



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA

**LA PRÁCTICA DEL ORIENTADOR EDUCATIVO ENFOCADA EN EL TEMA DE AUTOESTIMA EN
LOS ALUMNOS DE SECUNDARIA "PROPUESTA-TALLER: ENFOCADO EN EL TEMA DE LA
AUTOESTIMA, DIRIGIDO A ALUMNOS DE SECUNDARIA"**

PROYECTO INVESTIGACIÓN EN LA MODALIDAD DE TESINA

PRESENTA:

ACUAYTE RODRIGUEZ GHINDALAE

ASESOR:

FLORES GIRÓN MARIO

INDICE

Introducción-----	1
-------------------	---

Capítulo I. El adolescente, la familia y la secundaria

1.1 La adolescencia-----	6
1.1.1 Las tareas del adolescente-----	6
1.1.2 Cambios físicos y psicológicos-----	8
1.2 La adquisición de la identidad durante la adolescencia -----	10
1.3 Ante las necesidades del adolescente-----	12
1.4 El adolescente y su relación con el mundo (la familia y la escuela secundaria) -----	16
1.4.1 El adolescente y la familia-----	16
1.4.2 El adolescente y sus amigos-----	17
1.4.3 El adolescente y la Escuela Secundaria-----	18

Capítulo II. El orientador educativo

2.1 La orientación educativa-----	21
2.2 La labor y función del orientador-----	22
2.3 Modelos de orientación educativa-----	24
2.4 El papel del orientador en el desarrollo de la autoestima del adolescente-----	34

Capítulo III. Actitudes

3.1 El aprendizaje y desarrollo de las actitudes-----	38
3.1.1 La actitud-----	38
3.1.2 El proceso de aprendizaje de las actitudes-----	39
3.2 Las actitudes y centro escolar-----	43
3.3 Factores individuales y sociales que influyen en la formación de las actitudes-----	46
3.3.1 Las actitudes hacia uno mismo-----	47

Capítulo IV. Autoestima

4.1 ¿Qué es la autoestima?	49
4.1.1 La familia como factor de origen de la autoestima.....	52
4.1.2 Importancia y desarrollo de la autoestima durante la adolescencia.....	56
4.1.3 La autoestima del adolescente dentro del ambiente escolar.....	61

Capítulo V. Propuesta-taller: Enfocado en el tema de la autoestima, dirigido a alumnos de secundaria.

5.1 Propuesta	66
---------------------	----

INTRODUCCIÓN

➤ ¿Qué es un taller?	67
➤ Objetivos generales	69
➤ Objetivos específicos	69
➤ Justificación	70
➤ Metodología	70
➤ Material didáctico y recursos	71

5.2 Contenido del taller.....	72
-------------------------------	----

SESIÓN NUMERO 1: Presentación del taller a los alumnos

La adolescencia, sus necesidades e intereses.....	73
---	----

SESIÓN NÚMERO 2: Parte 1: Procesos de socialización y las relaciones humanas.....	76
---	----

SESIÓN NÚMERO 3: Parte 2: Procesos de socialización y las relaciones humanas.....	81
---	----

SESIÓN NÚMERO 4: Parte 1: La autoestima y el juego de la identidad.....	86
---	----

SESIÓN NÚMERO 5: Parte 2: La autoestima y el juego de la identidad.....	89
---	----

Evaluación	94
------------------	----

Limitaciones.....	95
-------------------	----

Conclusiones.....	96
-------------------	----

Bibliografía.....	98
-------------------	----

Introducción

Para abordar esta investigación es necesario partir de la preocupación de ¿Cómo participa el orientador en la labor educativa? Este problema se deriva de que en la mayoría de los casos los orientadores educativos ingresan a un campo laboral desconocido, donde no han sido preparados para orientar y tienden a enfrentar los retos de la práctica orientadora reproduciendo lo que a su vez otros docentes u orientadores suelen realizar de manera cotidiana perdiendo su verdadera función y su objetivo para con los adolescentes

Por lo tanto esta investigación tiene como objetivo primordial brindarle al orientador herramientas y técnicas que ayuden a desarrollar y a mejorar su desempeño profesional precisamente sobre el tema de la autoestima para lo cual fue diseñado un taller dirigido a adolescentes que le servirá como guía y facilitador para percatarse de la problemática del joven en área de la autoestima y pueda diseñar de manera más idónea la forma de trabajar este tema en la adolescencia.

La autoestima es un tema y una experiencia que ha acompañado al hombre desde sus inicios como ser pensante, pero no tenía asignado ese término, este se remonta a finales del siglo XIX con el psicólogo William James en su obra “Los principios de la Psicología”, en los que definía la autoestima como la descomposición de un Yo-global, Yo-conocedor y Yo-conocido. Según James, de este desdoblamiento, del cual todos somos conscientes en mayor o menor grado, nace la autoestima(**JAMES, 1890: 101**).

El concepto de autoestima se aborda desde la escuela humanista como un derecho inalienable de toda persona. Esta implicaba involucrarse en la autorrealización personal y diversos tratamientos psíquicos, como el reconocimiento de por qué las personas tienden a sentirse poco valiosas e insuficientes y que también es indispensable para la vida plena del hombre y que es un factor importante para el equilibrio emocional, cognitivo y práctico.

A día de hoy, en el siglo XXI, la autoestima es aceptada en distintas materias de aplicación, y es considerada un concepto importante para el correcto funcionamiento psicológico del ser humano esta juega un papel importante en el área laboral

del orientador que se enfrenta a la difícil tarea de crear un método de trabajo escolar enfocado a objetivos claros donde se favorezca el aprendizaje y el desarrollo de temas que particularmente se tratan durante la adolescencia como es el caso de la autoestima. Así pues puede resultar un inconveniente que la práctica orientadora este poco capacitada en lo referente al tema de la autoestima, algunos de los indicadores de este problema se pueden visualizar en la medida como el orientador se relaciona y se compromete con la educación y su forma de aceptar o no su responsabilidad de ser un guía para el alumno en el tema de la autoestima.

Además del quehacer del orientador tenemos que tomar en cuenta que en la vida de un ser humano existe una variedad infinita de relaciones sociales que transcurren y van de cierta forma contribuyendo al desarrollo de un individuo, pero la incógnita es: cómo se da la relación con nosotros mismos, bueno, esta es una pregunta algo rara ya que la relación con nosotros mismos implica el conocernos de la forma más honesta y de un encuentro con nosotros mismos sin auto-engañarnos.

También debemos reconocer que la relación que tengamos con nosotros mismos va a influir en la relación que tengamos con los demás y esta auto-relación se va a ver afectada por los factores familiares, educativos, religiosos, éticos y sociales. Para que se vaya dando este vínculo con nosotros mismos tenemos que entrar en un proceso de auto-respeto y esto implica reconocer lo que sentimos, lo que deseamos y lo que somos, sin incurrir a juzgarnos de manera negativa o presuntuosa. De cierta manera el auto-conocernos y auto-aceptarnos tal cual somos está estrechamente familiarizado con nuestra autoestima que es el amar nuestra vida junto con aquellos procesos de desarrollo que nos dan paso a la maduración, a la experimentación, al descubrimiento y al explorar nuestro ser de forma íntegra y respetuosa.

Esta autoestima reflejará el grado de bienestar mental del individuo, así como su desempeño en la vida laboral y en las relaciones sociales que establezca, por lo tanto el éxito y los logros no dependerán precisamente del talento o de las habilidades que tenga el individuo sino de reconocer su capacidad y esto significa entrar en un proceso de auto-reconocimiento. La autoestima es una evaluación consciente de la persona no de sus éxitos o conocimientos adquiridos. Tener una autoestima positiva suele ser

un elemento importante de la persona para ser feliz y tener una buena adaptación socio- emocional y de comunicación con los demás.

Ésta se desarrolla desde que un ser humano nace hasta que muere y un factor que puede influir en una buena o mala autoestima es la familia y la sociedad que le rodea principalmente en la etapa de la infancia, pero en la etapa de la adolescencia, juega un papel muy importante ya que el chico se ve fuertemente afectado por los cambios físicos y psicológicos y, entra en una etapa de adquisición de identidad que se verá influida principalmente por el ambiente escolar. Básicamente consiste en un juicio de autovaloración y los elementos de valoración recibidos así como la forma en que se integran estos, reflejan la evolución o el grado de estabilidad de ésta.

La autoestima es la forma en que asimilamos, procesamos, interiorizamos y proyectamos nuestro mundo externo e interno, es por eso que en nuestro capítulo IV tratamos de dar un panorama más completo de cómo se da esta autoestima en el individuo y sobre todo en la adolescencia tema que se desarrolla en el capítulo I. La adolescencia es una etapa del ser humano en la cual decidimos trabajar porque consideramos que se da la formación de la identidad del chico, es un momento clave y crítico donde el individuo alcanza un grado de madurez inicial que le permite vivir en sociedad y relacionarse con los demás como persona psicosocialmente, también en esta etapa es cuando el adolescente trata de definir sus opciones, sus necesidades, sus aspiraciones y principalmente su afectividad.

En el capítulo II veremos el función y el papel que desempeñe el orientador en el tema de la autoestima ya que es primordial por que este profesional debe tener claras sus funciones y cuáles son las dinámicas más idóneas que debe aplicar dentro del grupo.

Es importante tener claros los objetivos que se quiere alcanzar, en este caso sería el manejo del tema de la autoestima en adolescentes, por lo cual debe equiparse de herramientas y técnicas que lo ayuden a encaminar y a ofrecer estrategias que favorezcan el desarrollo de una autoestima positiva, que actúe como factor protector en la prevención de diferentes problemáticas actuales como: el trastorno de la autoimagen, el fracaso escolar, el consumo de drogas o hasta la violencia.

Normalmente, el problema o el trabajo no está sólo en el alumno, es necesario contextualizar el problema teniendo en cuenta todas las variables que pueden incidir en la problemática, como, el enfoque metodológico, la actitud del alumno, la situación socioeconómica, la calidad de las relaciones intrafamiliares y otros aspectos de interés. Sin dejar a un lado el problema de la personalidad del alumno; su desarrollo afectivo-emotivo y la incidencia del problema en las relaciones de este con el contexto. El orientador debe ser consciente de su doble actuación en todos estos aspectos como especialista en procesos de motivación y como especialista en contenidos del tema.

La orientación debe contribuir al éxito escolar, combatiendo las orientaciones negativas y factores sociales desfavorables que influyan en el abandono del sistema educativo por parte de los alumnos, ésta debe contar con la participación de todos los miembros de la comunidad educativa y sobre todo contar con la participación familiar del adolescente.

Durante la infancia los menores se ven obligados a seguir el modelo familiar y adoptan actitudes tanto negativas como positivas y éstos influyen en el modelo afectivo este tema lo veremos en el Capítulo III. La creencia que el niño tenga en este modelo familiar se reflejará en el cumplimiento de reglas, prácticas y hábitos dentro del hogar, y a su vez facilitará a los padres e hijos un espacio que permita cumplir con las demandas del desarrollo psicosocial del menor sobre todo la del desarrollo de su autoestima.

Cada familia tiene códigos y símbolos relativos al afecto y los transmite por medio del lenguaje verbal o no verbal y sobre todo a través de las actitudes. Este tema de las actitudes lo desarrollaremos en el capítulo IV. Este conjunto de actitudes para vivir y comunicarse tiene su origen en la tradición familiar y a su vez se da, por la herencia cultural de familia en familia.

La participación que tiene el adolescente se da principalmente en la comunidad escolar que es uno de los espacios más importantes del chico ya que se convierte en la primera oportunidad de los menores para ejercer la libertad de sentirse amados y valorados por otras personas que no son su familia, debemos tener cuidado con el tipo de valores que infundimos en los pequeños, las ideas que interiorizamos en ellos, para que éstas comparaciones no los sumerjan en una baja autoestima.

Cuando el adolescente adquiere práctica y desarrolla la capacidad de formar juicios valorativos, encuentra una de las primeras utilidades de tal capacidad, es permitir el poner en tela de juicio muchas cosas acerca de los demás y acerca de sí mismo. Así puede juzgar si es merecedor de la valía positiva o negativa que se le determina porque ya puede valorar que hace y no hace, su participación u omisión, sus razones para actuar de cierta forma y sobre todo la responsabilidad ante su propia vida.

Para finalizar, ésta última reflexión, quien se siente a gusto consigo mismo suele alcanzar el bienestar físico, emocional en la vida, desarrollará su potencial, su creatividad y afrontará con responsabilidad y eficacia los retos que se le planteen.

Capítulo I. El adolescente, la familia y la escuela secundaria

1.1 La Adolescencia

La Organización panamericana de la salud menciona que la adolescencia es un período que tiene sus antecedentes en la infancia y tiene consecuencias en la vida adulta posterior, es un proceso y etapa de transición que se caracteriza por profundos cambios físicos, psicológicos y cognitivos, donde se asienta una nueva organización de la personalidad psicológica y social, acompañada de nuevas necesidades, motivos, capacidades e intereses. (OPS, 1995:1)

El inicio de la adolescencia comienza aproximadamente a partir de los 8 a los 18 años y no está solamente determinado por el crecimiento físico y la preparación de los órganos reproductivos sino también por su desarrollo psicológico. La OMS define la adolescencia como la etapa que va entre los 11 y 19 años, considerándose dos fases, la adolescencia temprana de 12 a 14 años y la adolescencia tardía de 15 a 19 años. (RODRIGUEZ, 2003:104-106)

1.1.1 Las tareas del adolescente

Una de las tareas más importantes dentro de la adolescencia es aprender a ser tu mismo y definir tu propia identidad para llegar a una adultez equilibrada. De hecho, el proceso que marca al adolescente, es el de una verdadera transformación, una especie de revolución generada por el proceso de madurez biológica y psicológica. Este tipo de cambios son verdaderas re-estructuraciones ligadas a los procesos de interacción social, de definición de la identidad y de la toma de responsabilidades.

Por otra parte las dificultades que caracterizan a la adolescencia están relacionadas con los cambios sociales rápidos y marcados, así como la estructura misma de las familias. Es esta etapa donde hay una evolución del pensamiento concreto al abstracto que da como resultado que los adolescentes adquieran la capacidad de pensar en términos del futuro y de explorar, es decir aprovechar sus experiencias y conocimientos para enfrentar y solucionar problemas, situaciones desconocidos hasta entonces.

La etapa de la adolescencia no se vive de manera igual por todos, es normal y posible que algunos(as) adolescentes experimenten estos cambios a temprana o tardía edad. Los adolescentes que se desarrollan demasiado temprano o demasiado tarde tienen sus propias preocupaciones y pueden llegar a sentirse presionados o poco competitivos, etc. Los efectos de la edad en la cual comienzan los cambios de la pubertad, combinados con las formas en que los amigos, los compañeros, la familia y la sociedad en general responden a estos cambios, pueden tener efectos a largo plazo sobre un adolescente. No importa cómo se desarrollen, muchos adolescentes normalmente tienden a tener una perspectiva distorsionada de sí mismos y necesitan que se les asegure que las diferencias en su desarrollo son normales. **(RODRIGUEZ, 2003:104-106)**

Cambios físicos hombres	Cambios físicos mujeres
Da comienzo a los 9 o 14 años Incremento de grasa corporal Los genitales y las gónadas cambian de aspecto aumentan de volumen y configuración Producción de los espermatozoides Crecimiento y maduración del esqueleto proceso que es llamado punto de velocidad máxima (PVM) que da lugar al: Aumento de estatura Ensanchamiento de la espalda y hombros Desarrollo de las glándulas sebáceas Desarrollo de las glándulas sudoríparas Crece vello en axilas, cara (bigote y barba), pecho, piernas, brazos y pubis. - La piel de los pezones y genitales se vuelve más oscura Primera eyaculación Aumento del tejido muscular Crecimiento de la laringe, la faringe y los pulmones (lo que da lugar a una voz más grave en los niños)	Da comienzo a los 8 o 13 años Incremento de grasa corporal Aparición de la menstruación esto es cuando los estrógenos y progesterona provocan en las mujeres cambios en el cuerpo, la maduración y liberación de los óvulos, si el ovulo no resulta ser fertilizado, estos tejidos y células ya no son necesarios, por lo que se convierten en un flujo de sangre y salen del cuerpo por la vía vaginal, la regla dura entre 3 - 7 días, aunque puede haber variaciones. Los genitales y las gónadas cambian de aspecto, configuración y color, crecimiento de los senos y la piel de los pezones Crecimiento y maduración del esqueleto proceso que es llamado punto de velocidad máxima (PVM) que da lugar al: Aumento de estatura Ensanchamiento de caderas Desarrollo de las glándulas sebáceas Desarrollo de las glándulas sudoríparas Tu voz es más fina Crecimiento del vello en las axilas y en el pubis

1.1.2 Cambios físicos y psicológicos

Cambios físicos

La responsable de los cambios que tiene el cuerpo en la adolescencia es una glándula que se encuentra en el cerebro, llamada hipófisis. La hipófisis produce y libera unas sustancias denominadas hormonas que circulan por la sangre y llegan a distintas partes del cuerpo, estas hormonas que dirigen estos cambios son los andrógenos masculinos y los estrógenos femeninos y actúan sobre los testículos de los varones o los ovarios de las mujeres, para estimular la producción de las hormonas sexuales masculinas y femeninas.

Cambios psicológicos

Psicológicamente los adolescentes experimentan sensaciones aparentemente opuestas ya sea de total rabia, o de felicidad desbordada, a veces ambas en cuestión de horas. Hay adolescentes que no comprenden por qué se les quiere "controlar", que quieren más independencia, que a veces se sienten tan inequívocos y otras veces les invade la inseguridad, en ocasiones que se sienten orgullosos y horrorizados, por los cambios físicos de la pubertad que repercuten intensamente en su estado psico-emocional.

El perfil psicológico es transitorio, cambiante y emocionalmente inestable, el desarrollo de su personalidad depende en gran medida de la estructura que se haya forjado en las etapas anteriores en la infancia y de las condiciones sociales, familiares y ambientales que se les ofrezcan y del desarrollo del pensamiento abstracto y formal.

Para Rodríguez (2003) psicológicamente los adolescentes también tienen sus propias preocupaciones que son:

- Identificación y solidificación de amistades afectivas con probable experimentación grupal
- Establecimiento de la identidad sexual, mostrando timidez, moralidad y preocupación por su atractivo físico
- Lucha por la identificación del «Yo», incluyendo la estructuración de su existencia basado en esa identidad.

- Alcanzar la independencia, un proceso de autoafirmación, imprescindible para la madurez social.
- Logros cognitivos y vocacionales; fuerte interés en el presente y limitado enfoque en el futuro.

En las fases más avanzadas, la capacidad de juicio crítico se extiende a sí mismo, de ahí el sentimiento de culpabilidad como característico de la esfera afectiva y por el cual nacen deseos de rectificación por mecanismos de sublimación y racionalización. Las relaciones con el sexo opuesto se hacen más serias, aumenta su capacidad para establecer sus propias metas, el 61.59% de los adolescentes de 12 años en adelante tienden a ponerse irritables al llamarlos o tratarlos como niños. **(A.E.P.N Y A, 1998)**

Cada etapa del crecimiento sigue la ley de la variabilidad individual del desarrollo, esto significa que cada individuo tiene una propia manera de ser y la conserva a través de los años de la adolescencia en el cual influyen diversos factores, como su raza, constitución genética, nutrición, funcionamiento fisiológico y ambiente socio-cultural, se incrementa el afán de hacer planes y cumplir con objetivos, tienden a ser desorganizados y egocéntricos. Este se ve influenciado por las relaciones familiares, la de sus profesores y cada vez más por sus compañeros y su capacidad moral suele no reflejarse en su comportamiento, inicia con pensamientos lógicos y empieza a desplazar pensamientos imaginativos de la infancia.

También acumula conocimientos y aplica nuevos conceptos, su atención está centrada en sí mismo (egocentrismo), tiende a preocuparse por la opinión de otros, así como la aprobación social de sus compañeros, requieren de más intimidad en el hogar, sufren cambios muy fuertes de humor y pueden pasar de la tristeza absoluta a la alegría desbordada en cuestión de horas, sin saber muy bien por qué.

A esta edad suelen cuestionar ciertos principios sociales, morales o éticos. Mayor capacidad para ver las cosas en términos relativos y abstractos, su pensamiento y comportamiento puede estar más centrado en la ironía y el sexo, es la etapa de mayor conflicto con los padres, contradictoria ya que su desarrollo emocional y su desarrollo cognitivo no van al mismo paso, experimenta cierta vulnerabilidad ante posibles preocupaciones, depresiones y trastornos, entiende mejor los acontecimientos que le

rodean más allá de su círculo social inmediato, por lo tanto puede adoptar una nueva conciencia social.

Los cambios psicológicos también influyen en la personalidad que por lo general se refiere a las características únicas y distintivas de cada persona respecto a los demás, la personalidad implica lo predecible en la acción o reacción de una persona ante una circunstancia y es el elemento en que se sostiene el pensamiento, las emociones y la conducta. Cada cambio en la estructura genera una modificación de las funciones respectivas, la personalidad y la conducta del ser humano son el resultado del desarrollo estructural y funcional sustentado en la influencia de la sociedad, el ambiente y la cultura. (DE LA FUENTE,1997:183)

1.2 La adquisición de la identidad durante la adolescencia

Según Erikson “la identidad del adolescente como el origen de la configuración evolutiva, se establece por los cambios progresivos de las identificaciones del “yo” desde la infancia”. La búsqueda de una identidad es la tarea principal del adolescente, él no está seguro de lo que quiere ser pero si está seguro de lo que no quiere ser y teme mucho al fracaso(ORSI, 2000:74).

En el desarrollo de la identidad la etapa de la adolescencia es, sin duda, un momento clave y también crítico, es cuando el individuo alcanza un grado de madurez inicial que le permite vivir en sociedad y relacionarse con los demás como persona psicosociológicamente sana, el adolescente trata de definir opciones, sus aspiraciones y principalmente su afectividad.

La identidad puede responder a la exigencia social de normalidad sin ser acorde con el sentimiento de armonía interna del individuo, por lo tanto la identidad puede estar hundida en la ignorancia personal. El adolescente encuentra su identidad con la realización y satisfacción de sus pulsiones por ello con gran frecuencia se involucra en una serie de conflictos vinculados a las necesidades infantiles todavía latentes y alas necesidades del adulto que se encuentra dentro del cascaron.

