán una definición de intereses, tomando en cuenta sus experiencias personales para elaborar una definición grupal.</p> <p>Se analizará el surgimiento de los intereses por equipos.</p>	<p>Pizarrón</p> <p>Gises, plumones, colores</p> <p>cartulinas</p>	<p>40 min.</p>	<p>Aplicación de un test de intereses (Anexo C).</p>

		Técnica vivencial	El docente y los alumnos con una lluvia de ideas de los grupos de intereses. Ocupacionales		40 min.	
		Plenaria	Se hacen conclusiones correspondientes al tema, tomando en cuenta el contenido de la sesión.		40 min.	



	Clasificación de las habilidades.	implementación	<p>Los alumnos ubicarán sus habilidades de acuerdo a la clasificación expuesta.</p> <p>Se realizará una actividad para la evaluación.</p> <p>Tomando en cuenta esta evaluación y la del tema de interés se hará una integración de resultados.</p>		<p>40 min.</p> <p>40 min.</p>	
--	-----------------------------------	----------------	--	--	-------------------------------	--

**Sesión IV:** valores personales y profesionales.

**Objetivo particular:** ayudar al alumno a conocer su jerarquía de valores.

Objetivos específicos	Contenido	Técnicas de e-a	Actividades	Recursos didácticos	Tiempo	Evaluación
El alumno reflexionará sobre los valores personales para dar significado a su tarea y compromiso vocacional y ocupacional.	Concepto de valores.  Clasificación de valores.	Lluvia de ideas.  Vivencial y proyectiva.	Cada alumno dará la definición de valores que conoce y se analizarán los términos de cada concepto para formar uno solo.  Se analizarán los tipos de valores que existen partiendo de las experiencias de los alumnos dando pie a la clasificación de valores.	Pizarrón  Gises	50 min.  30 min.	Se evaluará con la actividad de identificación de valores (Anexo E).



<p>Los alumnos descubrirán que sus ideas, pensamientos y comportamiento tienen relación con sus valores.</p>	<p>Identificación de valores.</p>	<p>Expositiva.</p> <p>Vivencial y proyectiva.</p>	<p>El docente dará a conocer la clasificación de valores en donde el alumno reflexionará e identificarán los suyos.</p> <p>Por medio de técnica-test "frases incompletas", los alumnos identificarán y</p>			
--	-----------------------------------	---	--	--	--	--

**Sesión V:** Elección de carrera y fuentes de información.

**Objetivo particular:** Que el alumno conozca e identifique los elementos que caracterizan la elección de carrera.

Objetivos específicos	Contenido	Técnicas de e-a	Actividades	Recursos didácticos	Tiempo	Evaluación
El alumno identificará las características que debe tomar en cuenta para la elección de carrera.	Requisitos que deben cubrir las carreras para su elección.	Expositiva	El docente explicará los requisitos que debe tener una carrera para su elección.  Se informará de las diferentes fuentes donde pueden consultar lo relacionado con la carrera de su agrado.	Guía de carreras  Pizarrón	45 min.	Se evaluará con la entrega de una investigación sobre las carreras que les interesa.
Que identifique las fuentes de información directas e indirectas.	Fuentes de información directa e indirecta.	Implementación	Se iniciará una actividad de búsqueda de carreras para reafirmar el conocimiento.	Gises	40 min.	

		interrogativa	Se contestará la primera parte de un cuestionario de investigación de las diferentes carreras existentes.	Hojas blancas folleto	35 min.	
--	--	---------------	---	--------------------------	---------	--

**Sesión VI:** Factores que afectan la toma de decisión

**Objetivo particular:** que el alumno identifique los factores que afectan la toma de decisión.

Objetivos específicos	Contenido	Técnicas de e-a	Actividades	Recursos didácticos	Tiempo	Evaluación
El alumno reflexionará la manera en que los factores personales, educativos y laborales influyen la toma de decisiones.	Factores personales	Expositiva	Se realizará una actividad de autoanálisis. El profesor pedirá a los alumnos expresen cada uno de los elementos que corresponden a los factores personales de tal manera que integre los conocimientos previos.	Pizarrón  Gises	35 min.	Se evaluará con una investigación sobre los factores que afectan la toma de decisión.
	Factores educativos	Vivencial	Con los elementos principales de estos factores personales, el alumno localizará en la guía de carreras la que sea de su agrado y complementará su	Guía de carreras	20 min.	

			información.			
	Factores laborales	Integración	El docente señalará cuales son los factores que determinan el acceso al área de trabajo. Los estudiantes buscarán información sobre la oferta y demanda de las diferentes carreras.		25 min.	
		Implementación	Se contestará la segunda parte del cuestionario de investigación de carreras.		40 min.	



**Sesión VIII:** Conocimiento de sí mismo.

**Objetivo particular:** Que el alumno identifique mediante el autoconocimiento sus fortalezas y debilidades.

Objetivos específicos	Contenido	Técnicas de e-a	Actividades	Recursos didácticos	Tiempo	Evaluación
El alumno obtendrá una imagen de sí mismo lo más apegado a su realidad, en donde identifique sus debilidades y fortalezas.	Autoconocimiento.  Elementos que caracterizan a una persona exitosa.	Expositiva e interrogativa.  Implementación.	El docente interrogará a los alumnos para que identifiquen sus cualidades y defectos.  Con la ayuda de un cuestionario el alumno esclarecerá sus dudas. Se compartirán respuestas.	Pizarrón  Gises  Hoja de actividades	40 min.          80 min.	Entrega de actividad (Anexo G).

**Sesión IX: Metas personales**

**Objetivo particular:** El alumno identificara metas a corto, mediano y largo plazo a partir de su autoconocimiento.

Objetivos específicos	Contenido	Técnicas de e-a	Actividades	Recursos didácticos	Tiempo	Evaluación
<p>El alumno analizará las características que se deben tomar en cuenta al establecer metas a corto, mediano y largo plazo.</p> <p>Conocerá e identificara el tipo de metas intelectuales y afectivo-emocionales.</p> <p>Conocerá la importancia que tienen las metas en la construcción del plan de vida</p>	<p>Concepto de meta.</p> <p>Concepto de metas intelectuales.</p> <p>Concepto de metas afectivo-emocionales.</p>	<p>Expositiva e interrogación.</p> <p>Implementación.</p>	<p>El docente expondrá el tema de metas, desarrollando las categorías ya mencionadas.</p> <p>Posteriormente se aplicará un cuestionario en donde el alumno podrá especificar sus metas</p>	<p>Pizarrón</p> <p>Gises</p> <p>Hoja de actividades</p>	<p>60 min.</p> <p>60 min.</p>	<p>Entrega de actividad (Anexo H).</p>





**Sesión XI: Metas profesionales**

**Objetivo particular:** El alumno identificará metas a corto, mediano y largo plazo en relación con las metas profesionales.

