

---

---

SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA  
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
UNIDAD AJUSCO  
LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA

PROPUESTA PEDAGÓGICA PARA FAVORECER LA ELECCIÓN DE CARRERA  
EN ADOLESCENTES DE SECUNDARIA

PROPUESTA PEDAGÓGICA  
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADA EN PEDAGOGÍA

PRESENTA:

LAURA STEPHANIA OLIVARES MIRANDA

ASESOR:

MTRO. GONZÁLEZ MELCHOR JESÚS CARLOS

CIUDAD DE MÉXICO, MAYO, 2018.

## *Dedicatorias*

*A mis padres Aída Miranda Vega e Israel Olivares Roa por darme el regalo más grande que es esta vida, por apoyarme en todo momento brindarme sus enseñanzas, experiencias y regaños, por enseñarme a no conformarme y siempre exigirme más a superarme día con día para ser una mejor persona y luchar siempre por mis metas.*

*A mis hermanas Priscilla y Jennifer Olivares Miranda por ser mis confidentes, brindarme su apoyo en trabajos y desvelos a lo largo de mi preparación académica, por su comprensión en todo momento y por alentarme a siempre cumplir mis sueños*

*A mi abuelita por enseñarme tantas lecciones de vida por siempre consentirme y brindarme su apoyo incondicional, cariño y sabiduría.*

*A todos los profesores que formaron parte en mi proceso de formación académica particularmente todos mis queridos maestros de la universidad pedagógica nacional por sus grandiosas enseñanzas.*

*Pero en especial al Mtro. Jesús Carlos González Melchor por ser mi asesor y profesor por brindarme sus conocimientos y su apoyo incondicional durante el proceso y elaboración de mi proyecto; Por su paciencia comprensión, consejos, exigencias y determinación por su motivación en momentos de desesperación y confianza para la culminación de mi titulación. Mi entera gratitud para usted.*

*A la Universidad Pedagógica Nacional por ser mi casa de estudios y por brindarme la oportunidad de ampliar mis conocimientos por ayudarme a crecer personal y profesionalmente.*

*A mis amigos y compañeros que estuvieron durante estos cuatro años de aprendizaje a los que ya terminaron, los que están por terminar y a todos los que no pudieron llegar.*

*Gracias a todos y cada uno de ustedes porque lo que un día fue un sueño se volvió una meta y hoy una realidad.*

# Índice

<b>Introducción.....</b>	<b>1</b>
<b>1. Capítulo 1 Adolescencia y proyecto de vida.....</b>	<b>6</b>
<b>1.1 Adolescencia.....</b>	<b>6</b>
<b>1.1.1 Cambios psicológicos.....</b>	<b>7</b>
1.1.2 Procesos de pensamiento.....	14
1.1.3 Desarrollo emocional.....	19
<b>1.2 Cambios biológicos.....</b>	<b>20</b>
1.2.1 Pubertad.....	21
<b>1.3 Cambios sociales.....</b>	<b>24</b>
1.3.1 Familia.....	26
1.3.2 Amigos y Amistad.....	29
1.3.3 Noviazgo.....	32
1.3.4 Proyecto de vida.....	34
<b>2. Capítulo II Orientación.....</b>	<b>36</b>
<b>2.1 Conceptos básicos de orientación educativa.....</b>	<b>37</b>
<b>2.2 Ámbitos de intervención de la Orientación educativa.....</b>	<b>38</b>
2.2.1 Orientación Escolar.....	38
2.2.2 Orientación Vocacional.....	39
2.2.3 Orientación Profesional.....	39

<b>2.3 Modelos de intervención de la Orientación Educativa.....</b>	<b>40</b>
2.3.1 Básicos.....	40
a) Clínico.....	40
b) Servicios.....	41
c) Programas.....	41
d) Consulta.....	42
<b>2.4 Mixtos.....</b>	<b>43</b>
a) Modelos Psicopedagógicos.....	43
b) Modelo socio-comunitario.....	43
c) Modelos Ecológicos.....	43
d) Modelos Micro y macroscópicos.....	43
e) Modelos comprensivos.....	43
f) Modelos holísticos.....	43
g) Modelos sistemáticos.....	43
h) Sistemas de programas integrados.....	43
i) El modelo CESPI.....	43
<b>2.5 Modelos teóricos del enfoque.....</b>	<b>44</b>
a) Rasgos y factores .....	44
b) Psicoanálisis.....	44
c) Evolutivo.....	45
d) Conductual.....	47
e) Constructivista.....	48
f) Humanista.....	49
<b>2.6 Tutoría.....</b>	<b>50</b>
2.6.1 Acción tutorial.....	50
<b>2.7 Teorías de la toma de Decisiones.....</b>	<b>52</b>

<b>3. Capítulo III Propuesta Pedagógica.....</b>	<b>56</b>
3.1 Metodología, modelo de diseño curricular centrado en el estudiante.....	56
<b>3.2 Contenido.....</b>	<b>58</b>
<b>3.2.1 Bloque I ¿Quién soy?.....</b>	<b>58</b>
a) ¿Qué es una aptitud?.....	58
b) Auto-concepto.....	58
c) Auto-imagen.....	59
d) Autoestima.....	59
<b>3.2.2 Bloque II Descubriendo mis habilidades.....</b>	<b>59</b>
1. Habilidades.....	59
<b>3.2.3 Bloque III Pensando a Futuro.....</b>	<b>59</b>
a) Toma de decisiones.....	59
b) Investigando sobre carreras profesionales.....	59
c) Proyecto de vida.....	60
<b>3.2.4 Bloque IV Evaluación.....</b>	<b>60</b>
a) Auto-evaluación final.....	60
<b>Conclusiones.....</b>	<b>106</b>
<b>Referencias.....</b>	<b>112</b>

## **Introducción**

En sexto semestre de la licenciatura realicé una práctica de la asignatura de orientación educativa dentro de una secundaria, la cual consistía en explicarle a los alumnos de tercer grado el proceso que debían seguir para realizar su examen de ingreso a nivel medio superior por medio del concurso que organiza la Comisión Metropolitana de Instituciones Públicas de Educación Media Superior (COMIPEMS) además de ayudarlos a descubrir sus habilidades y aptitudes por medio de la aplicación de diferentes test.

