



---

---

**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA  
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
UNIDAD AJUSCO  
LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA**

**TALLER SOBRE ESTRATEGIAS PARA FOMENTAR LA TOMA DE  
DECISIONES ACERTADAS EN CUANTO A LA ELECCIÓN DE CARRERA  
EN ESTUDIANTES DE 3° DE SECUNDARIA.**

**TESINA  
(Recuperación de la experiencia profesional)**

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

**PRESENTA:**

**AL JOHARA BERENICE ALANIS CORREA**

**ASESORA:**

**MTRA. SILVIA ISABEL GONZÁLEZ GARCÍA**

**México, Ciudad de México, Marzo 2016**

# *Agradecimientos*

Esta tesina la dedico con todo mi amor y cariño.

Gracias Dios que me diste la oportunidad de vivir y regalarme una familia maravillosa.

Dedico este trabajo y mi examen profesional a una persona muy especial en mi vida, mi abuelita “chepina” quien siempre será la mejor amiga que dios me pudo brindar, gracias por todos tus sabios consejos, por todos los momentos tan felices, por tu forma tan alegre de contar chistes, por escucharme, por la confianza, por mantener unida a mi familia, por ser tan sincera, por los regaños y desacuerdos que tuvimos, por la nobleza de tu corazón, por el amor y cariño que me diste, por los cuidados y atenciones que tuviste desde mi niñez, por la paciencia, por dar siempre lo mejor de ti. Es difícil que no estés físicamente hoy aquí conmigo, pero sé que me acompañas y que te alegras de que por fin concluya esta etapa. Gracias por los años que me regalaste, siempre estarás presente en mis recuerdos y en mi corazón, sé que serás mi ángel guardián te amo abuelita.

Gracias mamá por estar conmigo en todo momento, por todo el apoyo incondicional que me brindas, por ser el ejemplo para salir adelante, por los consejos que han sido de gran ayuda para mi vida y crecimiento, gracias por la paciencia que has tenido para enseñarme, por el amor y cariño que me das, por tus cuidados y atenciones, por los regaños que me merecía y que no entendía. Esta tesina es el resultado de lo que me has enseñado en la vida, ya que siempre has sido una persona honesta, entregada a tu trabajo, una gran líder, pero más que todo eso, una gran persona y excelente madre que siempre ha podido salir adelante y ser triunfadora te admiro mucho, eres mi inspiración. Es por ello que hoy te dedico este trabajo, porque gracias a ti estoy aquí este día, gracias por confiar en mí y darme la oportunidad de culminar esta etapa de mi vida. Te amo, eres la mejor.

Gracias papá porque pese a la distancia y a los obstáculos que nos ha presentado la vida, en las buenas y malas has estado pendiente de mí, dándome ánimo en todo momento durante el proceso de mi trabajo recordándome lo orgulloso que estás de mí, gracias por los consejos, por el apoyo que me has brindado, por tu cariño y tu confianza. Te amo.

Mario, que te puedo decir, muchas gracias por estos casi 3 años de conocernos en los que hemos compartido tantas cosas, gracias por todo tu apoyo en los momentos difíciles, por tu amor y cariño, la amistad, la compañía y la complicidad, hemos pasado tanto que ahora estás conmigo en este día tan importante para mí. Solo quiero darte las gracias por todo el apoyo que me has dado para continuar y seguir con este proceso, gracias por estar conmigo y recuerda que eres muy importante para mí.

Gracias a mis primos, a mis tíos, porque siempre me dieron palabras de aliento para concluir esta etapa, gracias por todo el apoyo y cariño, he aprendido mucho de cada uno de ellos, me siento muy afortunada de tenerlos a mi lado. Los amo a todos.

Ximena, Mane, Ricardo, Dulce, Martha, Eder, Miri, Tatuza, Laura, Susi, gracias a su compañía y amistad, disfruté, aprendí y enriquecí los conocimientos adquiridos a lo largo de nuestra formación, gracias por haber hecho de mi etapa universitaria un trayecto de momentos, vivencias y experiencias que nunca olvidaré. Los quiero por siempre.

Gracias a mi directora de tesis la Mtra. Silvia González García, por su apoyo incondicional, por toda la paciencia, tiempo y las facilidades que me brindó durante el proceso de este trabajo, por la motivación en cada asesoría, por la confianza depositada en mí, es una gran maestra y una buena amiga.

Mi eterno agradecimiento a mis lectores de tesis y sinodales:

Mtra. Valentina Cantón Arjona. Muchas gracias por el tiempo invertido en mi trabajo, por el material de apoyo, por las observaciones, por enriquecer mi tesina, por la

paciencia y su confianza, fue poco el tiempo que tratamos pero mucho lo que aprendí de usted.

Mtra. Clara Martha González García. Gracias maestra por darse el tiempo de leer mi trabajo, gracias por invertir con sus conocimientos en las observaciones de mi trabajo, aprendí bastante con cada una de ellas, gracias por el apoyo, la confianza y el ánimo.

Mtra. Francisca Azalea Silva Meza. Muchas gracias por el tiempo que se tomo para leer mi trabajo y disculpe por todas las molestias que le hice pasar con cada llamada.

Gracias a todos ustedes por confiar en mí.

*"Eres libre de tomar tus decisiones, pero también eres prisionero de  
las consecuencias"*

*Pablo Neruda*

## ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	7
CAPÍTULO 1. ANTECEDENTES DE LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA.....9	
1.1 La Orientación Educativa en México.....	11
1.2 La Orientación Educativa en Escuelas Secundarias.....	17
1.3 Orientación y tutoría en tercer grado de secundaria.....	22
1.4 El Orientador Educativo en Secundaria.....	26
1.5 Tutor.....	28
CAPÍTULO 2. LOS ADOLESCENTES.....33	
2.1 Conceptos de la Adolescencia.....	34
2.2 Fases de la adolescencia.....	36
2.2.1 Adolescencia temprana.....	36
2.2.2 Adolescencia media.....	38
2.2.3 Adolescencia tardía.....	40
2.3 Cambios Físicos.....	41
2.4 Cambios psicológicos y sociales.....	46
2.5 Búsqueda de Identidad.....	48
2.6 Teorías de la adolescencia.....	50
2.6.1 Teoría Psicoanalítica.....	52
2.6.2 Teoría Cognitiva.....	53
2.6.3 Teoría del aprendizaje social.....	54

### CAPÍTULO 3. LA TOMA DE DECISIONES Y

EL PROYECTO DE VIDA.....	55
3.1 Toma de decisión.....	55
3.2 Etapas de la toma de decisión.....	60
3.2.1 Identificación y diagnóstico del problema.....	61
3.2.2 Generación de soluciones alternativas.....	61
3.2.3 Selección de la mejor alternativa.....	61
3.2.4 Evaluación de alternativas.....	61
3.2.5 Evaluación de la decisión.....	61
3.2.6 Implementación de la decisión.....	62
3.3 El proyecto de vida.....	62
3.3.1 Autoconocimiento.....	69
3.3.2 Autoestima.....	70
3.3.3 Motivación.....	72
3.3.4 Asertividad.....	76

### CAPÍTULO 4. PROPUESTA DE UN TALLER SOBRE ESTRATEGIAS PARA FOMENTAR LA TOMA DE DECISIONES ACERTADAS EN ESTUDIANTES DE 3° DE SECUNDARIA.....

4.1 Resultados del cuestionario.....	80
4.2 Taller sobre estrategias para fomentar la toma de decisiones acertadas en estudiantes de 3° de secundaria.....	85
4.3 Propuesta de taller.....	86
4.4 Evaluación.....	99
COMENTARIOS FINALES.....	100
ANEXO.....	102
BIBLIOGRAFÍA.....	103

## INTRODUCCIÓN

La Orientación Vocacional en México se ha visto limitada en muchas ocasiones por no destinarle la suficiente atención que se merece, es por ello que se enfrenta a diversas problemáticas, y una de ellas es el no contar con tiempos y estrategias específicas para dotar a alumnos de información y herramientas necesarias para llevar a cabo una acertada toma de decisiones, mismas que influirán de un modo u otro en la vida del adolescente.

Es fundamental reconocer que el proceso de Orientación Vocacional es una fuente de apoyo que brinda una amplia gama de opciones educativas y profesionales; permitiendo elegir una opción educativa y/o profesional de acuerdo al perfil de cada sujeto.

Así, la importancia y responsabilidad a la hora de tomar decisiones se convierte en la base primordial para guiar nuestras vidas, conocer alternativas y reconocer sus consecuencias, pues al saber lo que somos y lo que queremos ser, podemos tomar o elegir correctamente un camino a seguir, es decir podemos realizar nuestra base a un proyecto de vida.

Es así como en esta investigación se pone en perspectiva la importancia de llevar a cabo todo un proceso de toma de decisiones que permita elaborar un análisis de las situaciones en juego, empaparse de información mediante un taller que ofrezca estrategias para tomar decisiones acertadas, evaluar posibles alternativas que nos lleven a obtener el mejor resultado en cuanto a la elección de carrera y en dado caso reorientar nuestras decisiones, siempre conscientes de la realidad, las condiciones y el contexto social, político, económico y cultural al cual estamos sujetos, pero al mismo tiempo retomando la esencia de nuestra individualidad, que nos hace personas únicas e irrepetibles en cuestiones como: habilidades, aptitudes, actitudes, identidad, intereses, autoestima y motivaciones.

Se pretende rescatar estrategias para tomar decisiones acertadas en nuestra vida como elemento fundamental a desarrollar en escuelas secundarias del país, principalmente en el último grado de esta etapa, donde la adolescencia juega un papel crucial en la estructuración de la esencia como ente individual y social, donde se atraviesa por cambios físicos y mentales que llegan a alterar la visión que se tiene del mundo.

Es así como se traduce a estas estrategias como guías que van marcando pautas para seguir metas idealizadas pero siempre flexibles y ajustables a nuestros intereses y a los constantes cambios que el mundo general nos presenta.

Concluyendo lo anterior, este trabajo pretende que sus fines sean descriptivos terminando con estrategias para la mejora del proceso de toma de decisiones en la elección de carrera y con ello se pueda dar lugar a la satisfacción personal de haber elegido una alternativa adecuada para una decisión correcta en su vida.

El primer capítulo tiene como finalidad describir cómo se ha dado el proceso de la Orientación educativa en secundaria, así como tratar el papel del orientador y tutor dentro de este nivel educativo.

En el segundo capítulo se presenta, la noción de la adolescencia, se abordarán aspectos que actualmente aquejan a los adolescentes para cerrar con una de las principales preocupaciones que tiene que ver con su proyección hacia el futuro, con alternativas para una toma de decisiones correcta.

El tercer capítulo se centra en el proceso de toma de decisiones, estudiando lo que es el proceso como tal y de algunos factores tanto personales, como psicosociales que intervienen para realizar un proyecto de vida y así tener mayor oportunidad de obtener una toma de decisiones correcta.

Por último, se plantea un taller con 5 sesiones que vincula el proyecto de vida y el proceso de toma de decisiones, en base a estrategias que permitan conocer cómo

decidir de manera acertada entre las diferentes variables que se presentan en distintos aspectos de la vida de un adolescente, principalmente en el área vocacional.

## **CAPÍTULO 1. Antecedentes de la Orientación Educativa**

El concepto actual de la Orientación, y sus diferentes enfoques teóricos y prácticos, son resultado de la influencia de una serie de acontecimientos y aportaciones que se han producido a lo largo de la historia, cabe señalar que es importante introducir los antecedentes históricos de la Orientación.

Los antecedentes de la Orientación se observan en diferentes épocas, estos van desde la época a.C. con los griegos, hasta por el siglo XVIII en donde destacan diferentes personalidades de la educación que toman la acción orientadora.

Es a finales del siglo XIX y principios del siglo XX que de acuerdo con Bisquerra (2004) se ve a la orientación expuesta como tal ya que ocurren cambios sociales, económicos y políticos a causa de la industrialización y las transformaciones de la técnica, el arrebato del trabajo de la mano de obra del trabajador a la máquina.

Identificando a Frank Parson como precursor de la Orientación en Estados Unidos al notar la necesidad de algunos jóvenes al incursionar en el ámbito laboral, él tomó la decisión de apoyar las inquietudes de estos sujetos que eran los menos favorecidos, creando un servicio público que les pudiera dar a ellos conocimiento de sí mismo, y de ahí elegir un empleo más adecuado a cada uno, esta primera propuesta de Orientación puede considerarse como Vocacional, el método de Parson consistía en proporcionar a la Orientación un enfoque actuarial en el cual se integraba de un autoanálisis, información profesional y un ajuste del hombre a su trabajo.

Se puede considerar que lo que pretendía Parson era que cada individuo se encontrara en el trabajo deseado y que la ayuda a ello se ofreciera en un momento determinado de su vida.

En Europa es promulgada una ley sobre la Orientación Profesional en la que se otorga a la institución escolar un papel relevante en la búsqueda de empleo a los alumnos que concluyen sus estudios, en Bélgica se creó el primer Servicio Europeo de Orientación profesional, al igual que en Francia se abre su primera oficina de información y orientación.

Truman L. Kelly (Bisquerra:1996) desarrolla por primera vez el término Orientación Educativa donde es vista como un proceso formativo de ayuda que se integrará en el currículo para facilitar las elecciones de los estudios y la resolución de problemas personales. Así mismo en España el museo social de Barcelona tiene como finalidad ocuparse de la formación profesional para dar respuestas a las demandas del desarrollo industrial.

Se crean departamentos de Recursos Humanos en Estados Unidos, empresas e instituciones para atender necesidades del sujeto. En España el enfoque terapéutico es el que domina a causa del replanteamiento general de las finalidades y de los objetivos de la Orientación, dando una especialización a la psicopedagogía dirigiéndola a toda la población escolar.

En la década de los 90's en Estados Unidos se aprecia especial interés y preocupación por aspectos como el autoconocimiento, toma de decisiones, educación para la salud, familia, tiempo libre, ocio, planificación de la carrera etc.

Con el paso del tiempo, el término Orientación se generaliza hacia diferentes ámbitos de la vida del individuo dejando de ser así solo educativa, se identifica la necesidad de asistir a un individuo no solamente en el aspecto profesional sino que también existen razones sociales, entendida como una preparación para la vida en donde se puede identificar una relación de la educación con la Orientación.

Otro representante importante de la Orientación Educativa es Jesse Davis ya que basándose en la necesidad de integrar estos aspectos sociales dentro de una Orientación que estuviera relacionada con la educación, propone un currículum de orientación que sirviera de medio para contribuir al desarrollo del individuo, para que en la vida profesional, social y escolar se realizara un adecuado desarrollo integral para una vida plena.

La Orientación Educativa pretende considerar en conjunto a todas aquellas personas que se relacionan con la educación y en especial con aquellos individuos y circunstancias que interactúan con el alumno: docentes, compañeros de clase y todos los individuos que estén dentro de su ámbito social, cultural, psicológico, etc., ya que estos de una u otra manera influyen en la vida del alumno.

Uno de los principales propósitos de la Orientación Educativa podría ser alguna ayuda para que se puedan conseguir los objetivos de la educación.

A continuación se señalarán brevemente los acontecimientos de la Orientación en México ya que es importante resaltar y conocer los principales cambios que se dieron dentro de la Orientación Educativa y son significativos en la institucionalización de las actividades de la Orientación dentro del ámbito escolar.

### **1.1 La Orientación Educativa en México**

En México los antecedentes de la orientación aparecen con el intento por sistematizar la labor orientadora y se remontan al año de 1911, cuando se inicia un proyecto organizado para hacer corresponder las necesidades sociales del país con estrategias pedagógicas y educativas.

Es a partir del decreto presidencial del 29 de agosto de 1925, cuando el entonces presidente de la República Plutarco Elías Calles, autoriza el origen de la Secretaría de Educación Pública y la creación de las escuelas secundarias. Es el momento cuando

se funda y organiza el Departamento de Psicopedagogía e Higiene Escolar, el cual laboró de 1923 a 1935.

En 1952 se comienza a practicar la Orientación en las escuelas secundarias oficiales del Distrito Federal este programa fue elaborado por el profesor Luis Herrera y Montes, cuyo contenido estaba centrado en la Orientación ocupacional. Se denomina a La Orientación de manera educativa y vocacional, concibiendo y organizando un servicio de asesoría y ayuda para los alumnos.

Se introduce en las escuelas secundarias generales en el Distrito Federal a partir de 1954. Es a partir de entonces cuando la orientación educativa y vocacional tiene una presencia, más institucional en la política educativa que el gobierno ha determinado para las escuelas secundarias (Meuly: 2000:14).

Este servicio en escuelas secundarias ha tenido aciertos y errores, eficiencias y deficiencias. Podemos distinguir las siguientes etapas en la trayectoria de este servicio:

En 1960 el Plan de estudios de educación secundaria incluye el servicio de Orientación Educativa de forma obligatoria en tercer grado, con una sesión a la semana. Tiene un enfoque principalmente en la atención de problemas de aprendizaje y el aspecto vocacional.

De acuerdo con Hernández (2001), en el ciclo escolar 1975-1976, el servicio de Orientación Educativa se caracterizó por la utilización de instrumentos, técnicas y actividades para facilitar el desarrollo integral del alumno. Las aptitudes, capacidades e intereses eran estandarizados con el propósito de llevar un control detallado sobre cada una de sus características y con ello guiar a los jóvenes de forma acertada respecto a la conformación de un proyecto de vida.

Durante el transcurso de la práctica de la Orientación se comenzó a contemplar y analizar al alumno desde las áreas: psicológica, pedagógica, familiar, institucional y sociocultural con el objetivo de buscar nuevas estrategias y alternativas, para la obtención de logros realmente significativos en el individuo que se orienta.

En 1984 se establece el Sistema Nacional de Orientación Educativa, en el cual se considera que la orientación debe estar presente desde la educación básica, hasta las etapas más avanzadas del nivel medio superior.

En el Programa Nacional de Educación, Cultura y Deporte de 1984-1988 se plasman las condiciones en las que se encontraba la Orientación Educativa, destacándose así que las causas de la deserción escolar eran derivadas de las limitaciones económicas y la falta de la Orientación Educativa, la poca vinculación entre la oferta y la demanda de profesionistas en el mercado de trabajo, la ausencia de orientación profesional en futuros egresados de las Instituciones de Educación Superior, el bajo nivel académico de los estudiantes en todos los niveles educativos, la falta de personal calificado para las tareas de la Orientación Educativa así como de las instalaciones adecuadas para su práctica.

En el programa para la modernización educativa 1989-1994, se ve a la Orientación Vocacional como un medio para promover las áreas del conocimiento que se requieren fortalecer: las ciencias básicas, las humanidades, la ingeniería y la tecnología.

Luis Herrera y Montes junto con sus colaboradores de la entonces Escuela Normal Superior de México, lograron que la Secretaría de Educación Pública les aprobara una propuesta para incorporarla al plan de estudios de educación secundaria como asignatura y servicio de asistencia educativa, modalidad con la que operó hasta 1974, fecha en que salió del currículum para ceder su tiempo a diversas materias científicas, quedándose sólo como servicio de asistencia educativa hasta 1993.

En 1999 la asignatura de Orientación Educativa es sustituida al igual que los cursos de civismo de primero y segundo grado por la asignatura de Formación Cívica y Ética, en los contenidos del plan de estudios de esta asignatura se encuentran temas que se vinculan con la orientación educativa. A continuación se describen las competencias a desarrollar en la asignatura de Formación cívica y ética donde se encuentran vinculados los contenidos de Orientación y Formación cívica y ética, que se expresan en la formación personal y las conductas ciudadanas: (Cantón V, 1999: 17)

- Autoconocimiento y cuidado de sí mismo. El autoconocimiento se refiere a la identificación de características físicas, emocionales y cognitivas que hacen a cada persona singular e irrepetible. Este conocimiento de las necesidades, potencialidades y aspiraciones personales se desarrolla a la par que el reconocimiento y la valoración de los otros, e implica el ejercicio de un pensamiento crítico y autónomo sobre su persona. Además, plantea su reconocimiento como sujeto de derecho, de su pertenencia a diversas culturas, a su país y a la humanidad.
- Autorregulación y ejercicio responsable de la libertad. Consiste en la posibilidad de regular la propia conducta por convicción personal, con base en el conocimiento de sí mismo y de las posibles consecuencias de las acciones personales en los demás. En el ejercicio de la libertad se expresa la capacidad de discernimiento de intereses y motivaciones personales respecto de los demás, así como el análisis de conflictos entre valores. La capacidad de autorregulación que se impulsa en la escuela tiene como criterios fundamentales a los derechos humanos y la democracia.
- Respeto y valoración de la diversidad. La diversidad es una condición inherente a cualquier forma de vida y se expresa en aspectos como la edad, el sexo, la religión, la fisonomía, las costumbres, las tradiciones, las formas de pensar, los gustos, la lengua y los valores personales y culturales. En ella reside la

posibilidad de enriquecer la vida y de ejercer la libertad de elegir entre múltiples opciones. El respeto a la diversidad implica equidad, es decir, la oportunidad que merece todo ser humano para disfrutar de condiciones básicas de bienestar, lo cual demanda el desarrollo de la capacidad de empatía y solidaridad para comprender las circunstancias de otros. Los alumnos apreciarán críticamente las manifestaciones de la diversidad y rechazarán expresiones que se contrapongan a los derechos fundamentales.