Objetivos específicos	Contenido	Técnicas de e-a	Actividades	Recursos didácticos	Tiempo	Evaluación
El alumno conocerá e identificará las metas profesionales.	<p>Concepto de metas corporales.</p> <p>Concepto de metas ocupacionales.</p> <p>Concepto de metas económicas.</p>	<p>Expositiva y lluvia de ideas.</p> <p>Implementación.</p>	<p>El alumno expresará sus ideas con respecto a los conceptos de las metas ya mencionadas, mediante las ideas dadas se formará un concepto grupal de cada una.</p> <p>Se aplicará un cuestionario en el que los alumnos podrán especificar metas a corto, mediano y largo plazo en cada una de las categorías.</p>	<p>Pizarrón</p> <p>Gises</p> <p>Hoja de actividades</p>	<p>60 min.</p> <p>60 min.</p>	Entrega de actividad (Misión H).

**Sesión XII:** Visión, misión y plan de acción

**Objetivo particular:** El alumno proyecta formulará la construcción de un plan de vida con base en la visión y misión personal.

Objetivos específicos	Contenido	Técnicas de e-a	Actividades	Recursos didácticos	Tiempo	Evaluación
El alumno construirá una visión de su vida.	Concepto de visión y características.	Lluvia de ideas e interrogativa.	Mediante una lluvia de ideas se reflexionará sobre los conceptos de visión y misión personal para formar un concepto general.	Pizarrón	50 min.	Entrega de la actividad (Anexo I).
El alumno elaborará una misión a corto, mediano y largo plazo.	Concepto de misión y características.	Implementación.	Se analizarán los elementos que van a integrar el proyecto de vida, con la ayuda de cuestionarios correspondientes al tema e detección de metas para elaborar un plan de vida.	Gises	70 min.	
Con ayuda de los puntos anteriores se construirá de un plan de acción a corto, mediano y largo plazo.	Elementos del plan de vida.		Hojas de actividades			

## CIERRE

**Objetivo particular:** El alumno argumentará su construcción de proyecto de vida y los conocimientos que le dejó el curso.

Objetivos específicos	Contenido	Técnicas de e-a	Actividades	Recursos didácticos	Tiempo	Evaluación
<p>Se realizara una recopilación del curso.</p> <p>El alumno expondrá lo que le ha dejado el curso.</p>	<p>Síntesis del curso.</p> <p>Revisión de expectativas y objetivos.</p> <p>Evaluación del curso.</p>	<p>Expositiva</p> <p>interrogativa</p>	<p>El docente y los alumnos realizarán una síntesis de los temas vistos en el curso.</p> <p>Se analizan los objetivos y expectativas del curso y si estos se alcanzaran.</p> <p>Los alumnos elaborarán una autoevaluación y una evaluación del docente, del mismo modo se evaluará el contenido del curso, siendo responsable la Coordinadora de Orientación Educativa del Plantel 8.</p>	<p>Pizarrón</p> <p>gises</p>	<p>60 min.</p> <p>60 min.</p>	<p>Se entrega un folder de evidencias en orden y completo, así como las evaluaciones antes mencionadas (Anexo J).</p>

## CONCLUSIONES

La elaboración del curso-taller de “construcción de proyecto de vida” tiene como finalidad facilitar los factores que apoyan a los adolescentes en la construcción de un proyecto de vida, de manera que teniendo conocimiento de sus opciones y necesidades puedan tomar decisiones que los lleven a tener mejores oportunidades y calidad de vida.

Es importante que los adolescentes que se encuentran en el nivel Medio Superior construyan un proyecto de vida, en que se reflejen sus intereses, deseos y necesidades, para lo cual es necesario que cuente con herramientas que les proporcionen los elementos para la construcción de su proyecto de vida.

La desinformación o información equivocada pueden llevar al adolescente a cometer errores que perjudiquen su desarrollo intelectual y físico, por lo que uno de los principales objetivos del curso taller es que los jóvenes tomen decisiones maduras basadas en información confiable y que a su vez tenga un amplio conocimiento de sí mismo.

Como pudimos darnos cuenta, en los cuestionarios que respondieron los jóvenes, están preocupados por su futuro, pero también por su presente, por la situación personal pero también de su sociedad, es importante que se les apoye facilitándoles las herramientas que les procuren el mejoramiento de su presente pero al mismo tiempo de su futuro, de tal manera que la información que se les dé sea útil para que construyan su proyecto de vida.

Este curso-taller surge de la necesidad de ayudar a los jóvenes que cursan su último año de bachillerato, ya que es en esta etapa donde se enfrentan a grandes cambios en sus vidas, y las decisiones que

tomen en este periodo son vitales para definir su estilo de vida, la gente con la que se relacionan, las acciones que comenzarán a seguir para lograr sus objetivos, etc.

Están por elegir la Universidad a la que desean ingresar, qué carrera elegir, tomando en cuenta diversos factores, cómo posibilidades económicas y materiales que tienen para seguir estudiando; si desea trabajar y estudiar, etc., también existen aquellos adolescentes que prefieren tomar el nivel Medio Superior como educación terminal y se insertan al ámbito laboral por diversas circunstancias, que tienen que ver con sus necesidades e intereses, de igual manera hay jóvenes que desean formar una familia o bien que ya tiene una familia y piensan dedicarse en su totalidad a ella.

Cualquiera que sea el proyecto de vida del adolescente, es importante que se le ofrezca la información necesaria para reafirmar sus decisiones o considerar otras opciones que puedan beneficiarlo.

El proyecto de vida no sólo es benéfico para el que lo realiza, sino también para los que se encuentran en torno al que va tomando las decisiones, ya que son afectados de manera positiva o negativa por éstas.

Lo anterior servirá para que el adolescente no tome decisiones apresuradas o presionados por alguna circunstancia, que pueda tener repercusiones o resultados no esperados.

El taller puede ser aplicado en el futuro, adecuándose a las características particulares de cada individuo o grupo al que se le imparta dicho taller, lo que garantiza su eficacia de manera permanente.