Sin embargo, al transcurrir las sesiones me percaté que los alumnos no prestaban la suficiente importancia a dichas sesiones puesto que no consideraban importante recibir una orientación vocacional, o tal vez no están conscientes del impacto que tendrá esta decisión a lo largo de su vida.

Posteriormente al realizar los test la mayoría de los alumnos se sorprendían por que desconocían cuales eran sus aptitudes y habilidades lo cual considero que se debe a la falta de continuidad que hay en los procesos de orientación,

Con base en lo observado en mis prácticas pude notar la importancia de la orientación en el desarrollo intelectual, personal y social del adolescente debido a que la orientación debería ser un proceso continuo que acompañe a este en su desarrollo y no verlo como un proceso ajeno o recurrente al que solo se utiliza cuando se le presenta un problema.

La elección de carrera es una situación que todo adolescente debe resolver, existen diversos factores que intervienen para tomar esta decisión, como la familia, el contexto en el que se encuentra el adolescente, su personalidad aptitudes habilidades etc.

Es por este motivo que considero pertinente que el adolescente deba conozca cuáles son sus habilidades intelectuales, sociales y personales para poder desarrollarlas y potencializarlas.

El adolescente al conocer sus habilidades intelectuales, sociales y personales podrá tener un mejor conocimiento de sí mismo y esto le facilitara llevar a cabo la toma de decisión sobre su elección vocacional.

### **Planteamiento del problema**

Los adolescentes de secundaria desconocen cuáles son sus habilidades y aptitudes y esto causa que se les dificulte el proceso de elección de carrera. La elección de carrera es una decisión muy difícil que provoca confusión en la mayoría de los jóvenes puesto que es una etapa en la que aún existe inmadurez para hacer una selección que favorezca o perjudique su futuro.

Cueli (1969 pag.23) describe la elección de carrera como un proceso que se inicia con el reconocimiento de los intereses y de las alternativas existentes. La elección de carrera, de un oficio, de una profesión, es un acto trascendente; de ella dependerán la felicidad, la tranquilidad, y en última instancia, no solo el bienestar personal y familiar sino de la grandeza de una sociedad. (...) nadie nace para ser médico, pianista, Presidente de la república, sino que nace con un equipo de posibilidades, que pueden rendir más en una o en otra profesión u ocupación.

Entre las investigaciones ubicadas en los reservorios bibliográficos encontramos la de González (2009) la cual lleva el nombre de “Auto determinación y conducta exploratoria elementos esenciales en la competencia para la elección profesional responsable” en esta investigación se menciona que la elección de carrera responsable es un proceso por el cual el alumno debe de pasar en algún momento. Por tal motivo es necesario potenciar el desarrollo de la autodeterminación y la conducta exploratoria en el alumno para facilitarle el proceso de búsqueda de información profesional, esto desde las acciones de orientación.

Cupani y Pérez (2006) afirman que todo proceso de asesoramiento vocación sirve para el descubrimiento de diferentes variables psicológicas que van desde la



personalidad hasta las habilidades; con el uso y aplicación de diversos test realizaron un solo test el cual ayudaría a identificar los diferentes rasgos de personalidad y con esto se verificaría que tan acertada es la contribución del uso de diversos test aplicados a los alumnos para que conozcan sus intereses, rasgos personales, autoeficacia y posteriormente la importancia que tienen para una satisfactoria elección de carrera.

Mendoza y Pastrana (2009) en la investigación “Consejería como estrategia para favorecer las habilidades aptitudes y destrezas en los alumnos de segundo año”; el objetivo es que el alumno aprenda a ser consciente de sus habilidades y actitudes ya que esto le ayudara a tomar las decisiones que sean mejor para su futuro. En esta investigación se retoma la teoría del aprendizaje significativo de Ausubel para que el alumno al adquirir nuevos conocimientos retome los conocimientos ya adquiridos y los modifique para lograr un óptimo progreso en su desarrollo personal.

### **Pregunta de investigación**

¿Cómo facilitar la elección profesional en adolescentes de secundaria?

### **Preguntas particulares**

- ¿Cuál es la importancia de desarrollar aptitudes y habilidades del adolescente en secundaria para el ámbito profesional?;
- ¿Por qué es importante el proceso continuo de la orientación educativa en el adolescente de secundaria?

### **Objetivos**

Diseñar una Propuesta Pedagógica centrada en el alumno, que favorezca la elección de carrera en adolescentes en secundaria

## **Objetivos particulares**

- Desarrollar las aptitudes y habilidades del adolescente en secundaria.
- Analizar la importancia del proceso continuo de la orientación educativa en el adolescente.

## **Estructura del documento**

Se encuentra dividido en tres capítulos los cuales describiré a continuación:

Capítulo 1 “Adolescencia y proyecto de vida” En este capítulo abordo el concepto general de adolescencia presentando una serie de autores que abordan el concepto con diversas definiciones posteriormente lo dividí en tres apartados diferentes los cuales considero ayudaran a comprender de una forma más esquematizada los cambios que ocurren en un joven a partir del comienzo en su desarrollo los tres apartados son:

- Cambios psicológicos, en este apartado englobo los procesos de pensamiento retomando algunas teorías como la de Piaget, Vigotsky y Elkind, la identidad, el desarrollo emocional del adolescente, auto- concepto, autoimagen, autoestima y asertividad.
- Cambios biológicos; En este apartado desarrollo el concepto de pubertad, así como los cambios que ocurren en los adolescentes hombres y mujeres especificando las características sexuales primarias y secundarias que suceden durante la pubertad.
- Cambios sociales: En este apartado abordo el concepto de adolescencia desde su entorno social, abordo el desarrollo del adolescente con su familia así como los diferentes tipos de familias que existen, la importancia de su

relación con los amigos y grupos de iguales, y las primeras relaciones de noviazgo, por último el concepto de proyecto de vida para el adolescente y su desarrollo.