En conclusión de que la identidad del yo es una capacidad que emerge como resultado de la evolución del conocimiento intrapersonal en interacción íntima con los factores y las interpretaciones del medio interpersonal y el contexto cultural en general. Así el yo según Gardner es un “procesador de información” o bien como lo decía Erikson es un órgano de experiencias y guía para la acción. **(DULANTO, 2000:167-68)**

Mientras la identidad es inconsciente el auto-concepto es consciente y puede no guardar relación con la identidad verdadera y en alguna medida suele ser engañoso, en muchos adolescentes el auto-concepto depende de la estimación externa (familia, maestros y etc.) y la identidad es un proceso meramente interno del adolescente que se da por medio de experiencias y durante las crisis. De manera paradójica la identidad a su vez se manifiesta como crisis entonces la conciencia o búsqueda de identidad equivale a reconocer el ser del yo, ésta es afectada por una crisis intra-psíquica que la hace incapaz de afrontar y resolver las crisis interpersonales y de la realidad social, cuando no se da una identidad integrada no hay capacidad de elección libre, consciente y responsable, una identidad realizada debe reflejar un yo activo vital capaz de organizar y controlar las estructuras y sistemas mentales de las actividades actuales o potenciales. **(DULANTO, 2000:167-68)**

El desarrollo de la identidad puede también presentarse como el desarrollo del yo y tiene varias funciones:

- Unificación de las representaciones que el adolescente tiene acerca de sí mismo.
- Organización de las defensas de la propia identidad frente a las amenazas del mundo exterior
- Disposición de estrategias de enfrentamiento para adaptarse a la realidad y también para adaptarse activamente a las propias necesidades y aspiraciones.
- Elaboración de la memoria autobiográfica de la persona y el proyecto de un futuro satisfactorio.
- Consolidación de la autonomía e individualización personal **(GIL, 1997:15)**.

Uno de los aspectos más significativos de la identidad personal es la imagen corporal y el concepto de sí mismo como la autoestima y el desarrollo del yo (autorrealización).

Consideramos a la adolescencia y la primera juventud como una etapa crucial de la existencia humana, esta etapa se caracteriza por la búsqueda de una estabilidad definitiva en la estructura de la personalidad y para la adquisición definitiva de valores y actitudes básicas de cara a una cultura solidaria potenciadora de la autoestima.

Ser auténtico es al camino para encontrar mi propia identidad personal.

1.3 Ante las necesidades del adolescente.

Emocional o afectiva

La capacidad del ser humano de dar afecto lo desarrolla a lo largo de la existencia, este no nace humano; se humaniza y se convierte en el seno de la familia y en el ambiente familiar.

El psicólogo estadounidense G. Stanley Hall afirmó que la adolescencia es un periodo de estrés emocional producido por los cambios psicológicos importantes y rápidos que se producen en la pubertad. Sin embargo, los estudios de la antropóloga estadounidense Margaret Mead mostró que el estrés emocional es evitable, aunque estuvo determinado por motivos culturales. Sus conclusiones se basan en la variación existente en distintas culturas respecto a las dificultades en la etapa de transición desde la niñez hasta la condición de adulto. El psicólogo estadounidense de origen alemán Erik Erikson entendió el desarrollo emocional como un proceso psicosocial que continúa a lo largo de toda la vida.(DULANTO, 2000: 208).

Participación para ser aceptado

Indica que el individuo siente ligada la suerte, la consideración y el valor de la propia persona a la manera de como los demás reaccionan frente a ella. El individuo no puede construir su yo independientemente de la experiencia social en la que sean evidentes las valoraciones y las actitudes de los otros por tanto tiene necesidad de participar y ser aceptado, la de tener amigos, de tener experiencias en común con otros individuos. El carácter social de participación-aceptación es un apoyo para la vida del individuo.

La manera de como nosotros nos valoramos no deja de confrontarse con la manera como las otras personas nos valoran.

Sentirse seguro

El individuo busca una respuesta positiva respecto a su capacidad, al valor intrínseco, su estado social sus experiencias emotivas y morales. Cuando la necesidad de seguridad no se satisface o se alimenta surge un sentimiento de culpa, de vergüenza y se alimentan actitudes agresivas o de evasión. Por lo tanto la seguridad no es goce pasivo, más bien este lo hace inseguro y dependiente de lo que los otros hacen y deciden en su lugar, puesto que tiende a no contar con la iniciativa de la personalidad, con la autonomía de sus decisiones.

La inseguridad puede derivar de distintas clases de dificultades: económicas, sociales, emotivas, tiende a invadir toda la personalidad paralizándola o desviándola de alguna de sus fundamentales tendencias.

Independencia

El joven tiende a obrar por sí solo, de decidir de su juegos, de su comida y de su vestido, aquí empieza a advertir el conflicto entre su voluntad y la de sus padres. En el joven su independencia es a menudo negativa y contradictoria, es afirmación de la propia voluntad delegando en otras rápidamente determinadas formas de actividad, se encuentra totalmente inmerso en la familia y ésta es la que constituye el apoyo constante de su personalidad.(BARTOLOME, 1986:113)

La libertad y la independencia se configura en el adolescente como necesidad de construirse una vida propia, de experimentar con éxito que es una personalidad distinta, de tener un camino propio que seguir que no es el mismo que aquel en el que conjuntamente acostumbraban a seguir los miembros de la familia, sentirse distinto de los otros significa querer ser así mismo.

La familia se enfrenta al adolescente para desarrollar su necesidad de independencia.

Comprensión

El adolescente se encuentra en una etapa de mucha inseguridad y en realidad todo su comportamiento demuestra que precisamente tiene necesidad de guía, un patrón que no lo humille, no lo adiestre, no le trate de muchacho incapaz de asumir responsabilidad de libre iniciativa, él necesita un apoyo que lo comprenda.

El adolescente se da cuenta que la comprensión es algo de múltiples aspectos que según el momento y la exigencia se presentan como dominantes ya sea en el ámbito afectivo, bien el moral, o bien el cognoscitivo. Él busca conocerse y comprenderse así mismo y ser comprendido por los demás.

Conocimiento

Es un proceso meramente cognoscitivo, es una tendencia a explorar, encaminada a comprender el porqué de las cosas, de la vida, de los fenómenos en los diversos sectores del comportamiento. La necesidad de conocimiento no es atraída o resuelta en el ambiente del interés propio del objeto, por lo que se debe hablar más bien de necesidad cognoscitiva por sí misma, de necesidad moral o religiosa.

En la adolescencia, precisamente por el hecho de que la capacidad intelectual alcanza, al menos desde el punto de vista instrumental, casi la madurez, la necesidad cognoscitiva no solamente tiende a ampliar su campo de acción sino que también profundiza sus motivos de explicación capaz de abarcar la complejidad de los fenómenos. **(BARTOLOME, 1986:113)**

En suma, éste se ve movido por la exigencia de experimentar nuevas cosas, de ver cómo están hechas y que efectos producen sobre su persona; así mismo experiencias como fumar, beber e incluso algunas relaciones sexuales son a menudo iniciadas por el individuo porque quiere saber en qué consiste. A estas experiencias directas van a unirse las indirectas, las que provee libros, periódicos, revistas, el cine la radio, la televisión, etc. Éstas últimas son necesarias, pero existe el peligro de que adquieran un puesto central, si se cierran en sí mismas y se formalizan reduciendo o empobreciendo el campo de las experiencias directas o de la aventura.

Durante la adolescencia no se producen cambios radicales en las funciones intelectuales, sino que la capacidad para entender problemas complejos se desarrolla gradualmente. El psicólogo francés Jean Piaget determinó que la adolescencia es el inicio de la etapa del pensamiento de las operaciones formales, que puede definirse como una lógica deductiva. También asumió que esta etapa ocurría en todos los individuos sin tener en cuenta las experiencias educativas o ambientales de cada uno.

Moral

Incluimos en la moralidad la necesidad de dar a la propia existencia una explicación coherente, de justificarla, de señalarle un fin; la necesidad de vivir un proyecto en el que corresponde a la inteligencia crear y a la voluntad actuar. La conciencia del conflicto entre inteligencia y voluntad o entre razón o inclinaciones sensibles es muy aguda en el adolescente. No se contenta con reconocer valores en el plano intelectual y racional sino que aspira a vivir según estos, porque solamente haciéndolo así su existencia se justifica a la luz de un ideal o de un fin noble elevado.

Sexual

La necesidad sexual no se refiere a un acto concreto físicamente, al principio de la adolescencia la inmadurez desde el punto de vista heterosexual viene demostrando sea el modo con que se presentan las amistades en los cambios físicos que ocurren en la pubertad estos son los responsables de la aparición del instinto sexual. En esta etapa su satisfacción es complicada, debido tanto a los numerosos tabúes sociales, como a la ausencia de los conocimientos adecuados acerca de la sexualidad. Sin embargo, a partir de la década de 1960, la actividad sexual entre los adolescentes se ha incrementado. Por otro lado, algunos adolescentes no están interesados o no tienen información acerca de los métodos de control de natalidad o los síntomas de las enfermedades de transmisión sexual. Como consecuencia de esto, el número de muchachas que tienen hijos a esta edad y la incidencia de las enfermedades venéreas están aumentando. **(BARTOLOME, 1986:107-117)**

1.4 El adolescente y su relación con el mundo (la familia, las amistades y la escuela secundaria).

La adolescencia es una etapa de incertidumbre, inconsistencia y ambivalencia en donde los límites de parte de los padres no deben ser arbitrarios ni caprichosos, estos deben basarse en valores que se dirijan a la formación del carácter, en la etapa de la adolescencia los padres deben procurar ser permisivos con los sentimientos y deseos de los adolescentes y estrictos para manejar conductas inaceptables. No son los cuates de los adolescentes, si no los vigilantes amistosos, lo bastante fuertes para preservar su animosidad cuando sea necesario mantener los valores y los estándares encaminados a proteger a los adolescentes y a la sociedad donde viven.

1.4.1 El adolescente y la familia (padres)

Como lo menciona Estrada la familia es: **“El núcleo original y primario en que se desenvuelve el hombre”**(ESTRADA, 1997.11)

En el camino de la adolescencia surgen nuevos conflictos dentro del círculo familiar y estos son: la relación de afecto y dependencia de los padres: el deseo del chico en participar en decisiones que les afecta dentro del seno familiar y la tendencia a discutir sobre tareas, deberes y orden.

Esta puede ser la etapa de mayor conflicto con los padres, el chico va en busca de una identidad propia dentro de la familia y tiene el deseo de tomar sus propias decisiones y rebelarse contra las limitaciones o el control de sus padres. Llega un momento en que los hijos adolescentes tienen sus propias ideas, sus puntos de vista, generalmente diferentes que el de los padres, estos jóvenes prefieren estar fuera de casa y relacionarse con personas ajenas al entorno familiar, aunque es algo que a los padres puede no gustarles, es necesario para que el adolescente desarrolle su propia identidad que estén un poco alejados de las influencias familiares.

Existen padres que temen perder el control de la situación, cuando enfrentan el mundo de las drogas, el alcohol y no comparten los nuevos valores de sus hijos adolescentes,

ellos necesitan aprender cómo negociar las normas familiares y que sean aceptables para todos los implicados.

A veces el adolescente actúa con:

- Actitud social reivindicatoria, con tendencias antisociales o asociales de diversa intensidad.
- Contradicciones sucesivas en manifestaciones de la conducta.
- Relación conflictiva con los padres, oscilando entre comportamientos infantiles y la necesidad de separación de los mismos, para el establecimiento de su identidad propia.

1.4.2 El adolescente y sus amigos

Los adolescentes escogen a sus amigos con gustos y aficiones similares, que tienden a compartir confidencialidades. Principia fuertemente el deseo sexual y algunos adolescentes comienzan a formar parejas, las amistades entre chicos y chicas se vuelven frecuentes y la influencia de los amigos sigue siendo clave en el desarrollo personal de una identidad propia.

El adolescente inicia una búsqueda de amistades que dependerá de diferencias individuales y del ambiente cultural donde se desarrolle como la búsqueda de sí mismo y de la identidad, se destaca una tendencia hacia formar grupos.

En la adolescencia la relación con la gente que le rodea tiende a ser más intensa y larga por lo tanto la amistad es importantísima al mismo tiempo, cuando una amistad se rompe en estos años, como a veces sucede, el dolor que produce puede ser muy profundo. Es posible que aparezca el intenso deseo de establecer amistad con otra persona de su edad, en esta época es más fácil establecer relaciones dentro de un grupo, las amistades individuales irán surgiendo después de manera naturalmente.

En la adolescencia cambian las cualidades que el individuo busca en sus amigos, se emplean criterios distintos a los que se utilizarían durante la infancia, existe mayor

interés en preferir amigos del mismo sexo y va descubriendo que no es tan importante la cantidad como la calidad.

1.4.3 El adolescente y la escuela secundaria

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

La educación secundaria en México es obligatoria, su duración es de tres años dentro de un sistema escolarizado pero se puede cursar en un sistema abierto (INEA) y la duración de este puede variar dependiendo del alumno. Esta educación secundaria es parte de la educación básica, se imparte gratuitamente en los planteles del Estado, también se puede cursar en instituciones privadas, por lo general el alumno ingresa a la secundaria a la edad de 12 años y sale a los 15 años normalmente.

En el año de 1926 se decidió crear las escuelas secundarias en México bajo la presidencia de Plutarco Elías Calles y con Manuel Puig Casauranc como secretario de Educación Pública, la educación secundaria surge como un nivel educativo intermedio entre la primaria y la preparatoria ya que no existía el puente necesario entre estos dos niveles, además existe la necesidad de crear un nivel educativo que atendiera a los jóvenes que egresaban de la primaria que sólo tenían la oportunidad de seguir sus estudios en las escuelas técnicas. Aunque la idea no era original, pues en el año de 1856 se creó la Escuela Secundaria para señoritas, también la educación secundaria formaba parte de las escuelas preparatorias, de las escuelas para maestros, institutos, liceos y colegios. **(SAENZ, 1975:430)**

Surge una nueva problemática, las escuelas secundarias debían ser un nivel educativo independiente, por lo tanto no podían estar en manos del Departamento de Enseñanza Primaria, ni de la Escuela Nacional Preparatoria, así que se creó una nueva dependencia de la Secretaría de Educación Pública que se encargaría de su control ya que ninguna de las dos instituciones estaban capacitadas para controlar y dirigir el sistema de escuelas secundarias como una verdadera institución nacional. Se empieza a

desarrollar con más solidez la idea sobre cómo educar a los adolescentes y se comienza a promover la distinción de lo que es propio de los estudios secundarios, los fines que deberían tener según las condiciones de nuestro país, la importancia de ofrecer una formación educativa con métodos, programas específicos, dirigidos a los adolescentes, atendiendo a sus características y necesidades.

Para consolidar este ciclo, la SEP reformó el plan y los programas de estudios con el fin de priorizar el desarrollo de habilidades y actitudes, que buscaba la articulación entre el nivel primario y el secundario al sustituir las áreas de estudio por asignaturas. También se creó el Programa Nacional de Actualización Permanente para Maestros de Educación Básica en servicio (PRONAP), cuya función es facilitar el conocimiento de los contenidos y enfoques de los nuevos planes de estudio, al mismo tiempo que promover la utilización de nuevos métodos, formas de trabajo y recursos didácticos congruentes con los propósitos formativos de la educación básica.

El objetivo es que al terminar la educación secundaria se pretende que el alumno desarrolle las suficientes habilidades, valores y actitudes para lograr un buen desenvolvimiento en la sociedad, que desarrolle su capacidad cognitiva, sus habilidades intelectuales para el aprendizaje crítico de los conocimientos.

El motivo por el cual se hace mención de la Secundaria en este trabajo es porque en este nivel escolar justamente es donde se hace presente la etapa de la adolescencia de la mayor parte de los seres humanos, se considera que es un espacio primordial después del hogar, en la escuela secundaria es donde el adolescente experimenta su capacidad de integración con otros sujetos que no son parte de su familia, la institución también brinda la alternativa de experimentar una estructuración y desestructuración constante no solo a nivel psicológico sino a nivel socioeducativo, es por eso que debemos conocer en qué consiste esta organización escolar ya que esta influirá de manera directa en el desarrollo del adolescente y de su autoestima, el ambiente escolar donde el adolescente este inmerso va a influenciar de gran manera para que el joven fortalezca su autoestima o se deteriore.

En este ambiente escolar el equipo de trabajo (directivos, profesores, orientadores y etc.) es una pieza fundamental con la que el adolescente tendrá que enfrentarse y adaptarse también. Para que esta adaptación se pueda dar en los mejores términos y la

autoestima del chico no se vea dañada no solo dentro del aula si no fuera de ella es necesaria la labor del orientador, así, como conocer sus tareas y los modelos con los cuales tenga que trabajar, con esto le damos entrada al siguiente Capítulo II, El orientador educativo.

Capítulo II. El orientador educativo

2.1 La orientación educativa.

En 1992, se estableció la obligatoriedad de la orientación educativa como asignatura extracurricular. Para conducir a los alumnos al logro de los fines educativos y atender la problemática que se presentaba, se organizó desde su fundación, un área psicopedagógica y un grupo de asesores, que unieron esfuerzos con los trabajadores sociales, directivos y personal docente, para prevenir y abatir problemas de aprendizaje y conducta.

La Orientación Educativa, además de ser una práctica profesional, es un “constructo epistémico que integra saberes de tipo lógico y racional para comprender la realidad” (VUELVAS, 2002:50). En la orientación educativa el objeto de estudio es el alumno que presenta diversas problemáticas que demandan solución, éstas adquieren un sentido sólo en la medida en que docentes y orientadores son conscientes de la actividad específica que desempeñan, una de éstas es la de participar en la socialización de las personas que todavía no están preparadas y la de transmitir, ya que son portadores de valores, ideologías y códigos específicos que adquieren significado por el contexto en el que se desarrollan.

“La orientación educativa es una práctica de cuyo objeto de estudio se enmarca en el contexto de la sociedad global y de la sociedad del conocimiento; por ello, se trata de una práctica histórica y cultural determinada por dicho contexto en donde se mueven los sujetos que la hacen posible: los orientadores”.(MENESES, 2002:83).

Para apoyar esto se encuentra la Dirección General de Orientación Vocacional (DGOV) que tiene como misión apoyar el desarrollo integral de los estudiantes, generando, difundiendo información, asesoría, así como analizar las trayectorias académicas ocupacionales, a fin de mejorar el desempeño y la toma de decisiones para lograr un proyecto de vida y una inserción en el mercado de trabajo congruentes con ellos mismos.

2.2 La labor y función del orientador

La labor más importante del orientador es identificar el problema del estudiante y establecer evaluaciones psicológicas y educativas para detectar la posible existencia de problemas de aprendizaje y evitar la deserción escolar. El orientador tiene la obligación de escuchar al alumno acerca de sus intereses educativos u otras actividades que le interesan para incorporarlas a los proyectos escolares y lograr que puedan tener éxito, es substancial. El orientador fija objetivos alcanzables, preferiblemente junto con el estudiante teniendo en cuenta las debilidades y fortalezas. Su responsabilidad social consiste en hacer de cada día de trabajo una reflexión sobre su actitud frente a su labor y asumir roles específicos que son los de facilitar el conocimiento así como transmitir el sentido y la objetividad institucional a través de un programa.

Este programa debe organizarse y planearse basado en un modelo normativo preferentemente semanal que le ayude a manejar mejor los contenidos con los alumnos y también debe abrirle el espacio para poder observar el comportamiento en clase y registrar toda la información basándose en los objetivos que haya planeado en su programa haciendo hincapié que el alumno es el responsable de cumplir dichos objetivos basados en valores e intereses que sean comunes a los miembros del grupo o comunidad.

El orientador debe ser un especialista y participante activo que genere y propicie un ambiente de convivencia entre los miembros del grupo, este clima de convivencia ha de basarse en normas claras que garanticen el buen funcionamiento en el proceso de desarrollo afectivo y cognitivo del alumno, trabajando el valor de la autoestima. Es elemental que el orientador trabaje en conjunto con los padres de los adolescentes para que estos visualicen el esfuerzo de sus hijos y los puedan ayudar cuando estos no van bien o no tienen un buen desempeño escolar. También se debe informar con regularidad a los directivos, de la situación escolar de los alumnos con problemas de aprendizaje o comportamiento. Por otra parte el orientador debe colaborar con sus compañeros docentes en las actividades planeadas, y canalizar los problemas no resueltos hacia los especialistas o dar aviso a las autoridades competentes.

La Orientación Educativa trabaja dos partes dentro del desarrollo del adolescente: la parte formativa y la parte informativa. La primera no sólo es el manejo de contenidos específicos sobre la solución de problemas dentro de la vida escolar, sino también el medio para expresar lo que piensan y exponer sus problemas ya sea en grupo o de manera individual, y se les pueda dar la oportunidad de reflexionar sobre su propia experiencia en relación con la escuela, la familia, la pareja y sus propias metas personales. La parte formativa es la que le permite estructurar, la que le da sentido, quien le da orden y proyecta sus potencialidades, la segunda es la que le ayuda a “engancharlo” para que recurra al cubículo en donde se le proporciona apoyo personal para permitirle resolver sus problemas de diversa índole, desde los académicos hasta los administrativos.

La función del orientador no es el de “dar clases” porque “no es el objeto ni el sentido de la Orientación, sino atender las necesidades que muestren los estudiantes a través de un diagnóstico elaborado por ellos y que deberán atender a través de la modalidad de talleres.