Esto no sólo resuelve un problema individual sino también un problema social, ya que ayudará a reducir la apatía escolar, carreras

truncas, incidencia delictiva, abandono escolar, etc., por lo que no sólo se estará ayudando al adolescente a lograr las expectativas de vida, sino también a la sociedad, pues habrá más jóvenes que se titulen en las diversas universidades, profesionales comprometidos con sus carreras, es decir, jóvenes productivos, lo cual significa que el nivel cultural y económico del país o sociedad aumente.

## BIBLIOGRAFÍA

ALONSO, A. José María.(2006). *Manual de orientación educativa y tutoría: educación media y media superior*. Ed. Universidad la Salle. México.

ALVAREZ, Rojo Rafael. (1997). *Teoría y práctica profesional de la orientación*. Ed. Eos. Madrid.

APTER, Terri. (2004). *el mito de la madurez en la adolescencia*. Ed. Paidós.Barcelona.

BISQUERRA, Alzina Rafael. (2002). *La práctica de la orientación y la tutoría*. Ed. Cisspraxis. Barcelona.

BLOS, Peter. (1991). *La transición adolescente*. Ed. Amorrortu. Buenos Aires.

CASTREJON, Díez Jaime. (1985). *Estudiantes, bachillerato y sociedad*. Ed. Colegio de Bachilleres. México.

Comisión Nacional de Población. (2012)

COSULLO, Ma. Martina et al. (1994). *Proyecto de vida y decision vocacional*. Ed. Paidós. Buenos Aires.

DULANTO, Gutiérrez Enrique. (1980). *La familia: medio propiciador o inhibidor del desarrollo humano*. Ed. Hospital Infantil de México. México.

GARCÍA, Sánchez Jesús. (1990). *Cómo intervenir en la escuela (Guía para profesores)*. Ed. Visor. Madrid

HOLLAND, John L. (1971). *Técnica de la elección vocacional: tipos de personalidad y modelos ambientales*. Ed. Trillas. México..



JEANGROS, Erwin. (1959). *Orientación vocacional y profesional*. Ed. Kapelusz. Buenos Aires.

JAULI, Dávila Issac. (2003). *Toma de decisiones y control emocional*". Ed. Cecsá. México.

JOHNSON, Spencer. (2003). *Sí o no: guía práctica para tomar mejores decisiones*". Ed. Empresa Activa. Barcelona, España.

MARCUSCHAMER, E. (2003) *Orientación vocacional*. Ed. Mc Graw. México.

MARTINEZ, Sánchez José Luis. (2004). *El adolescente y sus pares*. Ed. Pearson Educación. Madrid.

MÜLLER, Marina. (2006). *Orientación vocacional: aportes clínicos y educativa*". Ed. Miño y Dávila. Buenos Aires.

PARDO, Barrios Inés. (1999). *Jóvenes construyendo su proyecto de vida*. Ed. Magisterio. Santa Fe de Bogotá.

RASCOVAN. Sergio. (2005). *Orientación vocacional: una perspectiva crítica*. Ed. Paidós. Buenos Aires.

RIVAS, Martínez Francisco. (1988). *Psicología vocacional: enfoques del asesoramiento*. Ed. Morata. Madrid.

RIVELIS, Guillermo. (2007). *Construcción vocacional: ¿carrera o camino?*. Ed. Novedades Educativas. Buenos Aires.

RODRIGUEZ, Ma. Luisa. (1991). *Orientación educativa*. Ed. Ceac. 2da. Edición. Barcelona.

ROIG, Ibáñez José. (1982). *Fundamentos de la orientación escolar y profesional*. Ed. Anaya. Madrid.

ROMO, Aguirre Manuel. (2006). *Tu proyecto de vida: estrategias para identificar tu misión y ordenar tus prioridades*. Ed. Diana. México:

RUMIATI, Rino. (2001). *Decidirse: ¿cómo escoger la opción correcta*. Ed. Paidós. Barcelona.

SANTROCK, John. (2004). *Psicología del desarrollo en la adolescencia*. Ed. McGraw-Hill Interamericana. Madrid.

SCHAIE, K. Warner. (2003). *Psicología de la edad adulta y la vejez*. Ed. Pearson. España.

VÉLAZ de Medrano. (1988). *Orientación e Intervención Psicopedagógica: concepto, modelos, programas y evaluación*. Ed. Aljibe. Málaga.

## ANEXO A

### INSTRUMENTO PARA ALUMNOS

El siguiente cuestionario tiene la finalidad de conocer tu opinión respecto al tema “tu proyecto de vida”, contesta honestamente a las preguntas, su valor es con fines estadísticos.

Escuela: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_ Grado: \_\_\_\_\_

- 1.- ¿Actualmente cursas la materia de orientación?
- 2.- ¿Cuáles son los contenidos que más han atraído tu atención
- 3.- ¿Qué tan importante consideras que es cursar la materia de orientación en tu formación?
- 4.- ¿Cuentas con un orientador, independientemente de tu profesor de orientación?
- 5.- ¿Qué funciones consideras que realiza el orientador en tu escuela?
- 6.- ¿El orientador te ha ayudado a resolver problemas o dudas, ya sea académicos o personal?
- 7.- ¿Al salir del Bachillerato, ya sabes qué actividad realizaras?
- 8.- Si vas a continuar estudiando ¿qué carrera universitaria te interesa? ¿Por qué?
- 9.- ¿Has presentado examen de admisión a alguna Universidad? ¿Cuál?
- 10.- ¿Tienes un plan alternativo en caso de no ser aceptado? ¿Cuál?
- 11.- ¿realizaste algún examen vocacional para conocer carreras afines a tu personalidad?  
¿Dónde?
- 12.- De no querer continuar estudiando ¿Qué actividad realizaras cuando concluyas el Bachillerato?
- 13.- De integrarte al mundo laboral ¿Has pensado en alternativas que te permitan trabajar y estudiar?
- 14.- Para ambos casos ¿Tus padres están de acuerdo con tu decisión (continuar o abandonar tus estudios)? ¿Por qué?

15.- En tu opinión ¿cuáles son los problemas que enfrentan actualmente los adolescentes?

16.- ¿Cuál es tu meta en la vida?

17.- ¿Qué estás haciendo para lograrla?

18.- ¿Te gusta planear tu vida a corto, mediano o largo plazo?