El capítulo 2 de esta tesis se denomina “Orientación” en este capítulo presento diferentes conceptos sobre Orientación y Orientación educativa así como los diferentes ámbitos en las que se puede desarrollar. Posteriormente describo los modelos de intervención que existen de la orientación para la educación, así como las funciones de un orientador y tutor dentro de una institución educativa, continúo describiendo los diferentes modelos teóricos y concluyo con las diferentes teorías acerca de la toma de decisiones.

Capítulo 3 “Propuesta Pedagógica ¿Elección de carrera un desafío para mi futuro? ” este es el último capítulo y en este desarrollo mi propuesta pedagógica la cual está enfocada en un modelo de diseño curricular centrado en el alumno, va dirigida a una población de estudiantes a nivel secundaria y está dividida en 4 bloques el Bloque 1 se denomina “¿Quién soy?” y tiene el objetivo de desarrollar las aptitudes de autoestima, auto concepto y auto-imagen del alumno, el Bloque 2 “Descubriendo mis habilidades” tienen el objetivo de brindar a los alumnos las herramientas necesarias que le ayuden a identificar sus habilidades , Bloque 3 “Pensando a Futuro” el cual tiene el objetivo de ayudar al alumno en su proceso de Toma de decisiones, ayudarlo para ampliar su información sobre las diversas carreras profesionales que existen y que estructure su propio Proyecto de vida, y por último el bloque 4 “Evaluación”

Para finalizar incluyo el apartado de mis conclusiones hago un pequeño resumen de lo abordado en los diferentes capítulos que se desarrollaron en este trabajo de investigación, posteriormente abordo el contenido de la propuesta pedagógica que estoy planteado así como los aportes que esta hace a la pedagogía por ultimo analizo los diferentes aportes me que dejo el crear esta propuesta además de mi aporte como pedagoga y orientadora educativa en la elaboración de esta.

## **CAPÍTULO I. Adolescencia y proyecto de vida**

La adolescencia es una etapa por la cual todos los seres humanos deben pasar y se caracteriza principalmente por los cambios físicos y emocionales; No existe una definición general sobre adolescencia pero en la mayoría de las definiciones se entiende como el proceso por el cual el infante sufre cambios para llegar a la adultez y no tiene un periodo exacto ya que varía en cada persona.

Muuss (1997) La palabra “adolescente” tiene su origen de la palabra *Adolescere* que significa crecer o desarrollarse hacia la madurez. Se puede considerar la adolescencia como un periodo de transición de la niñez a una etapa adulta.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la adolescencia como la etapa que transcurre entre los 11 y 19 años, considerándose dos fases, la adolescencia temprana de los 12 a 14 años y la adolescencia tardía de los 15 a 19 años.

La adolescencia es una década central de la vida [...] es una etapa independiente de la primera infancia y de la edad adulta, y que requiere atención y protección especial (Mundial & Infancia, 2011).

Es común referirse a este quintil de la población mundial como “la próxima generación de adultos”, “la futura generación” o, sencillamente, “el futuro”. Pero los adolescentes también son una parte muy importante del presente; viven, trabajan y contribuyen a sus hogares, comunidades, sociedades y economías.

Ardila (2007) recopiló una serie de autores que definen la adolescencia de la siguiente forma:

Stanley Hall: “La adolescencia es un nuevo nacimiento; los rasgos humanos surgen en ellas más completamente; las cualidades del cuerpo y del espíritu son nuevas; el desenvolvimiento es menos gradual y más violento. El crecimiento proporcional de

cada año aumenta, siendo muchas veces el doble del que correspondería y aun mas, surgen funciones importantes hasta ayer inexistentes”.

Mira y López: “La adolescencia es un periodo de crecimiento acelerado el llamado estirón, que separa a la niñez de la edad adulta”.

Shopen: “La lucha entre el niño y el hombre, como el esfuerzo del individuo para formarse automáticamente y comprender el sentido de la propia existencia”.

Henry Pieron: “El periodo de la vida que coincide en el despertar del sexo, fenómeno que domina la pubertad. Esto es para los organismos femeninos y masculinos, teniendo en cuenta cierta oscilación en el tiempo, una fase de crisis orgánica y afectiva de efervescencia, en la cual las interferencias hormonales, las modifica de las tendencias que suscitan reacciones a veces muy vivas y sorprendentes”.

## **Cambios psicológicos**

*“La mayor sabiduría que existe  
es conocerse a uno mismo”*

Galileo Galilei.

Durante la adolescencia los jóvenes atraviesan una etapa en la es importante tener o encontrar una identidad, ya que esta se ve constantemente afectada por los cambios físicos por los que atraviesan.

Paul Swarts, citado por Ardila (2007), menciona que “La palabra adolescencia tiene una connotación tanto biológica como psicológica, en el primer sentido la adolescencia designa el periodo de crecimiento corporal que se extiende desde la pubertad hasta la adquisición de la madurez fisiológica. El desarrollo psicológico se refiere a la evolución de la conducta desde la pubertad hasta la edad adulta”

La identidad es el conjunto de características que permite diferenciar a una persona de otra y puede variar dependiendo las sociedades; Erickson (1968) menciona que la

principal tarea en la adolescencia debería ser afrontar la crisis de identidad versus la confusión de identidad.

En la teoría de la identidad de Erickson es la quinta crisis del desarrollo psicosocial, y es aquí donde el adolescente busca desarrollar un sentido coherente de sí mismo así como el papel que juega en la sociedad.

Para construir una identidad el adolescente debe calcular y organizar sus habilidades, necesidades, intereses y deseos, de modo que puedan expresarse en un contexto social Papalia (2001).