- Sentido de pertenencia a la comunidad, a la Nación y a la humanidad. El sentido de pertenencia es el sentimiento y la conciencia de formar parte de grupos en los que se adquieren referencias y modelos que repercuten en las características personales de un individuo. En estos grupos, las personas desarrollan lazos afectivos, se saben valoradas y comparten un conjunto de tradiciones, un pasado común, pautas de comportamiento, valores y símbolos patrios que contribuyen al desarrollo de compromisos en proyectos comunes, al promover en los estudiantes el desarrollo de un sentido de pertenencia flexible e incluyente -a diversos grupos, la comunidad, la nación y la humanidad, se pretende que generen disposiciones para participar constructivamente en el mejoramiento del ambiente social y natural, interesarse en la situación económica del país, cuestionar la indiferencia ante situaciones de injusticia y solidarizarse con las personas o grupos de diferentes latitudes y contextos.
- Valoración del diálogo y la solución pacífica de conflictos. El conflicto consiste en una discordancia entre dos o más perspectivas, intereses, valores o necesidades que afectan la relación entre individuos o grupos. Los conflictos son inherentes a las relaciones sociales, particularmente en las sociedades democráticas donde se privilegia la pluralidad y las libertades de los individuos, por lo que tienen un valor potencial para enriquecer la calidad de las relaciones entre personas y grupos. El análisis de conflictos es una oportunidad para

explorar y formular soluciones creativas a un problema. El desarrollo de capacidades empáticas y para el diálogo, por parte de los alumnos, coadyuvará a la búsqueda de formas creativas para resolver conflictos de manera no violenta en el contexto próximo.

- Apego a la legalidad y sentido de justicia. La legalidad refiere al reconocimiento, el respeto y el cumplimiento de principios de carácter obligatorio para todos los miembros de una colectividad expresados en las leyes. La legalidad se encuentra estrechamente vinculada con el valor de la justicia al considerar que ninguna persona se encuentra por encima de las leyes. En un sistema democrático, las leyes son producto del acuerdo entre los miembros de la comunidad, establecen derechos y obligaciones, limitan el poder de los gobernantes y constituyen la base para la solución de conflictos en una sociedad.
- Aprecio por la democracia garantizando la libertad, el trato digno y la participación de todos y todas sin exclusión alguna. La democracia alude tanto a una forma de gobierno -donde la voluntad del pueblo se expresa en el trabajo de las autoridades que la representan y que son elegidas mediante procedimientos previstos por las leyes-, como a una forma de actuar y relacionarse en la vida diaria donde se garantiza el respeto y el trato digno a todas las personas.

Es importante resaltar los cambios que se han hecho dentro de la Orientación en nuestro país, estos cambios han surgido gracias a las investigaciones realizadas dentro del ámbito escolar en el cual se han seleccionado las acciones que han tenido un efecto positivo en las actividades de la Orientación.

## **1.2 La Orientación Educativa en Escuelas Secundarias**

La Orientación Educativa, es la disciplina que estudia y promueve durante toda la vida, las capacidades pedagógicas, psicológicas y socioeconómicas del ser humano, con el propósito de vincular armónicamente su desarrollo personal con el desarrollo social del país, este es un concepto propuesto, que afronta desde su origen formal en México en 1952, diversas vicisitudes referidas a su enfoque, modalidades de operación y estructura en los planes y programas de estudio del Sistema Educativo Nacional (SEN), como el que hoy vive a través de la Reforma Integral de la Educación Secundaria el cual se aborda en el marco de la Sociedad del Conocimiento.

Esta reforma educativa, involucra no sólo a la Orientación Educativa, sino a varias asignaturas del plan de educación básica, como son: Formación Cívica y Ética, Biología, Física, Química y todas las actividades tecnológicas que tendrán el carácter de cocurriculares y adaptables a las necesidades de las entidades federativas. Esta medida modificará el carácter "enciclopédico" del plan de estudios de 1993, para darle espacios a la relación maestro-alumno, maestro-maestro, directivos-maestros, que tanto faltan en las escuelas.

Debido a lo anterior, la reforma responde no sólo a las deficiencias diagnosticadas en el SEN, sino además, a las recomendaciones de organismos externos como la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) con su propuesta de educación basada en competencias y de la Organización para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) con sus enfoques humanistas centrados en la convivencia social y el aprendizaje autónomo, a los que se agregan las aportaciones de la Sociedad del Conocimiento, esta nueva forma de aprender traída por la globalización y la mundialización de las tecnologías de la información y la comunicación,(TICS).

En los planes y programas de estudio de las escuelas secundarias actuales la asignatura Orientación y Tutoría se lleva durante los tres grados, recordando que es

parte de la educación básica y obligatoria en nuestro país. Sin embargo lo que está plasmado en estos planes hace mayor referencia al aspecto académico, dejando de lado la formación integral del alumno hacia su persona y entorno social.

En este sentido, la escuela secundaria debe dirigir sus esfuerzos y encaminar sus acciones hacia la continuidad de los procesos formativos que los alumnos inician en preescolar y primaria. Así, promoverá su desarrollo como personas reflexivas y analíticas, capaces de tomar decisiones responsables que contribuyan a su formación como ciudadanos democráticos e íntegros.

La educación secundaria, como el último tramo de la educación básica, y por las características de los alumnos que atiende, debe constituirse en el nivel educativo que favorezca el aprovechamiento de los conocimientos previos y la afirmación de hábitos, valores y actitudes de los adolescentes frente al mundo.

El desarrollo de las competencias para la vida debe promoverse en los distintos trayectos de la Educación Básica. La meta es el logro del perfil de egreso en la educación secundaria para que la persona pueda continuar su desarrollo durante toda la vida. La respuesta a estos retos demanda a docentes, alumnos, directivos y todo el personal de la escuela secundaria; incluidas desde luego las familias, para integrar una comunidad de aprendizaje, que tiene como soporte fundamental el trabajo colaborativo.

Éste debe llevarse a cabo en diferentes momentos y entre todos los integrantes de la comunidad de aprendizaje. Esto implica, entre otros aspectos, que los docentes de una escuela compartan información y reflexionen juntos sobre las características de los alumnos; sus intereses, necesidades, fortalezas, problemas y los retos académicos que les plantea cada asignatura, así como el apoyo que necesitan de manera individual y en grupo.

El adolescente necesita integrar los conocimientos acumulados a su forma de vida cotidiana, necesita que se le ayude a adaptarse tanto a sus cambios físicos como psicológicos a los que en esta etapa de su vida se encuentra; además adaptarse a la próxima etapa escolar, afrontar sus problemas y comenzar a planear y decidir qué hacer con su vida.

Si consideramos a la educación secundaria como la educación del adolescente, entonces se debe considerar necesario educarlo, orientarlo, encausarla para ser una persona centrada y que tenga lugar dentro de la sociedad.

Para que se cumpla con el objetivo de formación integral es necesario tener el apoyo del departamento de Orientación Educativa de las escuelas Secundarias no solo atendiendo casos especiales o administrativos, sino brindando apoyo y atención a toda la población escolar ya que una de las características de la Orientación es ser guía para el estudiante, apoyar su desarrollo como estudiante, su aprovechamiento académico y lo que conlleva su vida.

Durante la etapa de 1996 y 2000 se impartió de manera curricular la materia de Orientación Educativa, a los tres grados de educación secundaria, conteniendo en su programa temas que se relacionaban con la vida del adolescente dividida en tres fases (SEP):

- Fase 1 El adolescente y la salud.
- Fase 2 El adolescente y la sexualidad.
- Fase 3 El adolescente y las oportunidades de trabajo.

El último año que se impartió esta asignatura fue el que abarca el ciclo de 1999 al 2000 y solo a alumnos de 3er grado, ya que para el ciclo 2000-2001 algunos de estos temas quedarían integrados en la asignatura de educación Cívica y Ética.

El sentido de la asignatura de Orientación Educativa tuvo como propósito proporcionar apoyo de una forma colectiva y ya no individual a la población estudiantil, lograr que

ellos formaran criterios propios, todo esto con ayuda del Orientador y las técnicas recurridas por él. Los criterios propios se exponen en la forma en que el alumno se desenvuelve a través del desempeño escolar y académico los cuales a la vez se reflejarán en su entorno laboral.

El objetivo de esta asignatura mantiene relación con el propósito de la educación secundaria, el crear estudiantes con carácter y pensamientos críticos. En la actualidad se encuentra vigente la asignatura de Orientación y tutoría dentro del mapa curricular para los tres grados de Educación secundaria.

La principal función de la Orientación Educativa es la de asistir al orientado para lograr una plena satisfacción, pero no es la única función que tiene ya que la Orientación procura estar en diversas cuestiones que se involucran de manera directa o indirecta con el orientado como pueden ser situaciones del ámbito educativo, emocional y social, en situaciones que se pueden tratar de forma individual o en grupo; además la Orientación Educativa cuenta con actividades que hacen posible la realización de dichas funciones a favor del sujeto orientado.

A continuación se mencionarán las funciones de la Orientación Educativa según Nérci (1976: 27-33)

- Función de planteamiento y Organización, consiste en hacer un trabajo de planeación sobre las actividades a desarrollar como son temas, evaluación, etc., que se realizaran a lo largo del año escolar, esto ayuda a poder distinguir las nuevas necesidades y requerimientos de los orientados. La función hará que los orientadores elaboren registros sobre los acontecimientos que se relacionan con el educando.
- Función de asistencia individual, esta función es un proceso que tiene la Orientación y el orientador de brindar atención a todos aquellos estudiantes con casos muy complicados y particulares, respecto a problemas escolares de

conducta o con la familia, los cuales crean un desequilibrio en el adolescente la idea de crear esta función individual es el atender el problema con la mayor brevedad posible y dar una continuidad a estas sesiones individuales, se manejan diferentes tipos de actividades en ocasiones de asistencia y después de recuperación. Es de asistencia porque no solamente se encarga de actividades que tengan que ver con el aspecto educativo, también se interesa por cuestiones que relacionen al orientado creando en el inseguridad y preocupación, la labor del orientador será el ser discreto y no traicionar la confianza del orientado.

- Función de asistencia general, en esta función es donde el orientador trabaja frente al grupo llevando a cabo diferentes actividades para poder orientar a todos los adolescentes y su desempeño serán: actividades de estudio y actividades vocacionales.

Actividades de estudio en donde se desarrollen actividades y técnicas que proporcionen al alumno un mejor aprovechamiento escolar.

Actividades vocacionales donde el orientador ayudará al adolescente a discernir y elegir una profesión, pero sin intervenir o influir en la decisión, su labor será informar sobre la profesión y su campo laboral.

- Función de prevención, como su nombre lo dice prevenir situaciones no deseadas y que contantemente están rodeando la vida social del adolescente.
- Función motivadora, es la función en la que se impulse al adolescente creándole estímulos para el mejor desempeño de cada uno de ellos.
- Función de las relaciones sociales, orientada a hacer reflexionar al adolescente sobre su relación con sus padres, maestros, compañeros y la comunidad en general para poder disminuir posibles conflictos y obtener una mejor relación.

- Función de relación, la relación que existe entre el orientador, con los directivos y docentes así como los padres de familia principalmente ya que mucho depende de la relación y comunicación que exista entre ellos el logro o fracaso de la Orientación.

La Orientación educativa crea alternativas y funciones específicas para el incremento del aprovechamiento escolar del adolescente, así como para el desarrollo integral de su vida social y familiar.

Dentro de la educación secundaria la Orientación educativa tiene un papel importante ya que es el apoyo y la guía para el adolescente frente a problemáticas que puedan presentarse no solo de forma escolar. La asignatura de Orientación y Tutoría en el último grado de Secundaria adquiere un peso mayor ya que debe brindar opciones para una toma de decisión responsable a futuro en cuanto a un nivel académico dentro de la vida del adolescente.

### **1.3 Orientación y tutoría en tercer grado de secundaria**

La tutoría se concibe como el conjunto de alternativas de atención individualizada que parte de un diagnóstico; se dirige a quienes presentan rezago educativo o, por el contrario, a quienes poseen aptitudes sobresalientes para ello se requiere del diseño de trayectos individualizados.

Por otro lado, la asesoría es un acompañamiento que se da a los docentes para la comprensión e implementación de las nuevas propuestas curriculares. Su reto está en la resignificación de conceptos y prácticas.

Tanto la tutoría como la asesoría suponen un acompañamiento cercano; esto es, concebir a la escuela como un espacio de aprendizaje y reconocer que el tutor también aprende.

Conforme a la propuesta curricular de la Reforma a la Educación Secundaria, el papel de la Orientación y Tutoría ha representado un espacio de formación y atención integral a los adolescentes y jóvenes de este nivel educativo.

Para dar continuidad al trato más cercano que los docentes de preescolar y primaria tienen con sus alumnos, y a partir de los diversos campos formativos y las asignaturas donde desarrollan procesos de identidad personal, autonomía, relaciones interpersonales y participación social, en secundaria la Tutoría se plantea como un espacio de expresión y de diálogo entre los adolescentes, así como de acompañamiento desde una perspectiva humanista.

El espacio curricular es coordinado por un docente, quien en su carácter de tutor planea diversas actividades a partir de los intereses, las inquietudes, potencialidades y necesidades de los alumnos.

El propósito de la Tutoría es fomentar vínculos de diálogo, reflexión y acción para fortalecer la interrelación de los estudiantes en cada grupo respecto a su desempeño académico, las relaciones de convivencia y la visualización de sus proyectos de vida, donde el tutor genere estrategias preventivas y formativas que contribuyan al logro del perfil de egreso de la Educación Básica. Este espacio curricular cuenta con un documento de carácter normativo denominado Tutoría.

Dentro de esta asignatura existen lineamientos para la formación y atención de los adolescentes, donde se precisan las características y orientaciones para la acción tutorial en las escuelas secundarias a nivel nacional.

El propósito del Espacio Curricular de Orientación y Tutoría es brindarles a los alumnos un acompañamiento en su integración a la vida académica de la escuela secundaria, promover en los adolescentes el reconocimiento de sus necesidades e intereses como estudiantes, a fin de coadyuvar en la conformación de un proyecto de vida, que les permita convivir y desenvolverse en la sociedad.

Para lograrlo, se requiere de la participación activa de directivos, docentes, tutores, personal de asistencia educativa, padres de familia y alumnos como actores principales de esta labor educativa.

Los Lineamientos para la formación y atención de los adolescentes (2011) establecidos por la SEP dentro de la Reforma de Educación Básica Secundaria, enmarcan la propuesta curricular de la Tutoría en secundaria, posee un carácter normativo y ofrece orientaciones para el desarrollo de acciones tutoriales en las escuelas secundarias del país, esta materia se enfoca a brindar elementos para incidir en cuatro ámbitos:

- La inserción de los estudiantes en la dinámica de la escuela.- Uno de los aspectos que trata la Orientación es el impacto que genera en su desempeño académico la transición de la escuela primaria hacia el nivel de secundaria., este impacto se expresa en forma de ansiedad debida en su mayor parte, al cambio en la dinámica de trabajo. De esta forma, la experiencia de haber tenido un solo maestro y ahora tener varios representa una modificación en estilos y criterios para trabajar, además del incremento de asignaturas.

Se complica la forma para interactuar con los compañeros, la oportunidad para entregar tareas y trabajos plantean un reto a la capacidad de adaptación de los alumnos. Los alumnos requieren, por ello, tener claridad sobre las formas de organización y las normas de la escuela y del aula.

- Seguimiento del proceso académico de los alumnos.- Como parte de su labor, el tutor deberá dar seguimiento al trabajo que los alumnos desarrollan en las diversas asignaturas, a través de estrategias individuales y colectivas que le permitirán identificar asuntos que representan problemas en su educación.

En caso de que suceda, se buscará que los alumnos cuenten con un espacio en el cual puedan exponer sus puntos de vista, reflexionar sobre su proceso de aprendizaje, identificar y expresar qué se les dificulta o facilita de cada asignatura. El tutor deberá buscar técnicas que le permitan conocer y registrar información de los alumnos, para identificar su situación en diferentes momentos del ciclo escolar e implementar estrategias de apoyo e intervención. De este modo conseguirá dar seguimiento al proceso académico del grupo escolar.

- La convivencia en el aula y en la escuela.- La relación entre los docentes y los estudiantes tiene como fin la convivencia armónica y solidaria en la escuela de acuerdo con valores que aseguren el respeto a la dignidad en el entorno escolar. Las relaciones se pueden fortalecer mediante la creación de un ambiente favorable para la integración y el trabajo colaborativo, un ambiente de respeto y apoyo , de confianza para opinar, expresar dudas y equivocarse, colaborar, escuchar y ser escuchado, resulta necesario para el estudio y el aprendizaje. Los tutores orientarán a los alumnos en el análisis y la búsqueda de soluciones justas y equitativas.
- Orientación académica y para la vida.- El tutor, en coordinación con el orientador educativo, tiene la responsabilidad de brindar sugerencias a los alumnos sobre diferentes caminos académicos y profesionales, de modo que tengan elementos para comenzar la definición de su proyecto de vida.

El tutor puede contribuir al proceso de autoconocimiento de los alumnos basándose principalmente en sus potencialidades, aspiraciones y necesidades, la definición del proyecto de vida podrá ser visualizada por los alumnos como un conjunto de decisiones que ellos mismos toman sobre su futuro académico, profesional y personal, a partir de las acciones que realizan día a día y de la evaluación que hacen de tales decisiones.

En la Reforma Integral de la Educación Básica (2011) se establece el desarrollo de las actitudes y funciones que debe tomar en cuenta el docente para capacitar y mejorar el desarrollo laboral que desempeñan dentro de la materia de Tutoría a nivel secundaria.

#### **1.4 El Orientador Educativo en Secundaria.**

El orientador educativo desarrolla una importante labor relacionada con el diagnóstico de situaciones que representan riesgos para el trabajo escolar y que pueden favorecer la reprobación y la deserción. Además, contribuye a la identificación de recursos y apoyos institucionales que fortalecen o complementan la atención a los alumnos.

Las funciones de la Orientación no podrían llevarse a cabo sin la presencia del orientador, al mismo tiempo hace que como tal adquiera responsabilidades y funciones que deberá desempeñar para poder alcanzar y lograr los objetivos y fines de la educación, es indispensable que se conozcan las funciones del orientador para ayudar a los alumnos, algunas de estas propuestas por Nericí (1976:39) son las que se presentan a continuación:

- a) Planear el programa de Orientación y coordinar su aplicación y funcionamiento así como su constante evaluación.
- b) Participar en todas aquellas actividades que se relacionan con el aprovechamiento escolar del adolescente como: planes y programas, evaluación, programas de superación y recuperación para la vida social.
- c) Participar en la integración de la familia con la escuela.
- d) Mantener contacto y comunicación con maestros, estudiantes y padres de familia.
- e) Tener un amplio conocimiento del objeto de estudio que es el adolescente y tratarlo como tal.
- f) Una función de crear dentro de un grupo una atmósfera de libertad, confianza, respeto, alegría y cooperación.

- g) Deberá desarrollar cercanía con los estudiantes y crear la confianza de ellos hacia el.
- h) Interesarse por el adolescente, comprender su conducta y relacionarse con el para buscar posibles soluciones frente a un problema.

El orientador para poder alcanzar los fines de la Orientación necesita apoyarse de técnicas que faciliten el proceso sea en su trabajo de asistencia individual o grupal o tal vez en la planeación de un programa; lo anterior implica conocer dinámicas de grupos, desarrollo de la personalidad, formas de aprendizaje, conocimientos de higiene, técnicas de estudio, etc.

Con el fin de atender a todos los alumnos, no solamente a los que presenten problemas de aprendizaje, psicosociales o vocacionales y canalizarlos oportunamente a instituciones especializadas, cuando sea el caso de que la situación sobrepase la competencia del orientador.

Se debe facilitar la adaptación de los alumnos al ambiente escolar, desarrollar actividades que propicien en el alumno autoestima.

Dar a conocer a los alumnos, y padres de familia las posibilidades que ofrece el sistema de educación para estudios de nivel superior o técnicos.

Las funciones del orientador serán posibles a partir de la personalidad de este, tendrá una gran influencia si es una persona con habilidades para llegar a otras personas, relacionarse con ellas, desempeña una labor alegre y cordial, que trate de comprender y tolerar a los demás, que adopte una forma servicial y de ayuda, con capacidad de adaptación que sienta simpatía hacia el adolescente, que se esfuerce por entenderlo y apoyarlo, además de ser una persona discreta y que delimite al adolescente para que pueda ser el mismo sin temor a expresar sus sentimientos y pensamientos ya sean bueno o malos, correctos o no.

## 1.5 Tutor

De acuerdo a los lineamientos para la formación y atención a adolescentes (2011), un tutor es el docente que atiende la Tutoría en un grupo de alguno de los tres grados de educación secundaria. Esto le permite promover entre los alumnos la valoración de la Educación Básica como parte de su formación personal, que se visualicen como sujetos sociales y comprendan la importancia de perfilar su proyecto de vida a partir del trabajo en el aula.