## **ANEXO B** Ficha psicopedagógica

### **DATOS DE LA ESCUELA**

- |                |            |                   |
|----------------|------------|-------------------|
| 1.- ESCUELA:   |            | 3.- TELEFONO:     |
| 2.- DURECCIÓN: |            | 5.- AÑO ESCOLAR:  |
| 4.- CIUDAD:    |            | 8.- No. DE LISTA: |
| 6.- AÑO:       | 7.- GRADO: |                   |

### **DATOS PERSONALES**

- 1.- NOMBRE DEL ALUMNO:
- 2.- FECHA Y LUGAR DE NACIMIENTO:
- 3.- NOMBRE DEL PADRE:
- 4.- OCUPACIÓN:
- 5.- NOMBRE DE LA MADRE:
- 6.- OCUPACIÓN:
- 7.- GRADO MAXIMO DE ESTUDIOS DEL PADRE:
- 8.- GRADO MAXIMO DE ESTUDIOS DE LA MADRE:
- 9.- NUMERO DE HERMANOS:
- 10.- QUE LUGAR OCUPA EN LA FAMILIA:
- 11.- SI TRABAJAS, DÓNDE Y QUÉ ACTIVIDAD:

### **DATOS GENERALES**

- |                             |     |              |
|-----------------------------|-----|--------------|
| 1.-ESCUELA PRIMARIA:        |     | EN QUE AÑOS: |
| 2.-ESCUELA SECUNDARIA:      |     | EN QUE AÑOS: |
| 3.- BACHILLERATO            |     | EN QUE AÑOS: |
| 4.- HAZ REPROBADO MATERIAS: | SI: | NO:          |
| 5.- HAZ REPROBADO, ¿CUÁLES? |     |              |
- 
- |   |          |        |
|---|----------|--------|
| 6.- TUS HABITOS DE ESTUDIO, ¿CÓMO CONSIDERAS QUE SON? |          |        |
| DEFICIENTE:   | REGULAR: | BUENO: |
| EXCELENTE:  |          |        |
| 7.- DESCRIBE LA FORMA EN QUE ESTUDIAS:                |          |        |

## ANEXO C Test de Intereses de Luís Herrera y Montes

### HERRERA Y MONTES

#### ¿CUALES SON TUS INTERESES OCUPACIONES?

Este cuestionario tiene como fin ayudarte a conocer tus verdaderos intereses ocupacionales. Para que pueda dar los mejores resultados es necesario que lo contestes con veracidad y exactitud. Resuélvelo de acuerdo con las siguientes instrucciones:

A medida que leas cada cuestión piensa: ¿qué tanto me gustaría hacer esto? Luego en la HOJA DE RESPUESTAS que se te ha proporcionado por separado, " escribe con un número tu respuesta según se indica enseguida. Si lo que expresa la cuestión te gusta mucho, escribe el No. 4 en el cuadrado correspondiente al número de esa cuestión; **SI** te gusta algo, esto es, sólo en parte, escribe el No. 3; cuando no te agrada pero tampoco te desagrade, es decir, cuando te sea indiferente, anota el No. 2; en el caso de que te desagrade un poco, escribe el No. 1; si te desagrade mucho anota el 0. No olvides que:

4 - Significa "me gusta mucho"

3. - Significa "me gusta algo o en parte"

2 - Significa "me es indiferente, pues ni me gusta ni me disgusta"

1 - Significa "me desagrade algo o en parte"

0 - Significa "me desagrade mucho o totalmente"

Procura no equivocarte de cuadrado ni, saltar ninguno de ellos conforme contestes de izquierda a derecha. Cada cuadrado tiene un número para indicar que ahí debe anotarse la respuesta a la cuestión del mismo número. No escribas nada en este cuestionario, todas las anotaciones las haras en la HOJA DE RESPUESTAS.

## ¿QUE TANTO TE GUSTARIA?

- 1.- Atender y cuidar enfermos.
- 2.- Intervenir activamente en las discusiones de clase.
- 3.- Escribir cuentos, crónicas o artículos.
- 4.- Dibujar y pintar.
- 5.- Cantar en un orfeón estudiantil.
- 6.- Llevar en orden tus libros y cuadernos.
- 7.- Conocer y estudiar la estructura de las plantas y animales.
- 8.- Resolver mecanizaciones numéricas.
- 9.- Armar o desarmar objetos mecánicos.
- 10.- Salir de excursión.
- 11.- Proteger a los muchachos menores del grupo.
- 12.- Ser jefe de una sociedad.
- 13.- Leer obras literarias.
- 14.- Moldear el barro, plastilina o cualquier otro material.
- 15.- Escuchar música clásica.
- 16.- Ordenar y clasificar los libros de una biblioteca.
- 17.- Hacer experimentos en un laboratorio.
- 18.- Resolver problemas de aritmética.
- 19.- Manejar herramienta y maquinaria.
- 20.- Pertenecer a un club de exploradores.
- 21.- Ser miembro de una sociedad de ayuda y asistencia.
- 22.- Dirigir la campaña política de un candidato estudiantil.
- 23.- Hacer versos para una publicación.
- 24.- Encargarse del decorado del lugar para un festival.
- 25.- Aprender a tocar un instrumento musical.
- 26.- Aprender a escribir en máquina y taquigrafía.
- 27.- Investigar el origen de las costumbres de los pueblos.
- 28.- Llevar las cuentas de una institución.
- 29.- Construir objetos u muebles.
- 30.- Trabajar al aire libre fuera de la ciudad.
- 31.- Enseñar a leer a los analfabetos.
- 32.- Hacer propaganda para la difusión de una idea.
- 33.- Representar un papel en una obra teatral.
- 34.- Idear y diseñar el escudo de un club o sociedad.
- 35.- Ser miembro de una asociación musical.
- 36.- Ayudar a calificar pruebas.
- 37.- Estudiar y entender las causas de los movimientos sociales.
- 38.- Explicar a otros cómo resolver problemas de matemáticas.
- 39.- Reparar las instalaciones eléctricas, de gas o de plomería en su casa.
- 40.- Sembrar y plantar en una granja durante las vacaciones.
- 41.- Ayudar a los compañeros en sus dificultades y preocupaciones.
- 42.- Leer biografías de políticos eminentes.
- 43.- Participar en un concurso de oratoria.
- 44.- Diseñar el vestuario para una función teatral.
- 45.- Leer biografías de músicos eminentes.
- 46.- encargarse del archivo y los documentos de una sociedad.
- 47.- Leer revistas y libros científicos.
- 48.- Participar en concursos de matemáticas.
- 49.- Proyectar y dirigir alguna construcción.
- 50.- Atender animales en un rancho durante las vacaciones.