En esta etapa el adolescente está pasando por un proceso en el que se está buscando y reconociéndose así mismo, durante este proceso el adolescente forja su auto-concepto y desarrolla su autoestima, así mismo trabaja en su asertividad.

Durante esta etapa es importante que los adolescentes desarrollen el auto-concepto este hace referencia una serie de creencias acerca de la opinión que se tiene de uno mismo y en ocasiones se manifiesta en la conducta, la autopercepción nos permite conocer cuáles son nuestros atributos y cualidades así como también nuestros defectos, todos estos contribuyen a que seamos diferentes unos de otros.

Sánchez (2016), recopila una serie de autores que definen el auto-concepto como:

Bisquerra (2012, pag.8).El auto-concepto coincide con el “yo percibo” que significa “yo, tal como me veo” y el “yo ideal” que significa que quiero ser.

Para Brunet & Negro (1989, pag.9).Es la imagen que una persona tiene acerca de sí mismo y de su mundo personal.

Rogers (1971) Es la percepción positiva o negativa que tiene una persona, la cual proviene de las experiencias previas, de ser objetivo de consideración por parte de los demás y de los testimonios de las personas que cumplen un papel importante en su vida.

Gil Martínez (2002). El auto-concepto incluye: ideas, imágenes, creencias, que el sujeto tiene de sí mismo, imágenes que los demás tienen del individuo, imágenes de como el sujeto cree que debe ser, imágenes que al sujeto le gustaría tener de sí mismo.

Woolfolk (1990), Bisquerra (2012) & Sánchez (2013). El auto-concepto se refiere al conjunto de ideas, sentimientos y actitudes de las personas en torno a sí mismas.

El auto-concepto es una forma subjetiva en la que cada persona se experimenta, que piensa de sí mismo, por lo general las personas se comparan ya que esta es una forma de medir con sus iguales en que cosas son mejores como deporte, actividades académicas etc. En estas situaciones se toma en consideración la opinión de personas importantes para el adolescente como sus padres y amigos.

Las personas con un concepto positivo de sí mismos muestran niveles más elevados de inteligencia emocional e interpersonal. Sánchez (2016).

Cardenal y Fierro (2003) han definido el auto concepto como un conjunto de juicios tanto descriptivos como evaluativos acerca de uno mismo; consideran que el autoconcepto expresa el modo en que la persona se representa, conoce y valora a ella misma.

Ardila (2007, pág. 9) expone que “el autoconcepto de los adolescentes depende en gran parte de qué tan atractivos los consideren las personas jóvenes [...] los adultos que se consideraban a sí mismos como atractivos durante su juventud tienen una autoestima más alta y son más felices que los menos atractivos y dicha diferencia desaparece a medida de los cuarenta.

En esta etapa también se va formando la autoestima en los adolescentes, la cual es necesario generar la aceptación a uno mismo, las personas que tienen un autoestima alto son más seguras de sí mismas y tiene una mejor relación con las personas que los rodean.

El autoestima es la actitud que un adolescente tiene a sí mismo y la va generando con base en su interacción con otras personas e implica un adecuado desarrollo del proceso de la identidad del conocimiento, la valoración de sí mismo, del sentido de seguridad y pertenencia, dominio de ciertas habilidades de comunicación social y familiar y el sentimiento de ser útil y valioso para los otros.

Dulanto (2000 Pág. 210) expone que “la autoestima es la capacidad de querer, evaluar y valorar a uno mismo, es el aprecio y el valor que uno se da a sí mismo. También es la actitud de auto reconocimiento que hace sentirse digno y valiosos ante sí mismo y los demás. Los dos componentes conocidos de la autoestima son: el subjetivo que representa la valoración, la calificación y el aprecio propio para sí mismo; el objetivo, que significa la valoración de los demás respecto de uno mismo. [...] es una de las bases del desarrollo afectivo de la adolescencia, se fomenta y logra o malogra desde la infancia en el seno familiar y la escuela, de acuerdo con los efectos que tenga en el individuo.

Gil Martinez (2002, pag.24) menciona que las personas con un nivel de autoestima alta contribuyen a que el sujeto se sienta competente, querido y valorado, además de ser capaz de enfrentar a la realidad con confianza y optimismo.

Una alta autoestima está relacionada con el optimismo de la persona, así como los logros que va acumulando en su vida, además de influir directamente en su desempeño un adolescente que se siente motivado y capaz de hacer algo tiene un mejor desarrollo a nivel escolar.

Maslow (1970) en su teoría de la autorrealización considera que la autoestima es una necesidad humana importante; Las características de la autoestima son:

- Confianza, valoración y respeto por uno mismo.
- Estabilidad emocional.
- Actitud positiva hacia sí mismo.
- Aceptarse y quererse a sí mismo.



Los adolescentes con autoestima alta presentan menos emociones agresivas, tienen mayor seguridad en sí mismos y en sus propias decisiones, lo cual los hace menos propensos a sufrir *bullying* o acoso escolar; por el contrario de los adolescentes que tiene una baja autoestima tienden a sufrir de inseguridad y esto los conduce a múltiples fracasos en los diferentes ámbitos de la vida como el personal, familiar, laboral social y académico. Sánchez (2016).

La siguiente tabla contiene las características de una persona con autoestima alta y autoestima baja.

Autoestima

Autoestima alta	Autoestima baja
Se interesan por sí mismos.	Se sienten poco aceptadas, incompetentes y poco queridas.
Sienten que son importantes.	Tienden a sentir miedo a nuevas interacciones.
Confían en sus propias decisiones.	Son tímidas o agresivas.
Saben que ellas mismas son el recurso con el que cuentan.	No confían en sus habilidades.
Esperan el éxito.	Esperan ser regañadas, pisoteadas y menospreciadas por los demás.
No temen tomar riesgos.	Se anticipan a lo peor.
Pueden aceptar sus fallas y tratan de superar sus errores.	Se aíslan de los demás se vuelven apáticos, indiferentes a sí mismos y a quienes los rodean

Irradian confianza	Se les dificulta interpretar de manera correcta lo que ven y escuchan.
Expresan razonablemente sus sentimientos.	Están a la defensiva y tienen propensión a despreciar a otras personas.
Se aceptan como seres humanos valiosos.	Se ocultan tras un muro de desconfianza y se hunden en un estado de soledad y aislamiento.
Ven los problemas como algo que se puede superar y como una oportunidad para avanzar o mejorar.	El temor a ser rechazados o humillados es una consecuencia natural de desconfianza y aislamiento.