Asimismo, en los lineamientos para la formación y atención de los adolescentes establecidos por la SEP en 2011, el tutor funge como un intermediario entre el grupo y los demás integrantes de la comunidad de aprendizaje para el desarrollo cognitivo, emocional y social de los adolescentes de educación secundaria. Por ello es necesario que el tutor emprenda acciones para:

- Acompañar la formación integral de los alumnos mediante el abordaje de los cuatro ámbitos de acción de la Tutoría.
- Elaborar e implementar un Plan de acción tutorial con base en las características del grupo y del contexto.
- Mantener la participación de los alumnos, en la realización de actividades de interés, cediéndoles la palabra y promoviendo la autonomía en la toma de decisiones relevantes para su vida.
- Promover el trabajo colegiado en torno a la Tutoría con los diferentes actores educativos que integran la comunidad de aprendizaje de la escuela

Se espera que posea o desarrolle los siguientes conocimientos, habilidades y actitudes para llevar a cabo sus actividades y conformar un vínculo significativo con los adolescentes del grupo:

-Interés por los alumnos. Para generar estrategias didácticas que le permitan conocer a los alumnos a partir de sus características, al identificar sus necesidades, intereses y posibles dificultades personales y escolares, con el fin de favorecer su identidad y pertenencia dentro del grupo y del centro escolar.

-Interlocución. Con el objeto de dialogar con alumnos, actores educativos del centro escolar y las familias para fomentar la valoración de la escuela como una comunidad de aprendizaje.

-Respeto. Hacia la vida de los adolescentes y sus diferentes puntos de vista, al cederles la palabra y evitar imponer ideas o actividades, en especial aquellas que los denigren.

-Iniciativa. Mediante la cual promover la comunicación y participación de los alumnos, personal educativo de la escuela y las familias en las actividades de Tutoría.

-Compromiso. Con el proceso de formación de los adolescentes, su crecimiento personal y el desarrollo humano.

-Objetividad. En el fomento entre los alumnos del pensamiento reflexivo, la actitud responsable y la capacidad de decisión que promuevan su autonomía.

-Flexibilidad. Ésta permite actuar conforme a las situaciones que ocurren en el grupo, con el fin de propiciar un ambiente armónico, democrático y provechoso para la vida del alumno.

-Confianza. Necesaria en el establecimiento de lazos de cordialidad, seguridad y empatía con el grupo, mediante el manejo ético y profesional de la información que el alumno comparte, lo que genera un ambiente armónico y respetuoso.

-Empatía con los alumnos. Ésta propicia confianza en la interacción con los adolescentes, ya que se sienten comprendidos y valorados, y así se fortalece su autoestima y autonomía.

-Mediación. Indispensable en la conciliación de las partes en torno a un conflicto y que entre ambas propongan la solución a sus diferencias, sin que recaiga en el tutor la responsabilidad de solucionar todos los problemas.

-Escucha activa y libre de prejuicios. Ésta tiene como fin identificar, atender o canalizar las necesidades, preocupaciones y problemas que plantean los alumnos durante su proceso formativo.

-Observación. Se aplica para identificar las potencialidades de los alumnos y así fomentarlas y enriquecerlas; así como en la detección de problemáticas para trabajar con el grupo, o bien, situaciones individuales que requieran atención especializada dentro o fuera de la escuela.

Es importante que el tutor se informe sobre temas relacionados con la adolescencia y estrategias didácticas, por mencionar algunas así como, conocer sobre gustos, intereses y potencialidades de los adolescentes del grupo. También es recomendable que el tutor sea creativo e innovador y proponga al grupo situaciones interesantes, lúdicas y pertinentes a sus inquietudes y necesidades, que permitan analizar con los alumnos los asuntos que impactan su desarrollo y bienestar como integrantes de la comunidad de aprendizaje.

Puede ser tutor de un grupo el docente de las asignaturas Español, Matemáticas, Ciencias I , Ciencias II, Ciencias III, Geografía de México y del Mundo, Historia, Formación Cívica y Ética, Segunda Lengua: Inglés, Educación Física y Artes, así como aquellos que imparten la Asignatura Estatal. Cualquiera de los mencionados, y de acuerdo con las posibilidades de cada escuela, puede atender como tutor sólo uno de los grupos a los que imparte su asignatura, de modo que estará en contacto con ellos durante una hora más a la semana.

Aunque todo docente como formador de adolescentes tiene la posibilidad de ser tutor, su selección en los servicios de secundaria general y técnica requiere considerar a uno que imparta alguna asignatura al grupo asignado. El objetivo es que cuente con cierto conocimiento acerca de él y que en su calidad de tutor fortalezca su relación con el grupo y desarrolle estrategias que enriquezcan su acción tutorial.

Considerando la diversidad de condiciones del personal docente que labora en las escuelas secundarias, es pertinente que al seleccionar al tutor se considere, además de la disponibilidad de tiempo para atender al grupo, que tenga apertura y compromiso para conocer y desarrollar la Tutoría, así como la puesta en práctica de los conocimientos, habilidades y actitudes ya mencionadas.

El trabajo de la Orientación y Tutoría debe considerarse un espacio de diálogo, de intercambio de experiencias y de información, de toma de decisiones colectivas en el acompañamiento del proceso formativo de los alumnos.

En los casos en que alguna problemática o situación especial afecte en general a varios alumnos o grupos, conviene que los tutores de un mismo grado o de toda la escuela establezcan acuerdos y estrategias que deberán comunicar al resto de los docentes.

Es posible que el tutor, a partir de la información acumulada mediante el trabajo directo con los alumnos, pueda brindar elementos para un análisis detallado de la situación

particular de cada alumno. Se pretende que colabore en la identificación de las posibles causas de los problemas que emergen de manera individual, pero que en muchas ocasiones representan importantes indicadores para corregir situaciones colectivas y así prevenir la generalización de las situaciones problemáticas. También es deseable aprovechar la interacción de los tutores como una oportunidad formativa para socializar experiencias, lecturas y material de apoyo a la función tutorial, así como para organizarse y solicitar apoyo de instituciones que ofrezcan cursos, talleres y conferencias sobre temas relacionados con los adolescentes y la Tutoría.

La Orientación educativa es necesaria dentro de la vida del sujeto ya que esta ayuda en todos los ámbitos de desarrollo que se relacionan con él, brinda opciones para poder sobresalir a dificultades que se encuentren en su camino y puedan afectar el aprovechamiento escolar de manera directa o indirecta, obteniendo así la satisfacción que deviene de una toma de decisión acertada (Lázaro, 1987: 35)

Nos parece importante que se conozca y analice la forma en que la Orientación Educativa se involucra con el sujeto, ya que en el caso de los adolescentes proporciona técnicas y actividades para el desarrollo como estudiante, esto para que en vida futura les permita desarrollar habilidades como una persona eficaz y capaz de enfrentarse al mundo laboral.

El orientado podrá desarrollar sus aptitudes con mayor facilidad no solo en el ámbito laboral sino creciendo como persona en un aspecto familiar, social y educativo, es por estas razones que existe la necesidad de una Orientación Educativa pues al sujeto no solamente se le puede instruir en el área educativa y deslindarlo completamente de su vida social ya que es en todos estos aspectos en lo que se integran y desarrollan.

El complemento a una Orientación Educativa de forma adecuada es el conocimiento del comportamiento del individuo de acuerdo a la etapa de desarrollo en la que vive,

ya que así se facilita el método de instrucción e involucramiento de las técnicas y funciones a desarrollar por parte del Orientador Educativo.

Por ello en el siguiente capítulo se desarrolla la etapa de la adolescencia en la que se involucra el Orientador Educativo de educación Secundaria, para conocer, comprender y tener noción de las actitudes y problemáticas que pueden afectar el aprovechamiento escolar. De esta forma el Orientador educativo podrá generar estrategias que faciliten el acercamiento al adolescente y así crear posibles herramientas para la solución de problemas.

## **CAPÍTULO 2. Los Adolescentes**

El presente capítulo habla de las características de la adolescencia, conceptos y etapas de desarrollo, se centrará principalmente en la etapa en que se encuentran los adolescentes de Tercer grado de educación secundaria, ya que ese nivel educativo es la fase de desarrollo de la publicación a la que se dirige de la presente investigación.

El hablar de adolescencia es hablar de una gran variedad de conceptos que a lo largo de la historia se han desarrollado por distinto autores, cada uno de ellos plasma un enfoque particular desde diferentes vertientes, la biológica, la psicológica, la pedagógica, de la orientación, etc. No hay una definición concisa de adolescente, cada investigador asigna la definición con base a los resultados obtenidos en su búsqueda.

No existe una edad precisa que determine el inicio de este proceso, cada uno lo hace a su propio ritmo, la adolescencia toca su fin una vez que el joven haya alcanzado el objetivo de establecer su identidad y su autonomía como individuo.

La adolescencia es un periodo de adaptación, con cambios y ajustes que realiza el individuo, y que van muy ligados a las modificaciones en el modo de pensar y sentir,

es una etapa intermedia entre la niñez y la juventud, por la que todo individuo tiene que pasar.

## **2.1 Conceptos de la Adolescencia**

La Organización Mundial de la Salud (2015) define la adolescencia como la etapa que transcurre entre los 11 y 19 años, considerándose dos fases, la adolescencia temprana 12 a 14 años y la adolescencia tardía 15 a 19 años. En cada una de las etapas se presentan cambios tanto en el aspecto fisiológico (estimulación y funcionamiento de los órganos por hormonas, femeninas y masculinas), cambios estructurales anatómicos y modificación en el perfil psicológico y de la personalidad, sin embargo la condición de la adolescencia varía de acuerdo a las características individuales y de grupo.

Cada individuo posee una personalidad y en esta etapa es cuando más la manifiesta generalmente; no solo de manera individual sino de forma grupal, para poder medir el grado de aceptación en los diferentes escenarios sociales e ir haciendo los ajustes o modificaciones necesarios para sentirse aceptado socialmente.

El perfil psicológico generalmente es transitorio y cambiante es emocionalmente inestable, el desarrollo de la personalidad dependerá en gran medida de los aspectos hereditarios, de la estructura y experiencias en la etapa infantil preescolar y escolar, así como de las condiciones sociales, familiares y ambientales en el que se desenvuelva el adolescente.

Desde una perspectiva etimológica, el vocablo “adolescencia” proviene del verbo latino *adolescere*, cuyo significado es “crecer”, “madurar”, “llegar a la maduración”. Fuentes (1989) indica que ese crecimiento al que alude la raíz verbal involucra tanto los aspectos físicos como también el desarrollo intelectual, emocional, etc., del individuo. En lo que concierne anatómicamente, implica alcanzar los rasgos físicos que caracterizan como adulto a los miembros de la especie. En lo intelectual, durante el

curso de la adolescencia se logran las capacidades del razonamiento, que serán definitivas para el individuo.

Para Fierro (1995), la adolescencia constituye un período y un proceso: a) de activa desconstrucción de un pasado personal; b) de proyecto y de construcción del futuro a partir de un enorme potencial y acervo de posibilidades activas que el adolescente posee y tiene conciencia de poseer. De esta manera, afirma que la adolescencia es una etapa psicosocial y, no sólo fisiológica o psicológica. El logro evolutivo individual depende de circunstancias sociales e históricas, que pueden facilitar o dificultar adherirse a un determinado estilo de vida e identidad personal.

Por otra parte, Delval (1994), considera que es durante la adolescencia cuando se alcanza la etapa final del crecimiento, con el comienzo de la capacidad de reproducción, aunado a esto, se inicia la inserción en el grupo de los adultos y en su mundo. El sujeto tiene que realizar una serie de ajustes según las características de la sociedad y las facilidades o dificultades que proporciona para esa integración. De ello dependerá que atravesar por esta etapa de la vida sea más o menos difícil y se realice de una forma traumática o sin muchas dificultades.

Para Santana (2009) La adolescencia es el logro de la adultez biológica y el aplazamiento de la adultez psicológica y social. En esta etapa el niño se va haciendo mayor, es decir, se capacita para asumir las responsabilidades propias de la vida adulta.

Un factor primordial dentro de esta etapa es la toma de decisiones en la que se ve envuelto el adolescente para un nivel académico futuro y esto en el mayor de los casos implica conocer sus actitudes, intereses, valores, características de personalidad sin dejar a un lado sus posibilidades y sus límites, dentro de esta etapa se inicia el conocimiento de las características de la ocupación o profesión que le gustaría desempeñar.

Es importante que cuenten con la guía profesional de un Orientador para obtener información o apoyo a la aclaración de dudas, muchas veces las elecciones rápidas suelen ser frecuentes en quienes no toleran la confusión de las dudas propias de los primeros momentos de todo proceso de elección, frente a estos conflictos algunos se someten a las presiones de su entorno como una alternativa rápida que le permite evitar la ansiedad del momento.

La influencia de los padres y amigos es positiva cuando tiene un carácter orientador, es decir estimula y persuade sin obligarlos. El éxito o fracaso de esta elección afecta el desarrollo personal del adolescente así como también repercute en el medio social donde pertenece.

## **2.2 Fases de la adolescencia**

En este apartado se describirán las etapas según el orden de desarrollo que componen en conjunto la progresión de la adolescencia a la edad adulta, para así facilitar su estudio y comprensión a los Orientadores educativos, es de gran utilidad para conocer y comprender la conducta de los adolescentes debido a sus diferentes características.

### **2.2.1 Adolescencia Temprana**

Esta etapa se identifica de los 11 a los 14 años aproximadamente, se inician los cambios físicos corporales, las consecuentes repercusiones psicológicas en el individuo, manifestando en su conducta datos de inadaptación al cambio, de la infancia a la adolescencia, ya que se conservan rasgos de la infancia que les provoca un conflicto interno, Dulanto y Ávalos (2000) coinciden en la apreciación que se tiene en esta etapa.

Se despierta un deseo ambivalente, por un lado al temor del cambio a perder las características y privilegios que tenían, a los que estaban acostumbrados y por otro, las ganas de cambiar, de “ser grande”, de dejar de ser niño (Ávalos: 1991).

“Se concibe como la época en que se establecen relaciones frías y distantes, entre padres e hijos, muchas veces por medio del lenguaje clave y contestaciones en monosílabos” (Dulanto: 2000:161), lo anterior lleva al adolescente a tener carácter irritable y humor cambiante con frecuencia se separa de los padres aunque los necesite.

En esta fase el adolescente tiene una desubicación social, incluso dentro de la familia, existe un distanciamiento en el adolescente entre lo que es y lo que desea ser, comienzan a surgir amistades con personas del sexo opuesto y una búsqueda de valores.

Se produce una reestructuración de la imagen corporal, se vive un ajuste a los cambios corporales emergentes, una fuerte autoconciencia de las necesidades y deseos de comprensión y apoyo por parte de los mayores. Aun cuando las figuras parentales dejan de ser la fuente casi exclusiva de fomento de la autoestima, se hace imprescindible tener la posibilidad de compartir los problemas con los padres, las amistades también se tornan cruciales.

Los grupos tienden a ser del mismo sexo, facilitando el fortalecimiento de identidades y roles antes de entrar a la interacción heterosexual. La pérdida del cuerpo infantil implica la necesidad de dejar atrás la conducta de la niñez, abandonar identificaciones infantiles y encontrar nuevas orientaciones de conducta. Existen duelos por la pérdida del cuerpo y el status infantil así como de la imagen de los padres seguros y protectores de la niñez (Aberastury, 1971).

En la familia surgen preocupaciones por los cambios que diferencian al niño que era y al adolescente en que se convierte. Las fortalezas y debilidades del sistema familiar contribuyen a la interpretación de los hechos y a la perspectiva que orienta las reacciones y actitudes ante el desarrollo en que se encuentra. El comienzo de la adolescencia marca la aparición del discurso en que los mayores enfatizan los riesgos y las perspectivas morales y la autonomía en la toma de decisiones se dificulta

Para Muñoz y Calderón (1998), las señas de emergencia frente el desarrollo sexual tiende a ser enfrentada por los adultos de modo opuesto para cada sexo: control y vigilancia para las muchachas, estímulo y libertad para los varones. En las adolescentes la menarquía es un indicio de gran importancia y el acontecimiento es reinterpretado de acuerdo a las valoraciones atribuidas al destino de la mujer. Las reacciones pueden ir desde la indiferencia parental al festejo o anuncios del drama de la sexualidad y la procreación, las responsabilidades de la adultez. Las diferentes posiciones tendrán impacto en la disposición con que la púber enfrenta la perspectiva de crecer. Para los varones, las poluciones nocturnas son casi un secreto que puede vivirse con preocupación o perplejidad; la discreción es la respuesta que reciben con mayor frecuencia. La construcción de su masculinidad pasa por comprobaciones de virilidad exhibidas ante los pares para llegar a iniciarse en las pautas de la conquista heterosexual que las posiciones tradicionales de género demandan a su rol sexual. La ansiedad ante la falla y el fracaso en dicha afirmación puede instaurarse influyendo en la relación de género.

El desarrollo de las características sexuales secundarias, el aumento de peso, de estatura son modificaciones externas socialmente impactantes, que llevan a la incertidumbre sobre las posibilidades de desempeñar un rol como hombre o mujer, lo que facilita la vulnerabilidad ante comentarios, prejuicios y estereotipos.

### **2.2.2 Adolescencia media**

Continúan los cambios corporales y mentales de los 14 a los 16 años en este periodo se completa prácticamente el desarrollo de los caracteres sexuales primarios y secundarios. Se puede considerar que se inicia un grado de adaptación, aceleración de sí mismo, el adolescente cree tener el dominio de su vida, que conoce todo lo que pasa a su alrededor, por la vitalidad de esta etapa, el pertenecer a un determinado

grupo le infunde seguridad, satisfacción es un momento de irse adaptando a otros adolescentes, integra sus propios grupos.

La búsqueda de la afirmación personal y social giran prioritariamente en torno a la afirmación personal y surgen las vivencias del amor. La búsqueda de canalización de los emergentes impulsos sexuales, la exploración de las capacidades sociales, y el apoyo en la aceptación por el grupo de pares fortalecen la afirmación personal y social en la adolescencia.

La familia ha dejado de ser el espacio privilegiado para confirmar las habilidades y autoestima adolescente, lo que genera para las figuras parentales el difícil desafío de lograr la capacidad de mantener y expresar, en estas nuevas condiciones, la aceptación de sus hijos adolescentes, lo que es siempre fundamental para su desarrollo.

Es importante reconocer que para las y los adolescentes el amor, el goce y la amistad son preocupaciones muy valiosas que tienden a suprimirse por los adultos cuando enfocan su sexualidad desde el ángulo exclusivo de la moral o la salud reproductiva. Las relaciones sentimentales sirven como oportunidades para ampliar experiencias e intereses y enriquecer la identidad y no son, generalmente, noviazgos orientados a la unión conyugal, salvo en zonas rurales.

El desarrollo intelectual es parte de insertarse en el mundo de una nueva forma. Existe interés por nuevas actividades, emerge la preocupación por lo social y la exploración de capacidades personales en la búsqueda de la autonomía. Las relaciones intrageneracionales permiten afirmar la identidad y refuerzan los procesos de independización, diferenciación. La identidad grupal condiciona y trasciende la identidad de cada uno de los miembros y brinda un espacio diferenciador de la familia. El poder de un grupo es uno de los elementos constitutivos de esa identidad (Martin-Baró, 1989). Las pretensiones vocacionales no son ya tan idealizadas y bajan al plano

de la realidad, con frecuencia se conocen o identifican las limitaciones y capacidades personales en función de la personalidad y el carácter. Los adolescentes sienten más preocupación por la apariencia y desean aumentar el poder de atracción. Aparecen manifestaciones egocéntricas y hay una búsqueda de su propia identidad. En esta etapa se inicia el pensamiento abstracto.

### **2.2.3 Adolescencia Tardía**

En esta fase el adolescente se siente mayor, se observan las siguientes características: la estatura se modifica, así también en la talla y el peso; termina la maduración ósea, los órganos genitales alcanzan las características del adulto, en la forma y el tamaño, aparece el bigote, seguido de la barba; en la mujer la vulva alcanza la orientación adulta, el clítoris aumenta de tamaño y se hace eréctil y los senos alcanzan madurez comprende un rango de edad de 16 a 19-20 años aproximadamente.

Por otro lado existe cierto grado de angustia, al empezar a sentir las presiones de responsabilidad, presentes o futuras, por iniciativa propia y el sistema social familiar, de contribuir con sus aportaciones económicas para el hogar, incluso cuando carece de la práctica para desempeñarse como trabajador (Ávalos: 1991).

En algunos niveles sociales esto obliga al joven a abandonar sus estudios, con las consecuencias sociales de frustración e inmadurez en el adulto.

En esta etapa los jóvenes afirman y definen su vocación, la entienden ya como parte de su proyecto de vida, aprenden con más asertividad a tomar decisiones, establecen perspectivas del futuro, confían más en sus planes y logran delinear su visualización del futuro con mayor firmeza.

Construcción del rol social en esta última fase de la adolescencia comienza a evolucionar de un proyecto de vida complementario con el proyecto familiar a una

forma de enfrentamiento personal y social propia que se deberá ir poniendo a prueba en la práctica concreta y aportará a la consolidación de la identidad y los roles. Las figuras parentales enfrentan el duelo que provoca el desprendimiento físico del medio familiar por el adolescente.