## ¿QUE TANTO LE GUSTARIA TRABAJAR COMO?

- 51.- Funcionario al servicio de las clases humildes.
- 52.- Experto en relaciones sociales de una gran empresa.
- 53.- Escritor en un periódico o empresa editorial.
- 54.- Dibujante profesional en una empresa.
- 55.- Concertista en una sinfónica.
- 56.- Técnico organizador de oficinas.
- 57.- Investigar en un laboratorio.
- 58.- Experto calculista en una institución.
- 59.- Perito mecánico en un gran taller.
- 60.- Técnico cuyas actividades se desempeñen fuera de la ciudad.





## INTERESES

1. INTERESES POR EL SERVICIO SOCIAL: Es el gusto por servir a los demás, y en primer lugar a los necesitados, enfermos, niños y ancianos.
2. INTERES PERSUASIVO: Es el gusto del trato por la gente, a quienes agrada imponer sus puntos de vista, convencer a los demás respecto a algún proyecto, vender algún artículo, etc.
3. INTERES VERBAL: Es el gusto por la lectura o el placer por expresar sus ideas en forma oral o escrita,
4. INTERES POR LAS ARTES PLASTICAS: Es el gusto por hacer trabajos de tipo manual, usando combinaciones de colores, materiales, formas y diseños.
5. INTERES MUSICAL: Es un marcado gusto por tocar instrumentos musicales, cantar, bailar. leer sobre música, asistir a conciertos. estudiar la vida de destacados compositores, etc.
6. ORGANIZACION y OFICINA: Es el gusto por un tipo de trabajo de escritorio que requiere exactitud y precisión.
7. INTERES CIENTIFICO: Es el placer o gusto por investigar la razón de los hechos o de las cosas, en descubrir sus causas y en resolver problemas de distinta índole, por mera curiosidad científica y sin pensar en los beneficios económicos que puedan resultar de la investigación.
8. INTERES POR EL CALCULO NUMERICO: Es el gusto por trabajar con números.
9. INTERES MECANICO: Es la preferencia por trabajar con máquinas y herramientas, construir o arreglar objetos mecánicos, muebles. artefactos eléctricos, etc.
10. INTERES POR ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE: El gusto por pasar la mayor parte del tiempo en el campo, en los bosques o en el mar, también por cultivar plantas y cuidar animales.

HERRERA Y MONTES

¿QUE OPINAS ACERCA DE TUS PROPIAS APTITUDES?

En seguida se presenta una lista de actividades comunes, sobre las cuales pudiste haber tenido alguna experiencia personal. Se desea que tu nos digas qué tan apto te consideras para cada una de ellas. Para indicarlo procederás de la siguiente manera: Leerás cada pregunta y anotarás 0,1,2,3 ó 4, dentro del cuadrado correspondiente a esa cuestión que se halla en la HOJA DE RESPUESTAS, guiándose por las siguientes instrucciones:

Anotarás el 4 si te consideras muy competente.

Anotarás el 3 si te consideras competente.

Anotarás el 2 si te consideras medianamente competente.

Anotarás el 1 si te consideras medianamente competente.

Anotarás el 0 si te consideras incompetente.

Antes de escribir cada número, procura recordar o imaginar en qué consiste la respectiva actividad. Fíjate que no preguntamos si te gustan las actividades citadas, sino si te consideras apto, y en qué grado para aprenderlas o desempeñarlas. Es necesario que seas imparcial y justo en tus apreciaciones ya que se desea tener informes precisos sobre ti para ayudarte en tu problema de orientación.

## ¿QUE TAN APTO TE CONSIDERAS PARA?

- 1.- Tratar y hablar con tacto a las personas.
- 2.- Ser jefe competente de un grupo, equipo o sociedad.
- 3.- Expresarte con facilidad en clase o al participar con tus amigos.
- 4.- Dibujar casa, objetos, figuras humanas.etc.
- 5.- Cantar en un orfeón o grupo coral.
- 6.- Llevar en forma correcta y ordenada los apuntes de la clase.
- 7.- Entender principios y experimentos de Biología.
- 8.- Ejecutar con rapidez y exactitud mecanizaciones aritméticas.
- 9.- Armar y componer objetos mecánicos como chapas, timbres, etc.
- 10.- Actividades que requieren destreza manual.
- 11.- Ser miembro activo y útil en un club o sociedad.
- 12.- Organizar y dirigir festivales, encuentros deportivos, excursiones o campañas sociales.
- 13.- Redactar composiciones o artículos periodísticos.
- 14.- Pintar paisajes.
- 15.- Aprender a tocar un instrumento musical.
- 16.- Ordenar y clasificar debidamente documentos de una oficina.
- 17.- Entender principios y experimentos de Física.
- 18.- Resolver problemas de aritmética.
- 19.- Desarmar, armar y componer objetos complicados.
- 20.- Manejar con habilidad herramientas de carpintería.
- 21.- Colaborar con otros para el bien de la comunidad.
- 22.- Convencer a otros para que hagan lo que tú crees que deben hacer.
- 23.- Componer versos serios o jocosos.
- 24.- Decorar artísticamente un salón, corredor, escenario o patio para un festival.
- 25.- Distinguir cuando alguien desentona en las canciones o piezas musicales.
- 26.- Contestar y redactar correctamente oficios y cartas.
- 27.- Entender principios y experimentos de Química.
- 28.- Resolver rompecabezas numéricos.
- 29.- Resolver rompecabezas de alambre o de madera.
- 30.- Manejar con facilidad herramientas mecánicas como pinzas, llave de tuercas, destornillador.etc.
- 31.- Saber escuchar a otros con paciencia y comprender su punto de vista.
- 32.- Dar órdenes a otros con seguridad y naturalidad.
- 33.- Escribir cuentos, narraciones o historietas.
- 34.- Modelar con barro, plastilina o grabar madera.
- 35.- Aprender a entonar correctamente las canciones de moda.
- 36.- Anotar y manejar con exactitud y rapidez nombres, números y otros datos.
- 37.- Entender principios y hechos económicos y sociales.
- 38.- Resolver problemas de álgebra.
- 39.- Armar y componer muebles.
- 40.- Manejar con habilidad pequeñas piezas y herramientas como agujas, manecillas, joyas, piezas de relojería, etc.
- 41.- Conversar en las reuniones y fiestas con acierto y naturalidad.
- 42.- Dirigir un grupo o equipo en situaciones difíciles o peligrosas.
- 43.- Saber distinguir y apreciar la buena literatura.
- 44.- Saber distinguir y apreciar la buena pintura.
- 45.- Saber distinguir y apreciar la buena música.
- 46.- Encargarse de recibir, anotar y dar recados sin olvidar detalles importantes.
- 47.- Entender las causas que determinan los acontecimientos históricos.
- 48.- Resolver problemas de Geometría.
- 49.- Aprender el funcionamiento de ciertos mecanismos complicados como motores, relojes,

bombas, etc.