Fuente: Gómez, Palacios & De la Peña (2006 Págs. 43-44)

Por otro lado la asertividad es una habilidad en la que el adolescente también debe trabajar, ya que esta le permitirá expresar libremente sus pensamientos y sentimientos, así como también le ayudara a saber cómo reaccionar frente a las diferentes circunstancias o conflictos de su vida. La asertividad se divide en tres componentes: Verbales, No verbales y Paralingüísticos.

El concepto de asertividad puede entenderse de diferentes formas, Sánchez (2016) recopiló una serie de autores que definen qué es asertividad y los elementos que la componen.

Wolpe (1958) expone que la asertividad como una habilidad que permite expresar los sentimientos y críticas, así como el intercambio continuo de cumplidos entre personas y defender los derechos de uno mismo de manera directa, honesta y oportuna, respetando a sí mismo y a los demás.

Maggi, Díaz Barriga, Madrigal, Ríos & Zabala (1999), definen la asertividad como la habilidad para comunicar opiniones, sentimientos o creencias de una manera positiva, directa, honesta y respetuosa.

Hidalgo y Abarca (1999) por su parte expresan que la asertividad se divide en tres elementos del comportamiento:

- 1) Alabanza.- El adolescente debe desarrollar sus habilidades sociales y de comunicación, debe desarrollar su destreza en las relaciones interpersonales, expresar sus sentimientos.
- 2) Petición.- En este el elemento se deben de satisfacer las necesidades y cumplir sus metas.
- 3) Rechazo.- En este último el adolescente debe aprender a decir “No”, para poder defender sus intereses y no permitir que se sobrepasen con él.

Para que un adolescente logre ser asertivo es necesario que se base en:

- Respeto a sí mismo: debe aprender a valorarse.
- Respetar a los demás: Todas las personas deben ser tratadas con la misma dignidad que nos gustaría ser tratados.
- Ser directo: La comunicación debe ser directa, aprender a expresar de forma concisa que se quiere decir.
- Ser honesto: Ser congruente entre lo que se piensa y se hace.
- Ser apropiado: Antes de expresar su opinión el adolescente debe de pensar y considerar en el lugar y momento en el que se encuentra.
- Control de las emociones: Es necesario que el adolescente actúe sin que sus emociones lo bloqueen
- Saber que decir: Expresar de una forma clara las emociones, pensamientos e ideas a los demás.
- Saber escuchar: El adolescente debe ser capaz de escuchar y comprender lo que el interlocutor le expresa, para poder opinar y retroalimentar la conversación positivamente.

- Aprender a decir “No”: El adolescente debe aprender a negarse cuando no quiere realizar alguna petición que se le hace.

## **Procesos de pensamiento**

Los procesos de pensamiento son esenciales en el desarrollo del adolescente ya que el joven cambia su forma de ver las cosas, comienza a cuestionarse situaciones que cuando era infante no le preocupaban pueden ir de cuestiones complejas como cuáles son sus ideales político, hasta cuestiones sencillas como cuál es su color favorito, comúnmente se pueden medir estos pensamientos por la forma en que el adolescente se desenvuelven en las diferentes asignaturas dentro de la instituciones a la que pertenece. Los procesos de pensamiento durante la adolescencia son esenciales para la independencia del adolescente a futuro.

Elkind (1984) citado por Papalia (1997, pag. 389) menciona seis aspectos que el adolescente enfrenta y que demuestran inmadurez en el pensamiento del adolescente:

1. Encontrar fallas en las figuras de autoridad:

Los adolescentes entienden que los adultos que alguna vez adoraron se quedan cortos para sus ideales, y se sienten impulsados a decir en voz alta y con frecuencia.

2. Tendencia discutir:

Con frecuencia los adolescentes discuten más a medida que practican sus nuevas habilidades para explorar los matices de un problema y a construir un caso desde su punto de vista.

3. Indecisión:

Debido a que ahora los adolescentes son más conscientes de cuantas opciones les ofrece la vida, muchos jóvenes tienen problemas para estructurar

sus mentes, inclusive acerca de temas tan simples como ir al centro comercial o con un amigo a la biblioteca para hacer un trabajo escolar.

4. Hipocresía aparente

A menudo, los adolescentes jóvenes no reconocen la diferencia entre expresar un ideal y vivir para él.

5. Autoconciencia:

Con frecuencia, los adolescentes suponen que los demás están pensando lo mismo que ellos piensan: en sí mismos.

6. Suposición de invulnerabilidad:

Los adolescentes consideran que son especiales, que sus experiencias son únicas, y que no están sujetas a las reglas del mundo.

Para conocer mejor los procesos del pensamiento en el adolescente retome la teoría de Piaget sobre el desarrollo cognitivo, que es una de las más conocidas, posteriormente la teoría de Vygotsky y por último la teoría de Robert sobre el procesamiento de la información.

La teoría de Piaget enfocada en el constructivismo cognitivo hace un gran énfasis en las etapas evolutivas o estadios cognitivos que están relacionados con la edad en la que se desarrollan, el individuo pasa por ciertos procesos fundamentales como la formación de esquemas, la asimilación, acomodación, operaciones, conversación, clasificación, razonamiento y operaciones formales.