Recomendaciones para el funcionamiento de la práctica orientadora:

- Identificar el problema.
- Establecer evaluaciones médicas, psicológicas y educativas para detectar la posible existencia de problemas físicos o de aprendizaje.
- Escuchar al alumno sobre sus intereses sobre las materias y otras actividades artísticas y culturales que interesan al estudiante para incorporarlas a los proyectos escolares y lograr que puedan tener éxito.
- Fijar objetivos modestos y alcanzables, preferiblemente junto con el estudiante.
- Identificar debilidades y oportunidades, saber otorgar premios al esfuerzo y desempeño académico.
- Utilizar una ficha de trabajo semanal
- Permitir la reflexión del estudiante haciéndole ver que él es el responsable de cumplir lo que figura en la ficha.
- Animar a los padres para que premien los logros.
- Citar a los padres para hacer indicaciones sobre el comportamiento del adolescente y dar el apoyo indicado, para fortalecer el trabajo cooperativo.
- Realiza otra reunión al cabo de un mes para comprobar los progresos.
- Si las destrezas del alumno no han mejorado, vuelva a definir los objetivos y los criterios.
- Informar regularmente a las directivos de la situación escolar de los alumnos con problemas de aprendizaje
- Brindar cierta ayuda extraordinaria cuando le sea posible.
- Aprueba la tutoría, participando de manera entusiasta en las actividades planeadas para este fin con sus compañeros maestros.

- Canalizar los problemas no resueltos hacia los especialistas
- Decidir cuándo aplicar el sentido común para resolver una problemática.

2.3 Modelos de orientación educativa

En el campo de la orientación los modelos se interpretan como un concepto que se sitúa entre la teoría y la práctica o como “el instrumento que permite acercar la teoría a la práctica, contrastar dicha teoría y servir de marco referencial para investigar e intervenir” (MARTINEZ, 2002:83).

Dentro de la orientación se identifican cuatro modelos:

Modelo de intervención directa o individualizada (Modelo de Counseling).

Este modelo es de intervención directa e individualizada. El término fue introducido por Proctor, Benefield y Warnn (1931). El término se ha utilizado como sinónimo de asesoramiento psicológico y como modelo de orientación. Este modelo se basa en la relación personal directa entre el orientador y el orientado a través de la entrevista como forma de ejercer las funciones orientadoras. Su fundamento teórico hay que buscarlo en las teorías explicativas de la personalidad, (psicoanalista, de la psicología individual, perceptivo-fenomenológicas, racionalistas o de rasgos y factores, conductista, terapia realista, psicoterapia existencialista-logoterapia, del desarrollo, terapia familiar)(MARTINEZ, 2002:100).

Concepto y características

El Counseling consiste en la interacción que se produce entre dos individuos llamados asesor y cliente, en un contexto profesional, como medio que facilita que se produzcan ciertos cambios en la conducta del cliente. Los rasgos más característicos del counseling son: un intencionado aprendizaje para el cliente, una entrevista privada entre orientador y orientado y una relación de persona a persona basada en la confianza mutua de las partes. El counseling es el proceso mediante el cual la estructura del yo se

relaja en el medio seguro de la relación con el terapeuta y se perciben experiencias previamente vividas que se integran en un yo modificador.

El Counseling como relación de ayuda

Esto consiste básicamente en una conversación seria de personas, el orientador y el orientado, con una finalidad: alcanzar un cambio en el comportamiento del orientado de forma que le ayude a avanzar en su propia evolución y realización como persona. En este sentido, la relación tiene un doble contenido: la de ayuda vocacional y la de ajuste vital u orientación personal. *“La actitud del orientador consistirá en motivar positivamente, en proponer modelos atractivo y asequibles, en someter al cliente a ejercicios que guarden relación con los comportamientos que se quieren reestructurar o en provocar experiencias que requieran el desarrollo del autocontrol de las emociones”*(MARTINEZ, 2002:93).

Son numerosas las escuelas cuya teoría ha servido de marco de referencia para la “Relación de Ayuda”, una clasificación aceptada por los estudiosos del tema es la elaborada por Patterson(1973) que diferencia los siguientes enfoques:

Enfoque racionalistas.- tiene como representante a A. Ellis y Williamson. La teoría se ocupa más en la orientación profesional y escolar. El proceso orientador se centra, a pesar de la importancia que concede al cliente, en el orientador; él es el principal responsable de todo el proceso; la clave del éxito reside en su capacidad para influir sobre la razón, percepción y decisiones del orientado; su misión consiste en proporcionar al cliente una correcta autopercepción de sus estados, rasgos relacionales, valores, hábitos y problemas.

Ellis es el principal representante de Counseling racional-emotivo, plantea existe una fuerte interrelación entre razón y emoción, las cuales deben estar en armonía si se quiere conseguir el equilibrio personal y la eficacia vital.

Enfoque basado en las leyes del aprendizaje.- El Counseling basado en las leyes del aprendizaje es un modelo directivo que permite libertad de decisión al cliente. Con frecuencia se le identifica con la modificación de conducta y tiene gran aceptación sobre

los orientadores escolares, sobre todo aplicado a sujetos con necesidades educativas especiales. (MARTINEZ, 2002:93).

Enfoque gestáltico.- El enfoque gestáltico de F.S. Perls consiste en la consideración de la persona como una totalidad organizada y organizadora de la experiencia. Aquí se parte de la convicción de que la persona es creativa en su medio y responsable de su realidad, esta responsabilidad la conducirá al equilibrio: su metodología consiste en ejercicios de autocontrol, percepción de la realidad juegos de psicodrama.

Enfoque centrado en el cliente.- Su principal representante es Rogers. La idea base que fundamenta toda su teoría es su optimismo radical respecto del ser humano, al que define con los rasgos siguientes: a) un organismo con capacidad tanto para conocerse a si mismo como para resolver sus propios problemas; b) personal libre y capaz de asumir compromisos; c) un ser en continuo proceso de cambio. La relación de ayuda basada en la teoría de Rogers se realiza a través de la interacción de tres elementos fundamentales: el terapeuta orientador, el cliente u orientado y la relación interpersonal.

Enfoque ecléctico.- El principal representante es F.C. Thorne. Este consiste en la consideración positiva de la persona, su creencia en la tendencia al pleno funcionamiento para conseguir el balance y homeostasis, consecuentemente la autorrealización. Entiende a la persona como un todo y se interroga, no solo sobre la dinámica de la organización personal, sino también del origen de dicho dinamismo, de las fuerzas que actúan en la determinación del comportamiento humano y de la influencia del consciente y del inconsciente.

Las técnicas más utilizadas son: escucha pasiva, silencio, asociación libre de ideas, catarsis, reflejos de sentimientos, relajamiento emocional, etc. (MARTINEZ, 2002:110).

Valoración del Counseling

Este modelo tiene las ventajas de cualquier intervención directa y personalizada, en la que la relación personal es fundamental. Sin embargo, puede ser arriesgado asumir dicho modelo en exclusividad en orientación escolar por su escasa relación con el proceso educativo, porque va dirigido a un escaso número de destinatarios, lo que

conlleva un alto costo de energía y por su incapacidad para atender a la diversidad de problemas que debería abordar.

Relación entre el Counseling, Orientación y asesoramiento

En psicología, orientación y últimamente en psicopedagogía el término asesoramiento significa siempre ayuda entendida en su relación práctica desde tres enfoques: asesoramiento como orientación, asesoramiento como información y asesoramiento como consejo. Su acción está más orientada hacia los grupos ejerciendo funciones de información y ayuda en la toma de decisiones, las instituciones ejercen funciones de consejo técnico en tareas de planificación, diagnóstico, toma de decisiones, desarrollo de programas y evaluación de la propia institución.

Asesoramiento como información.- su finalidad es la de dar o enseñar a buscar la información, orientar sobre los recursos materiales y humanos, familiares, sociales e institucionales.

Asesoramiento como orientación.- adopta la forma de ayuda sistemática que una persona calificada profesionalmente presta a un sujeto, a un grupo o a una institución.

Asesoramiento como consejo.- tiene un carácter técnico entendido como la ayuda de especialistas específicos, su función es investigar, dictaminar, estudiar e informar sobre cómo debe realizarse una actividad.

Modelo de servicios

Este modelo es el más difundido en las instituciones públicas y también el que ha gozado de mayor aceptación entre los usuarios, sirviendo de marco referencial y sistematización del trabajo de profesionales de distintos campos. Éste trata de dar respuesta a las necesidades y demandas sociales; tanto la estructuración como la evolución de los propios servicios.

Concepto y características

El modelo de servicios corresponde a la modalidad de inversión directa grupal. Como características diferenciales destacamos:

- Su carácter público y social
- Se centra más en los alumnos con dificultades
- Actúa más sobre el problema que sobre el contexto
- Actúa más por funciones que por objetivos
- Estar ubicados fuera de los centros escolares (CODES, 2002, p.90)

Su eficacia viene determinada en gran medida por el tipo de relación que establecen en el centro escolar y por el tiempo que dedican a la institución que los contrata; la dificultad principal estriba en que no pueden llevar un seguimiento sistemático de los alumnos, ni contar con la necesaria colaboración de padres, tutores y profesores. Las funciones que tienen que desarrollar los orientadores en este modelo son variadas y dependen en gran medida de las demandas de apoyo que les solicite la institución contratante y estas pueden ser: informativa, diagnóstica-evaluativa, preventiva, terapéutica, etc.

Valoración del modelo de servicios

Algunos de los aspectos positivos consisten en la proporción de información a los agentes educativos sobre los alumnos; favorecer la distribución y el ajuste de los alumnos; colaborar con el tutor/ profesor y con los padres; conectar al centro con los demás servicios de la comunidad.

Pero también ha sido criticado debido a que se le ha considerado un modelo reactivocentrado en el especialista, se ha centrado en problemas existentes y se ha olvidado de las de tipo preventivos, atiende a una población limitada, otra crítica es la de actuar sobre el problema desconociendo el contexto, se le atribuye también su escaso rigor científico en la evaluación de su actividad. El modelo ha jugado un papel muy importante en la innovación educativa: orientación personal, escolar y vocacional del alumno, asesoramiento al profesor, investigación sobre procesos de aprendizaje, integración de alumnos con necesidades educativas especiales, apoyo técnico a los centros, mejora de la calidad de la enseñanza.

Modelo de programas

Su mejor representante fue Myers(1941), inicialmente se entendió como programa educativo para la mejora de los aprendizajes sociales desarrollado por los profesores en la escuela, posteriormente como programa dirigido a los aprendizajes personales, por ultimo como programa de desarrollo integral de todas las actuaciones orientadoras desarrolladas dentro del proceso educativo global.(MARTINEZ, 2002:93).

Conceptualización del modelo

Este modelo se nutre de varias teorías y hace mención de tres núcleos de referencia:

1.- Premisas básicas de la orientación escolar en el modelo de programas

La orientación educativa se concibe como un programa con características similares a cualquier otro programa educativo, lo que implica personal profesional, materiales y recursos, también debe incluir información, mediación, orientación personal, seguimiento y estar basado en la teoría del desarrollo. Deberán estar más centrados en ayudar a los alumnos a identificar y desarrollar competencias.

2.- Características específicas del modelo

Se basa en la psicología del desarrollo, va dirigida a todos los sujetos, se desarrolla en función de las necesidades del centro-individuo. Su función principalmente es preventiva y de desarrollo, y permite más interrelación curriculum-orientación, permite la colaboración con otros profesionales en el diseño y elaboración del programa. El modelo tiene la capacidad para atender a un gran número de usuarios y para integrar los intereses de los grupos que constituye la institución. Tiene una gran versatilidad de programas con los que atender las necesidades de la institución escolar. Aquí los orientadores tienen sus funciones específicas que son las de diagnosticar y evaluar los problemas a los que se dirige el programa; planificar, diseñar e implementar dicho programa.

3.- Elementos constitutivos del modelo

Esto se refiere al programa, a los destinatarios del programa a los ejecutores de dicho programa y al contexto de intervención.

Concepto de programa de orientación.

El programa es más que una secuencia de actividades o una relación de contenidos, es una propuesta consensuada y de equipo, capaz de ser integrada en el desarrollo curricular del centro, actuar en interacción con el entorno de los centros; además ha de estar fundamentada en bases teóricas explícitas apoyada institucionalmente, contar con los recursos materiales y humanos adecuados para ser evaluados.

Un programa es una oferta educativa u orientadora dirigida al desarrollo personal y social de sus destinatarios que persigue:

- a) Incrementar la efectividad profesional
- b) Desarrollar la práctica profesional(CODES, 2002:p.113)

Tipos de programas

En los medios académicos y entre orientadores escolares escasi universalmente admitida la siguiente; la clasificación responde a criterios de finalidad y temática:

Programa de desarrollo personal.- Se les conoce también como programas de educación psicológica, humanista y afectiva. Se basan en los principios de la prevención y el desarrollo, los fundamentos teóricos están basados en las corrientes psicológicas humanistas, evolutiva de desarrollo y conductista. Su objetivo es desarrollar en el sujeto las competencias psicológicas precisas para que pueda enfrentar los riesgos, dificultades y problemas de la vida con el menor costo posible.

Programa para el desarrollo vocacional.- Las bases teóricas en las que se fundamentan son diversas:

Teorías Procesuales: es la elección profesional que se inserta en un proceso formado por estadios que el sujeto va superando progresivamente a lo largo de la vida

Teorías Evolutivas: es la cual la elección profesional se relaciona íntimamente con los principios de la psicología evolutiva, los estadios de desarrollo del ser humano y el autoconcepto.

Teorías de la personalidad: es la cual defiende que las referencias profesionales son manifestación de las características de personalidad de los sujetos

Teorías del azar: sostiene que el azar determina la elección profesional

Teorías eclécticas: defiende que la elección profesional tiene que satisfacer las necesidades del sujeto.

Programas para la transición de etapas educativas.- Los objetivos específicos se concentran en el desarrollo de aptitudes profesionales y la cualificación profesional. Los contenidos que trabaja son: habilidades personales de comunicación y desarrollo de valores, conocimiento del mundo laboral y de búsqueda de empleo.

Programas centrados en la prevención.- Se fundamenta en los principios de prevención y de intervención actuando sobre el contexto que genera el problema. Existen diferentes modelos de programas preventivos, los más relevantes y conocidos proceden del mundo anglosajón y son:

- El modelo R.M. Clark (1981) pretende que los escolares descubran muy pronto sus características cognitivas, sociales y afectivas
- C. Morgan (1984) es un programa de orientación afectiva con el que se pretende que los escolares se conozcan a sí mismos y a los demás, adquieran habilidades para tomar decisiones y podervivir una vida productiva y enriquecedora.
- C. Sheldon y C.D. Morgan (1984) el programa persigue reconocer, definir, preservar y promover las potencialidades del alumno en los aspectos cognitivos y afectivos.
- El modelo del "West Virginia Department of Education"(Wilson,1984)

Este se a diseñado en función de cuatro grandes bloques de objetivos:

- 1.- Desarrollar en el alumno el autoconocimiento
- 2.- Adquisición de conocimiento del medio en el que se desarrolla
- 3.- Desarrollar relaciones interpersonales eficaces
- 4.- Desarrollar habilidades necesarias para la toma de decisiones

Programas de orientación Familiar

El modelo centrado en la familia propone:

- La formación de los padres en temas relacionados con la paternidad responsable, prevención de problemas, atención a la diversidad, desarrollo del proceso enseñanza-aprendizaje de los hijos.
- Desarrollar el sentimiento de control y de competencia para la gestión de los recursos materiales y humanos del grupo familiar.
- Desarrollar las habilidades necesarias para el desarrollo de relaciones familiares satisfactorias.

Los programas para la formación de padres tratan de mejorar el desarrollo de los hijos apoyando a los padres de formas diversas: dándoles información, asesorándolos, prestándoles ayuda o entrenándolos en estrategias.

Diseño de programas

Todo programa comprensivo consta de los siguientes componentes:

- 1.- Principios básicos de diseño: programa educativo independiente, programa integrable, programa para el desarrollo, programa equitativo.
- 2.- Recursos: personal cualificado, ratio personal cualificado/destinatarios, disponibilidad del orientador, infraestructura, materiales.
- 3.- Tipos de intervención: directa personalizada:counseling, directa en grupo: guidance, indirecta tipo consulta, indirecta tipo coordinación, seguimiento y evaluación del problema.
- 4.- Otros: revisión, renovación y clima en que ha de aplicarse el programa

(CODES, 2002:117)

El diseño del programa comprensivo de orientación escolar ha de hacerse siguiendo un proceso compuesto por diferentes fases:

Primera fase: detección, análisis, valoración de necesidades y de problemas. Implica evaluar con un diagnostico las necesidades de los destinatarios o las causas que motivan la elaboración y aplicación del programa.

Segunda fase: determinación de los presupuestos teóricos fundamentales del programa. Se especifican los presupuestos científicos, teorías explicativas, escuelas psicológicas o psicopedagógicas que darán soporte a las actuaciones de los orientadores.

Tercera fase: diseño del programa. Se explicitan los componentes del programa en los distintos niveles de concreción: definición del servicio, destinatarios, objetivos, áreas, contenidos, agentes, metodología, etc.

Cuarta fase: planificación y ejecución de la aplicación. Aquí se delimitan responsabilidades, se reestructura el programa en función de las situaciones concretas.

Quinta fase: planificación y ejecución de la evaluación, se especifican los criterios de evaluación, el grado esperado de rendimiento, la relación coste/beneficio, grado de satisfacción. (CODES, 2002:117)

Evaluación del programa.

Características:

- La evaluación de programas se realiza a través de un proceso sistemático voluntario e intencional, continuo y secuencial.
- Dicho proceso sistemático se realiza en base a datos recogidos de forma sistemática.
- La evaluación se dirigirá a todos los elementos del programa: objetivos, contenidos, actividades, métodos didácticos, estructura organizativa, materiales, resultados, etc.
- El objetivo prioritario en la evaluación de programas consiste en obtener datos sobre el programa y sobre la aplicación del mismo con el fin de tomar decisiones, constatar su eficacia, como se logran los objetivos, consecuencias y optimización de dicho programa.

Ventajas:

- Atiende problemas reales y se realiza en los lugares donde dichos problemas acontecen
- La selección de los problemas que son objeto de investigación se realiza en función de las necesidades
- Tiene como finalidad mejorar la práctica de la orientación, la mejor comprensión de las causas de dicha eficacia y de los efectos residuales de la intervención.
- Permite la participación de mayor número de agentes de la intervención en todo el proceso
- Los resultados de la investigación se toman como punto de partida para la mejora del diseño de investigación
- Tiene en cuenta el mayor número de variables tanto de entrada, como de proceso y de producto
- Busca el río metodológico sin ahogar la propia dinámica de la investigación
- Contribuye a agilizar los canales de comunicación con los sistemas educativos y sociales en los que se inserta

2.4 El papel del orientador en el desarrollo de la autoestima del adolescente

Entre los efectos positivos que se derivan de un desarrollo adecuado de la autoestima en el adolescente esta:

- Favorece el aprendizaje
- Ayuda a superar las dificultades personales
- Fomenta la responsabilidad
- Desarrolla la creatividad
- Estimula la autonomía personal
- Posibilita una social saludable
- Garantiza la proyección futura de la persona(GIL,1997:11)

Es por estos puntos que una de las tareas más importantes del orientador es educar la autoestima. Cuando esta autoestima se educa favorablemente nuestro adolescente

suele ser más autónomo, responsable, afronta retos, disfruta sus logros, tolera más sus frustraciones y será capaz de influir en otros. Algo que no debemos olvidar nunca es que la autoestima se aprende, que fluctúa y que por lo tanto siempre tenemos la capacidad de reeducarla y mejorarla.

El trabajo del orientador para reeducar esta autoestima en los adolescentes es precisamente buscar pautas concretas que orienten la actuación pedagógica para la educación de la autoestima, basadas en criterios de racionalidad, así como diversas formas y estrategias de intervención educativas tanto dentro como fuera del marco escolar.

Insistimos en la importancia que tiene para la autoestima aprender a reconocer con profundidad y en extensión la dignidad radical del ser humano. Reconocer vitalmente que todo ser humano por limitaciones que tenga, por errores que cometa, merece el respeto incondicional de los demás y de sí mismo.

Dentro del marco escolar las áreas más importantes para desarrollar una autoestima positiva en el alumno son las tres siguientes: pertenencia, competencia y la valía personal. Algo que también tiene que trabajar el orientador para la educación de la autoestima del adolescente es promover una relación positiva en el grupo, un clima participativo y colaboración en el aula que posibilite al alumno a superar su resistencia a revelarse, descubrir en sí mismo y en sus compañeros lo que tienen en común como seres humanos.

En el proceso educativo cualquier momento puede ser oportuno para fomentar la autoestima del alumno, se sustenta en gran medida en el autoconcepto que parte de cierta forma a partir del juicio que los demás mantienen, el autoconcepto es un factor de influencia decisiva en los procesos de enseñanza-aprendizaje, con incidencia en el rendimiento escolar, y que este es susceptible a cambios y modificaciones hasta cierto límite.

La intervención que tenga el orientador en el desarrollo y mejora de la autoestima pretende entrenar habilidades socio-personales que abarquen el plano conductual (que

hace o dice la persona), cognitivo (pensamiento y concepciones personales) y emocional (que sentimos y emociones experimenta).

La conducta y la actitud que el orientador tenga con el adolescente incidirá de manera positiva o negativa en la autoestima del adolescente. Sin duda una buena actitud del orientador facilitará el desarrollo de la autoestima cuando se fomenta la participación activa, la cooperación en el aula y cuando se crea un clima que inspira confianza y no infunde temor, dando protagonismo al alumno, oportunidad de expresarse, de decidir e, incluso de equivocarse.

A continuación expondremos algunas actitudes y conductas que podrían ayudar al orientador a educar la autoestima de los adolescentes dentro del aula:

- Llamarle por su nombre
- Conocerlo y aceptarlo tal como es
- Evitar las comparaciones entre los alumnos y la ridiculización ante el grupo
- Resaltar más sus logros que sus fallas
- Brindar alternativas ante los problemas
- Ser paciente, tolerante y respetuoso con todos los alumnos
- Crear un ambiente de confianza y tranquilidad
- Mostrar solidaridad y empatía al adolescente
- Ser coherente en el hablar y en el actuar
- Equilibrar la paciencia y la exigencia (GIL,1997:29)

El orientador también debe realizar programas educativos encaminados a la consecución de un mayor autoconocimiento, autoestima e integración social por parte de los alumnos. También proporcionar a los alumnos y a sus familias los medios necesarios que permitan la toma de decisiones apropiadas para la mejora de la autoestima según las características de los alumnos. El objetivo del orientador es mejorar la autoestima del adolescente y como consecuencia también mejorar la capacidad de aprendizaje del alumno, el proceso de orientación debe dirigirse a un modelo de enseñanza que asuma un aprendizaje significativo para el alumno en donde se dé un fomento de actividades sobre todo agradables en combinación con otro tipo de

tareas y cuando estas tareas son realizadas adecuadamente refuerzan la autoestima, ya que fomenta el sentido de la competencia personal.