- 50.- Hacer con facilidad trazos geométricos con la ayuda de las escuadras, la regla T y el compás.
- 51.- Actuar con "desinterés" y condolencia.
- 52.- Corregir a los demás sin ofenderlos.
- 53.- Exponer juicios públicamente sin preocupación de la crítica.
- 54.- Colaborar en la elaboración de un libro sobre el Arte en la Arquitectura.
- 55.- Dirigir un conjunto musical.
- 56.- Colaborar en el desarrollo de métodos más eficientes de trabajo.
- 57.- Realizar investigaciones científicas teniendo como finalidad la búsqueda de la verdad.
- 58.- Enseñar a resolver problemas de Matemáticas.
- 59.- Inducir a la gente a obtener resultados prácticos.
- 60.- Participar en un concurso de modelismo, de coches, aviones, barcos, etc.

HERRERA Y MONTES  
HOJA DE RESPUESTAS DEL CUESTIONARIO DE APTITUDES

ALUMNO:

MATRICULA:

EDAD:

GRUPO:

FECHA:

—

1      2      3      4      5      6      7      8      9      10

S.S.	E.P.	V.	A.P.	Ms.	Og.	Cl.	Cl.	M.C.	Dt.

S
%

PERFIL DE APTITUDES  
GRAFICAS

24= 100%  
23= 96  
22= 92  
21= 88  
20= 83  
19= 79  
18= 75  
17= 71  
16= 67  
15= 63  
14= 58  
13= 54  
12= 50  
11= 46  
10= 42  
9= 38  
8= 33  
7= 29  
6= 25  
5= 21  
4= 17  
3= 13  
2= 6  
1= 4  
0= 0

100										
90										
80										
70										
60										
50										
40										
30										
20										
10										
0										
	S.S.	E.P.	V.	A.P.	Ms.	Og.	Cl.	Cl.	M.C.	Dt.

## APTITUDES

1. APTITUD PARA EL SERVICIO SOCIAL: Facilidad para comprender problemas humanos y proporcionar ayuda efectiva a quien la necesite.
2. APTITUD EJECUTIV O PERSUASIVA: Facilidad para organizar, supervisar y dirigir a otras personas.
3. APTITUD VERBAL: Facilidad para manejar con propiedad y precisión el lenguaje hablado o escrito.
4. APTITUD ARTISTICO PLASTICA: Habilidad para apreciar o crear obras armónicas en formas y colores.
5. APTITUD MUSICAL: Facilidad para captar, distinguir reproducir y combinar armónicamente los sonidos.
6. APTITUD PARA LA ORGANIZACION: Habilidad para ordenar y sistematizar datos.
7. APTITUD CIENTIFICA: Facilidad para captar la razón de ser los fenómenos, comprender las causas que los provocan y los principios que los explican.
8. APTITUD PARA EL CALCULO: Facilidad para el manejo rápido y eficiente de las operaciones numéricas.
9. APTITUD MECANICO CONSTRUCTIVA: Habilidad para comprender, diseñar, y construir aparatos, así como para proyectar objetos diversos.
10. APTITUD PARA LA DESTREZA MANUAL: Habilidad en el uso de las manos y los dedos, facilidad para la ejecución de movimientos coordinados y precisos.

## INTEGRANDO MIS INTERESES Y MIS APTITUDES

Objetivo: combinar tus intereses y aptitudes

A continuación vas a trabajar una gráfica con tus resultados, ilumina con color azul las columnas que corresponden a tus intereses (I) y con color rojo las columnas que corresponden a tus aptitudes (A), de acuerdo con los porcentajes obtenidos en la unidad anterior. En esta forma obtendrás una grafica conjunta de tus intereses y aptitudes.

Columnas

I= perfil de intereses

A= perfil de aptitudes

	I	A	I	A	I	A	I	A	I	A	I	A	I	A	I	A	I	A	I	A
100																				
90																				
80																				
70																				
60																				
50																				
40																				
30																				
20																				
10																				
0	SS 1	SS 1	EP 2	EP 2	V 3	V 3	AP 4	AP 4	MS 5	MS 5	Og 6	Og 6	Ct 7	Ct 7	CI 8	CI 8	MC 9	MC 9	AI 10	DM 10

Debes poner atención en la última columna, ya que en el perfil de intereses la escala 10 se denomina Actividades al Aire Libre y en el de aptitudes, corresponde a tu Destreza Manual; y por lo tanto no puedes comparar ambos resultados, sin embargo, ambas escalas ayudan a reforzar a otras, por ejemplo, la escla 10 de intereses refuerza las profesiones de Medicina, veterinaria, zootecnia e ingeniería agrícola, entre otras, y la escala 10 de aptitudes que es Destreza Manual, apoya profesiones de instrumentista, piano, artes visuales, cirujano, dentista o médico cirujano, arquitectura y diseño grafico, entre otras.



**ANEXO E** Frases incompletas

**FRASES INCOMPLETAS**

a) Si fuera rico: \_\_\_\_\_

b) La mejor idea que he escuchado o leído es:

\_\_\_\_\_

c) Si pudiera me gustaría cambiar: \_\_\_\_\_

d) Lo que espero de la vida es: \_\_\_\_\_

e) Estoy muy contento cuando: \_\_\_\_\_

f) Me preocupa, principalmente, \_\_\_\_\_

g) Mi meta en la vida es: \_\_\_\_\_

h) A mis padres les gustaría que yo: \_\_\_\_\_

i) Soy: \_\_\_\_\_

j) Mis amigos me consideran: \_\_\_\_\_

k) Creo en: \_\_\_\_\_

l) Si me quedara un día de vida, yo: \_\_\_\_\_

m) Prefiero trabajar... \_\_\_\_\_

n) Espero que mi trabajo: \_\_\_\_\_

o) El mejor consejo que puedo dar es: \_\_\_\_\_

p) Mis programas preferidos de televisión son: \_\_\_\_\_

q) Deseo: \_\_\_\_\_

r) Si sólo pudiera salvar una cosa del fuego sería: \_\_\_\_\_

s) Si pudiera cambiar algo de mí sería: \_\_\_\_\_

t) El mundo sería mejor si: \_\_\_\_\_

u) El mejor momento de mi vida ha sido: \_\_\_\_\_

v) La humanidad ha progresado gracias a: \_\_\_\_\_

w) Me encantaría tomar un curso de: \_\_\_\_\_

x) Cuando leo el periódico (otro) pienso en: \_\_\_\_\_

A continuación, enlista los valores que encontraste en cada una de las frases:

a)	m)
b)	n)
c)	o)
d)	p)
e)	q)
f)	r)
g)	s)
h)	t)
i)	u)
j)	v)
k)	w)
l)	x)