Piaget citado por Delval (2012) describe que el desarrollo intelectual del sujeto está dividido en tres estadios diferentes y que se caracterizan por su desarrollo lógico-matemático:

1. Periodo Sensoriomotor
2. Periodo de Operaciones concretas
3. Periodo de Operaciones Formales

El estadio Sensoriomotor es el primero y se desarrolla desde que el individuo nace hasta los dos años, los bebés van construyendo el mundo con base en lo que observan durante este periodo se desarrolla el pensamiento sensoriomotor y preoperacional que abarca de los dos años hasta los siete años; en este estadio los niños comienzan a representar el mundo con palabras, imágenes y dibujos.

El estadio de operaciones Concretas abarca de los siete años hasta los once, durante este estadio los niños realizan operaciones y el pensamiento lógico sustituye al pensamiento intuitivo, esto debe ir de la mano de ejemplos específicos o concretos.

El periodo de Operaciones Formales es el estadio en el cual se encuentran los adolescentes, abarca de los once a los quince años, es la etapa final del desarrollo cognitivo, esta etapa se caracteriza principalmente por que el adolescente desarrolla la capacidad de pensar en forma abstracta. Una característica importante de este periodo es que el adolescente desarrolla un pensamiento más lógico, al dar solución a sus problemas utiliza un razonamiento Hipotético- deductivo, el adolescente es capaz de formular hipótesis, ideas y posibilidades de lo que podría pasar; construye proposiciones contrarias a los hechos, pasa de lo real a lo posible es decir, le da solución a los problemas, de la misma forma en la que va desarrollando la comprensión de la lógica proposicional.

Broughton (1983) citado por Santrock (2004 pág.86), considera que el periodo de operaciones formales no se desarrolla de una forma homogénea por tal motivo los dividió en dos denominándolos:

1. Pensamiento operacional formal temprano
2. Pensamiento operacional formal tardío

El primero es capacidad amplia de los adolescentes para pensar en situaciones a las cuales les encuentren un amplio abanico de posibilidades ilimitadas, en este sub

periodo hay un exceso de asimilación por parte del adolescente lo que provoca que perciba las cosas o situaciones de forma muy subjetiva e idealista.

El segundo hace referencia a la recuperación del equilibrio intelectual, es aquí donde el adolescente cuestiona y pone a prueba su razonamiento, considerando su experiencia.

La teoría de Vigotsky se enfoca en el constructivismo social los procesos fundamentales en los que se basa esta teoría son:

- Zona de Desarrollo Próximo (ZDP)
- Lenguaje, Dialogo
- Herramientas Culturales

La ZDP son todas aquellas tareas que se le complican al adolescente para realizar independientemente, por lo que requiere de apoyo de un sujeto más capacitado para realizar esa tarea, el cual le sirva como guía o le proporcionara las instrucciones necesarias para poder realizarla, el adolescente se apropiara de ese contenido para organizarlo y posteriormente crear nuevos esquemas mentales que le servirán para poder realizar esas tareas él solo.

El lenguaje es parte esencial en el desarrollo del adolescente ya que funciona como herramienta para modelar el pensamiento del adolescente

Las herramientas culturales ayudan al adolescente a interiorizar los aprendizajes, para Vygotsky los agentes culturales forman parte esencial en el desarrollo del pensamiento del adolescente.

La teoría de Siegler (1998) sobre el procesamiento de la información, se enfoca en los cambios que surgen al pasar de la niñez a la adolescencia y afectan el desarrollo del pensamiento, estos cambios afectan principalmente la memoria, la atención, las tres características principales de este enfoque son:

1. Pensamiento.

2. Mecanismos de Cambio.

3. Auto-modificación.

Para Siegler el pensamiento es una forma de procesar información y menciona que cuando los adolescentes perciben, codifican, representan y almacenan información procedente del mundo están pensando; él considera que el pensamiento es flexible por lo cual se puede ajustar a los diversos cambios que se le presenten.

Sin embargo una persona solo puede prestar atención por una cierta cantidad de información en un tiempo limitado, esto depende de la rapidez con la que puedan procesar información, puesto que la atención requiere de concentración y focalización del esfuerzo mental.

En los adolescentes la atención se divide en dos la selectiva y la cambiante; la selectiva es aquella que en la se centra toda la atención cuando se realiza una acción el individuo se centra en un estímulo, ignorando cualquier otro estímulo que se le pueda presentar.

La atención cambiante es aquella que el adolescente atiende cuando se le presentan diversos estímulos externos, esta suele ser muy cambiante y se presenta comúnmente en el adolescente.

El mecanismo de cambio Siegler (2000) menciona que los cambios en el procesamiento de información se centran en los mecanismos de cambios en el desarrollo y considera los cuatro mecanismos básicos: codificación, automatización, desarrollo de estrategias y generalización.

La codificación es el proceso por el cual la información se almacena en la memoria seleccionando la información que es relevante e ignorando la que no es necesaria.

La memoria es necesaria para retener información a largo plazo; "Para razonar y aprender eficazmente los adolescentes necesitan recuperar la información que han



almacenado”.Santrock (2004 P.p96). Los sistemas más importantes de la memoria son tres; memoria a corto plazo, memoria de trabajo y memoria a largo plazo.

La *automatización* es la capacidad con la que un individuo procesa la información con el tiempo esta acción se vuelve cada vez más automatizada por lo cual cuesta menos trabajo, en los adolescentes esto permite que asocien hechos con ideas.

El desarrollo de estrategias y generalización es un proceso nuevo por el cual el adolescente se adquiere información sobre alguna cuestión o problema y lo relaciona con los conocimientos adquiridos previamente y para apropiarse de estos es necesario que los apliquen en otros problemas similares.

La auto-modificación señala que los adolescentes tienen un papel activo es su desarrollo, utilizan las experiencias y conocimientos aprendidos con anterioridad para así poder resolver las nuevas problemáticas y circunstancias que se les presenten.

## **Desarrollo emocional**

“La confianza en uno mismo es el primer peldaño  
para ascender por la escalera del éxito”

Ralph Waldo Emerson.