El orientador debe guiarse por un método que contenga una estructura que le permita desarrollar conductas que favorezcan la posibilidad de éxito. La propuesta debe dar respuesta a una gran diversidad de actitudes, intereses, valores, etc., debe intentar minimizar las dificultades que presenten los alumnos mediante la puesta en práctica de programas de desarrollo cognitivo, de habilidades sociales, técnicas de estudio, de trabajo intelectual y sobre todo del desarrollo de la autoestima.

Este capítulo se basa esencialmente en comprender mejor la labor del orientador, labor que al planificarse debe tener en cuenta si este está incluido en un modelo de servicios o en un modelo de programas. En el modelo de servicios, el asesoramiento responde al enfoque directo, puesto que el orientador atiende las solicitudes de sujetos particulares de modo puntual y descontextualizado de la institución escolar.

En el modelo de programas, el asesoramiento es una tarea cuyo propósito es apoyar y potenciar el logro de objetivos educativos en sus diversos niveles de concreción, de un plan de actuación más amplio y general. La toma de decisiones es una responsabilidad básica de los asesores, siendo responsabilidad del asesor facilitar información de calidad y necesaria para ella. Corresponde al orientador realizar la adecuada estructuración del proceso, la elección de estrategias idóneas de búsqueda de información, análisis y valoración de esta. Para que la labor del orientador cumpla con más eficacia sus objetivos y la actitud que este tenga frente al joven sea la idónea es por eso que en nuestro siguiente capítulo hablaremos de cómo se desarrollan esas actitudes desde el adolescente hasta el centro escolar.

Capítulo III. Actitudes

3.1 El aprendizaje y desarrollo de las actitudes.

Existen diferentes maneras de entender la actitud vamos a partir como una “tendencia psicológica que se expresa en la evaluación de un objeto o de una actividad particular con un grado a favor o en contra” (GUITART 2002:11) El objeto de la actitud puede ser cualquier elemento diferenciable del medio en que se encuentra la persona. Las actitudes son tendencias psicológicas que pertenecen al estado interno de la persona y por consecuencia no son observables directamente si no que hay que deducirlas a partir de las respuestas de la persona, éstas pueden ser cognitivas afectivas o comportamentales, estas expresan una idea, una emoción o un comportamiento.

3.1.1La actitud

Un elemento importante de la actitudes la evaluación que se hace del objeto o de la actividad a la que dirigimos la actitud. Esto significa que se puede tener actitudes formadas a partir de ideas, sentimientos o hábitos determinados, además son decisivas en la personalidad del individuo son parte de la personalidad que se forman a partir de factores internos o externos del ser humano que sirven para equilibrar las imposiciones del funcionamiento interno y del ambiente. Son por lo tanto, individuales, se forman y se modifican siguiendo procesos psicológicos que operan en el individuo en función de su persona, de su historia o de la influencia que ejercen en él los grupos sociales con los que se relaciona. Las actitudes son adquiridas y se reproducen a lo largo de toda la vida de un individuo esto las hace dinámicas así como educables. Las actitudes tienen características y funciones diversas: son aparentemente estables, aunque están abiertas al cambio. Las actitudes se extienden generalizándose hasta llegar al sistema de valores u otro tipo de procesos psicológicos, como la formación de juicios sociales, el procesamiento de información, el aprendizaje y la organización del universo cognitivo. (GUITART 2002:14)

Las actitudes sirven para ordenar y dotar de significado aspectos del medio social en el que la persona se mueve, para dirigir su percepción sobre aquello con lo que se relaciona. Éstas pueden influir en cada paso de la secuencia del proceso de información, incluida la atención, la codificación, la comprensión, la interpretación, la elaboración y la memoria, esta influencia se ejerce como consecuencia de llevar a cabo una interpretación selectiva que puede afectar a la clasificación y al etiquetado de la información, a la interpretación de las acciones y a las predicciones de los comportamientos futuros. Las actitudes pueden ejercer efectos profundos en la percepción que los individuos tienen de su mundo social como son los valores, normas y hábitos.

Los valores son uno de los elementos que más relación tiene con las actitudes podemos entenderlos como un marco referencial de juicio y patrón de orientación de la vida de la persona que pertenece el ámbito del conocimiento del sujeto y que incluye el concepto individual de lo que es deseable, existen valores morales, cívicos, estéticos y profesionales. “Los valores son creencias prescriptivas, convicciones de lo que es preferible, obligatorias por el hecho de que producen satisfacción por que lleva al sujeto a exaltar el autoconcepto al considerarse competente y moral”. (GUITART, 2002:56) Los valores orientan, guían la vida y la actividad humana, también determinan las actitudes o las conductas, por lo tanto, las actitudes dependen de los valores. El valor es el concepto de lo preferible, la actitud es la preferencia o no hacia un objeto dado; el valor es un ideal que trasciende las situaciones mientras que la actitud hace referencias a situaciones concretas. Las actitudes son las concreciones de los valores.

3.1.2 El proceso de aprendizaje de las actitudes

Uno de los procesos de aprendizaje de las actitudes se da a partir de la experiencia del aprendiz en relación con el objeto de la actitud y la reflexión de las consecuencias de propias acciones, otro de los procesos es el análisis de las demás personas, aquí el aprendizaje se produce mediante la información que proporciona la observación de las acciones de las demás personas así como la consecuencia de sus acciones y esto lleva con frecuencia al chico a un proceso de imitación de modelos, éste proceso se relaciona con la adquisición de actitudes

Cuando se analizan los componentes estructurales de las actitudes tendríamos que asentarlas sobre tres componentes básicos (Katz, 1960; Triandis, 1964):

- a) Componente cognitivo: se refleja en opiniones sobre hechos u objetos sociales
- b) Componente afectivo: sentimiento o emoción negativo o positivo que está ligado al objeto
- c) Componente de acción: estado de predisposición o tendencia a responder o actuar de determinada manera.(ORSI,2000: 67)

Al igual que los estereotipos, las actitudes prejuzgan la solución determinando de antemano nuestra disposición, nuestra forma de reaccionar ante los hechos y experiencias nuevas, las actitudes nos proporcionan un marco referencial: las actitudes son hábitos mentales.

La actitud es un estado disposicional no específico de composición cognitivo-afectiva y motivacional, que intervienen en el desarrollo de funciones adaptativas o defensivas del sujeto. Su modo de organización estará determinado por:

- a) La estructura básica de personalidad
- b) La influencia que esta ejerza sobre las aptitudes cognitivas, afectivas y conativas
- c) La conformación de una orientación caracterológica o ideológica.(GUITART, 2002:26)

Las actitudes se adquieren mediante el aprendizaje, éstas son adquiridas a partir de las interacciones y experiencias sociales significativas en un contexto determinado, la influencia que recibe la persona puede no tener la misma orientación: contextos diferentes pueden estar confrontados por los valores que los presiden, por las pautas de conducta que propician, o los intereses que predominan en ellos. Existen diferentes agentes que interaccionan con el sujeto y ejercen cierta influencia estos son: la sociedad, los medios de comunicación, la familia, el grupo de niños que le rodea y el centro escolar

La sociedad.-La sociedad se conforma como un contexto de influencias que da pautas culturales sobre aspectos básicos de supervivencia, conducta, pensamientos,

sentimientos, relación con los demás y en el ámbito actitudinal, valores o actitudes determinados. La socialización es un proceso de interiorización de las normas sociales mediante el cual el individuo convierte la cultura que lo rodea a sus aspectos fundamentales en algo propio.

Los medios de comunicación.- los medios de comunicación ayudan a formar la personalidad del individuo, así como sus actitudes, también se han convertido en los configuradores de la apreciación e interpretación de la realidad, así como en los promotores de modelos personales que hay que imitar a partir de las propuestas que ofrecen sobre su conductas, interrelaciones personales o resolución de conflictos.

Un medio de comunicación importante que influencia al individuo es el uso de la imagen, la información que proporciona es presencial y emotiva más que racional, estas imágenes se producen tan rápido que el usuario tiene que hacer un reconocimiento instantáneo, de percepción y no de decodificación, la redundancia y el poder normativo están inmersos en los medios de comunicación el receptor de la información recibe mensajes redundantes que le remiten a un referente que ya conoce con esquemas, conductas y valores determinados. El aprendizaje que estos medios de comunicación ejercen, carecen de mecanismos racionales, lógicos y conscientes, manejan más elementos emotivos o inconscientes. La televisión es, actualmente, un medio de transmisión y de inculcación ideológica, que transmite maneras de entender el mundo; es un medio de transmisión de valores, actitudes, pautas conductuales ajenas en ocasiones al ámbito cultural real. (GUITART, 2002:26)

La familia.- La familia es el primer grupo social con el que se relaciona el niño, este núcleo ejerce una gran influencia en cada uno de sus miembros y a la vez todo miembro familiar influye en este núcleo así como las interacciones que se establecen en el mismo. La relación afectiva que se mantienen en el núcleo familiar durante la infancia, así como el contacto directo en espacio y tiempo que el establece son fuentes importantes en la creación y modulación de la personalidad, por lo tanto en las actitudes. Los patrones culturales asumidos por los progenitores condicionan los valores y las conductas que transmiten a sus hijos, en este sentido son los transmisores del ambiente sociocultural en los que se encuentran inmersos. Lo que se transmite es una interpretación de los padres y ellos a su vez introducen aspectos personales y

condicionantes que vienen dados por las circunstancias particulares en las que se encuentran. Las características concretas que tenga una familia, así como la relación que mantengan sus miembros, hacen posible que los valores y las actitudes tengan orientaciones determinadas, así en función de la estructura familiar, el nivel cultural, los roles que asuman los miembros, los valores y las actitudes que demuestren, las expectativas que tengan, las conductas que refuercen o rechacen se potenciará un tipo de valores y actitudes.

El grupo de amigos y compañeros.-El grupo de amigos es un núcleo que socializa al chico y hace de puente entre cada uno de ellos y la sociedad adulta, sirve por ese motivo, como contexto de aprendizaje de integración social y relaciones. Es también un contexto que hace posible el aprendizaje desde el punto personal, comportamental, intelectual y afectivo. El grupo es el contexto ideal para establecer relaciones entre iguales y posibilita el desarrollo de capacidades cognitivas, afectivas o morales. Este es un espacio en el que los chicos pueden expresarse, hablar, participar con protagonismo, sentirse acogido ya que el grupo tiene las mismas necesidades, inquietudes, interés y problemas. Si el chico se siente aceptado por el grupo eso le brinda estabilidad afectiva, seguridad y motivación para ejecutar sus tarea surge de manera marcada la imitación entre iguales y se refleja en el ámbito comportamental, cognitivo, afectivo y moral, por lo tanto el grupo es un elemento de influencia como patrón de conducta, el grupo tiende a unificar actitudes, conductas, pensamientos, expectativas y maneras de actuar, la influencia del grupo en el individuo ya sea positivo o negativo es un medio importante de aprendizaje actitudinal.(GUITART, 2002:26)

El centro escolar.-El centro escolar es un contexto educativo donde se da un importante aprendizaje actitudinal específico y tiene como objetivo que sus miembros adquieran las competencias necesarias para participar en la vida pública y en el mundo laboral, y pretende desarrollar en ellos un conjunto de conocimientos y de habilidades para su desarrollo personal. El centro escolar se conforma como un espacio y un conjunto de personas que ofrecen modelos, que llevan a cabo maneras de ser y de comportarse que están inmersas de valores y de actitudes determinadas.

La socialización que el centro escolar proporciona también se caracteriza por la transmisión de valores y de actitudes en el alumnado pero estos se ven afectados por

los objetivos de los docentes que están establecidos por la administración educativa y por el mismo centro y éstas a su vez por las características de la sociedad en la se encuentra la institución escolar que reproduce en sus miembros valores, actitudes, conductas y conocimientos. El centro escolar está ligado a la estructura, al sistema de valores sociales, éste dispone de mecanismos y de diversos modelos para organizar el aprendizaje, estos mecanismos establecidos y reconocidos en el ámbito escolar hacen posible una libertad de acción con eficacia inexistente en otros ámbitos.

3.2 Las actitudes y el centro escolar

El centro escolar tiene explícitamente una intencionalidad educativa y es aquí donde reside su potencialidad como medio educativo. Esta intencionalidad es la que provoca que el centro escolar adecue las estrategias de enseñanza a ciertos objetivos a alcanzar, este disfruta de la posibilidad de ofrecer las condiciones necesarias para que los elementos que existen alrededor del alumno tengan las características y cumplan las condiciones para que el aprendizaje se pueda llevar a cabo de la manera más provechosa, significativa y funcional.(GUITART, 2002:23)

La interacción dentro del centro escolar hace posible no solo que el profesorado ofrezca modelos de comportamiento, cognitivos y afectivos, sino que también proporcione la ayuda necesaria para mostrar al alumnado los caminos que pueden explorar. El contexto posibilita también el aprendizaje actitudinal, puede llegar a ser asumido si el ambiente en el que se produce es propicio y proporciona al alumno las condiciones necesarias para que se adquiera.

El profesor es un elemento importante que interviene en el aprendizaje del alumnado de manera más concreta, así como la concepción que tiene sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje; la información que proporciona en el enfoque de la enseñanza y también las opciones de aprendizaje ofrecidas al aprendiz. El alumno aprende de maneras diversas y utiliza mecanismos diferentes, éste puede aprender por observación o construcción, por mecanismos de aprendizaje conscientes e intencionados o poco conscientes, el estudiante no solo aprende a partir de lo que promueve el profesorado, sino también a partir de las rutinas, de los ambientes creados o de la observación de

modelos o de todo aquello que le rodea dentro del centro escolar y de las relaciones que allí establece.

El aprendizaje le exige poner en juego capacidades y necesidades personales no solo aplicadas a lo que aprende sino también al como lo aprende, el aprendizaje no da de forma aislada del contexto en que se encuentra, cada aprendizaje constituye una situación única y específica para cada individuo. En el proceso de adquisición de actitudes cada alumno pone en función elementos de todo tipo que mediatizan el aprendizaje actitudinal, favoreciéndolo, reduciéndolo o llevándolo hacia caracterizaciones determinadas como son: las representaciones y las expectativas.

Las representaciones funcionan de filtro de la realidad por el hecho de condicionar la percepción y la representación que se hace de la información, las expectativas tienen un papel fundamental en la selección de los estímulos que llegan del entorno y éste responde a la comprensión y a la percepción que tenemos del mismo, las expectativas inciden en los procesos psicológicos, afectivos, relacionales o comportamentales del individuo, éstas expectativas pueden distorsionar la percepción de la realidad y tienden a determinar las conductas, los afectos, las acciones y los pensamientos.(GUITART, 2002:26)

Si el chico cree que el control, es interno, contemplará las propias capacidades o el esfuerzo personal para llevarlo a cabo, ya que él se ve como responsable directo del aprendizaje, pero si cree que el control es externo a él, existirán para él situaciones escasamente controlables y que escapa de su propio control, en esta situación el chico no aplica sus conocimientos anteriores, con lo cual provoca un aprendizaje menor o incluso incorrecto.

Control interno

1. Acepta la responsabilidad de los propios actos
2. Utiliza los conocimientos anteriores para afrontar las nuevas experiencias
3. Aumentar el esfuerzo personal para conseguir resultados positivos

Control externo

1. Responsabilizar de los actos al azar o a otras personas.

2. No aplicar los conocimientos a las nuevas expectativas
3. No dedicar esfuerzo personal a la tarea.

El interés por el aprendizaje es un factor determinante que tiene como motor la satisfacción de las necesidades de seguridad y equilibrio personal, las metas que persigue el alumnado están directamente relacionadas con los valores y las prioridades que se contemplan en su entorno, en general, un alumno puede estar motivado por aprender, ir a la escuela o relacionarse con los compañeros si valora el aprendizaje escolar concreto. Si el alumno cree que los resultados de su aprendizaje dependen de sus capacidades y de sus esfuerzos y confía en ellos éste estará más motivado para participar en el aprendizaje.

La enseñanza actitudinal docente se entiende como un proceso llevado a cabo en la interacción entre el profesorado y el alumnado, el profesorado es un mediador entre las actitudes que hay que aprender, lo cual exige que la función del enseñante sea la de ayudar a cada alumno a elaborar lo que sea necesario mostrando nuevos caminos por explorar, propulsar cambios en aquellas actitudes que no sean beneficiosas desde el punto de vista personal y colectivo. **(GUITART, 2002, p.33)**

La función que asume cada estudiante en relación con los demás no es la misma en cada caso, las consecuencias se encuentran en todos los ámbitos. La relación entre iguales es la que hace posible practicar el principio de justicia y reciprocidad, principio básico para el progreso moral del alumnado. El hecho de que la enseñanza actitudinal fomente aprendizajes significativos para el alumnado implica facilitar situaciones que posibiliten que los aprendizajes que este realiza sean comprensivos, funcionales, prácticos y conscientes. También se enseñan actitudes ofreciendo unas condiciones determinadas en el contexto escolar, condiciones que han de posibilitar la asunción de valores y actitudes que van desde una estructura organizativa que facilite la participación del alumnado en la vida escolar y en las decisiones que allí se toman.

La forma concreta de enseñar también interviene en la adquisición de contenidos actitudinales y la metodología no solo se diferencia por sus características o por su diversidad sino también por los valores y las actitudes que lo sustentan.

El aprendizaje entre iguales conduce al intercambio de información que se da al acceder a los conocimientos, a las experiencias, a los afectos, a las opiniones de los demás; de la aparición de conflictos que hacen replantear las propias convicciones, intereses o afectos; de la resolución de estos a partir del dialogo y la confrontación de ideas, intereses, opiniones; de la puesta en acción de actividades; de la cooperación con los compañeros que pueden proporcionar la propia estructura. Las experiencias de trabajo cooperativo tiende a promover actitudes más positivas hacia las experiencias de aprendizaje y hacia las personas instructoras. El aprendizaje cooperativo ayuda a implicarse en actitudes instructivas.

3.3 Factores individuales y sociales que influyen en la formación de actitudes.

En la adquisición de las actitudes intervienen el aprendiz, el objeto de la actitud y las personas que interactúan de manera directa o indirectamente alrededor del objeto de la actitud, la relación entre todos ellos se produce en un contexto sociocultural e ideológico. El proceso de adquisición actitudinal se basa en la interacción social y en este proceso entra en juego factores externos al individuo como las presiones sociales así como factores internos como su desarrollo intelectual o moral, las necesidades de equilibrio personal o los conocimientos previos.(GUITART, 2002:26)

La satisfacción de las necesidades personales se considera básico y motor motivacional del aprendizaje actitudinal, se debe tener presente que los chicos regularmente no conocen los motivos que existen detrás de sus actitudes. Los conjuntos sociales a los que pertenece el individuo constituyen uno de los factores que más influencia ejercen en la adquisición de actitudes y en la caracterización de la misma. Así, la fuente y el apoyo de una actitud concreta se encuentra en los grupos a los que el sujeto pertenece ya que ejerce fuertes presiones para que sus miembros se adapten a las normas de comportamiento y de pensamiento propias del grupo ya sea recompensando las acciones correctas y presionando o castigando las incorrectas, a pesar de aceptar la influencia del grupo, el chico no recibe pasivamente las actitudes del grupo al que pertenece, sino que reacciona selectivamente ante aquellas guiado por necesidades y valores.

En el aprendizaje actitudinal las otras personas son referentes importantes de las normas y de los mecanismos de funcionamiento social, como maneras de resolver problemas, de afrontar situaciones, de posicionarse cognitivamente, emocionalmente y conductualmente ante hechos y situaciones, esta enseñanza puede ser indirecta o intencionada y va a ser interpretada a partir de los conocimientos anteriores que le orientan sobre lo que debe escoger y lo que debe rechazar según sus intereses o capacidades personales.

El proceso basado en la participación guiada lleva al sujeto al aprendizaje de sus actitudes ayudado por la persona adulta. Ésta es un proceso en el que es importante la guía de la persona adulta como la participación del aprendiz. Otro proceso sería el de instrucción directa, en este proceso, las personas adultas marcan claramente que actitudes y que conductas quieren que adopte el aprendizaje y utilizan premios, castigos, monedas de cambio afectivas o materiales para que la persona lleve a cabo el aprendizaje.(GUITART, 2002:28)

3.3.1 Las actitudes hacia uno mismo

Los aspectos que derivan de las actitudes que uno mantiene hacia sí mismo o bien facilitan u obstaculiza el primer contacto con el aprendizaje, así como el proceso para su adquisición, hay elementos personales del individuo que facilitan o no el equilibrio en las actitudes que presenta la persona hacia sí misma como el autoconcepto y la autoestima.“El autoconcepto es aquello que pensamos, la representación de nosotros mismos incluyendo la opinión de cómo somos, sobre la propia conducta o sobre las posibilidades y habilidades personales”. (GUITART, 2002:30)

Este es un elemento de la personalidad, ofrece una imagen de sí mismo, hace el filtro en la percepción de la realidad o predispone la manera de acceder a un hecho, a una acción o a una idea y crea expectativas en relación con las capacidades de cada individuo.La autoestima implica una valoración del autoconcepto, es la actitud hacia uno mismo que más se relaciona con la afectividad dirigida a uno mismo. Aspectos como el desarrollo emocional, la manera de implicarse con lo que se tiene alrededor o las relaciones con los demás están mediatizados por la autoestima.

Es importante tener un buen autoconcepto de ahí se denota el papel resolutivo de los valores de una persona a la hora de tener una autoestima positiva o negativa. Si el alumno atribuye los éxitos a características internas, como la capacidad o el esfuerzo, los resultados obtenidos tienen más posibilidades de influir en la autoestima; si, contrariamente, la atribución se centra en características externas a él, la capacidad de influencia de los resultados en la autoestima es menor.

Gran parte de las actitudes que tome el adolescente ante ciertas experiencias van a ser aprendidas desde el hogar, éstas lo acompañaran por largos momentos y se expresaran dependiendo de los intereses que este joven tenga y de los cambios que este haga a lo largo de su vida, estas actitudes pueden ser tanto negativas como positivas ya que estribarán básicamente de la autoestima que el adolescente tenga o desarrolle del cual hablaremos en nuestro siguiente Capítulo IV. Autoestima

Capítulo IV. Autoestima

4.1 ¿Qué es la autoestima?