## ANEXO F Cuestionario de Investigación para Elección de Carreras

### CUESTIONARIO DE INVESTIGACIÓN

#### ELECCIÓN DE CARRERAS

1. Nombre de la carrera
2. ¿Cuál es el área del bachillerato en que te debes inscribir para ingresar a esta carrera?
3. ¿Cuáles son las materias específicas de ésta área?
4. ¿Qué escuelas o facultades de la UNAM imparten esta carrera?
5. En caso de que la carrera que pretendes cursar no la imparta la UNAM, ¿Qué instituciones la imparten?
6. ¿Cuáles son las actividades más frecuentes que realiza éste profesional?
7. ¿En qué lugares realizas estas actividades?
8. ¿Cuáles son los instrumentos que utiliza para la realización de su trabajo?
9. ¿En que tipo de instituciones desempeña sus actividades este profesional?
10. ¿Cuáles son los intereses deseables en el estudiante para cursar esta carrera?
11. ¿Cuáles son las aptitudes o habilidades deseables en el estudiante para cursar esta carrera?
12. ¿Cuáles son las materias básicas de esta carrera?
13. ¿Cuáles son las materias complementarias de esta carrera?
14. De acuerdo a tu trayectoria escolar ¿Se te facilita o se te dificultan las materias básicas de esta carrera?
15. ¿Cuáles son los requisitos para ingresar a la carrera que piensas estudiar?
16. ¿Cuál es la duración de esta carrera en las diferentes escuelas de la UNAM?  
(Menciónalas)
17. ¿En qué turno se imparte?
18. ¿Existen áreas de especialización de la Licenciatura?
19. ¿Durante los estudios se realizan prácticas? ¿De qué tipo?
20. ¿Qué tan costosos resultan los talleres, materiales e instrumentos que se utilizan para el estudio de esta carrera?
21. ¿Existen posibilidades de trabajar mientras se estudia?
22. ¿Cuál es la demanda de esta carrera?
23. ¿Se puede ejercer esta carrera en forma independiente?

## 1° Parte

### CUESTIONARIO DE INVESTIGACIÓN ELECCIÓN DE CARRERAS

1. Nombre de la carrera
2. ¿Cuál es el área del bachillerato en que te debes inscribir para ingresar a esta carrera?
3. ¿Cuáles son las materias específicas de ésta área?
4. ¿Qué escuelas o facultades de la UNAM imparten esta carrera?
5. En caso de que la carrera que pretendes cursar no la imparta la UNAM, ¿Qué instituciones la imparten?
6. ¿Cuáles son las actividades más frecuentes que realiza éste profesional?

## 2° Parte

### CUESTIONARIO DE INVESTIGACIÓN ELECCIÓN DE CARRERAS

(Durante esta sesión se analizará de la pregunta 7 a la 15)

7. ¿En qué lugares realizas estas actividades?
8. ¿Cuáles son los instrumentos que utiliza para la realización de su trabajo?
9. ¿En que tipo de instituciones desempeña sus actividades este profesional?
10. ¿Cuáles son los intereses deseables en el estudiante para cursar esta carrera?
11. ¿Cuáles son las aptitudes o habilidades deseables en el estudiante para cursar esta carrera?
12. ¿Cuáles son las materias básicas de esta carrera?
13. ¿Cuáles son las materias complementarias de esta carrera?
14. De acuerdo a tu trayectoria escolar ¿Se te facilita o se te dificultan las materias básicas de esta carrera?
15. ¿Cuáles son los requisitos para ingresar a la carrera que piensas estudiar?

### 3° Parte

#### CUESTIONARIO DE INVESTIGACIÓN

#### ELECCIÓN DE CARRERAS

(Durante esta sesión se analizará de la pregunta 16 a la 23)

16. ¿Cuál es la duración de esta carrera en las diferentes escuelas de la UNAM?  
(Menciónalas)
17. ¿En qué turno se imparte?
18. ¿Existen áreas de especialización de la Licenciatura?
19. ¿Durante los estudios se realizan prácticas? ¿De qué tipo?
20. ¿Qué tan costosos resultan los talleres, materiales e instrumentos que se utilizan para el estudio de esta carrera?
21. ¿Existen posibilidades de trabajar mientras se estudia?
22. ¿Cuál es la demanda de esta carrera?
23. ¿Se puede ejercer esta carrera en forma independiente?

## ANEXO G CUESTIONARIO

### ¿Quién Eres? y ¿Quién quieres ser?

#### 1. Lo que te gusta hacer

Lista las actividades que verdaderamente disfrutas, lo que hace que te sientas a gusto y *contento/a* de hacerlas. Después de listarlas, dales jerarquía poniendo al lado izquierdo el número que te indica su importancia, empezando con el 1 para lo que más te gusta hacer.

#### 2. Lo que haces bien

Lista las actividades en las que eres hábil y capaz. Pueden ser actividades que te gustan o que tienes que hacer aunque no te gusten; pueden ser aburridas, o bien importantes; puedes disfrutarlas o no, lo que importa es que eres capaz de hacerlas bien. Después de listarlas, dales jerarquía poniendo aliado izquierdo el número que te indica su importancia, empezando con el 1 para lo que mejor haces.

#### 3. Lo que haces mal

Lista las actividades que quieres o tienes que hacer y que no haces bien. No consideres las actividades que haces mal y no te interesan o no necesitas hacer. Después de listarlas, dales jerarquía poniendo al lado izquierdo el número que te indica su importancia, empezando con el 1 para lo que haces mal y más te interesa hacer.

#### 4. Lo que te disgusta hacer

Lista las actividades que tienes que hacer y te disgustan, te desagradan o te aburren, y a un lado explica por qué te disgusta cada una.