Durante la adolescencia se pueden desarrollar diversos cambios emocionales puesto que tiene la capacidad de sentir, amar y odiar.

Stanley Hall citado por Delval (2012 pág. 544) define la adolescencia como una “edad especialmente dramática y tormentosa en la que se producen innumerables tensiones, con inestabilidad, entusiasmo y pasión”

Estos cambios emocionales se pueden deber a que los adolescentes están en una etapa en la que buscan constantemente afecto y también se desarrollan las relaciones interpersonales.

En las relaciones humanas la dimensión emocional juega un papel importante en especial cuando se trata del control de los impulsos, la regulación de la vivencia y la expresividad de las emociones, sentimientos y afectos. Vallés (2007)

Salovey, Mayer, Goldman, Turvey, & Palfai (1995) citados por Sánchez (2016 pag.63) mencionan un conjunto de competencias que integran la inteligencia emocional y permite:

- Identificar las propias emociones y las de los otros
- Expresar de manera correcta las propias emociones y ayudar a otros a expresar las suyas
- Comprender las emociones propias y ajenas
- Administrar las emociones propias y adaptarse a las de los demás
- Utilizar las emociones y habilidades propias de la inteligencia emocional en diferentes contextos, en particular para comunicarse efectivamente, tomar decisiones acertadas, administrar prioridades motivarse y motivar a otros.
- Mantener relaciones interpersonales óptimas.

Papalia (1997) afirma que “la madurez emocional depende de logros como descubrir la identidad, la independencia de los padres, el desarrollo de un sistema de valores y la habilidad establecer relaciones maduras de amistad y amor” (Pág.361)

## **Cambios biológicos**

La adolescencia por lo general inicia al mismo momento que la pubertad otras definiciones dicen que la pubertad es la primera etapa de la adolescencia sin embargo es definido de diferentes formas.

Los cambios biológicos como su nombre lo dice son todos aquellos cambios biológicos que sufre el adolescente, los cuales también se ven reflejados de forma física en el adolescente.

Los cambios biológicos comienzan por el desarrollo de los órganos sexuales y los físicos por el rápido aumento de talla y peso en los jóvenes.

## **Pubertad**

Ardila (2007) menciona dos autores que definen la adolescencia y pubertad:

Henry Pieron: “El periodo de la vida que coincide en el despertar del sexo, fenómeno que domina la pubertad. Esto es para los organismos femeninos y masculinos, teniendo en cuenta cierta oscilación en el tiempo, una fase de crisis orgánica y afectiva de efervescencia, en la cual las interferencias hormonales, las modifica de las tendencias que suscitan reacciones a veces muy vivas y sorprendentes”.

Bernard “Es preciso establecer distinción neta entre la pubertad y adolescencia. La pubertad se refiere esencialmente a la maduración física de los órganos sexuales. La adolescencia alude al proceso total del crecimiento”.

Coleman (1987) el término pubertad “deriva del latín *pubertas*, que significa comienzo de la edad adulta”. (Pag.30)

Pubertad viene de la palabra “pubere” que significa “pubis con vello”; el pubis es el hueso que se encuentra en la parte frontal de la pelvis es también conocida como cintura pélvica que consta de los tres huesos unidos de la cadera y se extiende entre la parte inferior del abdomen y los genitales. (Villego, 1991).

Muuss (1997) menciona que la palabra “pubertad” y “pubescencia” se deriva del Latín *pubertas* que significa “La edad viril” y *pubescere* que significa cubrirse de pelo, llegar a la pubertad. La “pubescencia” se le denomina al desarrollo físico durante el cual se despliegan las funciones reproductoras y los caracteres sexuales secundarios.

La pubertad debe su comienzo a la hipófisis o glándula pituitaria que es la que se encarga de enviar un mensaje a las glándulas sexuales del adolescente para que comiencen a crear hormonas.

La glándula pituitaria es una glándula endocrina que “se distingue por la particularidad de que secretan sus productos y los vierten en la corriente sanguínea” por este motivo son conocidas además por el nombre de glándulas de secreción interna y está situada en la base del cráneo debajo del hipotálamo (Villem, 1991, Pág.471)

Las células que revisten el folículo ovárico son las que producen la hormona de “Estradiol” (estrógeno) que se encarga de estimular y mantener los caracteres sexuales femeninos fisiológicos y la hormona de la “Progesterona” se desarrolla en el cuerpo lúteo del ovario y junto con la hormona de estradiol regulan el ciclo menstrual.

Las células *intersticiales* del testículo son las que se encargan de producir la hormona sexual masculina “testosterona” (andrógenos) que se encargan de estimular y mantener los caracteres sexuales masculinos fisiológicos y la hormona prostaglandinas se desarrolla en la vesícula seminal y estimula las contracciones uterinas.

Durante la pubertad los primeros cambios ocurren en el área del pubis; Papalia (1997) afirma que la pubertad se desarrolla en dos etapas; la primera etapa se caracteriza por el desarrollo y maduración de los órganos sexuales de ambos sexos y la segunda etapa se caracteriza por diversos cambios en todo el cuerpo.

En las mujeres durante la primera etapa se desarrollan los ovarios, las trompas de Falopio, el útero y la vagina; En la segunda etapa se desarrollan las glándulas mamarias (crecimiento de senos) los pezones aumentan su tamaño, aparición de vello púbico y axilar, se produce un ensanchamiento de caderas por la acumulación

de grasa y profundidad de la pelvis para facilitar un futuro trabajo de parto, ocurren cambios en la voz y cambios en la piel.

En los hombres durante la primera etapa se desarrollan los testículos, el pene, el escroto, la vesícula seminal (glándula productora del líquido seminal) y la próstata; Durante la segunda etapa se desarrolla la musculatura (ensanchamiento de espalda), aparece el vello púbico, axilar y facial y ocurren cambios en la voz (más grave).