Los adolescentes pueden reconocer y expresar sus capacidades de iniciativa, anticipación de resultados y manejo de consecuencias, negociación en la toma de decisiones y ponen en práctica la solución de problemas. De esta forma procuran que sus sentimientos de adecuación y seguridad provengan de sus propias realizaciones.

Las parejas dejan de cumplir el rol de exploración y descubrimiento de mundos emocionales y sexuales, para introducir como vivencia central, la apertura a la intimidad que emerge entre personas con identidades más diferenciadas que se enriquecen con el acompañamiento afectivo y el establecimiento de vínculos profundos. Los grupos o redes se van estableciendo por afinidades en lo laboral, educacional, comunitario, cultural, etc.

### **2.3 Cambios Físicos**

La adolescencia es una etapa problemática y compleja en la lucha de los jóvenes por llegar a la madurez, es un periodo de experiencias nuevas, emocionantes y de mayores oportunidades para el desarrollo personal. El crecimiento así como el aporte hormonal en la adolescencia, repercuten en las emociones de los jóvenes debido a que los cambios físicos que sufren son de suma importancia debido a la etapa en la que se encuentran.

Los cambios que se presentan son acontecimientos, un conjunto de hechos que no se presentan de manera instantánea sino como un producto de la evolución del organismo y al llegar a la adolescencia este se establece de forma definitiva.

La adolescencia es un periodo corto en la vida de los seres humanos, es cuando el cuerpo infantil se transforma en adulto, los cambios exteriores que se sufren destacan a simple vista que muchas veces los adolescentes pueden parecer desconocidos ante personas que no los han visto en un periodo largo de uno a dos años.

Una clasificación que se puede hacer respecto a estos cambios tanto externos e internos que sufre cualquier adolescente es la que hace Hurlock (1987: 56)

#### Aumento del tamaño corporal

- Cambios de las proporciones del cuerpo
- Desarrollo de las características sexuales primarias
- Desarrollo de las características sexuales secundarias

A modo de continuidad se explican brevemente cada uno de los cambios que en la adolescencia se producen:

- Aumento del tamaño corporal

El primero de los cambios que los adolescentes presentan es el incremento de su tamaño corporal, ya que se produce una aceleración del crecimiento, en este periodo el cuerpo alcanza sus proporciones adultas.

La aceleración del crecimiento comienza uno o dos años antes de que los órganos sexuales lleguen a su madurez funcional. Este crecimiento se inicia antes en las mujeres que en los hombres ya que en estas se presenta entre los ocho y medio y los once años y medio deteniéndose este proceso a los 15 o 16 años que es en donde se completa, en los hombres aunque su periodo de crecimiento inicia después este es más largo con respecto a las mujeres ya que este inicia entre los diez años y catorce años y medio deteniéndose hasta los 17 o 20 años.

En cuanto al aumento de peso durante la adolescencia se debe en gran medida al crecimiento de huesos y músculos, los huesos se hacen más grandes y pesados, en las mujeres es hasta la edad de 17 años cuando estos alcanzan su madurez y en los hombres son unos dos años más. En total las mujeres durante este periodo aumentan unos 15.5 kg en promedio y los hombres su incremento medio es de 18 kg, sin contar que los adolescentes experimentan un periodo de obesidad en el comienzo de su maduración sexual debido en gran parte a la separación hormonal que la acompaña y al aumento de apetito generado por el rápido crecimiento físico, pero esta obesidad desaparece normalmente en cuanto aumenta la estatura y se restaura el equilibrio hormonal.

- Cambios en las proporciones del cuerpo

El ritmo de desarrollo de las diferentes partes de sus cuerpos crece a diferentes velocidades y alcanzan su desarrollo máximo en distintos momentos.

La cabeza crece con lentitud en comparación con el resto del cuerpo, su frente se hace más alta y ancha, la nariz crece con rapidez, la boca se ensancha, la mandíbula se hace más prominente; en cuanto al tronco este llega a su tamaño maduro a principios de la adolescencia, se ensanchan los hombros, las caderas; las piernas y brazos se alargan, las manos junto con los pies llegan a su tamaño y forma maduros antes que los brazos y las piernas.

A medida que estas partes del cuerpo llegan a su tamaño y forma el adolescente va adquiriendo su aspecto que tendrá en la edad adulta.

El crecimiento interno que se da en los adolescentes aunque no es evidente como el exterior, está relacionado con el aumento de estatura y peso. Pues durante esta etapa los órganos del aparato digestivo casi alcanzan su tamaño y forma maduros, ya que el estómago se hace más largo, crece diámetro y longitud de los intestinos, así como los

músculos y paredes intestinales se hacen más gruesos y fuertes, el esófago se hace más largo, el hígado aumenta peso.

- Desarrollo de las características sexuales primarias

Durante la infancia de los seres humanos, los órganos sexuales son pequeños y poco evidentes, por lo que no producen células reproductoras pero esto cambia cuando comienza la adolescencia.

En las mujeres la parte más importante de su aparato reproductor son los ovarios y el útero, estos crecen de forma rápida durante la pubertad, ya que los ovarios llegan a su peso y tamaño maduro cuando estas tienen entre 20 o 21 años, la primera señal que tienen las jóvenes acerca de su madurez sexual es la menstruación y está es el comienzo de una serie de descargas periódicas que suceden aproximadamente cada 28 días. Durante los primeros años que siguen a la pubertad la menstruación va acompañada de incomodidades y dolores físicos, los más comunes son los dolores físicos, los más comunes son los dolores de espalda, los calambres y los malestares abdominales. Los órganos sexuales masculinos comprenden los genitales externos e internos, los que se hallan en el exterior del cuerpo son el pene y el escroto que a partir de la pubertad adquiere mayor diámetro, los órganos localizados en el interior son el conducto deferente, la próstata y la uretra. Cuando estos órganos están maduros comienza a aparecer las primeras erecciones de los jóvenes esto es entre los 12 y 18 años.

- Desarrollo de las características sexuales secundarias

Este desarrollo es el más notable de los adolescentes ya que se refiere a los cambios físicos que sufren estos debido al aumento del suministro de hormonas provenientes de las gónadas.

De acuerdo con Hurlok (1987:61) los cambios que se presentan en los adolescentes son los siguientes:

## Mujeres

- ✓ Ensanchamiento de los hombros
- ✓ Incremento en la amplitud y redondez de las caderas, quedando así limitada la cintura
- ✓ Conformación definida de brazos y piernas
- ✓ Desarrollo del busto
- ✓ Vello púbico
- ✓ Vello axilar
- ✓ Vello facial sobre el labio superior, en la parte inferior de las mejillas y al borde del mentón.
- ✓ Pilosidad en los miembros
- ✓ Cambio de voz de una tonalidad aguda a otra grave
- ✓ Cambios en el color y la textura de la piel.

## Hombres

- ✓ Ensanchamiento de los hombros, debido a la presencia de músculos pesados
- ✓ Forma definida de brazos y piernas debido al desarrollo muscular
- ✓ Vello púbico que se extiende hasta los muslos
- ✓ Vello en las axilas
- ✓ Vello facial sobre el labio superior, a los costados y en las barbillas, y el pelo en la región de la garganta
- ✓ Pilosidad en los miembros, el pecho y los hombros
- ✓ Cambios de voz
- ✓ Cambios en el color y la textura de piel

En la adolescencia el cuerpo cambia y con ello surgen nuevas necesidades fisiológicas nuevos requerimientos alimentarios, nuevos ritmos de actividad y descanso.

Los cambios físicos traen consigo una alteración en la imagen del cuerpo y, de este modo, en el sentido del yo.

Las transformaciones corporales se acompañan generalmente de la fatiga, falta de ánimo entre otros, estos asumen proporciones exageradas cuando los cambios físicos suceden con rapidez o cuando se espera que el adolescente asuma mayores responsabilidades en el hogar y en la escuela, que las que tenía cuando eran niños.

En el siguiente apartado se abordarán algunos aspectos psicológicos que son relevantes durante la etapa de la adolescencia.

## **2.4 Cambios psicológicos y sociales**

Como se describió en el apartado anterior durante la adolescencia se presentan cambios físicos pero cabe destacar que estos cambios no son los únicos que ocurren durante esta etapa ya que el adolescente sufre una transformación tanto en su cuerpo como en pensamiento, emociones, sociedad, etc. Y acompañado de ellos vienen los cambios psicológicos.

Estos cambios psicológicos son los que se ven reflejados en la conducta que presenta el adolescente, también podría decirse que sus intereses cambian y lo que antes le agradaba actualmente le puede ser indiferente, si bien estos cambios y otros más son los que sufre el adolescente en esta etapa que esta entre la niñez y la edad adulta y al encontrarse en la complejidad en la que no ha dejado de ser niño pero tampoco es del todo adulto, su imagen de sí mismo está perdida y no tiene una identidad propia de él que lo haga sentirse seguro de sí y saber a qué medio social pertenece al del niño o al del adulto.

Las relaciones con las personas de la misma edad se vuelven muy importantes y necesarias, ya que permiten comprender mejor los cambios y vivencias que se tienen, encontrar un lugar propio en un grupo social, obtener apoyo y afecto, explorar conductas y destrezas sociales; expresar abiertamente sus deseos y necesidades. Otro cambio se refiere a la construcción de proyectos de vida para el futuro.

El proyecto de vida no se limita a lo que se va a estudiar o en lo que se va a trabajar en el futuro, sino que se refieren también al lugar que se desea ocupar en la familia, la elección de pareja, el papel que se va a asumir en la comunidad, etc.

Para definir el proyecto de vida, se deben tomar en cuenta los intereses pero también características y habilidades personales, de manera tal que se pueda lograr el mayor nivel de realización personal posible. Muchas veces, al inicio de la adolescencia, las personas se dejan llevar por influencias familiares al tratar de definir lo que quieren hacer en el futuro, o por pensamientos idealistas. El problema es que a veces estas ideas no corresponden con las posibilidades reales para realizarlo. Después, las y los jóvenes hacen un pensamiento más realista, reconocen sus limitaciones y ubican sus aspiraciones en sí mismos.

Otro proceso propio de la etapa de la adolescencia es la adquisición de nuevas capacidades de pensamiento. Lo que sucede es que en la infancia, se tiene un pensamiento de tipo concreto, es decir centrado en una sola cosa a la vez y basado en el aquí y ahora de la realidad, en la adolescencia se adquiere una forma de pensar de tipo formal o hipotético-deductivo, con la cual se puede razonar e ir más allá de las experiencias concretas.

Al pasar del tiempo, y casi que al acercarse a la vida adulta, la mayoría de adolescentes logran más claridad con respecto a lo que desean, las posibilidades que tienen para llevar a cabo sus proyectos, y la forma en que lo harán, sin embargo esto no pueden realizarlo de forma sola, es necesario que tengan una guía o apoyo que les

brinde opciones o posibles soluciones ante una toma de decisión esto bien puede brindarlo el orientador educativo.

## **2.5 Búsqueda de Identidad**

Es en esta etapa se produce el distanciamiento afectivo de la familia que va dejando de ser el centro de su vida, como resultado de ello y su búsqueda de independencia respecto a sus padres son frecuentes las conductas de rebeldía a ellos y a la autoridad en general.

Por lo contrario se ven más unidos al grupo de amigos y es ahí cuando adopta las normas y costumbres de los mismos, la exigencia de lealtad a la ideología grupal. Predomina la orientación al sexo opuesto y conforman grupos heterosexuales de amigos, suele realizar actividades que tienden acercarse al otro sexo por ejemplo deportes donde se involucren ambos, bailes etc.

Este periodo se caracteriza por contradicciones de sentimientos y actitudes debido a que predominan las fantasías de independencia que genera separaciones y uniones a nuevos grupos, en estos es frecuente la confusión y falta de control.

Es un momento en el que el adolescente hace una búsqueda del sentido de la vida, del descubrimiento de valores y preocupación ética.

Dentro de la etapa de la adolescencia el adolescente se encuentra con la necesidad de lograr una identidad estable, la problemática que representa la falta de identidad en esta etapa queda manifestada cuando los jóvenes se cuestionan cosas como ¿Quién soy yo?, ¿Cómo se percibe a si mismo?, ¿Qué debe hacer en la vida? Todas estas preguntas pueden ser reveladoras sobre el estatus de identidad de un individuo.

Se puede decir que “un individuo tiene identidad cuando su personalidad se integra en un todo y le permite diferenciarse de los demás”. (Olguín, 1981: 127)

La adolescencia es el periodo durante el cual ha de establecerse una identidad dominante, Erikson (1987) sostiene que el estudio de la identidad ha llegado a ser importante como el de la sexualidad en los tiempos de Freud.

El adolescente tiene que restablecer la identidad del yo a la luz de sus experiencias anteriores aceptar los cambios corporales y sentimientos son parte de sí mismo, si la identidad no se restablece satisfactoriamente en esta etapa, existe el riesgo de que el papel que ha de desempeñar como individuo se le aparezca difuso, lo cual pondría en peligro el desarrollo del yo.

La identidad se construye a través de identificaciones sucesivas y se llega a la madurez cuando la identidad ha sido establecida y surge un individuo integrado e independiente. Implica la integración de aspiraciones, junto con cualidades, el logro de todos esos aspectos de la identidad permitirá la intimidad del amor sexual y afectivo, la amistad y otras situaciones sin perder la identidad en la etapa siguiente de su vida.

De lo anterior se podría decir que solo la identidad puede formarse y crecer poco a poco cuando el adolescente tenga bases en lo social, las cuales se fueron obteniendo en la etapa de la niñez, para que de esa manera llegue al equilibrio en su vida.

La orientación debe ser un proceso que implique compromiso tanto del adolescente como de los docentes, padres y amigos. Es un proceso que comienza en la niñez con los juegos, el desempeño de roles, con los gustos e intereses extra escolares que puedan atribuir a su posterior formación.

En el siguiente capítulo se detallarán las principales características de un proyecto de vida, y la importancia que genera su elaboración durante esta etapa de desarrollo.

El adolescente experimenta una transformación en su modo de ser, en ese proceso de maduración debe plantearse el que pasará con su vida a corto, mediano o largo plazo. Necesita plantearse un proyecto de vida así como la actitud para alcanzarlo a pesar de obstáculos.

La realización de un proyecto de vida depende de las circunstancias y de las posibilidades que se le presenten, cada adolescente es un ser único y diferente por lo tanto su vida también es única y es él quien de acuerdo a su desarrollo y circunstancias quien deberá decidir respecto a ella.

Su proyecto de vida no solo debe de girar en torno a planear cómo hará una cosa u otra, sino también en su condición de existir dentro del mundo considerando sus limitaciones y capacidades. Erikson menciona que los adolescentes tienen una existencia transitoria y que son existencialistas por naturaleza; pueden llegar a comprometerse intensamente con conflictos contemporáneos que ellos aíslan tanto de sus antecedentes históricos como de los compromisos con el futuro (Maier, 2002).

La construcción del proyecto de vida en el adolescente, no es solamente la planeación de actividades a seguir para alcanzar metas, sino que implica también una perspectiva filosófica: Más que vivir proyectándose se trata de vivir como proyecto (Sartre, 1998).

En este sentido el proyecto es reconocer que estamos en el mundo con limitaciones y cualidades que en la adolescencia podemos desarrollar, no se trata de llegar a la meta si no de saber enfrentar cada situación en la vida.

## **2.6 Teorías de la adolescencia**

A principios del siglo XX varios estudios se elaboraron sobre el desarrollo del adolescente, por lo que se llamó el siglo de la invención de la adolescencia como ciclo de la vida, los trabajos sobre esta investigación han explicado el complejo sobre el

proceso de esta etapa, algunas se formularon exclusivamente como teorías de la adolescencia mientras que otras son teorías generales de la conducta humana en las que se ha considerado a la adolescencia como un aspecto de la teoría más amplia.

En opinión de Horrocks (1986) la formulación de una teoría conlleva una serie de estudios con sus respectivas observaciones, experimentos, inferencias o suposiciones, de esas investigaciones acerca de la adolescencia se desprenden las siguientes teorías:

- Teoría Fisiológica
- Teoría Psicoanalítica
- Teoría del Desarrollo Cognitivo
- Teoría del Aprendizaje Social

Shaffer (2004) menciona que el psicólogo norteamericano G. Stanley Hall fue quien comenzó y abrió el camino del estudio de la adolescencia y señala que el desarrollo ontogenético del ser humano reproduce el desarrollo filogenético de la especie, es decir que ciertos factores fisiológicos genéticamente determinados producen reacciones psicológicas. Para el autor esta etapa representa un espacio de transformación para la especie humana, donde se hace una recapitulación de las etapas anteriores y por consiguiente aparecen rasgos evolucionados y más esencialmente humanos.

La maduración biológica es detonante para el surgimiento de la adolescencia, los cambios físicos alteran y modifican la figura de los niños hasta lograr la maduración del aparato reproductor y la aparición de los caracteres sexuales secundarios que afectan psicológicamente, anunciando que la vida infantil está por acabar.

Dulanto (2000) afirma que este desarrollo transforma no solo el cuerpo, sino la vida psíquica, espiritual y conductual de los adolescentes, para lograr comprender estas modificaciones el joven deberá acudir al pensamiento formal.

El proceso de la adolescencia es la consecuencia de la maduración oportuna y adecuada de los elementos biológicos, psíquicos, sociales y espirituales desarrollados en la infancia con los cuales se llega el inicio de la pubertad.

### **2.6.1 Teoría Psicoanalítica**

Autores de orientación psicoanalítica aportaron investigaciones acerca del conocimiento del ser humano como las de Sigmund Freud, desarrolladas más tarde por Anna Freud y Peter Blos. (Bolognini, 2004)

Esta teoría afirma que los cambios que acontecen en la adolescencia se deben a causas internas, esta etapa corresponde el final de la lactancia y el apareamiento de los impulsos sexuales en la pubertad llegando a la última fase que es la sexualidad genital, siendo el punto clave de la adolescencia.

La maduración sexual biológica es evidente en el joven aumentando con descargas de impulsos sexuales y eróticos, el púber se describe como una persona en tensión, agitación y confusión presenta estrés emocional y social.

Se despiertan los impulsos sexuales de la etapa fálica que se dirigen a las relaciones heterosexuales con personas externas a la familia, experimenta el complejo de Edipo separándose emocionalmente de los padres y se orienta hacia sus pares, es aquí donde se dan relaciones románticas para escoger su objeto sexual aceptado socialmente.

Al adolescente le es difícil controlar y aceptar el aumento de sus cargas sexuales, esto le origina un sentimiento de culpa y un estado de desequilibrio que se caracteriza con la presencia de agresividad. Entonces, el joven debe buscar los medios para salir de esta inestabilidad. Anna Freud (1980) habla de que uno de los mecanismos de defensa que puede utilizar el adolescente es el de la intelectualización, estas nuevas

capacidades cognoscitivas le permitirán reflexionar sobre los hechos que le acontecen en este periodo para comprender este proceso de cambio.

Los cambios biológicos, psicológicos y sociales originan conflictos en el adolescente con respecto a su identidad, pues Erickson (2004) afirma que esta etapa se caracteriza por el desarrollo del yo influenciado por factores sociales y culturales. La resolución de este conflicto será la base de la formación de la personalidad en la etapa adulta.

### **2.6.2 Teoría Cognitiva**

Piaget señala que la adolescencia se caracteriza por una serie de cambios cualitativos que se dan en la manera de pensar del joven. El autor de esta teoría, pone en claro que estos cambios ocurren en áreas donde se enfocan los valores, la personalidad, la interacción social, la visión del mundo social y la valoración.

El individuo desarrolla su capacidad intelectual para afrontar los diversos cambios, el joven será capaz de pensar y reflexionar de manera abstracta con lo cual elaborará diversas hipótesis de un solo problema planteado por la realidad, el adolescente abandonará lo concreto, lo práctico y dará lugar al aspecto teórico con el fin de resolver situaciones más complejas apoyándose en experiencias pasadas, explorando todos los aspectos del medio ambiente y conociendo el mundo que lo rodea de esta forma responderá a las demandas que se le exigen modificando su posición social y asumiendo nuevos roles.

El adolescente creará conceptos originales e individuales, complejos y abstractos lo que le ayudará a tener una visión distinta del mundo. El aspecto afectivo se transformará, estará en busca de su propia personalidad y de valores individuales, elaborará planes de vida, basándose no solo en lo real, sino también en lo posible.

### **2.6.3 Teoría del aprendizaje social**

El asumir los nuevos roles que demanda la sociedad a los individuos provoca que estén en constante tensión y presión lo que estimula que sean insoportables, el sujeto incorporará nuevos valores y creencias de la cultura donde se desenvuelva, de la familia, de la escuela y de la comunidad a la que pertenece para terminar de socializarse adquiriendo una identidad propia hasta lograr ser autosuficiente.

El niño tiene tres pérdidas simbólicas que modelan el proceso de la adolescencia

- Pérdida del cuerpo infantil
- Pérdida de los padres
- Pérdida del mundo social de la infancia

El sujeto ya no verá el mundo por medio de los ojos de sus padres, ni el mundo infantil ahora se encontrará en constante exploración descifrando los nuevos códigos que se le presenten.