La autoestima es un concepto extenso que abarca muchos aspectos: es la valoración de nosotros mismos y requiere la capacidad de conocernos: cómo somos, qué pensamos y qué sentimos; expresa una actitud de aprobación o desaprobación e indica hasta qué punto nos creemos capaces, importantes, competentes y dignos.

Para Van-der la *“autoestima es un elemento fundamental que garantiza un buen ajuste emocional y cognitivo, una buena salud y unas relaciones sociales satisfactorias en la etapa del adolescente”*.(VAN-DER, 2006:28)

La autoestima es la capacidad de valorarse a uno mismo. También es la capacidad de auto-reconocimiento que hace sentirse digno ante sí y ante los demás. Esta suele tener dos partes que es la subjetiva: representa la valoración, la calificación y el aprecio de sí mismo; la objetiva vendría siendo la valoración de los demás hacia el sujeto. La autoestima es una de las bases del desarrollo afectivo del adolescente. Asimismo, se fomenta, logra o malogra desde la infancia en el seno de la familia y en la escuela.

La autoestima está integrada por un factor importante que es el autoconcepto, este se basa muchas veces en nuestras experiencias sociales, debido a que la opinión que tienen los demás sobre nuestra persona hace que nos generemos una imagen de nosotros mismos y que la proyectemos hacia el exterior. La opinión de los demás sobre nosotros no siempre es positiva, por lo tanto nuestra autoestima tampoco lo será. Para que una persona pueda desarrollar su autoestima necesita de algunos elementos como: la búsqueda de una identidad propia, apropiación de valores y tradiciones, un propio estilo de vida, una buena perspectiva de sí mismo, una actitud positiva y ser auténticos. (MAGGI, 1997:149)

El adolescente se enfrenta a la construcción de una noción de sí mismo como ser diferenciado e independiente, como individuo y de una autoconciencia creciente; pero al mismo tiempo, se enfrenta también a la toma de conciencia progresiva de su

pertenencia a un grupo social y cultural determinado, estas son dos variables que están en constante relación.

La construcción del autoconcepto es un tema importante dentro de la adolescencia ya que es concebido como un fenómeno esencial psicosocial, que se genera a partir de dos elementos básicos:

- a) La percepción de nosotros mismos que nos reflejan los demás, sus expectativas, actitudes y valoraciones respecto de nosotros.
- b) La experiencia previa de éxito y de fracaso en diferentes tipos de situaciones.

El autoconcepto encierra un conjunto de representaciones y juicios acerca de uno mismo, relativos al propio cuerpo y al comportamiento. Este también consiste en quien y que pensamos, que somos, consciente e inconscientemente: nuestros rasgos físicos y psíquicos, nuestras cualidades y nuestros defectos, en cambio la autoestima es más bien una dimensión evaluativa del concepto de sí. Es la imagen que una persona tiene acerca de sí misma y de su mundo personal, es decir, el mundo subjetivo como el individuo vivencia su yo.

El autoconcepto es la percepción positiva o negativa que de sí tiene una persona procedente de las experiencias previas, de ser objeto de consideración por parte de los demás y de los testimonios de ciertas personas que ocupan un papel importante en su vida, no puede existir autoconcepto que no haya pasado antes, de alguna manera, por los demás, especialmente por los padres, los educadores y la sociedad de iguales. **(GIL, 1997:12)**

El autoconcepto depende más de la estimación ajena que de las raíces auténticas de la identidad, este no es un regalo, es el fruto de un trabajo personal de reflexión acerca de cómo se conduce la relación con los demás adolescentes y el grupo familiar y acerca de cómo se solucionan los percances derivados de la actitud.

Durante la adolescencia, el autoconcepto se sostiene y se modifica continuamente a medida de los elementos que facilitan su formación, (elementos cognitivos. experiencias sociales y personales) estos son recibidos, analizados, vividos e integrados por el adolescente: así, se vuelve más complejo y diferenciado, la interrupción de este proceso puede ocasionar deterioros en la autoimagen y sobre todo en la autoestima.

Pero esta autoestima cuenta con seis pilares que ayudan a cimentarla, a continuación se menciona cuáles son y en qué consiste cada una de ellos:

- Conciencia: consiste en reconocer la realidad que nos rodea y nuestro rol con ella, identificar los hechos que nos hacen ser quienes somos, estar presentes en las cosas que realizamos y permanecer abiertos a recibir información y conocimientos que nos permiten ser mejores desechando aquellos que nos puedan perjudicar.
- Aceptación: asumir nuestros pensamientos, sentimientos sin rechazarlos ni negarlos, aceptarnos, valorarnos, comprometernos a mejorar sin caer en la autocomplacencia, admitir nuestros límites, problemas, dudas y sentimientos negativos como el dolor y la tristeza.
- Responsabilidad: entender que somos los únicos responsables de todo lo que realizamos y somos, auto evaluación y autocontrol.
- Respeto: este pilar implica no dejarnos llevar por aquello que dicen otras personas, defender nuestra posición, aceptar que nunca complaceremos a todos, no dejarse manipular, no aparentar lo que no somos y confiar en que somos capaces de enfrentar los desafíos de la vida, de alcanzar cierto éxito y de ser felices.
- Propósito: definir metas a largo y corto plazo, para elegir las acciones necesarias, alcanzarlas, evaluarlas periódicamente e identificar lo que nos hace bien, lo que no, o bien tener el deseo o la decisión de conseguir lo que queremos lograr.
- Integridad: ser congruente entre lo que profesamos, lo que hacemos, ser honestos, honrados, comprometidos, se debe ejemplificar los valores con las acciones, realizar una práctica diaria que apoye los más altos ideales y confiabilidad en sí mismo.
(BRANDEN, 1997:45)

Aunque nuestra autoestima se genera a partir de lo que nos dicen que somos en realidad quien más interviene en ella somos nosotros mismos: la aceptación de uno mismo siempre tendrá como resultado una buena autoestima, pero el hecho de tenerse mucho afecto no significa que nos debamos sentir superiores a los demás, por eso, debemos de tener presente siempre que la autoestima está ligada a nuestra integridad, honestidad y aceptación.

4.1.1 La familia como factor de origen de la autoestima

Los niños cuando van creciendo se van formando una imagen de sí mismos a través de la conducta y observaciones de las otras personas hacia él, por lo tanto es importante que un niño se le haga sentir que es valioso y querido sobre todo por los padres que son los primeros adultos con los que tienen contacto. Los padres deben transmitirle al hijo la importancia que tiene en el núcleo familiar aunque sea pequeño y en todo el transcurso de su vida, deben también mostrarle afecto, respeto y amor para satisfacer sus necesidades emocionales primarias.

Los niños van sufriendo modificaciones a lo largo de su desarrollo y van adquiriendo diferentes percepciones de lo que acontece a su alrededor en lo cual los padres tienen que estar al pendiente del comportamiento de sus hijos y detectar el nivel de autoestima que van desarrollando.

El nivel de autoestima lo podemos medir como alta o baja. Una autoestima alta es sentirse confiadamente apto para la vida, es decir, competente y merecedor, tener un nivel bajo de autoestima es sentirse inapropiado para la vida; equivocado como persona. Tener una autoestima mediana es fluctuar entre sentirse apropiado e inapropiado, acertado o equivocado como persona. **(BRANDEN, 1997:47)**

La confianza que se le brinde a un niño y la relación afectiva por medio del contacto físico con su madre ya sean caricias, mimos y hasta palabras amorosas, repercute en el niño y éste se adentra en un estado placentero que se podría tomar como un precursor para la buena autoestima, ya que el niño tiene la posibilidad de sentirse querido y seguro. Un niño que no percibe este cariño tiende a crecer inseguro y temeroso, por lo tanto los padres tienen la responsabilidad de criar a los hijos con cariño, en una vida disciplinada, templada, donde sean capaces de enfrentar los retos que se les presentan. Gurney(1988).

Mientras más interacción positiva tenga el niño con el adulto tendrá mejor percepción de sí mismo, en este período hay un aumento de la autoconciencia: los niños han logrado un reconocimiento importante de sí mismos y de cómo son percibidos por los demás.

Desde esta perspectiva podemos decir que la autoestima sería la suma de los juicios que las personas tienen de sí mismas así como el grado afectivo de la imagen personal.

La familia es el núcleo de la educación, en ella se aprenden conductas que se observan en los padres, algunas veces sus discusiones, problemas, manera de resolverlos por lo tanto la autoestima también depende del ambiente familiar en el que se encuentren y los estímulos que se otorguen en él.

Para Dulanto: “la familia que cultiva (riega y abona) afecto, de inmediato puede distinguirse de otras por el grado de diálogo, confianza, libertad y seguridad con que sus miembros asumen responsabilidades y participan con su comunidad” **(DULANTO, 2008:209)**

El niño empieza a percibir el mundo en función de cómo lo perciben los adultos, estos adultos son para el niño esquemas a los cuales seguir, conforme va creciendo, observa a sus padres, aprenden a valorar y a valorarse conforme lo valoran los padres. Así que su primer bosquejo de quien es él proviene desde afuera, con los juicios de los demás entonces su autoestima derivará de dos variantes que será la aprobación de las personas que lo rodean y de la satisfacción que le cause las metas que logre, pero lo importante es sentirse valioso, capaz de superar esas fallas o frustraciones de la vida.

Si los padres enseñan a sus hijos, desde la infancia, a esforzarse por ser mejores cada día, por lograr la excelencia en los estudios, en la vida familiar y en la amistad el nivel de autoestima será alta y vendrá sola. Cuando un adolescente obtiene con esfuerzo personal el resultado que buscaba, se sentirá feliz y satisfecho. Cuando los padres rechazan a sus hijos, los jóvenes criados en un ambiente familiar donde hay un exceso de críticas, menoscabos, desprecios o falta de atención por parte de los padres hacia los hijos, existe la probabilidad de desarrollar una baja autoestima en el adolescente que los puede llevar a razonamientos equivocados.

La calidad del trato afectivo entre los miembros de la familia es fundamental, esto se puede obtener estableciendo normas y límites que ayuden al niño a comprender y a tomar con respeto e importancia los lineamientos dentro del hogar, esto fomentará su seguridad, le ayudará a adquirir un comportamiento adecuado y un enorme valor educativo.

Cuando no existe un acuerdo o una norma definida el niño se confunde y pierde la confianza hacia los padres. Las normas y límites le ayudarán al niño a tener una convivencia organizada y mayores oportunidades ante la vida, también manejará sus impulsos, sus deseos, sin causarse daño ni causarlo a otros y para esto, es importante que reciba siempre la misma respuesta ante la misma acción. Si los padres tienen baja autoestima difícilmente lograrán transmitirle al niño una buena autoestima y que mejor manera de predicar con el ejemplo. **(DULANTO, 2008:198).**

Finalmente se le tiene que explicar al niño que el actuar o comportarse de cierta forma tiene sus consecuencias. No se trata de utilizar el esquema clásico de premio o castigo con monedas dulces o puntos sino con actitudes de los padres ante las decisiones y acciones de los niños, que muestren de manera real y objetiva su aprobación o desaprobación, se trata de que el niño aprenda por sí mismo que obtiene o que pierde por lo que hace o deja de hacer. Esto lo preparará para el futuro, lo ayudará a responsabilizarse de sus actos, a no culpar a los demás y a que valore sus esfuerzos. Estas consecuencias se deben plantear al niño de forma anticipada y clara asegurándose que se haya captado, esto se le debe recordar al chico con frecuencia no porque sean tontos sino porque el proceso de aprendizaje también requiere de repetición, además, el chico necesita comprobar que lo que el adulto dice es verdad y necesitan experimentarlo por su propia cuenta.

El dejar que el niño exprese y manifieste sus ideas libremente, es señal de aprecio y de respeto a su persona y no implica aprobar lo que dice, ni permitir que lo lleve a cabo cuando vaya contra los valores que se desea transmitir. El niño debe desarrollar la comunicación y la confianza en sí mismo es decir, tener la certeza de que es capaz de recibir de su ambiente lo que le hace falta para satisfacerse. “La comunicación es la única forma viable de lograr el vínculo voluntario, libre y consciente al grupo humano para participar en él” **(DULANTO, 2008:208).**

Para demostrar molestia o desaprobación de la conducta del pequeño es necesario no calificarlo diciéndole: “eres un tonto” lo que se debe hacer es calificar la conducta: “no me gustó lo que hiciste”, excluyendo los calificativos. Para aumentar esta confianza los elogios y anti-elogios tienen un enorme peso, más si vienen del papá o la mamá, quienes son para él un reflejo, en ellos, el pequeño se mira tal cual lo describen malo,

flojo o bueno, al actuar como espejos deben los padres tener mucho cuidado en reflejar con más intensidad virtudes que defectos. El elogio, sí es sincero y objetivo es un arma para fortalecer la autovaloración del niño.

Cuando un niño comete un error es importante que se le motive o se le diga una palabra de ánimo y sentir que lo quieren por ser él, no por sacar buenas calificaciones o por no romper cosas, no es bueno que piense que debe cumplir las expectativas de sus padres para comprar su cariño o confianza, los padres deben respetar los momentos de enojo y molestia de los niños dando la oportunidad a una plática justa y razonable acerca de su comportamiento. La contribución de los padres en la educación de sus hijos apoya el desarrollo de una buena autoestima.

Otro factor importante que alimenta la autoestima es el juego, esta actividad los ayuda a ser conscientes y entender aspectos de sí mismos, como el funcionamiento de su cuerpo, o a percibir, corregir sus errores repitiendo la acción. Mediante el juego, los niños superan la experiencia de vivir un mundo que no controlan y dominan creando sus juegos; un mundo propio que pueden manipular como quieran. Además los juegos estimulan su imaginación y creatividad, les permite expresar y aprender a ejercer sus deseos de autonomía y fantasías. Para que el juego cumpla su función o su rol los adultos deben considerarlo como una actividad seria e importante, no imponer criterios maduros, por lo tanto los padres:

- Deben interesarse por los pequeños logros de sus hijos por muy pequeños que sean.
- Deben respetar los momentos de enojo y molestia de sus hijos dando la oportunidad a una plática justa y razonable acerca de su comportamiento.
- Se deben proponer metas al niño que estén dentro de sus posibilidades, con una intervención del adulto siempre y cuando peligre la integridad del niño.

Es importante ayudar al chico a fomentar la confianza en sus propias habilidades. Al realizar alguna actividad por el cual él se sienta atraído ya sea en el arte, en el deporte u otras, al darle tareas y responsabilidades familiares en las cuales puede tener éxito también se le puede ayudar a fomentar la confianza en sí mismo

La capacidad de los jóvenes para confiar en sí mismos proviene del amor incondicional de sus padres que les ayuda a sentirse seguros mientras que desarrollan la habilidad para resolver sus propios problemas.

4.1.2 Importancia y desarrollo de la autoestima durante la adolescencia.

En los adolescentes la autoestima crea una visión que influye en la forma en que se relacionan con las personas que los rodean, en cómo se sienten con ellos mismos en relación con los demás; "autoestima es la visión de nosotros mismos, es un espejo que refleja la forma en que pensamos que nos ven los demás". (TRASOBARES, 2000:13).

En la etapa de la adolescencia, el chico necesita más que nunca forjar su identidad, saberse distinto de los demás, conocer sus posibilidades, su talento, sentirse valioso. Los adolescentes con una adecuada autoestima aprenden más, desarrollan relaciones más armónicas, aprovechan mejor las oportunidades que se les presentan, asumen más responsabilidades, toleran bien los fracasos y se sienten capaces de ayudar e influir en otros.

La autoestima influye en el adolescente sobre aspectos importantes de su vida como la: adaptación a situaciones nuevas, nivel de ansiedad, rendimiento escolar y relaciones interpersonales.

Durante la adolescencia aumentan las exigencias sociales, esperándose que el joven defina una vocación, aprenda a relacionarse con el sexo opuesto, defina una identidad personal, adquiera autonomía, etc. Todas estas exigencias asociadas al desarrollo del pensamiento hipotético-deductivo, tiende a generar un yo ideal muy alto, el que muchos jóvenes sienten que no pueden alcanzar. Este yo ideal puede constituirse en una fuente potencial de amenaza a la autoestima

Gloria MarsellachUmbert (2005) afirma que la autoestima puede desarrollarse convenientemente cuando los adolescentes experimentan cuatro aspectos o condiciones bien definidas:

- Vinculación: resultado que obtiene el adolescente al establecer lazos sociales que son importantes para él y los demás, que reconoce como importantes.
- Singularidad: conocimiento y respeto que el adolescente siente por aquellas cualidades o atributos que le hacen especial o diferente.
- Poder: consecuencia de la disponibilidad de medios, de oportunidades y de capacidad en el adolescente para modificar las circunstancias de su vida, de manera significativa.
- Modelos: pautas de referencia que dotan al adolescente de los ejemplos adecuados, que le sirven para establecer su escala de valores, sus objetivos, ideales y modelos propios.

Con respecto a la autoestima Haeussler y Milicic (1998) señalan que:

Uno de los factores más decisivos para la adaptación social y el éxito en la vida es tener una alta autoestima, saberse que uno es competente y valioso para los otros. Esto involucra las emociones, los afectos, los valores y la conducta, cuando un adolescente presenta un alto concepto de sí mismo, es capaz de sentirse importante cuando necesita ayuda, porque al reconocer su propio valor le es fácil reconocer el de los demás. Es responsable, se comunica y relaciona en forma adecuada con sus iguales. En cambio un adolescente con una autoestima negativa, no confía en sí mismo y tampoco confía en los demás, suele ser inhibido y crítico, poco creativo, generalmente tiende a desvalorar los logros de los demás; como una forma de compensar sus debilidades, también desarrolla conductas desafiantes o agresivas. El adolescente con una autoestima frágil busca aprobación y seguridad a través de la dependencia de otros.

Los adolescentes tienen cuerpos y mentes en desarrollo, relaciones con amigos y familiares van cambiando, los cambios en sus vidas a veces llegan más rápido que la capacidad para adaptarse a ellos. La falta de autoestima generalmente se agudiza durante los primeros años de la adolescencia, luego mejora un poco durante los siguientes años a medida que las nuevas identidades se fortalecen y enfocan. Los

adolescentes que carecen de autoestima pueden ser solitarios, torpes en su trato con otras personas y muy sensibles a las críticas sobre lo que ellos piensan son sus insuficiencias. Los jóvenes con poca confianza en sí mismos son menos aptos a participar en actividades con sus compañeros, a formar amistades con ellos, cuando entablan amistades, son vulnerables a la presión negativa de los amigos.

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

Las chicas adolescentes suelen dudar de sí mismas más que los varones (aunque siempre hay excepciones), esto se debe a varias razones:

1. La sociedad les da el mensaje, lo importante es que ellas se lleven bien con todos y que sean muy pero muy delgadas y bonitas; la vida puede ser igualmente dura para un joven que cree que tiene que cumplir con las expectativas de la sociedad que le dicen que todos los varones deben ser buenos atletas y desempeñar bien las actividades físicas.

2. Las adolescentes maduran físicamente dos años más temprano que los varones, lo cual exige que ellas enfrenten asuntos como su apariencia, su popularidad y su sexualidad antes de poseer la madurez emocional para hacerlo.

Hay maneras de ayudar a al adolescente el que desarrolle confianza en sí mismo y eso es ofreciéndoles oportunidades para tener éxito, hay que facilitarles el éxito-dándoles experiencias a través de las cuales puedan ver todo el poder que tienen.

Cuando un adolescente tiene buena autoestima se comporta hacia la vida de forma positiva aunque existan aversiones y conflictos, éste buscará la manera de resolverlos sin dejar de disfrutar los momentos teniendo confianza e interés en lo que hace. Por lo contrario, la baja autoestima se refleja con una actitud de negación hacia sus propias posibilidades y habilidades, experimentando constantemente un estado de tristeza, culpa, angustia o vergüenza. **(TRASOBARES, 2000:11)**

Un adolescente con una buena autoestima tiende a:

- Comprender y aprender con facilidad, ya que aumenta la confianza en sí mismo y la capacidad de esfuerzo.
- Superar los obstáculos que se plantean en la vida.
- Desarrolla su creatividad.
- Explora nuevas posibilidades y se arriesga.
- Desarrollar su autonomía.

El adolescente con una autoestima equilibrada es capaz de tomar decisiones y se enfrenta a metas de manera independiente, se siente seguro de sus posibilidades como ser independiente (confiado, aceptado) y como ser social (confía, valora y acepta a los demás). El adolescente busca obtener una mayor satisfacción consigo mismo, disfruta realizando actividades que le gustan y que sabe hacer bien.

Una vez que se han adquirido los elementos necesarios para la formación de la autoestima es necesario que éstos se apliquen por medio de reglas que forman parte de ella, estas reglas son:

- Autoexamen: consiste en incrementar la conciencia de ti mismo y hacer una revisión del estilo de vida y las relaciones que practicamos.
- Explicación: mirar hacia el pasado para comprender mejor el presente.
- Centrar la atención: centrarse en un problema por vez.
- Perspectiva: imagen de la persona que queremos ser.
- Estrategia: planear organizadamente lo que queremos ser.
- Desencadenantes: liberarnos de culpas ajenas. **(FISHER, 1995:50)**

A veces la autoestima no puede desarrollarse sanamente porque durante su formación se presentan obstáculos como: no comprometerse con ninguna persona, idea o creencia, preocupación por vivir intensamente el momento, no definir intereses personales, profesionales o ideológicos.

Causas de baja autoestima

Se entiende por causa de baja autoestima a todo aquello que la altera y como consecuencia daña su bienestar. Los adolescentes con problemas de autoestima tienden a retener más la información negativa externa que perciben de sí mismos en lugar de retener la positiva, este mecanismo para detectar solo la información negativa que obtenemos de nosotros por medio de los demás puede hacernos comprender la realidad; quienes poseen baja autoestima son más propensos a tomar todo más a pecho y a ver las reacciones de los demás como un ataque personal aunque no sea así.