#### 5. Lo que quieres aprender a hacer bien

Lista las actividades que quieres hacer o que tienes que hacer bien. No tienen que ser realizables de inmediato, pueden ser actividades a mediano o largo plazo. Después de listarlas, dales jerarquía poniendo al lado izquierdo el número que te indica su importancia, empezando con el 1 para la actividad que quieres aprender a hacer mejor.

#### 6. Lo que quieres dejar de hacer

Lista las actividades que quieres dejar de hacer. Cuando termines de listarlas, dales jerarquía poniendo al lado izquierdo el número que te indica su importancia, empezando con el 1 para aquello que quieres eliminar primero.

#### 7. Todo lo que en este momento te gustaría empezar a hacer

Lista las actividades que quieres empezar a hacer y que se te ocurran en este momento; lo que te venga a la mente mientras escribes, sin criticarlo ni juzgarlo.

#### 8. Experiencias de máxima felicidad y satisfacción durante la vida

Lista los momentos formidables en los que te has sentido feliz de estar vivo y de ser tú mismo.

#### 9. Experiencia de máxima felicidad y satisfacción que te gustaría tener en tu vida

Lista los momentos formidables que te gustaría tener, aquellos que le daría sentido y

trascendencia a tu vida, que te harían sentir feliz y a gusto contigo mismo.

10. Resumen de lo que quieres hacer, te gusta, hacer bien o te hace feliz

Ahora lista lo que consideraste con mayor jerarquía (números 1,2 y 3) en los ejercicios 1,2, 5, 7, 8 y 9

11. Resumen de lo que no quieres hacer, te disgusta o haces mal.

Ahora lista lo que consideraste con mayor jerarquía (números 1, 2 y 3) en los ejercicios 3,4 y6

Evalúa tu situación actual señalando el nivel en el que te encuentras en cada uno de los siguientes aspectos; marca las letras que corresponden en cada caso.

MB muy bien      B bien      R regular      M mal

#### Salud y condición física

- |   |    |    |   |   |   |
|---|----|----|---|---|---|
| 1. Deportes   | MB | B  | R | M |   |
| 2. diversiones e intereses                                      |    |    |   |   |   |
| 3. Ingresos (lo que ganas con tu esfuerzo)                      | MB | B  | R | M |   |
| 4. Responsabilidad y compromiso personal                        | MB | B  | R | M |   |
| 5. identidad propia e independencia de criterio y de acción     | MB | B  | R | M |   |
| 6. Claridad de tus valores (tener claro que es valioso para ti) | MB | B  | R | M |   |
| 7. Congruencia entre lo que haces y tus valores                 | MB | B  | R | M |   |
| 8. Confianza en ti mismo  | MB | B  | R | M |   |
| 9. Relación con los demás                                       | MB | B  | R | M |   |
| a) comunicación   |    |    |   | M |   |
| b) responsabilidades compartidas                                | MB | B  | R |   |   |
| c) confianza en los demás                                       |    |    |   |   |   |
| d) aprecio, cercanía éxito                                      |    | MB | B | R | M |
| 11. Confianza en el medio que te rodea                          |    |    |   |   |   |
| a) familia  |    | MB | B | R | M |
| b) escolar  |    |    |   |   |   |
| c) social   |    |    |   |   |   |

Con la información que obtuviste en el ejercicio anterior, decide:

a) ¿Qué áreas necesitas mejorar?

b) ¿Qué quieres hacer para mejorarlas?, ¿Cómo? y ¿Cuándo?

## ANEXO H

### MIS METAS

ASPECTO DE LA VIDA: \_\_\_\_\_  
(Espiritual, intelectual, afectivo/emocional familiar, recreativo, social, corporal, ocupacional, económico)

PLAZO DE LOGRO: (Corto, mediano y largo plazo)

DESCRIPCIÓN DE LA META: (Recuerda que debe ser: escrita, específica, medible, realizable, deben de ponerte a prueba, debe ser visualizable y calendarizable).

---

---

---

---

---

ELEMENTO(S) PARA VISUALIZARLA: puede ser una foto, un dibujo, lo puedes poner como protector de pantalla en tu computadora, etc. Debe ser algo que cada vez que lo veas te motive para lograrlo. Escríbelo aquí:

---

---

---

¿A QUÉ VALOR (ES) O CREENCIA(S) CORRESPONDE ESTA META?

---

---

---

---

---



## **ANEXO I**

### **PLAN DE ACCIÓN**

Con el siguiente formato podrás elaborar específicamente el plan de acción de cada una de tus metas, ahora incluye tu visión y tu misión a corto, mediano y largo plazo.

#### **MIS VALORES, PRINCIPIOS Y CREENCIAS**

---

---

---

---

---

---

---

---

#### **MI VISIÓN**

---

---

---

---

---

---

#### **MI MISIÓN**

---

---

---

---

---

---

#### **ELABORADO EL DÍA:**

---

#### **REVISIONES**

---

---

---

## ANEXO J

### Cuestionario “El tren de la vida”

- 1- fecha
- 2- nombre
- 3- ¿Cómo me gusta que me digan?
- 4- ¿Qué habilidad o talento tengo?
- 5- ¿Con qué canción te identificas?
- 6- ¿Qué película debe ver todo ser humano?
- 7- ¿Con quién te gustaría pasar el último día de tu vida?
- 8- ¿A qué le tienes miedo?
- 9- ¿Qué es lo que mas valoras de tus amigos?
- 10- Define el amor en una sola palabra
- 11- ¿Cuál ha sido la decisión más importante que has tomado en tu vida?
- 12- ¿Qué te gustaría a portar al mundo?
- 13- ¿Cuál ha sido el papel de dios en tu vida?
- 14- ¿Cuál es tu lema en la vida?
- 15- ¿Te gustaría casarte?
- 16- ¿Cuál es tu caricatura favorita?
- 17- ¿Qué opinas de tu familia?
- 18- ¿Cuáles son tus vicios?
- 19- ¿Qué libro ha cambiado tu vida?
- 20- ¿Estas a favor o en contra del aborto?
- 21- ¿cuál es tu meta en la vida?
- 22- ¿Qué estoy haciendo para llegar a mi meta?
- 23- ¿si pudieras cambiar algo de tu vida qué sería?
- 24- ¿Qué te emociona?
- 25- ¿Qué te desanima o decepciona?
- 26- ¿Qué te hace sentir vivo?
- 27- ¿Cuál es tu palabra favorita?
- 28- ¿Cómo quieres ser recordado? (escribe un epitafio)