El adolescente debe utilizar el razonamiento para formar su propio auto concepto y autoestima que será el resultado del autoconocimiento, de reflexión y análisis de la participación diaria con la sociedad, debe estar abierto a las relaciones humanas para adquirir nuevos conceptos e ideologías permitiéndole interactuar con el mundo que lo rodea.

En el siguiente capítulo se hace referencia a la importancia de planear la vida, tomando en cuenta contenidos que permitirán esclarecer la forma en cómo el alumno puede formar su proyecto de vida.

### **Capítulo 3. La Toma de decisiones y el proyecto de vida**

Es necesario que un adolescente tome responsabilidad sobre tomar una decisión, que tome juicio de manera individual sobre las alternativas que se presenten ante algún caso, también es importante que en conjunto con estrategias que le permitan decidir asertivamente tenga un proyecto de vida que guíe y conduzca su existencia, pues de lo contrario esta iría sin rumbo, con tropiezos, con continuos fracasos, el individuo sin un proyecto de vida caería por ausencia de dirección.

Establecer metas le dará sentido a la misión que el individuo en sí mismo se propone alcanzar, un buen proyecto de vida acerca con mayor seguridad a una toma de decisión asertiva y a una existencia llena de plenitud.

#### **3.1 Toma de decisión**

Existen teorías sobre el proceso de la toma de decisiones que mencionan que se remonta a tiempos tan lejanos como el siglo IV a. de C., Aristóteles y su desarrollo en la regla de la lógica, el uso de la razón como método para un proceso individual de toma de decisiones fue defendido por Benjamín Franklin en su descripción de la “álgebra moral” : un proceso, por medio del cual, el sujeto valora formalmente las alternativas , sopesando los pro y los contra de cada una y eligiendo aquella que proporciona mayor ganancia personal . “El modelo del razonamiento verdadero de Parson en 1909, en donde se confrontan las características de las ocupaciones, supone ampliar el proceso de razonamiento al proceso de toma de decisiones”. (Rivas, 1995:276).

La solución de los problemas y la toma de decisiones han sido “caracterizadas como procesos complejos, en los cuales los individuos identifican y evalúan cursos en acción alternativos y eligen la implementación de uno de ellos” (Casullo, 1994:38).

Toda persona en algún momento de la vida tiene que tomar algún tipo de decisiones, muchas veces consciente o inconscientemente, decisiones propias, o que muchas veces están influidas por diferentes factores como la influencia de otras personas, cada uno de nosotros se ha desarrollado dentro de un contexto social interactuando con otras personas, entre las cuales se encuentran familiares, amigos y maestros. Muchas veces alguna o varias de estas personas tratan de presionarnos a actuar y para quedar bien o porque no se conocen otras opciones se accede a tomar decisiones conforme a lo que otras personas quieren o esperan. (Adair, 2008)

Se debe tener conocimientos que permitan analizar los pros y los contras, información que puede ser recibida de las demás personas, libros, folletos o medios de comunicación y cada individuo la procesa de acuerdo a su propio beneficio. Otro aspecto importante para la toma de decisión, es la información que se tenga de sí mismos y las opciones de estudio y trabajo en relación con metas o proyectos personales, La decisión supone reflexionar sobre la información obtenida durante el desarrollo.

Cada uno de nosotros ha obtenido a través del aprendizaje y el desarrollo, experiencia propia, de donde destacan los valores, nivel educativo y socioeconómico, y personalidad de cada sujeto, que se van modificando a lo largo de la historia de los individuos y con la llegada de experiencias nuevas.

El nivel socioeconómico y educativo de cada persona se relaciona con cultura, con una serie de costumbres y de expectativas tanto propias como de los demás, es decir, son parte del medio en el cual se va a configurar, se van a interpretar y a formar las experiencias de cada quien.

Una persona que se conoce a sí misma tendrá mayor probabilidad de tomar decisiones propias, lo que causará en algunos casos, sentimientos de satisfacción personal y compromiso con esas decisiones. Existen varias formas de tomar decisiones. Algunas de ellas no implican involucramiento de los valores, personalidad y cultura de la persona y otras si lo implican.

La toma de decisiones debe hacerse de manera afectiva, debido a que es un proceso difícil y aún más si no se tiene la costumbre de hacerlo o por el no involucramiento en la toma de decisión, este proceso implica involucrarse en lo que a uno le sucede, tener control de su vida y sentir satisfacción por ello.

En la etapa de la adolescencia se pueden llegar a tomar decisiones impulsivas efectuadas en situaciones específicas o crisis. La tensión de enfrentarse a las responsabilidades y los desafíos adultos pueden llevar al adolescente a una elección precipitada, por lo que tendrá que aprender que las decisiones que tome pueden tener consecuencias irreversibles o trascender más allá de lo que el mismo cree.

El libre compromiso implica aceptar el proceso de toma de decisiones como una tarea personal que culmina en la realización de un proyecto vital (Rivas, 1995:276), debido a que la toma de decisión es un proceso mediante el cual se determina lo que queremos hacer, es la definición a nuestro futuro y las metas que deseamos alcanzar.

“El adolescente necesita ser entrenado a evaluar los posibles logros de una mayor decisión y comprender así que el analizarla racionalmente, conduce con mayor probabilidad a obtener resultados satisfactorios. Así mismo los adolescentes deben considerar las consecuencias de las decisiones que tomen”. (Pick, 1988:159)

Jopen y Diley (citados por Casullo, 1994: 38), proponen un modelo para el análisis de la toma de decisiones, que a continuación se menciona:

- Se asume que hay alguien que debe decidir, esto se refiere a un sujeto o grupo.
- Esa acción supone una situación de decisión, lo cual refiere a una expectativa social.
- Se opera con información relevante referida al propio sujeto y a su ecosistema.
- La información se ordena en distintos conceptos de acuerdo con la función a la que supuestamente sirve.
- Debe haber dos o más acciones alternativas posibles.

- Diferentes logros o consecuencias se anticipan en relación con tales acciones.
- Cada consecuencia tiene dos características:
  1. Probabilidad de ocurrencia futura
  2. Referencia colaborativa para quien tiene que decidir.
- La información se acomoda según distintas estrategias, de manera que el que tenga que tomar una decisión pueda reconocer el curso de acción más conveniente.
- Es más importante el sentido de compromiso con la acción.

Las estrategias que se ponen en juego en toda toma de decisiones pueden observarse en los estilos de decisión, con ello se hace referencia a maneras propias en las que cada individuo responde y comporta en una situación en la que debe decidir.

Harren (citado por Casullo, 1994), distingue tres estilos básicos que desempeñan un rol fundamental en la toma de decisiones:

1. El racional: utiliza evaluaciones sistemáticas e inferencias lógicas.
2. El intuitivo: se basa en sentimientos, fantasías y reacciones afectivas y algunas veces de manera impulsiva.
3. El dependiente: rechaza asumir la responsabilidad personal y se confía en el criterio de autoridad de otras personas.

En investigaciones realizadas por este mismo autor, se señala que los individuos que tienen un mayor conocimiento de sí mismos, revelan confianza en las habilidades personales, tendencia a afrontar situaciones problemáticas y autocontrol. Se considera que son intuitivos, serios, sistematizados sin embargo, puede haber individuos que sean menos afectivos estos desarrollan con frecuencia estrategias impulsivas y evasivas.

La teoría general de la toma de decisión contiene ciertos elementos, (Casullo, 1994) pone como base:

1. Objetivos- Cada persona que está por decidir algo, debe de tener claro el objetivo que se desea alcanzar y cuáles le permitirán obtener los logros deseados.
2. Elecciones- Pueden ser elecciones posibles o de cursos alternativos de acciones entre los cuales se tiene que elegir. En toda elección debe existir por lo menos dos opciones posibles, por muchas situaciones entre las que se encuentran factores que influyen, la parte más difícil de la decisión es poner explícitamente cuáles son las opciones. Cabe mencionar que los adolescentes al elegir alguna escuela o ocupación desconocen todas las opciones y alternativas disponibles.
3. Logros- Hace referencia a un suceso futuro que puede o no ocurrir, debido en gran medida a factores que el sujeto no puede controlar como por ejemplo: iniciar sus estudios universitarios y no poder terminarlos debido a cambios en la situación económica familiar.

Es necesario identificar formas a través de las cuales cada meta o logros deseados puedan alcanzarse de acuerdo a los objetivos planeados, debido a que la planificación les ayudará a los adolescentes a tomar una mejor decisión, muchas veces estas repercutirán en su vida futura y en su planeación de vida.

Un ejemplo es que muchos adolescentes que no conocen las opciones de estudio medio superior, deciden al azar o en el peor de los casos no saben lo que quieren ser, se precipitan a tomar decisiones muchas veces por lo que dicen los demás sin tomar en cuenta sus propias expectativas.

### **3.2 Etapas de la toma de decisión**

La toma de decisiones es el proceso de aprendizaje natural o estructurado mediante el cual se elige entre dos o más alternativas, opciones o formas para resolver diferentes situaciones o conflictos de la vida, la familia, empresa, organización. Cada día tomamos decisiones para las cuales no necesariamente tomamos la mejor opción.

Cuando tomamos decisiones es necesario estar conscientes que cada una trae consecuencias positivas o negativas y también implica un riesgo. La toma de decisiones a nivel individual es caracterizada por que una persona hace uso de su razonamiento y pensamiento para elegir una decisión ante un problema o conflicto que presente la vida, para eso es importante tomar en cuenta las etapas que nos ayudarán a tomar una decisión asertiva (Robbins Stephen & Coulter, 2005)

1. Identificación y diagnóstico del problema
2. Generación de soluciones alternativas
3. Selección de la mejor alternativa
4. Evaluación de alternativas
5. Evaluación de la decisión
6. Implementación de la decisión.

A continuación se desarrolla cada una de las etapas de la toma de decisiones que se ha descrito, para tener una mejor comprensión de cada una de ellas en el proceso de toma de decisiones.

#### **3.2.1 Identificación y diagnóstico del problema**

Reconocemos en la fase inicial el problema que deseamos solucionar, teniendo en cuenta el estado actual con respecto al estado deseado. Una vez que el problema es identificado se debe realizar el diagnóstico y luego de esto podremos desarrollar las medidas correctivas.

### **3.2.2 Generación de soluciones alternativas**

La solución de los problemas puede lograrse por varios caminos y no sólo seleccionar entre dos alternativas, se pueden formular hipótesis, para generar alternativas, porque con las alternativas planteadas tiende a haber incertidumbre.

### **3.2.3 Selección de la mejor alternativa**

Cuando el administrador ha considerado las posibles consecuencias de sus opciones, ya está en condiciones de tomar la decisión. Debe considerar tres términos muy importantes. Estos son: maximizar, satisfacer y optimizar. Al momento de tomar la mejor alternativa, es posible tomar la mejor decisión que consiste en maximizar. El satisfacer es la elección de la primera opción que sea mínimamente aceptable o adecuada, y de esta forma se satisface una meta o criterio buscado y si se quiere optimizar es el mejor equilibrio posible entre distintas metas.

### **3.2.4 Evaluación de alternativas**

La tercera etapa implica la determinación del valor o la adecuación de las alternativas que se generaron. ¿Cuál solución será la mejor? Los gerentes deben considerar distintos tipos de consecuencia. Por supuesto que deben intentar predecir los efectos sobre las medidas financieras u otras medidas de desarrollo. Pero también existen otras consecuencias menos definidas que hay que atender. Las decisiones establecen un precedente y hay que determinar si este será una ayuda o un obstáculo en el futuro. Por supuesto, no es posible predecir los resultados con toda precisión. Entonces pueden generarse planes de contingencia, esto es, curso alternativo de acción que se pueden implantar con base en el desarrollo de los acontecimientos.

### **3.2.5 Evaluación de la decisión**

Evaluar la decisión, forma parte de una de las etapas del proceso, recopila toda la información que indique la forma como se evalúa una decisión, es decir, es un proceso de retroalimentación que podría ser positiva o negativa. La retroalimentación es

positiva cuando indica que podemos continuar sin problemas y que incluso se podría aplicar la misma decisión a otras áreas de la organización. Por el contrario la retroalimentación es negativa cuando la implementación requiera de más tiempo, recursos, esfuerzos o pensamiento o nos indica que la decisión fue equivocada, para lo cual debemos volver al principio del proceso.

### **3.2.6 Implementación de la decisión**

El proceso no finaliza cuando la decisión se toma; esta debe ser implementada. Bien puede ser que quienes participen en la elección de una decisión sean quienes procedan a implementarla, como en otras ocasiones delegan dicha responsabilidad en otras personas. Debe existir la comprensión total sobre la elección de la toma de decisión en sí, las razones que la motivan y sobre todo debe existir el compromiso de su implementación exitosa. Para tal fin, las personas que participan en esta fase del proceso, deberían estar involucradas desde las primeras etapas que anteriormente hemos mencionado.

### **3.3 El Proyecto de vida**

Proyecto de vida se deriva del vocablo latino "*proicio*" que significa arrojar mi vida por delante, trazando anticipadamente la línea que se quiere seguir (Rodríguez, 1989). Representa en su conjunto, lo que el individuo quiere ser y lo que él va hacer en determinados momentos de su vida, así como las posibilidades de lograrlo. Para lograr enfocar lo que es un proyecto de vida se implica analizar variables básicamente psicosociales: identidades, representaciones sociales, mundo laboral, eventos del ciclo de vida, autoestima, dinámica del medio familiar. Todos se conceptualizan en relación al tiempo y el espacio.

"La vida es un proyecto que a cada persona corresponde desarrollar plenamente, podemos retroceder ahora por el túnel del tiempo de nuestra memoria, ¿qué es lo que vemos un año atrás, o cinco o diez en el pasado? Y ahora por medio de nuestra

imaginación, observemos el futuro, ¿Cómo nos observamos a nosotros mismos un año adelante, cinco o diez en el porvenir? Aceptémoslo, no se puede hacer nada por el pasado, sin embargo sí podemos hacer todavía mucho por nuestro futuro”. (Vargas, 2005: 106).

El hombre vive para transformarse en un ser a plenitud, para activar todas sus potencialidades, para llegar a ser quien realmente es en verdad; La vocación es exclusiva del ser humano porque proviniendo de él mismo viene a representar la tendencia hacia la autorrealización o la expresión a plenitud de las potencialidades humanas. Esta vocación le permite también al hombre la expresión de autotranscendencia, la fidelidad a la voz interna que llama al hombre a seguir un camino determinado.

El proyecto de vida no sólo es un modelo del conjunto de representaciones mentales sistematizadas sobre la cual se configuran las actitudes o disposiciones teóricas del individuo, este modelo toma una forma concreta en la propia actividad social del individuo y sus relaciones con otras personas.

La característica del proyecto de vida se expresa no sólo en lo que el individuo quiere ser, sino en su disposición real y sus posibilidades internas y externas de lograrlo y de darle una forma concreta en el curso de su actualidad.

De esta manera, el proyecto de vida del individuo expresa aquellas características más generales de su personalidad que definen su relación hacia el mundo y hacia sí mismo, los objetivos que revelan el sentido fundamental, su razón de ser como individuo, en una sociedad determinada constituye una formación única en la que se plasman aquellas determinaciones sociales e históricas fundamentales, pero bajo una forma original que diferencia la comprensión personal de los objetivos sociales de las otras personas.

La característica del proyecto de vida se expresa no sólo en lo que el individuo quiere ser, sino en su disposición real y sus posibilidades internas y externas de lograrlo y de darle una forma concreta en el curso de su actualidad.

De esta manera, el proyecto de vida del individuo expresa aquellas características más generales de su personalidad que definen su relación hacia el mundo y hacia sí mismo, los objetivos que revelan el sentido fundamental, su razón de ser como individuo, en una sociedad determinada constituye una formación única en la que se plasman aquellas determinaciones sociales e históricas fundamentales, pero bajo una forma original que diferencia la comprensión personal de los objetivos sociales de las otras personas.

Castillo (1999) expresa a través de una estrategia la realización de objetivos, la valoración de las posibilidades reales que brinda la sociedad en un momento determinado y las posibilidades internas sobre las que se fundamentan sus elecciones y decisiones en el proyecto de vida; se estructuran entonces:

- Los fines más generales del individuo.
- Los planes de acción o de seriación de fines intermedios.
- La valoración de las posibilidades internas y externas de su realización.

Un aspecto importante en la realización del proyecto de vida lo constituye el empleo del tiempo, esto corresponde a relacionar las formas de emplear el tiempo con sus metas e intereses. Estos factores determinan la decisión de sus formas de participación en la actividad social (laboral, familiar, cultural). Las formas de empleo del tiempo futuro se refieren a la toma de conciencia acerca de qué tipo de dosificación de actividades debe seleccionarse, a la comprensión adecuada del contenido de sus actividades y relaciones interpersonales, en lo profesional y el tiempo libre, lo que constituye un importante aspecto a tener en cuenta para conservar el sentido armonioso de las actividades y promover la mayor efectividad y el desarrollo de la personalidad.

El proyecto de vida representa lo que el individuo quiere ser y lo que él va a hacer en determinados momentos de su vida, así como las posibilidades de lograrlo.

Debido a lo anterior, se considera el proyecto de vida como una formación psicológica que constituye uno de los subsistemas generales de autorregulación, en el que participan procesos motivacionales, vivencias, valores y cognoscitivos.

Se estructuran los objetivos vitales y los posibles planes de su relación en las dimensiones temporales de la experiencia individual, referida a la vida y actividad del individuo.

Esta denominación de los procesos psicológicos del proyecto de vida, requiere enmarcar la personalidad en la dimensión vital del individuo, en su condicionamiento socio-histórico y en su actividad, en su praxis social este es a través de etapas de la vida individual que se caracterizan por diferentes tareas, exigencias sociales, conflictos, situaciones de crisis y de desarrollo.

Es importante que para elaborar un proyecto de vida se tome en cuenta la auto ubicación en la adolescencia, por ejemplo se plantean preguntas como: ¿quién soy?, ¿qué he sido?, ¿de dónde vengo?, ¿qué quiero ser?; este tipo de preguntas puede apoyar a los adolescentes a ubicarse en su realidad.

El autoconocimiento es fundamental para la realización de un proyecto de vida, el conocerse a sí mismo como el yo la única persona del universo, persona en proceso de un cambio continuo, como persona responsable, una persona que vive en sociedad, una persona con defectos y cualidades, una persona en un tiempo y espacio, el conocer nuestra propia identidad, gustos, ideales y limitaciones pueden llevar a plantear de forma objetiva propósitos o los retos que se desean superar, transformando esos ideales en una realidad.

Potencialidades y limitaciones, todo ser humano para tener un desarrollo íntegro debe combinar física, racional, emocional y espiritualmente el bagaje de componentes con los que cuenta.

En ese sentido, la psicología humana dice que es más importante el punto de vista que tenga la persona de sí misma, que sus circunstancias o experiencias en la niñez. La propia personalidad incluyendo potencialidades y limitaciones busca sus propias metas, retos, ideales, su apertura o experiencias y su habilidad de estar consciente de ellas. “Si la persona ve el centro de su personalidad básicamente bueno, competente, útil, digno de ser amado y de amar y está satisfecho de sí mismo, su vida será constructiva y productiva, su relación consigo misma y con los demás será positiva”. (Rodríguez, 1989: 24).

Se debe lograr construir un concepto de sí mismo desde la etapa de la niñez y poco a poco darse cuenta de las potencialidades con las que cuenta pero también ser realistas e identificar las limitaciones que se tienen.

Para lograr el desarrollo de potencialidades humanas con las que cuenta toda persona es necesario trabajarlas con base en la sinceridad y honestidad con la que cuenta cada individuo; sólo así se podrán tomar decisiones que le lleven a transformar lo que sea necesario y que se podrá sentir más orgullosa de sí misma.

Se hace mención a las potencialidades y al autoconocimiento porque son elementos que intervienen en la elaboración del proyecto de vida.

Casullo (1994) comenta que para que una persona pueda elaborar un proyecto de vida deben existir tres tipos de variables:

- La coherencia personal de la integración individual
- Las imágenes rectoras o ideológicas de una época determinada
- Una historia de vida en función de una realidad socio histórica.

El proyecto de vida se sitúa dentro de tres ámbitos en los que construyen sus vidas los hombres de todas las épocas.

“Por lo general la construcción de un proyecto de vida se da más en la adolescencia en donde aparte de una modificación biológica se da un cambio en los mecanismos

de maduración psíquica y afectiva, por lo cual en esta etapa el adolescente busca consolidar su lugar en la sociedad a su manera y tratan de generar sus propios valores, reglas y normas, su propio proyecto de vida” (Torroella, 1993:57).