Consecuencias por una baja autoestima:

- Pesadumbre, inquietud, irritabilidad, ansiedad y vacío persistente
- Miedo y dependencia ante al abandono de otros
- Poco placer en las actividades
- Se pierde la visión de un futuro, estado de ánimo triste, desesperanza y pesimismo
- Sentimiento de culpa, inutilidad
- Dificultad para concentrarse, recordar y tomar decisiones
- Enfoque derrotista y de inferioridad
- Percepción negativa de su propia persona, auto-devaluación.
- Mala captación de estímulos positivos
- Dificultad de comunicación
- Ideas o recuerdos repetitivos molestos
- Descuido de las obligaciones y el aseo personal
- Mal rendimiento en las labores
- Tendencia a utilizar sustancias nocivas

Factores que provocan una baja.

Cuando una persona tiene buena autoestima se comporta positivamente aunque existan aversiones y conflictos, ésta buscará la manera de resolverlos sin dejar de disfrutar los momentos teniendo confianza e interés en lo que hace.

La baja autoestima se refleja con una actitud de negación hacia sus propias posibilidades y habilidades, experimentando constantemente un estado de tristeza, culpa, angustia o vergüenza.

Causas que originan el desarrollo de una baja autoestima dentro del seno familiar:

- La educación recibida por nuestros padres.
- Abusos físicos o sexuales.
- La apariencia física
- Los cambios de la vida diaria.
- Represión y control tanto internos como externos
- Adicciones
- Influencia negativa de los demás sobre nuestros pensamientos y acciones.
- Mala comunicación con los integrantes de la familia.
- Cuando hay mucha crítica de parte de los padres o los profesores
- Cuando los padres incurren en la comparación con los hermanos
- Cuando no existe una separación entre conducta e identidad (“Eres malo” “Haces las cosas mal”)
- Cuando los niños cometen algún error y se les corrigen por medio de un chantaje emocional
- Cuando no existe un reconocimiento de sus logros
- Cuando no se le permite desenvolverse en alguna actividad por ahorro de tiempo y esfuerzo. (TRASOBARES, 2000:15)

El hecho de que estos jóvenes reciban cariño, atención y apoyo incondicional de al menos una persona puede ser un factor positivo en su desarrollo.

4.1.3 La autoestima del adolescente dentro del ambiente escolar.

En los años del preescolar, el niño busca por medio del juego alimentar su autoestima sin que él conscientemente lo sepa, los niveles de desarrollo así como la autoestima en estos años se ven afectados sobre todo cuando se van adquiriendo habilidades, cuando se da una actitud de competencia entre niños, así como la relación de amistad con los mismos y en el desenvolvimiento de algún deporte, esto da como resultado un nivel de desempeño ya sea alto o bajo.

En estos años, se busca dos tipos de retos, uno es el rendimiento que tenga en la escuela y el segundo es el éxito que tenga en la relación con el grupo de amigos. La baja autoestima es un componente que se va a reflejar en la escuela y no hay en estos momentos una manera única y exitosa de resolverlo, antes bien, se encuentra en la búsqueda de propuestas alternativas de intervención y sobre todo desde la orientación.

Muchos adolescentes se sienten con muy baja autoestima, la causa principal es el abuso que sufren; no solamente el abuso sexual o el abuso físico como los golpes, sino el maltrato emocional que pueden sufrir en la escuela como comentarios sarcásticos de los profesores o acciones disciplinarias que tienen que ver con el fin de avergonzar a esos adolescentes ante sus compañeros.

Algunos adolescentes empiezan a tratar de alcanzar modelos que están fuera de su alcance y esto los frustra más, los lleva a fracasos y claro, estos fracasos provocan que se den por vencidos y dejen de esforzarse. Otros tratan de buscar la aceptación y tienden a ceder ante la presión de sus amigos en un esfuerzo por ser aceptados y pueden frecuentar ciertos grupos de personas o probar las drogas, el alcohol, en un esfuerzo de ganarse la aprobación de personas que influyen sobre ellos, son capaces de hacer cualquier cosa. En la adolescencia también se internalizan las exigencias de las figuras significativas, lo que opera como un autoconcepto ideal, con el cual, el chico está permanentemente contrastándose. En la medida de que el adolescente se ajuste a este ideal su autoestima se favorece.

Muchos adolescentes sufren de una autoestima baja, un gran complejo de inferioridad, un pobre amor a sí mismos y vemos que en los hogares cuando los jóvenes o los adolescentes observan imágenes, pleitos, situaciones que van más allá de sus emociones, pueden producir una autoestima baja y un pésimo desempeño escolar. La autoestima del adolescente en la escuela se ve reflejada en el nivel de capacidad para enfrentar con éxito las situaciones de la vida escolar y, específicamente, en la capacidad de rendir bien y ajustarse a las exigencias escolares incluye también la valorización de sus capacidades intelectuales, como sentirse inteligente, creativo, constante. **(HAEUSSLER, 1995:78).**

El sentirse valorado no solo por los demás si no por sí mismo es importante para el desempeño de las actividades o metas a realizar dentro de la escuela, por lo regular las personas con buena autoestima tienden a aventurarse en el mundo, trabajar duro para conseguir lo que quieren. Sin embargo una persona que tiene baja autoestima sufre de un sentimiento constante de inadecuación dentro de su hogar y fuera de ella y también se sienten inferiores por lo tanto tienden a aislarse a sentirse culpables por cosas de las cuales ellos no tiene nada que ver.

Un adolescente que se adapta en el espacio donde se encuentre como es la escuela, es buscado por sus compañeros, se lleva bien con su educador se va integrando y poseerá buenos sentimientos de autoestima se sentirá motivado por aprender, se acercará; por el contrario, un adolescente de secundaria con baja autoestima y con pocos amigos por ejemplo puede llegar a pensar que es poco atractivo y no querido, éste tiene poca adaptación con el medio que le rodea.

Dentro del aula un educador puede establecer normas en sus clases que ayuden a fomentar la autoestima del niño y pueden evitar el empleo de prácticas que puedan dañar al niño, el espacio escolar se convierte en un factor reforzador para la autoestima donde los compañeros, profesores y hasta los directivos influirán en el chico dando como resultado un desempeño dentro del aula que puede ser bueno o malo.

Existen algunas prácticas dentro del aula que perjudican la autoestima del niño:

- Cuando los educadores utilizan la técnica de comparación entre alumnos esto determina una actitud entre los chicos de ganador y perdedor; creando rechazo entre los muchachos por su estatus, sin embargo si se realizan éstas mismas comparaciones con el mismo individuo fomenta para ser mejor que la clase pasada.
- Otra forma de bajar la autoestima del chico es sobreprotegiéndolo dándole a entender que no es capaz de realizar cosas por sí solo.
- El educador debe evitar juzgar a un niño delante de sus compañeros tachándolo de tonto o torpe aparte de que estas palabras dan entender que no sirve para nada
- Aunque un niño tenga un excelente coeficiente si tiene una autoestima baja este dudosamente logrará sus metas.
- Si se le ve como alguien inútil él se comporta como tal
- Cuando se le anula su participación en clase
- Si se le compara constantemente con los de más alumnos.

También existen prácticas dentro del aula que beneficia la autoestima del niño:

- Un método que refuerza la autoestima del niño es aceptarlo y aprobarlo tal como es, reconociendo que todos somos diferentes pero que formamos parte del grupo.

- El uso regulado de halagos y reconocimiento, también ayudan a reforzar la autoestima del chico siempre y cuando éstos sean honestos.
- Al niño le favorece mucho sentirse respetado y es importante que el educador le pida su opinión y escuche sus respuestas con atención, el educador debe evitar humillar al chico delante de todos sus compañeros de clase.
- Se debe evitar por todos los medios las etiquetas eso ayudara a fomentar una imagen positiva de sí mismo
- El niño necesita aprender a fallar, por lo que es importante el esfuerzo de estos, cuando no han tenido éxito.
- Ayudar a fomentar una imagen positiva de sí mismo

Aunque un niño tenga un excelente desempeño escolar sí tiene una autoestima baja este dudosamente lograra sus metas y se verá como alguien inútil, buscará constantemente la aprobación de sus actos con otras personas y carecerá de autodisciplina. Es importante que los padres valoren los esfuerzos de sus hijos sean grandes o pequeños ya que ayudarán a nutrir esa autoestima de manera general y lo impulsará a encontrar su lugar y su significado en un proyecto que encierra, su historia, su familia y el medio social que lo circunda.

El adolescente en la orientación ocupa su lugar como individuo que empieza a hacerse cargo de su propio destino, de ahí que la actitud básica del orientador empiece por resolver las demandas y las dependencias infantiles, no fomentando ni respaldando técnicamente el paternalismo socio-cultural. Se parte entonces de estudiar al sujeto, pero no como ente individual, si no como un individuo que está totalmente inmerso en un medio social.

El adolescente que se sienta valorado no por los demás sino por sí mismo enfrentará con éxito sus actividades o metas a realizar dentro de la escuela. Para esto la educación juega un papel muy substancial ya que es universalmente reconocida como la función social, esto es, como una función de la comunidad humana que, como tal, juega simultáneamente el papel de fuerza configuradora de sus miembros, antes y después de la acción de la escuela.

Para Nassif (1965), la educación además de ser una necesidad es una función social que al sistematizarse se constituye en una técnica, en un recurso de la humanidad encaminada a lograr a través de los individuos, el mantenimiento de una determinada forma de vida colectiva o la promoción de una nueva.

Podemos considerar la autoestima como la actitud hacia uno mismo, se define la actitud como una predisposición duradera que tiene la persona hacia un objeto social, de tal modo que esta dirige los sentimientos y la conducta en función del conocimiento del sujeto. La forma que tenemos de pensar, sentir y comportarnos con nosotros mismos, se convierte en la disposición permanente (actitud) según la cual nos enfrentamos con nosotros y es el sistema fundamental por el cual ordenamos nuestras experiencias personales. Por lo tanto que cuanto mejor nos conozcamos, mejores sentimientos generaremos hacia nosotros mismos, eso quiere decir que el primer objeto de atención de cada persona debería ser uno mismo

Capítulo V. Propuesta-taller de autoestima para los alumnos de 3° de secundaria, dirigido a orientadores en práctica.

5.1 Propuesta

Duración: Intensidad por día: Tres horas.
Intensidad semanal: 15 horas.

Introducción

- ¿Qué es un taller?
- Objetivos generales
- Objetivos específicos
- Justificación
- Metodología
- Material didáctico y recursos

5.2 Contenido del taller

SESIÓN NUMERO 1: Presentación del taller a los alumnos
La adolescencia, sus necesidades e intereses

SESIÓN NÚMERO 2: Parte 1: Procesos de socialización y las relaciones humanas

SESIÓN NÚMERO 3: Parte 2: Procesos de socialización y las relaciones humanas

SESIÓN NÚMERO 4: Parte 1: La autoestima y el juego de la identidad

SESIÓN NÚMERO 5: Parte 2: La autoestima y el juego de la identidad

7. Evaluación y limitaciones

8. Conclusiones

9. Bibliografía

Introducción

Este proyecto tiene la intención de brindar al alumno un panorama más amplio del proceso que conlleva su autoestima, los ejercicios que están dentro de este proyecto lo apoyara a darse cuenta del nivel de autoestima ya sea baja, media o baja que tiene y así poder trabajarla de tal manera que lo ayude en su proceso de aprendizaje dentro de la Esc. Sec. Se pretende también que este proceso de darse cuenta del nivel de autoestima que tiene el alumno sea dinámico y enriquecedor para el desarrollo del estudiante, entre otras cosas se busca:

1. Elevar la autoestima positiva y creativa en los alumnos
2. Incrementar la participación de todo el grupo, en la reflexión y la acción transformadora.
3. Aprender de los errores y comprender el éxito personal y grupal.
4. Fomentar las relaciones humanas entre los integrantes del grupo y fuera de él.

Si en la realización del taller están presentes estos aspectos es posible provocar cambios sociales y educativos en el alumno, así, como el quehacer del orientador hasta la percepción que tenga el alumno hacia el taller apropiándolo a su vida como estudiante.

¿Qué es un taller?

Es la realización de un conjunto de actividades teórico – prácticas que se ejecuta en forma coordinada alrededor de un tema concreto con el objetivo de encontrar y crear alternativas de solución a los problemas surgidos en el tratamiento de las dificultades de los educandos, favoreciendo el aprendizaje, el conocimiento, la creatividad, la productividad y la inventiva. El taller es un hacer productivo en el que se aprende haciendo, todos aportan para resolver problemas y llevar a cabo tareas específicas. La participación activa es de todos así como la disposición para resolver problemas, interrogantes y buscar respuestas.

Para planificar un taller

Se tiene que conocer la población a la que se destina el taller: la institución donde se llevará a cabo y sus características, cantidad, edad y medio sociocultural de los participantes, etc. Se tiene que conocer las características del salón en el cual se trabajará: tamaño, inmueble, iluminación, limpieza del lugar. Para el desarrollo del taller se necesita que haya una atmósfera segura, confiable y abierta, libre de enjuiciamientos y evaluaciones. El tiempo dedicado a cada encuentro puede dividirse en dos partes, habitualmente separadas por un intervalo de descanso. Al planificar tendremos en cuenta los objetivos y las actividades siguiendo un eje temático que se propondrá y que dará lugar al nombre del taller.

Cada sesión del taller incluirá:

- Actividades de apertura que tienden a unir al grupo al comienzo del taller.
- Actividades de indagación y análisis que nos acerquen al conocimiento del tema a trabajar.
- Actividades de cierre para terminar el taller, haciendo un recorrido breve de lo acontecido permitiendo integrar la experiencia a través de los comentarios de los participantes y del equipo coordinador.

Control del orientador en el taller

El orientador llevará los siguientes controles: la lista de los estudiantes, una guía o bitácora de logros que se vayan haciendo al concluir cada sesión de este taller, una pauta para el control de roles y temas por ejecutar.

Las evaluaciones periódicas. En cada una de las fases del desarrollo del taller, es importante tener en cuenta los objetivos ya planteados a través de la reflexión que se lleva en forma individual y colectiva con el fin de identificar los aspectos fuertes y débiles del trabajo y los próximos pasos en su crecimiento.

Recomendaciones para la ejecución del taller

- Presentar el taller explícita y organizadamente a directivos y alumnos

- Dar a conocer las reglas y los objetivos del taller
- Monitorear al alumno e impulsar su atención hacia conocimientos y experiencias nuevas dentro del taller planteando tareas que apliquen los procedimientos y trabajen con ejemplos.
- Valoración del esfuerzo, del interés, del cuidado y la persistencia del alumno.
- Discutir las ideas más importantes, jerarquizarlas y hacer una reflexión conjunta orientador-alumnos.
- Observar y tomar notas, intercambio de ideas y conclusiones sobre el desarrollo de la dinámica.
- Cada sesión debe tener un cierre en donde se elabore un informe escrito del evaluador y de los alumnos terminando cada sesión

Objetivos generales

El objetivo de este trabajo es reflexionar y comprender la identidad personal y social como un proceso de construcción permanente en el ser humano y que se basa en la socialización de toda cultura.

Se busca en su práctica que tanto el alumno como el orientador sepa ¿Qué es la autoestima?, ¿Cómo funciona y como se construye la autoestima? y sobre todo como pueden trabajar para que su autoestima se alimente positivamente y esto los lleve a tener un mejor desempeño educativo y social dentro del aula.

Objetivos específicos.

- Dar a conocer en el taller el tema de la autoestima en los alumnos de secundaria.
- Realizar actividades que ayuden a identificar el nivel de autoestima en los alumnos de secundaria
- Trabajar y fomentar la buena autoestima de los alumnos de secundaria por medio de ejercicios dentro del grupo.
- Identificar los factores que puedan perjudicar, dañar o disminuir la buena autoestima en los alumnos de secundaria

Justificación

En el alumno la baja autoestima, la inseguridad personal, la escasa creatividad y la baja productividad perjudica en su propio aprendizaje dentro de la institución. El propósito del taller es que los estudiantes busquen comprender desde una dimensión práctico-teórica el proceso y la adquisición de su autoestima así como la socialización escolar como un proceso de transmisión de contenidos socioculturales que conduce a la construcción de la identidad y a la dimensión personal, social y cultural.

En este proceso, se busca generar un conocimiento de sí mismos, teniendo como eje orientador una actitud crítica y reflexiva, donde el estudiante asume un rol de "investigador" de su propia práctica. El objeto de la reflexión, es hacer que los estudiantes descubran sus concepciones, saberes, sistemas de valores y creencias que orientan su actuar, en una posición interna y externa.

Metodología

En el taller se elabora, se rectifica, se ordenan ideas y formas de aprender, cada uno tiene la posibilidad de utilizar su imaginación, la creatividad y sacar adelante lo positivo que tiene y corregir las dificultades que va encontrando a medida que crece su desarrollo humano.

Este taller tendrá una duración de 5 sesiones de tres horas. El método de trabajo de este taller se desarrolla con los siguientes pasos. Primero, se expone el tema a desarrollar, luego los motivos y objetivos por el cual se eligió este tema, es decir, la intención.

El Taller es un método educativo que le permitirá a los estudiantes desarrollar sus capacidades y habilidades, sus destrezas cognoscitivas, la competencia verbal, practicar los valores humanos, aprender – haciendo, ejecutar una clase diferente, dinámica, divertida, participativa, elevar la autoestima y practicar la democracia, escuchar activamente a sus compañeros en cada sesión.

Material didáctico y recursos

Útiles escolares: marcadores, plumas, hojas blancas tamaño carta, regla, pliegos de papel Bond, lápiz, borrador, corrector, sacapuntas, tijeras, cinta adhesiva y otros materiales de acuerdo a las necesidades del taller.

Textos: Diccionario, enciclopedias y otros según el desarrollo del taller.

Carteles: Es un medio de comunicación por el cual se dialoga, sugiere y estimula una idea y se apoya una acción.

Acetato, portafolio, plegables, proyecciones, videos, películas o canciones: las ventajas que tiene son: vida más larga del medio y del mensaje.



UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL

PROPUESTA-TALLER:

Enfocado en el tema de la autoestima, dirigido a alumnos de secundaria.

Ghindalae Acuayte Rodríguez

SESIÓN 1

Tema:	Presentación del taller a los participantes La adolescencia, sus necesidades e intereses
Tiempo:	Dos horas
	• Dar a conocer a los participantes el objetivo del taller • Presentación de los participantes de este taller • Optimizar un ambiente de confianza y respeto para el desarrollo del taller • Que el participante reflexione acerca del proceso o de la etapa por la cual esta pasando, que conozca los aspectos internos y externos que influyen en su desarrollo dentro de la adolescencia

Actividad 1: Presentación	Tiempo: 20 minutos
Desarrollo:	Los alumnos se colocarán en círculo y se les invitará a dar una presentación en el cual cada uno contestará una serie de preguntas: ¿Quien soy? ¿En que me gusta invertir mi tiempo? ¿Que espero y que necesito del taller?

Actividad 2: Exposición. “Los adolescentes”	Tiempo: 20 minutos
--	---------------------------

Desarrollo:	Tema expuesto por el profesor: los adolescentes Los adolescentes presentan características que los distinguen de las otras etapas de la vida por las cuales pasa el ser humano. Es un periodo que se caracteriza por profundos cambios físicos, psicológicos y cognitivos. Es una etapa compleja de la vida que presenta una serie de problemas importantes a resolver, y los que deben ser correctamente encarados para llegar a una adultez normal. El desarrollo de la adolescencia varía de acuerdo al grupo social que se considere y dista, de ser una categoría uniforme. Es preciso tener en cuenta que los aspectos de género determinan diferencia importante en las respuestas de los adolescentes y jóvenes a distintas situaciones. Hoy en día, sin embargo los cambios marcados en las condiciones socioeconómicas y culturales en todo el mundo y el impacto que esos cambios han tenido sobre la salud el desarrollo físico, psicológico y la calidad de vida de los adolescentes hacen que se les preste mayor atención. Las necesidades de los adolescentes y las demandas a las que se ven sometidos están íntimamente relacionadas con el contexto en el que viven, en la medida en que seamos capaces de comprender y mejorar ese contexto seremos también capaces de mejorar la calidad de sus vidas y de la sociedad del futuro que ellos representan. Por otra parte las dificultades que caracterizan a la adolescencia están relacionadas con los cambios sociales rápidos y marcados, así como la estructura misma de las familias. La capacidad de los adolescentes para enfrentar las demandas de la sociedad moderna es función de varios factores entre los que están su desarrollo físico y psicológico, así como también el de sus habilidades cognitivas. Dichas características, que dependen de diferencias individuales y del ambiente cultural, son: Búsqueda de sí mismo y de la identidad. Tendencia grupal. Necesidad de intelectualizar y fantasear. Creencias religiosas. Desubicación temporal, en donde el pensamiento adquiere las características de pensamiento primario; a menudo hay dificultad de enfocarse en el presente. Manifestaciones sexuales como el autoerotismo hasta la heterosexualidad genital manifiesta. Actitud social reivindicatoria, con tendencias antisociales o asociales de diversa intensidad. Contradicciones que se manifiestan en la conducta. Relación conflictiva con los padres, oscilando entre comportamientos infantiles y la necesidad de separación de los mismos, y el establecimiento de su identidad propia.
--------------------	---

	Constantes y diversas fluctuaciones del humor y del estado de ánimo. En esta etapa el chico suele asimilarse a una esponja que absorbe cuanto puede a veces sin saber que tanto daño o beneficio recibe de eso que absorbe, no cuenta con una visión lo suficientemente clara o selectiva de lo que recibe. La adolescencia se caracteriza también por algunos aspectos importantes entre ellos están : Biológico: comienza con la secreción de hormonas sexuales y el desarrollo de las características secundarias: rápido crecimiento del cuerpo, incremento del apetito, configuración del cuerpo y rostro de adulto, a veces problemas de obesidad y el característico acné juvenil que no los abandona sino en la etapa adulta. Lingüístico: creación de un lenguaje propio, con bastante facilidad de expresión, diferencian la comunicación con los adultos y con el grupo de sus amigos. Principalmente su comunicación se desarrolla con base a su círculo de amistades sin dejar a un lado totalmente la influencia familiar. Social: buscan apoyo en el grupo, hay surgimiento de líderes por capacidades, habilidades o personas dominantes, en algunos hay inseguridad y en otros osadía, lo mismo que alto grado de altruismo, solidaridad o egoísmo, hay intenso despertar de la sensibilidad, se encuentra la edad de la intimidad, los secretos, los ideales y los sueños, se cuestionan constantemente las normas o reglas familiares y las sociales, existe un marcado deseo y a la vez temor de la adquisición de autonomía y de libertad. Intereses: la escuela, moda, música, baile, novios, deportes, paseos, reuniones informales, trabajo en grupo. Al adolescente le interesará principalmente involucrarse en grupos juveniles para promover la creatividad, la expresión, los gustos y las actitudes que conllevan al mejor uso del tiempo extraescolar que permitan vivenciar los valores adquiridos y por adquirir.
--	--

Actividad 3: Película	Tiempo: 1 hora 20 minutos
------------------------------	----------------------------------

Desarrollo:	Proyección de una película "El fin de la inocencia" o "A los 16" la película formar un círculo reflexivo en donde se le formularán las siguientes preguntas a los estudiantes: ¿Qué te gusto de la película? ¿Qué te desagradó de la película? ¿Con que personaje te identificas? ¿Por qué? o ¿En que? ¿Consideras que algún episodio de la película refleja o asimila algo de tu vida actual? ¿Que sentiste al ver la película? Al terminar
Sierre:	Se les pide a los participantes que elaboren un resumen de una cuartilla en donde expliquen y expresen desde su perspectiva de que le sirvieron estos ejercicios, como los pueden apropiar a su vida y cuál es el objetivo que vincula estos ejercicios.