De acuerdo con Castillo (2001), existen ayudas educativas que se pueden brindar a los adolescentes para la elaboración de sus proyectos de vida, al respecto señala las siguientes:

- Ayudarles a descubrir qué es un proyecto de vida: es importante en este punto hacer la diferenciación entre lo que significa la estructuración de un proyecto de vida y lo que pueda significar un deseo o un anhelo.
- Enseñarles a encontrar temas y problemas que sean el punto de partida de proyectos valiosos: ayudarles a identificar en el sentido de ver por donde comenzar, para poder iniciar su construcción.
- Enseñarles a elaborar los diferentes elementos de un proyecto: los objetivos que persiguen, los medios con los que cuentan para llegar a cristalizar su proyecto de vida y una evaluación que les permita ver en qué aspectos pueden hacer modificaciones o que requieran de mayores esfuerzos.
- Enseñarles a relacionar sus proyectos individuales con proyectos similares de otras personas, la vinculación con los otros siempre será importante en compañía o a la par de personas que le sean significativas o que lo alienten a continuar sus proyectos, así le proporcionarán mejores resultados.
- Orientar en las dificultades que van surgiendo a medida que se aplica el proyecto: una de las cuestiones más importantes sobre todo en la etapa de la adolescencia es no abandonar a los alumnos, al contrario el compromiso sería ir ayudando en el proceso.
- Apelar a su sentido el deber: generar la conciencia y reflexión en los adolescentes de aprovechar el momento que tienen ante ellos, el tiempo y momento de decisiones importantes también.

- Enseñarles a elegir: que aprendan a discriminar entre lo que más les gusta y lo que menos les gusta realizar, para poder clarificar y perfilar las acciones que tienen que ejecutar para poder lograr lo que desean.
- Ayudarles a pesar del deseo al proyecto: el deseo puede implicar una acción banal que lo lleve a satisfacer de manera inmediata lo que quiere alcanzar.
- Ayudarles a ser más creativos: es necesario recurrir a la imaginación para tener “buenas ocurrencias” con respecto a los objetivos, los medios y a la evaluación de ese proyecto.

Es el momento en que los orientadores educativos deben hacer énfasis en su labor de guía y acompañamiento para los alumnos.

El proyecto de vida representa lo que el sujeto va a hacer en determinados momentos, así como las posibilidades de lograrlo, no solo es el modelo ideal de sus actividades futuras, sino un modelo de vías de realización.

Aunque la etapa de la adolescencia no es exclusiva para la ejecución de las acciones o planeación de las mismas es la etapa en donde se cuenta con tiempo suficiente para corregir o modificar dichas acciones de no resultar lo que se esperaba, al cambiar los intereses de los adolescentes tienen un amplio conocimiento de la planeación de su vida y de igual manera comienza la conformación de la identidad.

Preparar para la vida, quiere decir concretamente, preparar para una edad determinada del curso vital y para una circunstancia determinada por una sociedad o un momento histórico en que está inserto el individuo.

La elaboración de un proyecto de vida forma parte de un proceso de maduración afectiva e intelectual y como tal supone aprender a crecer.

Se decide construir un proyecto de vida en la etapa del ciclo vital, en la adolescencia ya que es un momento muy especial del ciclo vital, en ella se plantean interrogantes sobre el futuro que deben ser tomadas en cuenta.

Construir un proyecto de vida le permitirá al adolescente clarificar las cuestiones anteriores que le permitan resolver y dar respuestas a las interrogantes que le asaltan, de esta manera le favorecerá tener una vida plenamente feliz.

### **3.3.1 Autoconocimiento**

Elexpuru y Garma, (1999) definen que el autoconocimientos es conocerse, saber qué se quiere en la vida e identificar los recursos personales con que se cuenta para lograrlo, aspectos que le permiten al individuo tener claridad sobre un proyecto de vida que quiere emprender y desarrollar las competencias que necesita para lograrlo.

Para estos autores conocer mejor nuestro ser, carácter, fortalezas, oportunidades, actitudes, valores, gustos y disgustos. Conocerse a sí mismo también significa construir sentidos acerca de nosotros mismos, de las demás personas y del mundo en que vivimos.

El logro del autoconocimiento es lo que se conoce como el yo, señalando que se va desarrollando a medida en que el sujeto va cambiando y se va integrando con las concepciones que acerca de él mismo tienen muchas personas, grupos e instituciones.

El autoconocimiento de refiere a las nociones que el individuo tiene de sí mismo y de sus relaciones con el medio circundante, esto incluye: ideas, actitudes y valoraciones de la propia persona.

De lo anterior surge la autoimagen (Bennet, 2008):

- Física, conceptos que se tienen de sí mismo con relación a la valoración de su aspecto físico (soy guapo, feo, alto, etc.).
- Psíquica, son los rasgos que influyen sobre la concepción de sí mismo (soy honrado, independiente, amoroso, etc.).

El conocimiento de sí mismo debe ser realista y objetivo de que soy, cómo soy y cómo quisiera ser. El autoconocimiento es parte importante para la formación de la identidad, debido a que el sujeto va interiorizando su pasado y futuro y lo va integrando a su realidad actual y se va identificando.

### **3.3.2 Autoestima**

Diferentes autores han tratado de definir el concepto de autoestima, pero como factor principal de sellar su importancia en el desarrollo personal del individuo; Cabe mencionar que el campo de estudio de la autoestima se encuentra principalmente desde las investigaciones de la psicología.

“La autoestima es la disposición a considerarse completamente para hacer frente a los desafíos básicos de la vida y sentirse merecedor de la felicidad”. (Branden 1995: 46).

Para Branden (1995), la autoestima es una necesidad humana, que permite adquirir experiencias y capacidades para que el individuo logre una adaptación exitosa en su vida. Se necesita confianza en la capacidad de pensamiento de cada individuo para así afrontar los desafíos que presenta la vida.

Se llama autoestima a la capacidad y confianza por nosotros mismos, en la adolescencia el papel que juega la autoestima es importante, pues permite al sujeto obtener identidad estable que le facilite llegar a la madurez con objetivos bien definidos.

Ésta se va adquiriendo en el núcleo familiar en donde el sujeto comenzará a sentirse apto para la vida, o con una autoestima inadecuada que lo haga percibirse como un inepto para enfrentarse al futuro.

Es tanto en la actitud de la madre como en sus características las que el sujeto tomará en cuenta para el desarrollo de la confianza, es ella quien con su constancia,

responsabilidad, interés y presencia genera en el sujeto el sentimiento interno de seguridad, de confianza en sí mismo y por consiguiente de las personas que lo rodean.

Durante el crecimiento del niño y posteriormente en la adolescencia será el ambiente familiar el que ayudará a reafirmar su autoestima, si esta no se desarrolló de manera favorable dentro del núcleo familiar, probablemente el individuo tendrá sentimientos de soledad y de rechazo, lo cual le impedirá muchas veces sentirse apto para alcanzar sus objetivos y metas.

Es por ello que, en el desarrollo de la adolescencia los padres, tendrán que transmitir a sus hijos cualidades y logros, ayudándolos así a crear un sentido de autoconfianza dentro de su familia y de la sociedad. Esta confianza en sí mismo y en los que le rodean le ofrecerá una base firme para desarrollar su identidad.

En la adolescencia la autoestima se debilita, pues uno de los factores importantes como es la imagen corporal, cambia y se da la confusión de roles, en esta etapa el adolescente cuestiona, rechaza, pregunta y necesita que los adultos le ayuden a valorar sus logros con la finalidad de fortalecer su posición personal y su estima.

El adolescente siente la necesidad de independencia, de búsqueda de identidad, pero a la vez necesita ser reconocido; busca que las personas que le rodean tengan fe, esto le permitirá interiorizar la confianza en sí mismo y ser un adulto capaz de luchar por sus convicciones.

Branden (1995:257), define a la autoestima como “la capacidad de tener confianza y respeto por uno mismo”, de esta manera desarrolla doce puntos para descubrir nuestro grado de autoestima según la personalidad y características, actitudes y habilidades que se tengan de sí mismos. Para Branden es llamada docena mágica porque a través de ella se puede analizar el concepto personal y crear una autoestima que nos haga sentir conformes y genere satisfacción:

- Saber y aceptar que todos tenemos cualidades y defectos.
- Saber que todos tenemos algo bueno de lo cual estar orgullosos.

- Poder liberarnos de conceptos negativos sobre nosotros mismos.
- Aceptar que todos somos importantes
- Vivir responsablemente de acuerdo a nuestra realidad, reconociendo lo que nos gusta y lo que no nos gusta.
- Aprender a aceptarnos a través de lo que sentimos y de lo que somos.
- Liberarnos de la culpa al evaluar lo que queremos y pensamos.
- Actuar de acuerdo con lo que deseamos, sentimos y pensamos, sin tener como base la aprobación o desaprobación de los demás.
- Sentirnos responsables de nosotros mismos, ya que al hacernos responsables de la propia existencia genera confianza en nosotros mismos y en los demás.
- Vivir auténticamente al aprender hacer congruentes entre la forma de sentir y actuar.
- Fomentar la autoestima en los otros, ya que la honestidad al fomentar la autoestima de las personas que nos rodean, refleja nuestra propia autoestima.
- Hallar la valentía de amarnos como personas y comprender que ése es un derecho propio que todos tenemos

La autoestima deberá ser sentida como la esencia interna de sí mismo, una buena autoestima nos permite crecer libres, creativos, amorosos, sentirnos plenos y con la capacidad de dar y recibir, hace capaz al adolescente para ir creando su proyecto de vida e irse adaptando a los cambios que éste vaya generando.

### **3.3.3 Motivación**

Maslow (cit. en: Solana 1993) define a la motivación como lo que hace que un individuo actúe y se comporte de una determinada manera. Para este autor es una combinación de procesos intelectuales, fisiológicos y psicológicos que decide, en una situación dada, con qué vigor se actúa y en qué dirección se encauza la energía. Factores que hacen que las poblaciones o las personas actúen en cierta forma. La motivación es un

término genérico que se aplica a una serie de impulsos, deseos, necesidades, anhelos, y fuerzas similares

Cuando una persona realiza cierta actividad o se comporta de determinada manera sin que nada ni nadie la obligue a ello podríamos decir que esa persona está motivada, que tiene un motivo para dedicarse así, el cual se ve manifestado a través de las acciones de las personas.

La motivación ha sido objeto de estudio de diferentes áreas, siendo algunas de ellas tanto la psicología como la educación, desde el punto de vista psicológico se dice que el comportamiento siempre está motivado hacia determinada meta.

Podríamos decir que toda persona está motivada, ya que de cierta forma todos tenemos metas que deseamos alcanzar ya sean estas en el aspecto personal, económico, social, escolar, etc. Se siente la necesidad de actuar de determinada manera así como también un impulso que nos empuja a realizar cualquier actividad. No solo se trata de despertar y crear la motivación de hacer las cosas o de comportarnos de alguna forma, sin lograr nada a cambio, en general la motivación siempre está encaminada hacia una meta para poderla alcanzar y realizar, esto se logra si existen factores que provocan y dirigen la conducta hacia un objetivo deseado.

La motivación surge de la necesidad del hombre debido a que falta algo, la manifestación se ha observado a lo largo de toda la historia del hombre y la necesidad ha sido la madre de todas las ciencias trabajando de la siguiente manera, el hombre al no tener una necesidad satisfecha busca por todos los medios la manera de satisfacer sus necesidades, ya que si estas no están cubiertas, el hombre sufre un desequilibrio en su interior. (Ralph, 1991:48), agrupa las necesidades en tres categorías

1. Necesidades Biológicas- Son las características orgánicas (alimento, bebida, vestido, respiración, sueño, etc.)

2. Necesidades Sociales- Por el hecho de que el hombre es un ser que siempre está en grupo y por naturaleza es social.
3. Necesidades Psicológicas- Es en el aspecto psicológico donde se encuentran las emociones, estas son parte de la motivación aquellas como la tranquilidad, el respeto, la paz, el amor, etc.

Satisfacer todas estas necesidades, sin duda alguna tiene una jerarquía en donde hay primero que atender las necesidades biológicas porque si estamos bien en cuanto a nuestros alimentos, horas de sueño, descanso, etc., esto ya no será motivo de preocupación o que nos impulse a actuar de una forma buscando satisfacer nuestras necesidades y por lo consiguiente lo que nos preocupara será atender otro tipo de necesidades.

Un aspecto que está ligado a la motivación es el interés, ya que si el sujeto desea llegar a una meta determinada, este tendrá un interés que lo impulsará a hacer todo lo posible para lograr la satisfacción de su meta, la cual será en beneficio propio.

El interés no tiene significado en sí, es común ver que se utiliza de diferentes formas en ocasiones solo se puede decir que se tiene interés por cierta cosa o por alguna actividad, o persona simplemente por el hecho de dedicarle un determinado tiempo.

Otro aspecto que se relaciona y se muestra como motivación es el logro ya que este suele ser en ocasiones una necesidad que al ser satisfecha causa un estado de bienestar y de conformidad como suficiente, y a esto se le denomina motivación de logro, y el haber buscado y encontrado el éxito, alcanzar esa meta nos hace sentir un orgullo de logro. De forma contraria a este aspecto se encuentra el temor al fracaso y por la preocupación de que tal vez se pueda estar en el o en una situación difícil. Es por ello que se está en una constante lucha y el logro se convierte en motivación de buscar por todos los medios posibles el éxito.

En la adolescencia la curiosidad comienza a despertar hacia un nuevo mundo y entonces el adolescente emprende la búsqueda de los aspectos nuevos que lo rodean;

sus amigos, el sexo opuesto, la música, etc. esta le motiva, además de que en el aspecto educativo, también tiene curiosidad por saber qué es lo que desea estudiar o de que trata cada una de las profesiones. El adolescente siente la necesidad por averiguar sus conocimientos de un área específica, con esto es muy probable que el adolescente se le pueda percibir que tiene cierto interés por determinado aspecto que llame su atención.

Dentro del trabajo orientador existe una diversidad de tareas, labores a desarrollar que están directamente relacionadas con el educando, el auxiliarlo a adaptarse a diferentes situaciones, a conocerse a sí mismo, a conocer y saber sobre situaciones sociales.

Si se ve a la Orientación de esa manera podría decirse que esta tiene una función más el ser o realizarse como una motivación hacia el adolescente, dado que si la motivación es aquello que nos impulsa a alcanzar un objetivo, y si la orientación está impartida dentro de la institución educativa, y el objetivo de la institución es que sus alumnos entendiendo en este caso adolescentes, adquieran determinados conocimientos, aprendizajes, entonces la Orientación podría hacer que este objetivo de la institución sea alcanzado de una manera más fácil y sencilla, siempre y cuando esta funcione como motivación del alumno y el Orientador logre “ejercer con el profesionalismo su labor de orientación a favor de los jóvenes estudiantes” (Muñoz, 1994: 9).

Se considera que la orientación educativa realmente puede ser un estímulo, una motivación para el adolescente y ayudarlo en su proceso de enseñanza- aprendizaje y a una toma de decisión responsable para su futuro, ya que es muy frecuente que en esta etapa se tenga una negación, indiferencia hacia el estudio o tomen a la ligera lo que pueda pasar en su futuro y será labor del orientador el tener actividades que propicien a que el adolescente se sienta motivado.

Una de las causas que se considera motivadora de la Orientación para el adolescente es que el orientador se interese por él, se preocupe por brindarle herramientas de apoyo, se ocupe del adolescente como estudiante y como persona que intuya y conozca todos aquellos aspectos, que se relacionen con él, con sus preocupaciones y

sus intereses. Si el adolescente observa esas actitudes del Orientador para consigo se sentirá importante, al saber que le interesa a alguien, esto no quiere decir que no le interese a la familia, sin embargo lo hará sentirse bien. (Rodríguez, 1991)

Una de las tareas de la Orientación es que se desempeñen actividades que proporcionen a los alumnos actitudes críticas y reflexiones que lo lleven a conocerse a sí mismo, sus virtudes, sus defectos, sus posibilidades y sus limitaciones, así como elevar su autoestima y hacerlo seguro de sí mismo, que él tenga confianza en lo que es y lo que hace, con esto el adolescente al sentirse bien consigo mismo se sentirá y será capaz de realizar cualquier actividad y más en el aspecto educativo, porque ahora sabrá hasta donde es capaz de llegar y si está imposibilitado buscará los medios para alcanzar su meta.

Asimismo, otra de las funciones de la Orientación que causa o podría causar motivaciones en el alumno es que esta podría tratar temas que afecten o puedan crear impacto al adolescente ya que son temas de su interés por la naturaleza de su edad y sus cambios.

#### **3.3.4 Asertividad**

Para que el adolescente pueda comenzar a plantearse metas y crear un proyecto de vida favorable para él, es necesario que sea asertivo en lo que elige y en lo que quiere ser y hacer de su vida, para ello en la presente investigación se conceptualizará lo que se entiende por asertividad.

La asertividad se refiere a defender los derechos propios expresando lo que se cree, piensa o siente de manera directa y clara en un momento oportuno.

Pick (1991:236) enlista características de una persona asertiva:

- Ve y acepta la realidad
- Actúa y habla con base en hechos concretos y objetivos.
- Toma decisiones por voluntad propia.

- Acepta sus errores y sus aciertos
- Utiliza sus capacidades personales con gusto
- No siente vergüenza de usar sus capacidades personales
- Es autoafirmativo, siendo al mismo tiempo gentil y considerado
- No es agresivo, está dispuesto a dirigir así como dejar que otros dirijan
- Puede madurar, desarrollarse y tener éxito

La asertividad es la expresión adecuada, clara y directa de nuestros diferentes estados emocionales, lo que implica necesariamente estar en contacto con nuestros afectos y pensamientos. Siendo la asertividad una habilidad para comunicar nuestras opiniones, sentimientos o creencias de una manera positiva, directa y respetuosa, puede ser aplicada por cualquier persona, siempre y cuando la conozca y esté dispuesta a llevarla a la práctica.

Una persona asertiva cuenta con una serie de habilidades para salir airoso de alguna situación, aunque esto incluya tener que admitir su error, estas son las habilidades en las que una persona se apoya para ejercer una conducta asertiva.

Las relaciones interpersonales pueden ser una importante fuente de satisfacción si existe una comunicación abierta y clara: pero si esta comunicación es confusa o agresiva suele originar problemas, poder comunicarse de manera abierta y clara es una habilidad que puede ser aprendida a través de un entrenamiento. Uno de los componentes de la comunicación clara y abierta es la asertividad. (Pick, 1991:235)

La asertividad consiste en hacer valer los derechos propios diciendo de manera clara y abierta lo que uno piensa, quiere y siente, respetando a las personas.

Se puede decir que la asertividad es parte complementaria del autoconocimiento, ya que es necesario conocernos para ser asertivo, así nos respetaremos a nosotros mismos, a nuestras decisiones y por consiguiente si estamos bien con nosotros mismos, lo estaremos con el medio que nos rodea, llámese familia, trabajo, escuela, amigos y en general con el entorno social.

Es necesario identificar formas a través de las cuales cada meta o logros deseados puedan alcanzarse de acuerdo a los objetivos planeados, debido a que la planificación les ayudará a los adolescentes a tomar una mejor decisión, muchas veces estas repercutirán en su vida futura y en su planeación de vida.

Un ejemplo es que muchos adolescentes que no conocen las opciones de estudio medio superior, deciden al azar o en el peor de los casos no saben lo que quieren ser, se precipitan a tomar decisiones muchas veces por lo que dicen los demás sin tomar en cuenta sus propias expectativas.

#### **CAPÍTULO 4. Propuesta de un taller sobre estrategias para fomentar la toma de decisiones acertadas en estudiantes de 3° de secundaria**

En los capítulos anteriores se ha desarrollado la transición de los adolescentes, la importancia de tener estrategias para así tomar decisiones acertadas dentro del entorno en que se desarrollan y fomentar la elaboración de un proyecto de vida, si bien es bueno recalcar que el proyecto de vida permite integrar los ámbitos biológicos, cognitivos y sociales, las relaciones personales, interpersonales y la toma de decisiones en los adolescentes; consiste en organizar el tiempo en periodos cortos o largos, fijando metas de función de las actividades, intereses, habilidades, capacidades. La asignatura de Orientación y Tutoría dentro de las Escuelas Secundarias no regula los contenidos del Orientador de esta forma el Orientador Educativo queda con la responsabilidad de desarrollar los temas del programa a su elección.

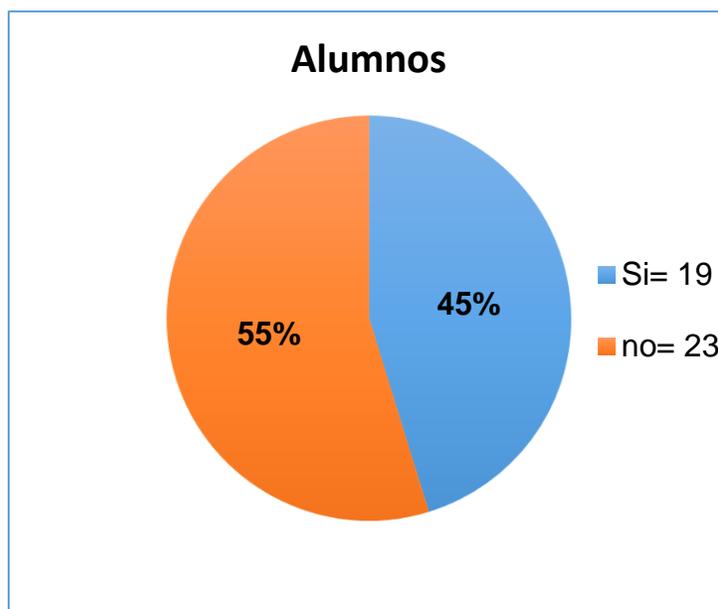
La metodología que se aplicó en este trabajo está basada en la investigación de campo en la cual se realizó un cuestionario a un grupo de 42 alumnos de 3° de secundaria con la finalidad de analizar y reflexionar sobre el conocimiento e importancia que puedan dar los adolescentes a tomar decisiones respecto a su formación académica, así como analizar las herramientas que les brinda la escuela por parte del departamento de Orientación para una toma de decisión acertada dentro de su elección vocacional, es decir el cuestionario dirigido a los adolescentes de tercer grado fue aplicado con el objetivo de conocer la idea que tienen los adolescentes sobre la planeación de vida y toma de decisiones.