SESIÓN 2

Tema:	Parte1.- Procesos de socialización y las relaciones humanas
Tiempo:	Dos horas
Objetivo:	Reconocer la importancia de tener una buena relación con los demás y darse cuenta que todo lo que le rodea socialmente puede influir de manera negativa o positiva para su desarrollo en la vida.

Actividad 1: Las relaciones humanas	Tiempo: 20 minutos
Desarrollo:	Presentación y exposición del orientador: "Las relaciones humanas" Las relaciones humanas

	El tener principalmente respeto a uno mismo nos permitirá con más facilidad tener respeto al otro, el respeto debe sentirse antes si ha de ser demostrado, debe haber una sincera sensibilidad por los sentimientos de los demás. Actualmente la vida se caracteriza por el rápido progreso material e individualista, la diversidad de roles dentro de familia y el aumento incontrolable de la población, eso, hace que, cada día, las relaciones humanas asertivas sean más difíciles de lograr, siendo estas importantes para triunfar, tanto en el entorno profesional, como en lo personal. Las relaciones humanas positivas han perdido vigencia dentro del aula, en el ambiente familiar y sobre todo consigo mismo. Un ingrediente muy importante para tener una buena relación con los demás es sentirte bien consigo mismo, cuando nos sentimos insatisfechos con nuestra manera de ser y con las cosas que hacemos difícilmente podemos sentirnos cómodos con las demás personas y caemos en un estado en donde no podemos formar una relación sana con los demás. El sentirte bien contigo hará que te sientas bien con los demás y facilitará tu éxito en muchas áreas de tu vida por que una buena relación te enseñará y te retroalimentara para ir tomando decisiones mas asertivas y construyendo tu vida con responsabilidad, confianza y autonomía. El espacio primordial donde las buenas relaciones deben construirse es en la familia ya que aquí nos será transmitida la forma de conducirnos con los demás y la manera de resolver un conflicto social. Y este proceso que nos herede nuestra familia será proyectado a nuestro exterior. Existen algunos puntos que pueden ayudarte para mantener o fomentar una relación positiva con otra persona: - Saber escuchar - Ser leal - Ser honesto - Disculparse con humildad reconociendo nuestros errores - Fijar expectativas claras - Cumplir compromisos o promesas - Realizar actos de generosidad y altruismo Nota: El orientador pedirá a los alumnos un ejemplo de cada punto de esta lista.
--	--

Actividad 2: Como soy	Tiempo: 30 minutos
------------------------------	---------------------------

Objetivo:	Que los alumnos identifiquen como actúan con las personas en ciertas circunstancias
Desarrollo:	El orientador leerá lo siguiente, dejando un intervalo de tiempo después de cada historia, para que los participantes identifiquen si el personaje fue tolerante, intolerante, agresivo o asertivo. Se les pedirá a los alumnos que respondan a las preguntas elaboradas después del ejemplo y que expresen si han tenido experiencias propias en los cuales se hayan identificado y qué solución le darían. OCASIÓN EN QUE NO FUE ASERTIVO: la semana pasada mi hermano tomo 500 pesos de mi cartera sin pedírmelos; en consecuencia no pude ver la película que quería, esa noche. El acostumbra hacer cosas como éstas, pero nunca le digo nada. ¿Han tenido experiencias personales en las cuales se hayan identificado con este ejemplo? ¿Cómo respondieron ante tal situación? ¿Cómo lo resolverían? OCASIÓN EN QUE SE FUE HOSTIL E INTOLERANTE: Una amiga bromeaba conmigo en la oficina. Yo tenía dolor de cabeza, así que le grité que era una persona desconsiderada, inmadura, y me fui dejándola con la palabra en la boca. ¿Han tenido experiencias personales en las cuales se hayan identificado con este ejemplo? ¿Cómo respondieron ante tal situación? ¿Cómo lo resolverían? OCASIÓN EN QUE FUI ASERTIVO: el otro día iba yo con un amigo en el coche y éste prendió un cigarro; le dije que fumar en un espacio tan reducido y encerrado me molestaba y le pedí de favor, que no fumara mientras estuviéramos dentro del coche. El apagó el cigarro. ¿Han tenido experiencias personales en las cuales se hayan identificado con este ejemplo? ¿Cómo respondieron ante tal situación? ¿Cómo lo resolverían? Con base a la actividad el orientador solicita a los participantes que hagan un autoanálisis sobre el comportamiento que tienen con los demás ante ciertas circunstancias y que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

Actividad 3: Sentirse integrado		Tiempo: 15 minutos
Desarrollo:	Presentación y exposición del orientador: “Sentirse integrado” Durante la adolescencia el saberse integrado en un grupo es parte fundamental del desarrollo del chico debido a que este va de la mano con el desarrollo de su identidad y esta formada por sus experiencias y necesidades a lo largo de su vida y por la sociedad que le rodea. El sentirse integrado a un determinado grupo no siempre trae buenos resultados, la presión social suele ser tan fuerte que nos podemos ver presionados a realizar ciertas actividades que pueden perjudicar nuestro estado psicológico, familiar o hasta nuestra salud. Es importante en este quehacer de saberse integrado hacer conciencia de lo que uno realmente busca en otras personas y principalmente lo que buscamos para nosotros mismos y tener claras las metas que tenemos en nuestra vida, sino es así posible que corramos el riesgo de confundirnos y de perdernos en las metas y las necesidades de otros.	

Actividad 4: Cambiar de aires		Tiempo: 25 minutos
Objetivo:	Que el alumno razone que para sentirse integrado a una círculo social no tiene que aceptar o estar dentro de un grupo o con una persona que dañe su estado emocional, psicológico o social.	
Desarrollo:	El orientador dará lectura a la siguiente historia: Para Heather, cambiar de aires fue la mejor solución:Aun cuando sabía desde hacía mucho tiempo que necesitaba cambiar de amigos, simplemente no sabía cómo hacerlo. “Mi mejor amiga” me animaba a hacer lo que ella hacia, como dormir con todos y usar drogas, en poco tiempo, todos los demás en la escuela comenzaron a llamarme “perdida”. Aún quería ser su amiga, y tener a las demás amigas porque pensaba en los buenos momentos que pasábamos juntas, sin embargo, cuando ella salía con ellas por las noches, nos metíamos en cosas que no debíamos,sabía que me estaba aferrando a cosas que no debíamos, decidí que necesitaba un cambio total de aires, y alejarme de ella, pedí a mi madre que me dejara ir con	

	mi tía para comenzar de nuevo y hallar un mejor grupo de amistades, acepto y desde entonces vivo con mi tía. Hoy, con mis nuevas amistades, digo lo que creo que es correcto y soy yo más yo misma, no me importa lo que los demás digan de mí, y si no les gusto, entonces que les aproveche. Así soy yo, y no cambiaré solo para adaptarme a ellos. Cambiaré solo para mí. Formar un círculo de debate respondiendo a las siguientes cuestiones: ¿Qué haría yo si me encontrara en una situación similar? ¿Para mí cual sería la mejor forma de resolver este problema sin la necesidad de salirme de mi casa? ¿Qué hago cuando detecto que un amigo me esta involucrando en algo que a mi no me agrada? ¿Qué tanto estoy dispuesta o dispuesto a tolerarlo o negarme a participar en eso que no me agrada?
--	--

Actividad 5: Entender y ser entendido		Tiempo:30 minutos
Objetivo:	Que el alumno reflexione lo importante que es escuchar y comprender al otro para que sea escuchado y comprendido de igual manera.	
Desarrollo:	El orientador dará lectura a la siguiente historia: entender y ser entendido Yo era anoréxica profesional cuando conocí a Julie, Pam y Lavon, con quien compartía mi departamento en el primer año de universidad. Pase mis últimos dos años de preparatoria haciendo ejercicio, dietas y celebrando cada kilo que perdía. Teniendo 18 años y midiendo 1.70, pesaba apenas 47 kilos, toda una pila de huesos. No tenía muchas amistades, las dietas constantes me hacían sentir irritable, amargada y tan cansada que ni si quiera podía seguir una conversación, por supuesto, no pensaba en los eventos sociales de la escuela, ni sentía que tuviera nada en común con las personas que conocía, unos cuantos amigos leales realmente se apegaron a mi e intentaron ayudarme, pero puse oídos sordos a sus sermones sobre mi peso y lo achaque a los celos. Mis padres me sobornaban con ropa nueva, me exigían que comiera frente a ellos, cuando no lo hacía, me llevaban a una serie de doctores, terapeutas y especialistas, me sentía miserablemente mal y me convencí de que toda mi vida sería así. Entonces fui a la universidad en otra ciudad. Quiso la suerte que compartiera el dormitorio con Julie, Pam y Lavon, las tres muchachas que hicieron que valiera la pena volver a vivir, vivíamos en un pequeño departamento, donde quedaron expuestos mis extraños hábitos para comer y mi neurosis de ejercicio, sé que debí parecer extraña con mi complexión, raspones, el pelo se me caía y los huesos se salían de la piel, cuando veo mis fotografías cuando tenia 18 años, me horroriza lo terrible que me veía.	

	Pero ellas no se sintieron así, no me trataron como a una persona con un problema, no me dieron sermones, no me daban de comer a fuerza, no hubo chismes, no había caras, casi no sabía qué hacer, casi inmediatamente me sentí una mas de ellas, excepto en que no comía, asistíamos juntas a clases, hallamos trabajos, salíamos a correr por las tardes, veíamos televisión y salíamos juntas los sábados, mi anorexia, por primera vez, dejó de ser el tema central. En vez de ello, pasamos largas noches discutiendo sobre nuestra familia, ambiciones e incertidumbres. Quede absolutamente asombrada por nuestras similitudes, por primera vez, literalmente en años, me sentí comprendida, sentí que alguien se había tomado el tiempo para entenderme como persona en vez de tratar de arreglar primero mi problema. Para estas tres jóvenes, no era una anoréxica que necesitaba tratamiento. Era tan solo la cuarta joven, conforme se desarrolló mi sensación de pertenecer, comencé a observarlas, eran felices, atractivas, inteligentes y ocasionalmente comían una galleta que sacaban directamente de la bolsa, si tenía tanto en común con ellas ¿por qué no podía hacer yo también tres comidas al día? Pam, Julie y lavon nunca me dijeron que me curara a mi misma. Me lo demostraron todos los días, y realmente se esforzaron por comprenderme antes de tratar de curarme, al final de mi primer semestre universitario, ya ponían un lugar para mí en la mesa. Y me sentía bien recibida. Terminando la lectura el orientador debe dar a conocer la importancia de entender al otro antes de juzgarlo. El sentirse comprendido hace que este mas abierto a la influencia positiva del otro.
Sierre:	Se les pide a los participantes que elaboren un resumen de una cuartilla en donde expliquen y expresen desde su perspectiva de que le sirvieron estos ejercicios, como los pueden apropiar a su vida y cuál es el objetivo que vincula estos ejercicios.

SESIÓN 3	
Tema:	Parte 2: Procesos de socialización y las relaciones humanas
Tiempo:	Dos horas

Objetivo:	Lograr que las personas puedan derribar las barreras impuestas por ellas mismas debidos a que no les permiten tener un buen concepto propio; mejorar la imagen de ellas mismas mediante el intercambio de comentarios y cualidades personales
------------------	---

Actividad 1: Las palabras que me gustan		Tiempo: 30 minutos
Objetivo:	Propiciar el manejo creativo de la comunicación verbal escrita permitiendo el intercambio emocional entre los alumnos y fortalecer la autoimagen del participante	
Desarrollo:	Material: hoja tamaño carta y lápices Las palabras que me gustan de los demás Se solicita a los participantes que tomen tres hojas carta y las doblen en ocho pedazos, cortándolas posteriormente lo mejor que puedan, en cada uno de los pedazos tienen que escribir por el inverso, uno a uno, los nombres de sus compañeros. Por el reverso, escriben en dos líneas o renglones, un pensamiento, buen deseo, verso, o una combinación de estos, dirigido al compañero designado en cada pedazo de papel. Al terminar son entregados a los destinatarios en propia mano, se forman subgrupos de 4 ó 5 personas para discutir la experiencia, cada subgrupo nombra a un reportero para ofrecer en reunión sus experiencias, el instructor guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida y que sintieron al realizar el ejercicio.	

Actividad 2: Mi autoestima y los demás		Tiempo: 20 minutos
Desarrollo:	Exposición del orientador del tema: “Mi autoestima y los demás” Mi autoestima y los demás Nuestra autoestima influye decisivamente en la manera en la que nos relacionamos con los demás, las personas con una autoestima equilibrada suelen tener un funcionamiento social más satisfactorio mientras que las personas con autoestima baja pueden vivir las relaciones sociales con ansiedad y miedo al rechazo, hay muchas situaciones sociales en las que nuestro nivel de	

	autoestima puede influir, como son las siguientes: • Pedir lo que se quiere: las personas con autoestima baja no suelen ser capaces de exigir las cosas que desean o necesitan, por lo que muchas veces sus derechos serán ignorados. Estas personas pueden llegar incluso a decidir voluntariamente no pedir nada para no ser rechazados o incluso no ser capaces ya de identificar sus deseos y necesidades. • Saber decir no: ese miedo al rechazo puede hacer que la persona no sea capaz de negarse a cosas que están en contra de sus ideales o sentimientos, con la considerable carga de culpa y ansiedad que sufrirán después. • Responder a las críticas: las personas con baja autoestima pueden no ser capaces de responder a las críticas de los demás, incluso cuando éstas están formuladas de manera inadecuada, grosera o agresiva. Pueden llegar incluso a creerse esas críticas sin valorarlas, consiguiendo así que su nivel de autoestima decrezca aún más. Conductas indicadoras de alta autoestima • Tener ganas de intentar algo nuevo, de aprender, de probar nuevas actividades. • Ser responsable de sus propios actos. • Hacerse responsable de otras personas, tener conductas pro-sociales. • Confiar en sí mismos y en su propia capacidad para influir sobre eventos. • Manifestar una actitud cooperadora. • Autocrítica. Aprender de los errores. Conductas indicadoras de baja autoestima • Rehuir el intentar actividades intelectuales, deportivas o sociales por miedo al fracaso. • Engañar, mentir, echar la culpa a otros. • Conductas regresivas (hacerse el pequeño). • Comportamiento no social. • No confiar en sí mismo, creer que no se tiene capacidad de control sobre los eventos. • Agresividad, timidez excesiva o violencia. • Negación frecuente. • Frustración
--	--

Actividad 3: Pilares de la autoestima	Tiempo: 15 minutos
--	---------------------------

Desarrollo:	Tema expuesto por el profesor “Pilares de la autoestima La autoestima está basada en una serie de pilares básicos, que dependen únicamente de nosotros y que, además es nuestra responsabilidad cuidar día tras día, para conseguir su mejora, estos pilares básicos son los siguientes: • Autoconcepto: es la opinión que una persona tiene de sí misma, lo que ella cree acerca de sus habilidades, cualidades positivas y negativas, valores... este pilar está en constante cambio ya que se basa en nuestras aptitudes, las ideas que tenemos acerca de nuestro propio cuerpo y las valoraciones de nuestra persona que hace la gente que nos rodea. • Autorespeto: es la capacidad de respetarse a uno mismo, es necesario que seamos capaces de respetarnos a nosotros mismos si queremos ser respetados por los demás, la gente con baja autoestima, que suele culparse por todo y pensar muy negativamente sobre sí misma, suele atraer de forma inconsciente las faltas de respeto de los demás. • Autoconocimiento: es la capacidad de analizarnos sin miedo, observando cómo somos sin engañarnos a nosotros mismos. Este análisis incluye el estudio de nuestras cualidades positivas y de nuestras limitaciones, sólo conociéndonos en profundidad estaremos capacitados para valorarnos o para realizar los cambios que necesitamos. • Autocuidado: la adquisición de unos hábitos de vida saludables como modo de vida. Estos hábitos deben englobar el cuidado de nuestro aspecto externo y nuestra salud física y psicológica. • Aceptación de los propios límites: para poder lograr una autoestima equilibrada, la persona debe aceptarse con sus cualidades y sus limitaciones, olvidándose de buscar un ideal de perfección inalcanzable que sólo conduce a la depresión y la culpa.
Actividad 4: Dar y recibir	Tiempo: 40 minutos
Objetivo:	Retroalimentarse tomando conciencia de los logros personales y la de los demás y fomentar la comunicación dentro del aula. Discutir la importancia del reconocimiento de otros y el efecto de estos factores en el concepto que se tiene de uno mismo, en la motivación y comportamientos
Desarrollo:	Material: hojas blancas, lápices para cada participante y marcadores. Organizar el grupo en parejas, cada participante se le provee de hojas blancas y un lápiz y se les pide que hagan una lista de: 1.- Dos cosas que hago bien 2.- Un logro reciente 3.- Una pequeña frase que me gustaría que se hubiera dicho Los participantes se juntarán en parejas para intercambiar la información que tienen en sus listas, aclarando y explicando lo que sea necesario, cada miembro elaborará una carta de reconocimiento para su pareja, basándose en la información recibida, la carta será escrita directamente a su pareja, se intercambiarán las cartas para leerlas y reflexionar su contenido sin hablar.

	Se reúne nuevamente todo el grupo, y se les dice a los participantes que tendrán la oportunidad de presentar y recomendar a su pareja ante el grupo. Cada miembro por turno, se parará atrás de su compañero con sus manos puestas en los hombros del otro y presenta a su pareja ante el grupo. La persona que está siendo introducida no comenta nada en ese momento, después de que todos los miembros hayan sido presentados, las personas podrán aclarar cualquier información dada acerca de ellos, el instructor brevemente explica la idea que lo que una persona dice que otra habla mucho de ella y sugiere a los participantes que también reflejaron sus valores mediante la presentación de sus compañeros. El instructor reúne a las parejas y les pide que resuman la actividad mediante la discusión de sus comportamientos, como sus sentimientos acerca de sus presentaciones orales y la carta. El instructor pide a los participantes que discutan lo que han aprendido acerca de ellos durante el ejercicio, se reúne el grupo entero y el instructor les pide que opinen acerca de los factores que tienen influencia en dar y recibir elogios. Se invita a los miembros del grupo a relacionar esta experiencia de sus relaciones con otros, y sugerirán aplicaciones prácticas de sus aprendizajes en situaciones de trabajo.
--	---

Actividad 5: Confiando en nuestro organismo		Tiempo: 20 minutos
Objetivo:	Conocer la diferencia que existe entre ideas y conceptos, y relacionarlo con la autoestima. Comparar los modelos físicos y psicológicos que se reflejan en la autoestima, ayudar a los participantes a entender el significado de consultar al organismo para nuevas informaciones y conceptos.	
Desarrollo:	Confiando en nuestro organismo Material: una zanahoria por participante Desarrollo: el instructor da a los participantes un trozo de zanahoria y les pide que la coman como ellos acostumbran hacerlo. Terminada la actividad anterior el instructor les da otro trozo de zanahoria y les pide que lo mastiquen hasta que esté líquido y que entonces lo traguen. El instructor les pide que describan la sensación que tuvieron al comer la zanahoria lentamente, y cómo creen ellos que es el mejor procedimiento para asimilarla, comenta a los participantes que la forma o estilo de comer se relaciona íntimamente con	

	la de asimilar nuevas ideas, nueva información y nuevos conceptos. Divide a los participantes en grupos de cuatro y les pide que comenten la comparación que existe entre su forma de comer con la de tomar nuevas ideas. Algunos pueden decir "trago rápidamente sin masticar"; "mástico rápidamente sin saborear"; "mástico lentamente antes de tragar sin saborear", o "mástico antes de tragar y disfruto su sabor". El instructor puede pedir a los grupos que también comenten los efectos que tienen en el organismo: ¿Cuál método permite asimilar mejor? En el caso de relacionar este ejercicio con autoestima se le pide a los grupos que sugieran qué auto concepto podrá tener una persona que come rápidamente o que trago sin masticar y lo hace de la misma manera con las ideas o con la información. Podrán decir frases como: "acepto todo lo que me dicen ", " no puedo discriminar ", " lo tomo tal cómo viene ", "soy capaz de decidir qué es lo que acepto o qué reúso por mí mismo", etc. El orientador integrará un círculo reflexivo en donde el grupo analizará y comentará como se puede aplicar lo aprendido en su vida.
Sierre:	Se les pide a los participantes que elaboren un resumen de una cuartilla en donde expliquen y expresen desde su perspectiva de que le sirvieron estos ejercicios, como los pueden apropiar a su vida y cuál es el objetivo que vincula estos ejercicios.

SESIÓN 4	
Tema:	Parte 1: La autoestima y el juego de la identidad
Tiempo:	Dos horas
Objetivo:	Que el alumno reflexione acerca de sus capacidades humanas (política, faber, económica, erótica, etc.)
Actividad 1: Como valoro lo que hago	Tiempo: 20 minutos
Objetivo:	Reconocer que hay actividades que pueden retroalimentarlos y hacerlos sentirse bien, y esto ocasionará que su estado emocional se vea confortado y su autoestima elevada

Desarrollo:	Material: hojas blancas, lápices para cada participante y marcadores. El orientador pedirá a los alumnos que describan nueve cosas que les gusta mucho hacer y expliquen las razones por las que se van a permitir hacerlas más. “Me gusta muchísimo andar a caballo, me lo voy a permitir más porque me hace sentir libre, disfruto el aire, el sol y la naturaleza, es un buen ejercicio, me relajo y olvido el mundanal ruido, lo voy a hacer más porque me gusta, me da la gana y me lo merezco, me gusta hacer yoga. Voy a inscribirme en un curso y trabajar con mi cuerpo, me fortalece, me flexibiliza, me da un espacio de meditación, un encuentro conmigo mism@. Me gusta...” esto es transformación en vivo, esta práctica me va a generar beneficios valiosísimos.
--------------------	--

Actividad 2: Aceptando mis debilidades		Tiempo: 30 minutos
Objetivo:	Reconocer las debilidades y limitación como un requisito para construir la autoestima demostrando que todos tenemos puntos fuertes y débiles, este ejercicio está diseñado para ayudarlo a ver algunas de sus fallas, qué estas no lo hacen menos valioso que ser humano y que gracias a ellas es como buscará como superarlas, por ello la frase: "En tu debilidad está tu fuerza".	

Desarrollo:	Material: hojas de papel y lápiz para cada alumno El instructor expondrá al grupo lo siguiente: " todos tenemos debilidades, fallas y limitaciones, si el yo ideal está muy lejos del yo real, esta distancia provocará una autoestima baja, frustración y desilusión, si la persona pudiera darse cuenta que el ser humano es imperfecto, y aceptará sus debilidades, sabiendo que se está haciendo lo mejor que se puede por ahora, su autoestima mejoraría notablemente. El instructor pedirá que cada participante escriba tres o cuatro cosas que más le molestan de sí mismo, sus más grandes fallas o debilidades, lo que no le gusta de sí mismo, pero que sin embargo admite como cierto. Cada participante escogerá un compañero y hablará sobre lo que escribió, tratando de no tener una actitud defensiva. Sentados en el suelo en círculo cada participante dirá su debilidad más importante, empezando con "yo soy..." ejemplo: "yo soy muy agresivo", "yo soy floja", etc. Que cada integrante exponga una alternativa para transformar esa debilidad en logro, ya que si la menciona es que le afecta. El instructor sugerirá que se atrevan a llevarlo a cabo, ya que sólo así se irán dando cuenta de la fuerza de su yo profundo. El orientador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.
--------------------	--

Actividad 3: Película		Tiempo: 1 hora con 20 minutos
Desarrollo:	Proyección de la película mi pie izquierdo, los puentes de madison Material: película El orientador proyectará una película a los alumnos, cuando esta termine con ayuda del orientador formaran un círculo de debate acerca del contenido de la proyección y a su vez asociaran el tema con su vida y experiencia personal.	
Sierre:	Se les pide a los participantes que elaboren un resumen de una cuartilla en donde expliquen y expresen desde su perspectiva de que le sirvieron estos ejercicios, como los pueden apropiarse a su vida y cuál es el objetivo que vincula estos ejercicios.	

SESIÓN 5

Tema:	Parte 2: La autoestima y el juego de la identidad
Tiempo:	Dos horas
Objetivo:	Que el alumno reflexione acerca de sus capacidades humanas (política, faber, económica, erótica, etc.)

Actividad 1: más bien soy.....		Tiempo: 30 minutos
Objetivo:	Promover el conocimiento y comunicación dentro del grupo.	
Desarrollo:	Material: hojas de papel tamaño carta, lápices, plumones y cinta adhesiva para cada alumno Se les solicita a los participantes que tomen una hoja tamaño carta y en forma de lista, describan con ocho adjetivos, su forma de ser, el instructor pide al grupo, que den algunos ejemplos de adjetivos, para verificar que se haya comprendido y no vayan a confundir con sustantivos, nombres, etc., se insiste que sean ocho adjetivos, y se les dan cinco minutos para establecer este primer listado. Enseguida, se les pide que de cada uno de estos adjetivos busquen sus antónimos y hagan una segunda lista, paralela a la primera. Se les dan cinco minutos más para esta segunda lista, al concluir esta, los participantes leerán sus respectivas hojas a todo el grupo; cuidando que sea de manera espontánea y de uno en uno, el instructor tiene que estar atento a no permitir preguntas o aclaraciones a propósito de la exactitud de los antónimos establecidos por cada participante. Al concluir esta etapa inicial del juego, se procesa la experiencia y se llega a conclusiones, y si el instructor va a emplear el mismo ejercicio para cerrar el evento, les pide a los participantes que guarden las hojas para que posteriormente, trabajar en ellas.	

	El instructor guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida. MÁS BIEN SOY... Entre esto y aquello...más bien soy... 1. Entre _____ y _____ más bien soy _____. 2. Entre _____ y _____ más bien soy _____. 3. Entre _____ y _____ más bien soy _____. 4. Entre _____ y _____ más bien soy _____. 5. Entre _____ y _____ más bien soy _____.
--	--

Actividad 2: Como mejorar la autoestima	Tiempo: 20 minutos
Desarrollo:	Tema expuesto por el profesor “Como mejorar la autoestima” Como mejorar la autoestima Cuando pasamos por una adversidad no es suficiente con percatarnos del problema ya que no nos llevará a mejorarlo, el punto es no quedarnos inmóviles si no trabajarlo y buscar la manera de resolverlo de la forma mas positiva y productiva que se pueda, a esto nos referimos, que tenemos que llegar a un aprendizaje significativo y aplicarlo a la vida diaria, para eso, es necesario seguir algunas pautas que nos ayudarán a comprender que nada es tan estricto en la vida y que no somos los mejores cuando hacemos algo correctamente ni los peores al fallar. Estas son algunas recomendaciones para aumentar la autoestima: • Cambiar lo negativo en positivo: a pesar de pasar por un momento difícil no hay que perder las ganas de pensar en positivo. En lugar de creer que no es posible hacer nada, siempre es mejor pensar que con voluntad y esfuerzo las cosas pueden lograrse. • Evitar generalizar: en el desarrollo de nuestra vida, existirán muchas experiencias negativas, pero eso no significa que estas se repitan siempre en los mismos campos. O sea: si alguien no se siente a gusto en una carrera universitaria determinada y abandona, esto no significa que la persona no tenga la capacidad de prepararse en otra carrera. • Tomar conciencia de los éxitos, disfrutarlos y fomentarlos: es fundamental reconocer nuestras capacidades y los logros que hemos tenido en algún campo de la vida para poder obtener un éxito, disfrutar esas victorias y apuntar hacia esos puntos positivos para incrementarlos.

	• Evitar compararnos con los demás: tenemos que concientizar que nadie es mas o menos que nosotros sencillamente por que cada uno crece y se desarrolla en diversas circunstancias. Cada persona hace su propio camino y afronta sus propias dificultades, somos diferentes y tenemos cualidades positivas y negativas en distintos ámbitos.
--	--

Actividad 3: Una alegre y larga vida		Tiempo: 50 minutos
Objetivo:	Concientizarte en que la vida es el aquí y el ahora, no dejando de planear e ir en busca de logros y metas, vivir la felicidad, la satisfacción y la paz interna cada día.	
Desarrollo:	Una alegre y larga vida Material: hojas y lápiz para cada participante Desarrollo: El instructor solicita a los participantes que tomen una hoja de papel y tracen una línea horizontal que la cruce. Les solicita que coloquen puntos en los dos extremos de la línea. El punto de la izquierda representa la fecha de nacimiento, y les solicita que escriban abajo del punto su fecha de nacimiento. El instructor explica a los participantes que el punto del otro extremo (derecha) representa la fecha de la muerte, comenta que sobre este punto se debe escribe el año de nuestra muerte, el cual depende del número de años que se crea se va a vivir. Solicita a los participantes que debajo de este punto, escriban la fecha estimada de su muerte. Ahora, solicita a los participantes poner un punto que represente donde se está ahora en la línea entre el nacimiento y la muerte. Después deberán poner la fecha de hoy debajo de este punto, fecha de nacimiento, aquí estoy ahora, fecha de mi muerte. El instructor solicita a los participantes que hacia la izquierda de la fecha de hoy, sobre la línea escribir una palabra que representen lo qué se cree que se ha logrado hasta ahora. Terminada la actividad anterior el instructor solicita a los participantes que hacia la derecha de hoy, indiquen con una o dos palabras algunas cosas que se quieran hacer o experimentar antes de la muerte. El instructor solicita a los participantes que analicen esta sencilla, pero significativa línea de la vida, quizá, como instructor,	

	más tarde quiera referirse a ella nuevamente para qué se asiente en la conciencia. En sesión plenaria comentan lo que sintieron y pensaron al realizar este ejercicio, el instructor guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.
--	--

Actividad 4: Cierre del taller		Tiempo: 20 minutos
Objetivo:	El darse cuenta que la finalidad en la vida es ser feliz con uno mismo	
Desarrollo:	Cierre del taller con una reflexión “La felicidad” La felicidad es ese estado del que mucho se ha hablado y que con frecuencia se confunde con la alegría. El destacado psiquiatra italiano Giuseppe Amara, comenta: la felicidad es un arte personal de enriquecer el propio yo, el propio ser, con lo que nos ofrece la vida, y que se resume en dos puntos esenciales: 1) hacer lo que a uno le gusta, que sería el trabajo por ejemplo que éste sea gozoso, y 2) contentarnos y apreciar lo que sí tenemos, en lugar de mortificarnos por aquello que no tenemos. Los especialistas señalan que la felicidad, no es una emoción, o un estado de ánimo, se trata de una actitud ante la vida, que no depende de objetos materiales, o las personas que nos rodean, tampoco depende de cuanto se ha sufrido, sino de la capacidad de sobreponerse, aprender y valorar lo que somos. Sobre la felicidad, existen diversos estudios psiquiátricos y sociológicos, se ha encontrado que existe una mayor propensión para ser feliz siendo niños y en personas de perfil económico bajo y medio, por su capacidad de asombro y de disfrutar las cosas sencillas de la vida.	

	Al contrario, de lo que muchos piensan, estudios clínicos han demostrado que la felicidad no depende tanto del dinero, o del poder que una persona puede adquirir. <i>“La felicidad, no depende de lo que uno tenga o no tenga, sino del propio esmero para ser feliz. La felicidad también implica esfuerzo, las personas que se esfuerzan que se dedican todos los días a lo que más aman y lo logran no tanto por un éxito, gracias al cual seré famoso y ganaré mucho dinero, sino por que encuentran alegría con que realizan, incluso se ha encontrado un individuo feliz en una familia que no lo es, por ello no depende la felicidad de los otros, sino de uno mismo, de la propia capacidad de sobreponerse a la adversidad, además la felicidad no está en las cosas materiales, y en cuanto a las drogas, éstas no dan felicidad, sólo intervienen en cambios bioquímicos del cerebro, que provocan ciertos estados de ánimo, sin dar felicidad genuina”,</i> comenta el psiquiatra, Giuseppe Amara. En conclusión, los especialistas señalan que la felicidad es un asunto muy íntimo, que sólo depende de nosotros mismos, y que para alcanzar la felicidad se debe trabajar arduamente, disfrutar lo que se hace y decidirse a cambiar y dejar aquello que no nos hace feliz.
--	---

Evaluación

La evaluación es el proceso donde se examina el progreso de la adquisición de los conocimientos y el desarrollo de las capacidades del sujeto, ésta puede ser de manera continua, integral y cualitativa.

El objetivo de la evaluación es:

- ❖ Establecer la obtención de los logros definidos.
- ❖ Precisar el avance en la adquisición de los conocimientos.
- ❖ Estimular el afianzamiento de valores, de actitudes y aptitudes.
- ❖ Favorecer en cada estudiante el desarrollo de sus capacidades y habilidades.
- ❖ Identificar características personales, intereses, ritmos de desarrollo y estilos de aprendizaje.

Se aplicará un cuestionario que será respondido primero en forma individual y después en forma grupal para confrontar respuestas; entre ellas se pueden hacer las siguientes:

- A. ¿Cuál fue la actividad en el que se encontró más a gusto? ¿por qué?
- B. ¿En cuál no se sintió incomodo? ¿por qué?
- C. ¿Qué no le gusto del taller? ¿por qué?
- D. ¿Qué otras actividades propondrías tu? ¿por qué?
- E. ¿Considera que se lograron los objetivos expuestos al principio del taller?
- F. Expresa y redacte lo que esperaba del taller y si satisfizo sus necesidades basadas en el tema.

Se sugiere el siguiente cuestionario:

- a. ¿Escribir en forma automática cualquier tema? ¿escucha en forma activa y en silencio a sus compañeros?
- b. ¿Su participación en el taller ha sido productiva? ¿buena? ¿insuficiente? ¿por qué?
- c. ¿Esta nueva forma de aprender le ha ayudado a superar dificultades? ¿cuáles? ¿por qué?
- d. ¿Qué sugiere hacer usted para destacar estas dificultades planteadas?
- e. Describa los aspectos positivos, los que hay que mejorar y las sugerencias.

Esta evaluación contribuirá a la identificación de las limitaciones o dificultades para consolidar los logros del proceso formativo y ofrecerá al estudiante oportunidades para aprender del acierto y del error y en general de la experiencia a lo largo de toda su vida.

Limitaciones

En este taller como en otros talleres en el momento que se ejecuten siempre se encontraran con diversas limitaciones, las que deben ser superadas para que no desacrediten la propuesta; entre ellas tenemos: si los participantes tienen la voluntad de organizarse en grupos, en ocasiones no es cubierta la totalidad de los objetivos, logros a alcanzar y en muchas veces no se alcanzan a ejecutar todas actividades planeadas.

Los costos económicos para el desarrollo del el taller educativo son asumidos por los estudiantes y por los padres de familia, situación que en secundaria dificulta alcanzar los objetivos por no conseguir los materiales didácticos necesarios para cada sesión. La falta de la cultura de la participación, la democracia, la creatividad, la inventiva, la productividad y el miedo al público, hace que el taller, en un principio sea difícil de aplicar debido trabajo de asimilación por parte de los estudiantes.

CONCLUSIONES

Al finalizar éste trabajo nos damos cuenta que el tema de indagación es de gran importancia y fue de gran utilidad para mi formación personal y como futura profesionalista. De esta forma era para mi indispensable la realización de este proyecto de intervención para darme cuenta que el trabajar el tema de la autoestima no solo funciona o es aplicable en la etapa de la adolescencia sino a lo largo de todo el desarrollo psicosocial del ser humano. Y que los adolescentes no están solos en este proceso, el orientador en este caso es otro de nuestros personajes con el que trabajamos en esta investigación también cumple un papel fundamental.

Este papel busca conocer ¿Quién es el adolescente? ¿Cuáles son sus problemas? ¿Cuáles sus potencialidades? y como propiciar la reflexión, el análisis y la elaboración de un proyecto que ayude al adolescente a ser autónomo y responsable de las decisiones que tome en su vida y la responsabilidad, esto amerita, el compromiso de esta investigación fue proporcionar toda la información necesaria y relevante para guiar precisamente este proceso del ser humano que constituye en un proceso extenso y complicado.

Comprender y entender que esta investigación sirvió para darnos cuenta que lo que hacemos y decimos a lo largo de nuestra vida repercute notablemente en los demás de manera negativa o positiva, así, que tenemos que ser muy cuidadosos en la relación que tengamos con las demás personas teniendo en cuenta que lo que exteriorizamos a los demás es lo que somos internamente.

No es fácil trabajar el tema de la autoestima ya que implica comprender y entender a profundidad lo que se está investigando y eso influye o repercute en los procesos que como seres humanos también pasamos, que no es un tema aislado de nuestra persona y que cuando vas leyendo los temas estos en algún momento de tu vida también los toca, por que formamos parte de esta red psicosocial y también somos personas en proceso de desarrollo y transformación de nuestra autoestima.

Al realizar este trabajo me percate que tan delicado e importante es el proceso de desarrollo de la autoestima de un niño, esta puede definir su éxito o fracaso a lo largo de su vida en todos los aspectos, sobre todo en la capacidad que este individuo tenga para afrontar los retos externos y sobre todo los retos internos que son los que el mismo se imponga. Queda claro que el educar la autoestima para mi forma de ver es sumamente determinante para que un individuo tenga las fuerzas y el entusiasmo para construir su vida de manera satisfactoria y sobre todo feliz.

BIBLIOGRAFIA

- BARTOLOME, S. F. (1986). *La psicología del adolescente y la educación*. México: Roca.
- BISQUERRA, A. R. (1996). *Orígenes y desarrollo de la orientación psicopedagógica*. Madrid: Narcea S. A.
- BRANDEN, N. (1997). *Los seis pilares de la autoestima*. Barcelona: Paidós.
- DIAZ, B., Maggi, Y. & Rolando E. (1997). *Desarrollo humano y calidad: valores y actitudes*. México: Limosa
- DULANTO, G. E. (2000). *El adolescente*. México: McGraw-hill.
- ESTRADA, L. (1997). *El ciclo vital de la familia*. México: Grijalbo.
- FERNÁNDEZ, S. J. (1998). *Acción psicológica en educación secundaria: Reorientación de la orientación*. Málaga: Ajibe.
- FISHER, R. (1995). *Autoestima*. España: Obelisco
- GARCÍA, E. E. (1999). *Práctica educativa: Orientación e intervención*. México: Hergue
- GIL, M. R. (1997). *Manual para Tutorías y Departamentos de Orientación Educativa: Educar la Autoestima, Aprender a convivir*. España: Escuela Española S. A.
- GIMENO, J. (1995). *El currículum: una reflexión sobre la práctica*. Madrid: Morata.
- GUITART, A. R. (2002). *Las actitudes en el centro escolar, reflexiones y propuestas*. Barcelona: Grao.
- GUTMANN, A. (1987). *Educación Democrática. (1ª. Ed.)*. México: Prisma.
- HAEUSSLER, P. M. (1995). *Confiar en uno mismo: programa de autoestima*. Santiago: Dolmen.
- INOSTROZA, G. (1996). *Talleres Pedagógicos. Alternativas en formación docente para el cambio de la práctica de aula*. Santiago de Chile: Dolmen.
- JAMES, W. (1994). *Principios de Psicología*. México: Fondo de Cultura Económica.
- MAIER, W. H. (1969). *Tres teorías sobre el desarrollo del niño: Erikson, Piaget y Sears*. Argentina: Amorróu.
- MARSELLACH, G. (2000). *La autoestima en niños y adolescentes*.

- MARTÍNEZ, G. Ma. De C. (2002). *Orientación Escolar, fundamentos y desarrollo*. Madrid: Dy Finson.
- MEJÍA, Z. R. (1976). *Escuela de los adolescentes*. México: Federación Editorial Mexicana.
- MERANI, A. (1983). *Diccionario de Pedagogía*. Barcelona: Grijalbo S.A.
- MULLER, M (1990). *Orientación vocacional. Aportes clínicos y vocacionales*. México: Miño y Dávila.
- MUSSEN, CONGER y KAGAN. (1999). *Desarrollo de la personalidad en el niño*. (3ª Edic.) México: Trillas.
- NASSIF, R. (1965). *Pedagogía de nuestro tiempo*. Buenos Aires: Kapelusz.
- Organización Panamericana de la Salud, La salud de los adolescentes y los jóvenes
- ORSI, A. (2000). *Las actitudes y el centro escolar*. Buenos Aires: Ediciones Nuevas Buenos Aires.
- ORSI, A. (1988). *Actitudes y Conducta. Algo más que psicología social*. Buenos Aires: Ediciones Nuevas Buenos Aires.
- PICHON, R. E. (1875). *El proceso grupal*. Ed. Nueva. Visión.
- PIÑA, J. M. (2002). *La orientación como tipo ideal y la interpretación como posibilidad, en Meneses, Gerardo (compilador), Nuevas aportaciones al discurso y el sentido de la orientación educativa*, México: Lucerna Diógenis.
- Revista Mexicana de Orientación Educativa. Dr. Bernardo Antonio Muñoz Riveroll
- RIVEROLL, M. B. y Vuelvas, S. B. (2004) *Coloquio sobre el estado del conocimiento de la orientación educativa en México 1993-2003*. Revista Mexicana de Orientación Educativa. Vol. I, Nº 2.
- RIVEROLL, M. B; Calvo, M. L; Grimaldi, P. V; Miranda, A. B; y Solís, L. N. (1995). *Orientación educativa. En: Procesos curriculares, institucionales y organizacionales*. Coordinador: Díaz-Barriga, A. Colección. Investigación educativa en los ochenta, perspectiva para los noventa. México
- RODRÍGUEZ R. (2003). *Mesa redonda: Adolescencia - Necesidad de creación de unidades de adolescencia*. AnPediatri

ROGER, C. (1980). *Orientación escolar*. Argentina: Kapelvsz.

ROSENBERG, M. (1973) *La autoimagen del adolescente y la sociedad*. Buenos Aires: Paidós.

SÁENZ, M. (1975). *La Dirección de Enseñanza Secundaria. Su organización y sus funciones*. México: SEP.

SANTOS, R. A. (1998), *Historia de la educación secundaria en México, 1923-1933*. México: Patronato para la Cultura del Maestro Mexicano.

TRASOBARES, M. (2000). *Cómo mejorar tu autoestima: cambia tu vida y tus relaciones personales con autoestima*. España: Océano

TYLER, L. (2002). *La función del orientador*. México: Trillas.

VAN-DER, H. C. (2006). *Estrategias de Prevención para Adolescentes. Desde la tutoría a la práctica*. Edit. EOS

VUELVAS, B. (2002). *El sentido y el valor. En busca de un modelo de Orientación Educativa*. México: Lucerna Diógenis.

VUELVAS, B. (2002). *Representaciones sociales y acción pedagógica de orientadores como transmisores de sentido en el contexto de la sociedad global*. en: *MENESES, Gerardo Nuevas aportaciones al discurso y el sentido de la Orientación Educativa*. México: Lucerna Diógenis