Posteriormente se dan a conocer los resultados del cuestionario.

## RESULTADOS DEL CUESTIONARIO

Los resultados obtenidos a partir del cuestionario aplicado a alumnos de 3° "C" Turno matutino de la Escuela Secundaria Técnica N° 91 "Manuel Cerrillo Valdivia", donde el número total de alumnos dentro de ese grupo es de 42, 24 son mujeres y 18 son hombres se muestran a continuación:

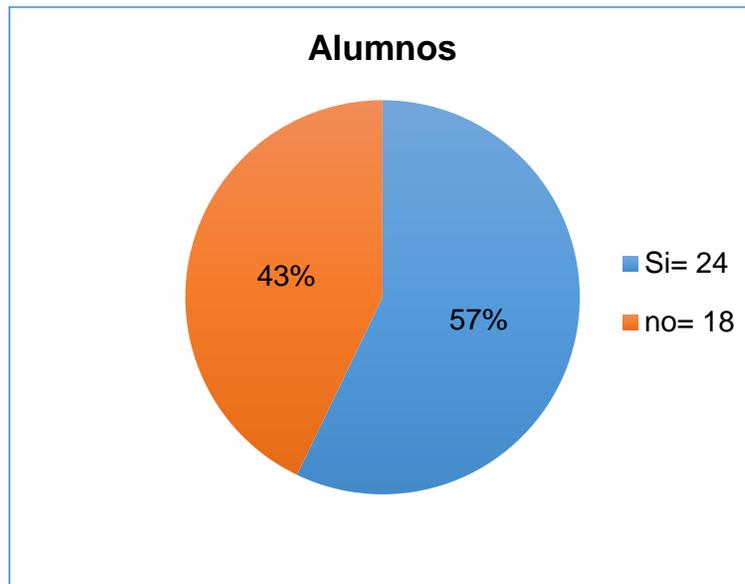
¿Has recibido información sobre orientación vocacional en tu escuela? (G1)



Esta grafica (G1) genera una actitud preocupante ya que de un 100% solo el 45% de los alumnos ha recibido alguna información sobre lo que es la orientación vocacional, esto repercute en las variables para tomar decisiones acertadas durante el proceso de elección de alguna carrera.

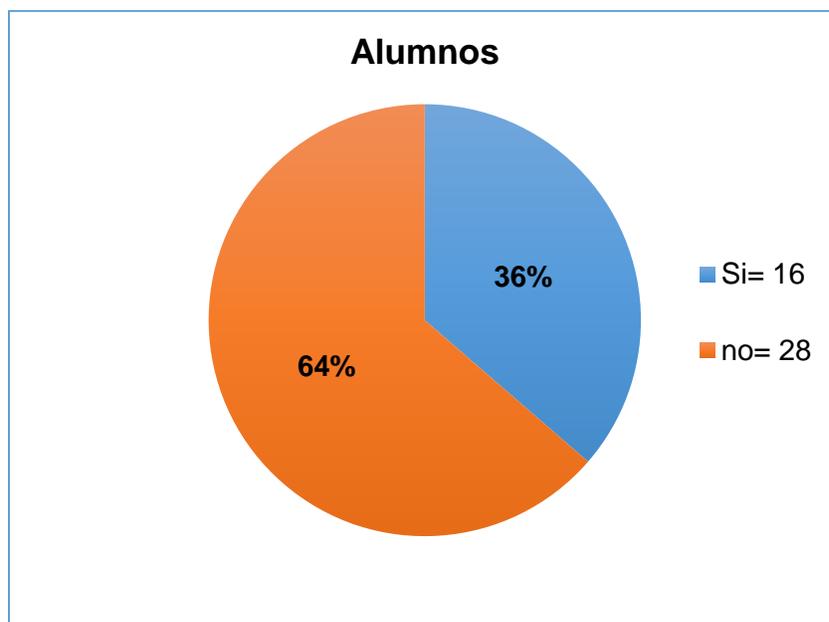
Se considera importante que se les brinde este servicio ya que se encuentran desorientados y no saben hacia donde dirigirse, es primordial que la orientadora los apoye más en este aspecto.

¿Has acudido alguna vez a las oficinas de orientación? (G2)



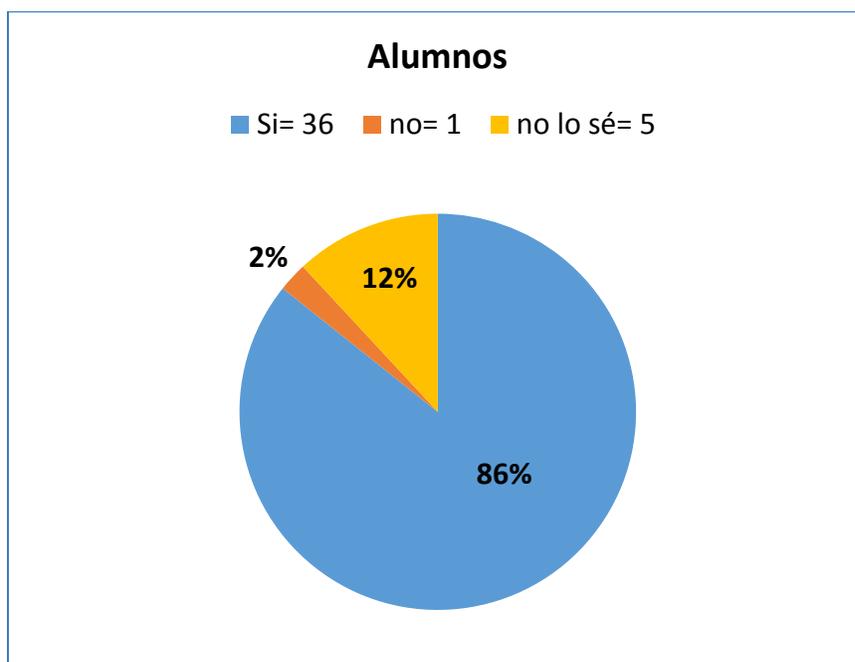
Podemos destacar que del 100% solo el 43% (G2) ha acudido al departamento de orientación y el principal motivo es relacionado a problemas de conducta, al no saber las funciones que tiene el departamento de orientación educativa.

¿Tienes un plan, o proyecto de vida? (G3)



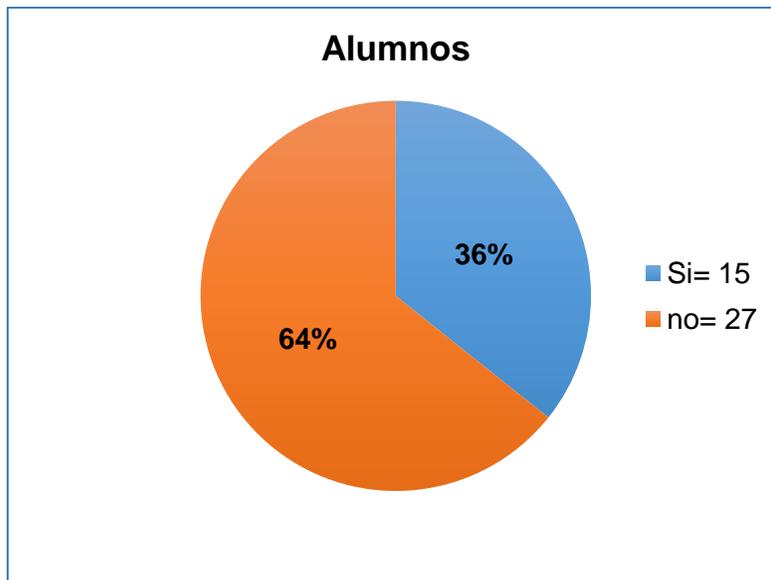
Sólo el 36% (G3) de los alumnos del grupo 3° “C” dicen tener un plan de vida, sin embargo cuando se les cuestionó sobre el significado para ellos de lo que es un plan de vida, sus respuestas aluden principalmente a su vida sentimental, dejando totalmente en segundo término el área profesional o laboral.

¿Después de terminar la secundaria pretendes seguir estudiando? (G4)



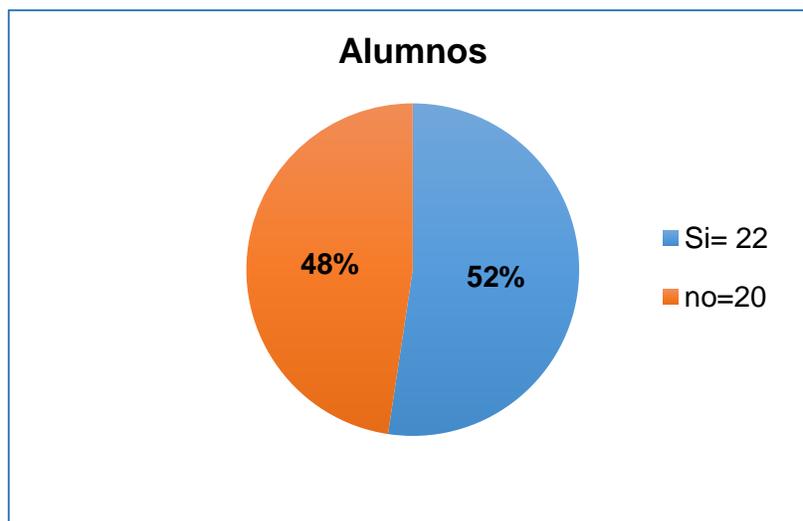
La grafica (G4) nos muestra que del 100% el 86% de los alumnos desean continuar con sus estudios profesionales, sin embargo la gráfica (G5) nos dice que del 100% solo el 36% de estos tiene claras las expectativas que desean cumplir dentro del aspecto académico.

¿Tienes claras tus expectativas profesionales? (G5)



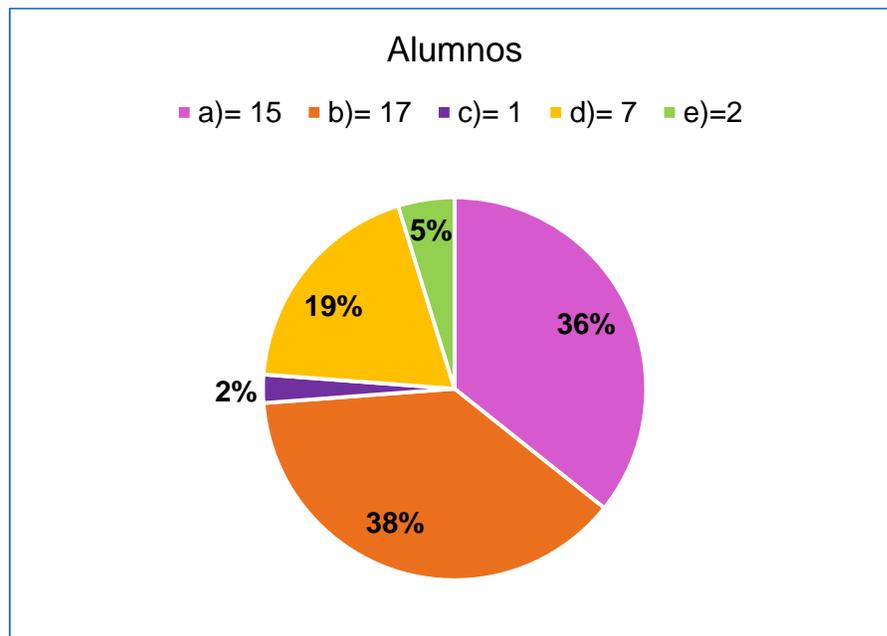
En la gráfica (G6) el 56% de los alumnos manifiestan que en la toma de sus decisiones no se sienten influenciados por nada ni nadie, sin embargo dentro de la pregunta sobre cuál sería el motivo por el que elegiría su carrera profesional el 38% (G7) menciona que satisfacer a sus padres, si relacionamos las respuestas de ambas preguntas nos podemos dar cuenta de que se contradicen las respuestas, lo que nos indica que los alumnos del grupo “C” de tercer grado de secundaria no tienen una idea clara sobre como tomar decisiones acertadas en su vida profesional.

¿Tus decisiones, han sido influenciadas por alguien más? (G6)



¿Cuál sería el motivo por el cual elegirías tu carrera profesional? (G7)

- a) Superación personal    b) por satisfacer a mis padres
- c) por seguir a mis amigos    d) mayor status económico
- e) otro \_\_\_\_\_



Con base en la revisión bibliográfica hecha a lo largo de esta investigación y en el instrumento aplicado surge la necesidad de realizar un taller de inducción para los adolescentes, una guía para fomentar la toma de decisiones acertadas en adolescentes de tercer grado de Secundaria.

## **4.2 Taller sobre estrategias para fomentar la toma de decisiones acertadas en estudiantes de 3° de secundaria**

La propuesta tiene como finalidad dotar de estrategias a los adolescentes para una toma de decisiones acertadas respecto a la elección de su carrera, tiene como objetivo brindar herramientas, dotar información para las distintas alternativas que puedan presentarse en la toma de decisión, en la elaboración de un proyecto de vida, esto pretende establecer relación con las etapas que se presentan a lo largo de la adolescencia, se caracteriza por el uso de dinámicas grupales donde la finalidad es el trabajo en equipo, el cual implica establecer objetivos, finalidades para el desarrollo de esta propuesta.

En la presente propuesta de taller se muestran una serie de actividades y técnicas adaptadas a los temas desarrollados a lo largo de la investigación, cuyo interés es proveer de herramientas a los adolescentes para que en base al contenido puedan establecer una toma de decisiones acertadas dentro de la etapa por la que atraviesan así como la construcción de un proyecto de vida, dichas actividades pueden realizarse mediante el trabajo grupal, guiadas por un coordinador o bien el Orientador Educativo.

Desde un punto personal, resulta necesaria ya que en la actualidad existen altos índices de estudiantes que no se encuentran conformes con la carrera elegida, y en su caso han llegado a desertar del ciclo escolar a consecuencia de tal problema.

Es importante el tema de la elección profesional en el nivel bachillerato, también lo es la orientación que se imparte en las escuelas secundarias, para llevar a cabo el proceso. Si se descubre en los alumnos, la formación del autoconcepto y la importancia del mismo, se estará formando un ser autónomo, reflexivo y consciente de su proceder.

Así mismo, se estará contribuyendo a facilitar su éxito en la profesión y con esto en su vida laboral. Los jóvenes deben ser capaces de decidir en determinadas situaciones

de su vida, deben saber darles solución y aportar nuevas ideas, la importancia del proceso y de los factores influyentes, es fundamental.

La elección de una profesión, no necesariamente tiene que ser un problema, implica el saber organizar las ideas, darles prioridad a las que resulten útiles y desechar aquellas que sólo contribuyen a la confusión. Además, implica el conocimiento de uno mismo, el saber qué es lo que se quiere conseguir, y con qué fin, y si se ha contado con la orientación, información y apoyo necesario, resultará un proceso mucho más factible.

No basta con tomar la decisión sólo por obligación, sino aplicar ciertos conocimientos tanto personales como vivenciales, hay que dar oportunidad a los estudiantes de asegurar un buen futuro profesional, y que mejor que sea mediante el conocimiento de habilidades, aptitudes y limitantes del mismo.

De éste modo, será que con el trabajo en conjunto de los profesores, orientador y padres de familia, se podrá llegar a este fin.

## **PROPUESTA DE TALLER**

### **Objetivo General**

Facilitar el proceso de toma de decisión para la elección de carrera mediante el desarrollo de una serie de actividades que se concretan en el conocimiento de sí mismo del alumno y la importancia de su entorno.

### **Objetivos particulares**

- Preparar a los alumnos y ayudarles a desarrollar estrategias útiles para la elección de carrera.

- Esclarecer los conceptos como: intereses, habilidades y aptitudes del alumno, con el fin de ayudarlo a su vocación.
- Planificar experiencias de aprendizaje, tanto para los alumnos como para los padres de familia y el equipo orientador.
- Facilitar al profesorado algunas técnicas para poder entender a los alumnos y recabar información pertinente para asistirlo en el proceso de elección de carrera. (Alonso, 1991)
- Dar oportunidad a los alumnos de conocerse a sí mismos, y de ésta manera, expresar sus potenciales.

La propuesta ha sido diseñada en base a una serie de actividades a realizar, con el fin de lograr una buena integración entre los agentes educativos, y así proponer un programa que brinde ayuda a los alumnos en el proceso de elección de carrera.

Cada una de las actividades que se pretende sean aplicadas, tiene un objetivo particular, en cuanto al tema a tratar. Cada una de ellas, debe ser desarrollada en un determinado número de sesiones y en un ambiente propicio, para obtener mejores resultados.

**Temática de sesiones:**

- Intereses y habilidades
- Estrategias para tomar decisiones
- Elección de carrera
- Proyecto de vida

Es de este modo como se intenta aportar un conjunto de ideas en relación al tratamiento del tema toma de decisión para la elección de carrera

## Sesión 1: Conocimiento de sí mismo “Características Personales”

### Objetivos:

- Enumerar las características físicas, intelectuales y emocionales que constituyen a los adolescentes.
- Que los alumnos realicen un autoexamen e identifiquen sus características personales.

Contenido	Recursos	Actividades	Duración
Por medio de esta actividad se busca que el alumno se reconozca así mismo y tenga un panorama claro de sus habilidades e intereses.	Hoja de trabajo “Habilidades e intereses”	Indicaciones a los alumnos sobre el tema que se impartirá en el día.  Exposición a los alumnos sobre la importancia de reconocer las habilidades e intereses que ellos tienen.  Comentarios sobre el tema  Llenado de la hoja de trabajo “Habilidades e intereses”	50 minutos

**Evaluación de la sesión:** Reflexionar acerca de las habilidades e intereses de sí mismo, ¿Cuáles son las características que el alumno posee y que lo hacen ser una persona única a partir de sus habilidades e intereses?

## “Habilidades e Intereses”

Reflexiona acerca de tus habilidades e intereses. Esta hoja te orientará paso a paso para que vayas contestando las distintas cuestiones del tema.

### a) Habilidades

A menudo nuestras habilidades determinan nuestros éxitos y nuestros fracasos. Para reconocer tus habilidades, puedes preguntarte, en que actividades te sientes original y creativo, capaz y confiado, en que actividades necesitas poca ayuda, es decir, puedes hacerlo solo, tienes facilidad para realizarlas. Tomando en cuenta las preguntas realiza lo siguiente:

Haz una lista de algunas de las habilidades más importantes que posees.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

### b) Intereses

Los intereses son las aspiraciones, objetivos, aquellas cosas que quieres hacer y conseguir en tu vida

Estas son las asignaturas de la escuela que más me interesan.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

Estos son los deportes que más me interesan.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

Esta es una lista de algunas cosas que no me interesan.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

c) Habilidades e intereses

Relaciona tus habilidades con tus intereses

De un lado tus intereses hacia determinadas actividades y en otro las habilidades que son necesarias para realizarlas. Identifica las habilidades que tienes y las que necesitas desarrollar.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

## Sesión 2: Toma de Decisión “La Responsabilidad de mis decisiones”

### Objetivos:

- Analizar la toma de decisiones y sus consecuencias.
- Fomentar en los adolescentes el valor de la responsabilidad para tomar decisiones.

Contenido	Recursos	Actividades	Duración
<p>Por medio de esta actividad se procurará introducir al adolescente al tema de la Toma de decisiones y que mejor que mediante el valor de la responsabilidad.</p> <p>Así mismo, se requiere de la reflexión para llevar a cabo el proceso de elegir una buena opción y que sea a fin a la situación que se esté presentando.</p>	<p>-Pizarrón</p> <p>-Plumones</p>	<p>Explicación sobre la actividad que se llevará a cabo en el día.</p> <p>Dividir al grupo en equipos de 3 a 6 personas.</p> <p>Asignar a los integrantes de cada equipo los números 1, 2 y 3. En el caso de que haya 6 miembros en el equipo se repetirá la secuencia.</p> <p>Indicar que los participantes que tengan el número 1 comentarán acerca de una decisión que hayan tomado y sus consecuencias. Los que tengan el número 2 comentarán acerca de una decisión que otros hayan tomado por él (ella) y sus consecuencias. Los que tengan el número 3 comentarán acerca de una situación donde ellos(as)</p>	50 minutos

		<p>supusieron que no habían tomado una decisión y sin embargo hubo consecuencias. Dar 20 minutos para esta actividad.</p> <p>Cerrar el ejercicio comentando con una lluvia de ideas la importancia de la toma de decisiones y sus consecuencias.</p>	
--	--	--	--

**Evaluación de la sesión:** ¿Qué es la responsabilidad?, ¿Qué papel juega en el proceso de Toma de Decisión? Y ¿Qué consecuencias puede tener el no ejercer este valor en una decisión y dejar que otras personas decidan por nosotros mismos?

### **Sesión 3 “Los dos caminos”**

**Objetivos:**

- Aprender a evaluar las ventajas y desventajas de una decisión.
- Que los alumnos comprendan el proceso de Toma de Decisión y sepan discernir entre una decisión certera y una incorrecta.

Contenido	Recursos	Actividades	Duración
<p>Con esta actividad se intenta propiciar la reflexión antes de tomar una decisión, haciendo hincapié en que siempre existen alternativas de elección, y para ello se debe estar consciente tanto de ventajas como desventajas en el proceso</p>	<p>-Pizarrón -Plumones</p>	<p>Explicación sobre el ejercicio que se desarrollará.</p> <p>Dibujar en el pizarrón una ruta con dos caminos y explicar que para cualquier decisión hay dos o más caminos que se pueden tomar y que cada uno tiene ventajas y desventajas.</p> <p>Explicar el uso de los dos caminos a los adolescentes y pedir que digan en voz alta las ventajas y desventajas de alguna decisión, como tener relaciones sexuales a su edad, usar anticonceptivos, etc. Escribir todas las ventajas y desventajas de la otra opción en el otro camino.</p> <p>El educador tratará de que quede el mismo número de ventajas y desventajas en ambos caminos y tendrá mucho cuidado de no tomar una decisión y de no anticipar el</p>	<p>50 minutos</p>

	<p>resultado que se pueda derivar del uso de alguno de los dos caminos.</p> <p>Hacer énfasis en la importancia de que cada quien tome sus propias decisiones, obtenga información y analice los pros, contras y otras alternativas de la decisión, antes de decidirse por una opción.</p> <p>Pedir a cada quien que anote en un papel su decisión privada, habiendo usado los dos caminos.</p> <p>Desarrollar una discusión con base en las preguntas siguientes:</p> <p>¿Qué tan difícil fue tomar la decisión?</p> <p>¿Qué disposición hay de hacer uso de lo que se vio en la sesión, para la toma de decisiones en el futuro?</p> <p>¿Qué se puede hacer para no dejarse presionar para tomar una decisión?</p> <p>¿Por qué a veces es muy difícil tomar decisiones?</p> <p>¿Cómo practicar estas preguntas cada vez que se tenga que tomar una decisión y cuál es la importancia de hacerlo?</p>	
--	---	--

**Evaluación de la sesión:** ¿Qué es una alternativa?, ¿Cómo saber elegir entre las alternativas que se tienen cuando hay que tomar una decisión importante? Y ¿Qué significado o valor, tiene para el alumno el tomar una decisión propia?

**Sesión 4 “¿Cómo se deberían tomar las decisiones?” (Exposición de un modelo)**

**Objetivo:**

- Aprender un modelo para tomar decisiones.

Contenido	Recursos	Actividades	Duración
Por medio de esta actividad se busca que el alumno conozca un modelo para tomar decisiones y de esta forma pueda reflexionar para tomar una decisión acertada	Hoja de trabajo “¿Cómo se deberían tomar las decisiones?” para cada alumno	Con apoyo de la hoja “¿Cómo se deberían tomar las decisiones?”, exposición teórica en la que se les presenta los pasos de un modelo para tomar decisiones evaluando todas las alternativas: identificación de opciones posibles, recopilación de información necesaria para decidir, lista de ventajas y desventajas de cada opción, toma de la decisión, y razonamiento de la elección.	50 minutos

**Evaluación de la sesión:** Con el apoyo de la hoja resuelta se hará la revisión del tema de estrategias para la toma de decisiones.

### ¿Cómo se deberían tomar las decisiones?

PASOS	PREGUNTAS CLAVE
1. Identificación de opciones posibles	¿Cuáles son las alternativas que existen?
2. Recopilación de información necesaria para decidir	¿Conozco todo lo que debo saber sobre la situación?, ¿Qué me falta saber?, ¿Dónde debo buscar esa información?
3. Hacer una lista de ventajas y desventajas de cada opción	¿Cuáles son las posibilidades, riesgos y beneficios que acompañan a cada alternativa?
4. Pensar en cómo resolver o reducir las desventajas de cada opción	¿Puedo superar los inconvenientes de cada opción?
5. Pensar si existe la posibilidad de obtener las ventajas de una opción eligiendo las otras opciones	¿Cómo podría conseguir las ventajas de una opción eligiendo las otras?
6. Valoración del coste emocional y relacional de cada opción	¿Cómo me sentiré si decido una cosa u otra? ¿Sufrirán mis relaciones personales?
7. Toma de la decisión y razonamiento de esa elección	¿Cuál de todas las alternativas posibles resulta para mí la mejor ahora? ¿Por qué?

\*Ruíz L. (1998): *Promoviendo la adaptación saludable de nuestros adolescentes*.

Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo

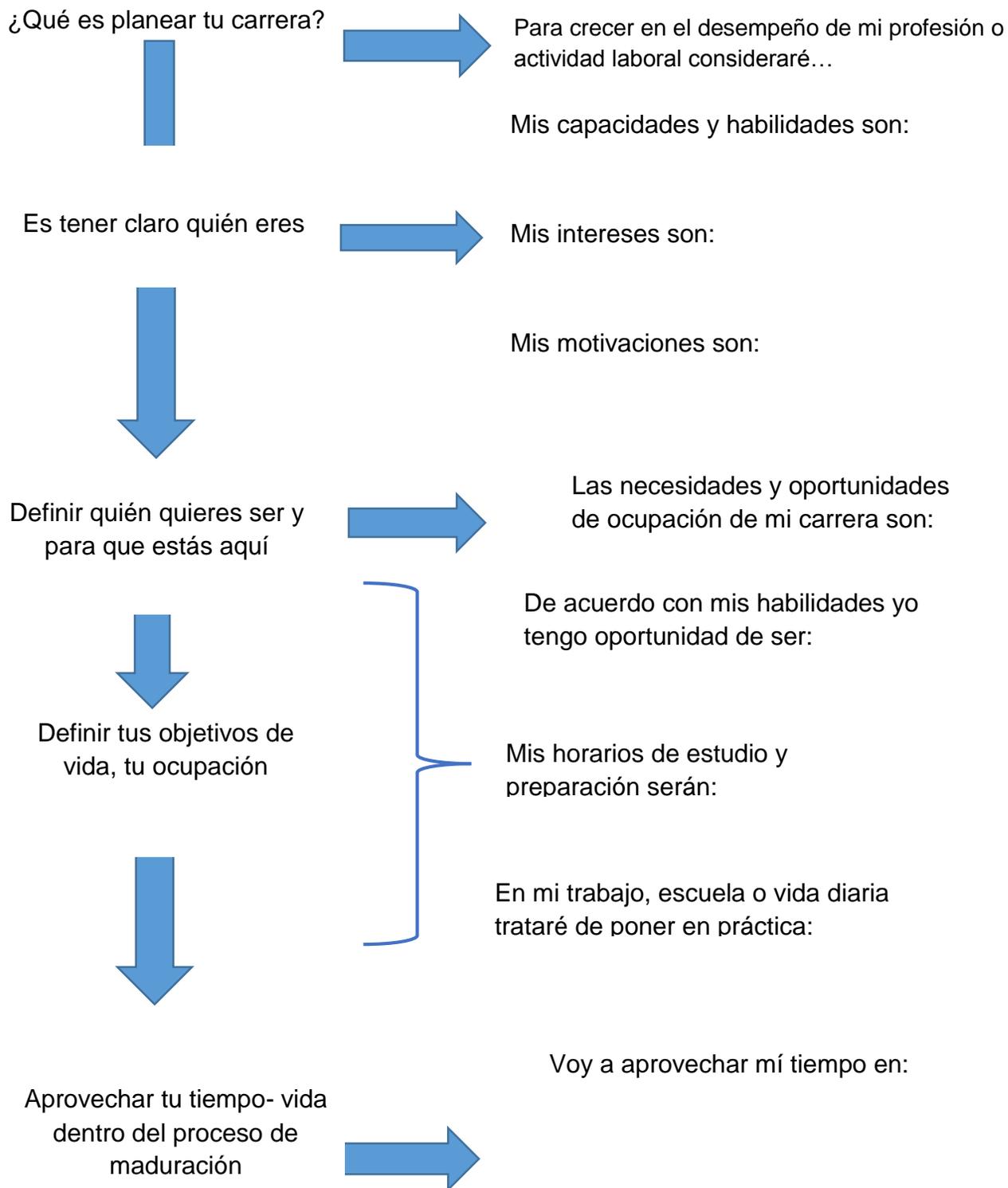
## Sesión 5: “Mi mapa conceptual de carrera”

### Objetivo:

Que los adolescentes realicen un esquema claro de lo que desean estudiar profesionalmente en los niveles posteriores, tomando un poco de consciencia en lo que repercutirán su toma de decisiones dentro de su vida.

Contenido	Recursos	Actividades	Duración
Con esta actividad se busca que el alumno realice un mapa conceptual de carrera con apoyo en el contenido de las sesiones anteriores del taller.	Hoja de trabajo “Mi mapa conceptual de carrera”	Se repartirá a cada uno de los alumnos una hoja de trabajo “Mi mapa conceptual de carrera” para que ellos completen lo que se les pide, esto lo harán con ayuda de la información brindada en sesiones anteriores.	50 minutos

## Completo mi mapa conceptual de carrera.



## EVALUACIÓN

Se realizará en la última sesión una evaluación en donde los alumnos se autoevaluarán sobre lo que se logró durante el taller, y así saber si las actividades les ayudaron a conocerse a sí mismos un poco más para poder tomar una decisión acorde a sus aptitudes y necesidades.

La evaluación de este proyecto se basará en el resultado e impacto de las actividades, cada uno de los alumnos expondrá su experiencia, opinión, reflexiones, qué aprendieron durante el taller. En cuanto al alumno se espera una participación activa a partir de sus experiencias previas y la profundización de los temas a partir de la investigación que se requiera, discusiones en grupo, debates, reflexión sobre su propio proceso de aprendizaje, participación en la evaluación de su aprendizaje.

En una hoja se escribirán observaciones, las cuales deberán comprender las dificultades que se presentaron al llevar a cabo las actividades dentro del contexto, en este sentido permitirán la realimentación para diseñar una adecuada planeación en el siguiente ciclo escolar.

Lo anterior para que los adolescentes se den cuenta de lo que lograron a través del taller en cuanto a sus intereses, aptitudes, conocerse a sí mismos y ser capaces de tomar decisiones para su futuro educativo siendo responsables de las consecuencias de esas decisiones.

## COMENTARIOS FINALES

Al inicio de esta investigación se partió de que se concibe a la Orientación Educativa como un proceso que propicia en los alumnos de secundaria la adquisición de conocimientos y experiencias que les permitan tomar conciencia de sí mismos en cuanto a su situación de cambios en cuanto a aspectos psicológicos y educativos. Sin embargo, este servicio se brinda como asignatura de tutoría sin poner énfasis en una temática de toma de decisiones mucho más amplia, se deben tener en cuenta las inquietudes que surgen dentro de la vida de cada uno de los adolescentes, por lo que la mayoría de las veces se crea un rezago en cuanto a información.

Se deben tomar en cuenta los procesos de cambio por los que están atravesando dichos estudiantes, es claro reconocer que en la etapa de la secundaria, los alumnos pasan quizá por el cambio más trascendente de su vida, que es el paso de niños a adultos, “adolescentes” se les denomina, y esto implica que están pasando por cambios tanto físicos, como psicológicos. Los adolescentes sufren transformaciones en su cuerpo y cambios en su forma de pensar y comportarse, se tienen que enfrentar a desarrollar su propia personalidad y al mismo tiempo ubicar sus intereses, aptitudes y deseos, e insertarlos dentro de su contexto social y tener un equilibrio para todo.

En cuanto a la toma de decisiones permite tener una visión más amplia de la situación y de las alternativas de solución con las que se cuenta, ya que es un proceso que fomenta el análisis, la reflexión y la creatividad llevando a obtener el mejor resultado de la situación, así mismo nos parece importante destacar que éste proceso nos permite reorientar nuestras decisiones, en caso de que no cumplan con nuestras expectativas, partiendo de la idea de que nada es permanente y que el mundo en general nos presenta cambios constantes día con día.

Por otro lado este proceso de toma de decisiones servirá de guía para cumplir con propósitos, fijar estrategias y marcar hacia donde queremos ir.

El adolescente debe estar consciente de lo importante que es tomar una decisión, y que de ésta puede depender su vida futura y sobre todo a lo que se va a dedicar parte de su vida, que tenga un amplio conocimiento de las oportunidades académicas que tiene y de lo que podría estudiar en un futuro, para que la institución que elija en el ámbito medio superior lo encamine a sus estudios superiores, o si solo quiere estudiar una carrera técnica, escoja la correcta para incursionar en el mundo laboral.

Es importante destacar temas que para el adolescente sean de interés, supongan problemas reales para ellos (como elegir una profesión), que les permita relacionar contenidos con su vida fuera de la escuela, en resumen, enseñarles y capacitarles para construir el sentido de su vida académica y profesional.

Finalmente al concluir la elaboración de esta investigación me pareció que puede ser útil aplicar la propuesta del taller a adolescentes que cursen el tercer año de educación secundaria ya que es una forma de brindarles aquello que necesita cualquier persona para dar respuesta a los problemas a los que se enfrentará a lo largo de su vida. Así mismo esta propuesta da pie a futuras referencias y complementos que permitan un trabajo más elaborado y que abarque temas como el manejo del tiempo, etc.

Es importante que se prevean algunas estrategias para dar seguimiento a los resultados y compromisos adquiridos durante el desarrollo de la propuesta de taller, la toma de decisiones para la probable resolución de un problema debe ser tomada con seriedad y responsabilidad, el conocimiento de habilidades e intereses brinda herramientas para establecer objetivos a corto, mediano y largo plazo en el ámbito escolar, laboral y social, es por ello que la finalidad de la propuesta es reconocer y analizar las alternativas que tenemos antes de tomar cualquier decisión.

Está claro que estas sesiones no son suficientes, puesto que el tema de la toma de decisiones es muy amplio y da para mucho más, pero marcan el inicio de tareas, contenidos y estrategias para que se tomen en consideración en la programación orientadora, se ejecuten y valoren al ponerse en práctica.

## ANEXO

### CUESTIONARIO

De la manera más atenta se te pide ayudes a contestar el presente cuestionario con el fin de recopilar información acerca de tu elección vocacional como estudiante, y tu opinión sobre la toma de decisiones.

Recuerda que no es un examen, el presente cuestionario es anónimo, por lo que se te pide contestar de la manera más sincera.

1. ¿Has recibido información sobre orientación vocacional en tu escuela?  
a) Si                      b) no
2. ¿Has acudido alguna vez a las oficinas de orientación?  
a) Si                      b) no
3. ¿Cuál ha sido el motivo? \_\_\_\_\_
4. ¿Tienes un plan, o proyecto de vida?  
a) Si                      b) no
5. ¿Para ti que es un plan, o proyecto de vida?
6. ¿Después de terminar la secundaria pretendes seguir estudiando?  
a) Si                      b) no                      c) no lo sé
7. ¿Tienes claras tus expectativas profesionales?  
a) Si                      b) no
8. ¿Tus decisiones, han sido influenciadas por alguien más?  
a) Si                      b) no
9. ¿Cuál sería el motivo por el cual elegirías tu carrera profesional?  
a) Superación personal    b) por satisfacer a mis padres  
b) por seguir a mis amigos    d) mayor status económico    e) otro \_\_\_\_\_
10. ¿Qué es lo que más te motiva a estudiar lo que tú deseas?

Gracias por tu colaboración

## BIBLIOGRAFÍA

Aberastury, A. (1971): *La Adolescencia Normal*. Buenos Aires: Paidós.

Ávalos, M. (1991): *Pubertad y adolescencia*. México: McGraw-Hill.

Adair, J. (2008): *La toma de decisiones y la resolución de problemas*. Barcelona: Gedisa.

Alonso, J. (1991): *Motivación y aprendizaje en el aula. Cómo enseñar a pensar*. Madrid: Santillana.

Bennet, M. (2008): *Autoconocimiento*. Madrid: Ediciones I.

Branden, N. (1995): *Los seis pilares de la autoestima*. Barcelona: Paidós.

Bisquerra, R. (1990): *Orientación psicopedagógica para la prevención y el desarrollo*. Barcelona: Boiscaren Universitaria.

Bisquerra, R. (2004): *Metodología de la Investigación Educativa*. (2a.ed.). Madrid: La Muralla.

Cantón, V. (1999): *Formación Cívica y Ética 1: De amores y aventuras*. México: Limusa.

Castillo, A. (2001): *Ambigüedad y decisión: una revisión a las teorías de la anarquías organizadas*. México: CIDE.

Castillo G. (2006): *Los adolescentes y sus problemas*. México: Minos Tercer Milenio.

Casullo, M. (1994): *Proyecto de Vida y Decisión Vocacional*. Buenos Aires: Paidós.

Coleman, J. (2003): *Psicología de la adolescencia*. Madrid: Morata.

- Delval, J. (1994): *El Desarrollo Humano*. Madrid: Siglo XXI.
- Dulanto, E. (2000): *El adolescente*. México: McGraw-Hill.
- Erikson, E. (1987): *Sociedad y adolescencia*. México: Siglo XXI.
- Erikson, E. (1987): *Identidad. Juventud y crisis*. México: Taurus.
- Elexpuru I. y Garma, A. (1999): *El autoconcepto en el aula*. Recursos para el profesorado. Barcelona: Edebé.
- Fernández, J. (1993): *Orientación profesional y curriculum de Secundaria*. Archidona, Málaga: Aljibe.
- Fierro, E. (1995): *Más allá del salón de clases: la investigación participativa aplicada al mejoramiento de la práctica docente*. México: CCE.
- Freud, A. (1980): *El yo y los mecanismos de defensa*. Barcelona: Paidós.
- Frisancho, L. A. (2006). La orientación vocacional en los colegios públicos y privados: propuesta de un programa de acción para la secundaria pública. Recuperado el (11 de agosto 2015) de <http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/4027>
- Fuentes, O. (1989) *Educación y política en México*. México: Nueva imagen.
- Gamez, L. (1990): *Los planes y programas de estudio de Educación Básica*. México: Secretaria de Educación Pública.
- Hernandez J. (2001): *Las necesidades de la Orientación en Universitarios*. Coruña: AIDIPE.
- Horrocks, J. (1984): *Psicología de la adolescencia*. México: Trillas.
- Hurlock, E. (1987): *La psicología de la adolescencia*. México: Mortiz
- Lázaro, A. (1989). *Manual de la Orientación escolar y tutoría*. Madrid: Narcea.

- Martin- Baro, I. (1989): *Sistema, grupo y poder*. San Salvador: USA.
- Meuly, R. (2000): *Caminos de la Orientación*. México: UPN.
- Muñoz, C. (1994): *La contribución de la educación al cambio social: reflexiones a partir de la investigación*. México: Gernika.
- Muñoz, S. y Calderón, A. (1998): *Maternidad y Paternidad: las dos caras del embarazo adolescente*. Centro Nacional para el Desarrollo de la Mujer y la Familia: Costa Rica.
- Muller, M. (1993): *Orientación vocacional*. Buenos Aires: Miño y Dávila.
- Nercí, I. (1976): *Introducción a la Orientación Escolar*. Buenos Aires: Kapelusz.
- Olguín, P. (1981): *Educación básica para maestros*. México: CONAPO.
- OMS (2015): *Salud de los adolescentes*.
- Pick, W. (1991). *Yo adolescente: respuestas claras a mis grandes dudas*. México: IMIFAP/Limusa.
- Pick, S. (1995). *Planeando Tu Vida*. México: Ed. Planeta.
- Ralph, L. (1991). *Cultura y personalidad*. España: S.L. Fondo de cultura económica España.
- Rivas, F (1995): *Manual de asesoramiento y orientación vocacional*. Madrid: Síntesis.
- Robbins, S. y Coulter, M. (2005): Administración*. Barcelona: Pearsons.
- Rodríguez, M. (1989): *Orientación profesional y acción tutorial en las enseñanzas medias*. Madrid: Narcea.
- Rodríguez, M. (1991): *Orientación Educativa*. Barcelona: CEAC.

Ruiz L. (1998): *Promoviendo la adaptación saludable de nuestros adolescentes*. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo.

Santana, L. (2009): *Orientación Educativa e intervención psicopedagógica*. México: Pirámide.

Sartre, J. (1998): *El existencialismo es humanismo*. México: Peña Hermanos.

Saavedra, M. (2004): *Cómo entender a los adolescentes para educarlos mejor*. México: PAX.

Shaffer, D. (2000): *Psicología del desarrollo: infancia y adolescencia*. México: Thomson.

Solana, R. (1993): *Administración de Organizaciones*. Buenos Aires: Ediciones Interoceánicas.

Solano, M. (1980): *Historia de la educación pública*. México: Porrúa.

Sampieri, R. (2006): *Metodología de la Investigación*. México: Mc Graw Hill.

SEP (2005) RIES. México

SEP (2011): *Lineamientos para la formación y atención de los adolescentes, guía para el maestro*. México

Torroella, G. (1993): *Aprendiendo a vivir*. México: Nuestro tiempo.

Vargas, R. (2005): *El proyecto de vida y planeamiento estratégico personal*. Perú: Paidós.