Esto proceso tarda alrededor de 4 a 5 años y en ocasiones para las mujeres comienza dos años antes que los hombres,

Durante esta etapa es también evidente el desarrollo de mayor fuerza en los varones a comparación de las mujeres, puesto que en esta etapa “se produce un mayor desarrollo del corazón y los pulmones, una mayor presión sistólica sanguínea, un ritmo cardíaco más lento y una mayor capacidad para transportar oxígeno en la sangre, así como más posibilidades para eliminar los productos de desecho del ejercicio muscular, tales como el ácido láctico”, estos cambios podrían ser los causantes en favorecer a los varones en el desarrollo de actividades con mayor ejercicio físico Delval (2012, Pág. 534)

Cambios en las Características sexuales de ambos sexos.

<b>Características sexuales primarias: órganos sexuales</b>	
<b>Femeninas</b>	<b>Masculinas</b>
Ovarios	Testículos
Trompas de Falopio	Pene
Útero	Escroto
Vagina	Vesículas Seminales
	Próstata

<b>Características sexuales secundarias</b>	
<b>Niñas</b>	<b>Niños</b>
Senos	Vello púbico
Vello púbico	Vello axilar
Vello axilar	Vello facial
Aumento del ancho y la profundidad de la pelvis	Cambios en la voz
Cambios en la voz	Cambios en la piel
Cambios en la piel	Ensanchamiento de la espalda

Fuente: Papalia (1997, Pág.362)

### **Cambios sociales**

La psicología define la adolescencia como la etapa de la vida que se extiende de la niñez a hasta la edad adulta. Se prolonga desde que se comienza a producirse la madurez sexual hasta que el sujeto alcanza la condición social de adulto e independiente.

La adolescencia es una etapa que también se ve afectada por el medio social en que se desarrolla el individuo ya que el infante esta en busca de una personalidad, busca sentirse con libertad no estar limitado por sus padres o maestros, lo cual puede provocar conflictos con el medio en el que se desarrolla.

Muss (1997) plantea que durante la *pubescencia* el yo y el mundo están divididos, es entonces cuando “el joven comienza a reflexionar sobre sí mismo y dirigiendo su atención hacia adentro y analizándose [...] despierta no solo sentimientos de soledad, sino también la necesidad de hacer experimentos con el propio yo no diferenciado” (Pág. 67). Esto produce tres efectos con el objetivo de establecer la unidad del yo:

- 1) Análisis y cuestionamiento de todas las ideas que tenía, lo que causa la rebeldía en contra de las tradiciones, costumbres, la familia, creencias, escuela y otras instituciones sociales.
- 2) Aumento en la necesidad de aceptación por parte del medio social que le rodea.
- 3) Experimentar y poner a prueba los aspectos del propio.

Santrock (2003) Manifiesta que “Los padres, los compañeros, la comunidad y la orientación tecnológica de la cultura son otras fuerzas que influyen sobre el pensamiento de los adolescentes”.

Dentro de las culturas existen diferentes rituales de iniciación que se utilizan para facilitar el paso del niño a la edad adulta.

Ausubel citado por Muuss (1997 año Pág.13) Señala que “la iniciación social a la edad adulta o bien corresponde a la madurez fisiológica o bien le sigue, pero que el alcance a la madurez sexual, siempre precederé y jamás sigue a la inauguración social en la adolescencia.

Existen sociedades, grupos que marcan el inicio de la adolescencia con rituales con los cuales se considera que el infante está preparado para desarrollarse en el ámbito de los adultos tal es el caso de las tribus de Kenia en esta comunidad ganadera de Pokot en Kacheliba, practican la circuncisión femenina como rito de iniciación, esto marca el paso de la niña a convertirse en una mujer, en esta comunidad creen que esto ayuda a controlar el deseo sexual y frena la promiscuidad, además los hombres de esta comunidad prefieren casarse con mujeres circuncidadas, ya que es mayor la probabilidad de que permanezcan “intactas” es decir no han tenido relaciones sexuales. Las mujeres de esta comunidad que no son circuncidadas sufren del estigma social y por este motivo muchas mujeres prefieren suicidarse.

Por otra parte los indios apaches ubicados al suroeste de Estados Unidos celebran el inicio de la pubertad de una niña con un ritual que dura cuatro días los cuales inician

con una serie de canticos y leyendas en las cuales se explica el cómo se generó la tierra y el papel de la mujer en ella, se bendice a la niña para que nunca pase por hambre y por último se le arroja polen como símbolo para que adquiriera nuevos poderes reproductivos.

Otro motivo por el cual se considera a los adolescentes como adultos es porque se involucran en actividades que no son consideradas para adultos como trabajar, cubrir algunos gastos etc. Estos adolescentes son considerados por la UNICEF como adultos más pequeños y menos desarrollados.

Durante su desarrollo el adolescente va construyendo su propio razonamiento moral la forma en que lo desarrolle depende de la sociedad en la que se desenvuelve pero esto también a que durante “la etapa de adolescencia los jóvenes son especialmente susceptibles y se sienten como centro de las miradas de los demás en una manifestación de egocentrismo de carácter social” Delval (2012, Pág. 539)

Al parafrasear a Papalia (2001) encuentro que “los factores neurológicos y del ambiente se combinan para dar origen a la madurez cognoscitiva” si el adolescente no se encuentra en un medio que lo estimule a formar ese pensamiento, su desarrollo será más tardío.

## **Familia**

El ambiente familiar es muy importante para el adolescente ya que ahí se dan los primeros lazos afectivos y son los padres los primeros en encargarse del desarrollo intelectual y social del joven.

El concepto de familia está fundamentado en la biología desde que la madre se encargaba de los cuidados del hijo, posteriormente la cultura forma el concepto de familia entendiéndola por una pareja heterosexual que tiene el fin de procrearse y este ha sido su función primordial por mucho tiempo.



El concepto de familia implica aspectos biológicos, sociales y jurídicos; varía de una a otra cultura y aun dentro de la misma se dan subculturas: urbana, rural etc.

Ardila (2007 Pág.18) menciona que existen ciertas funciones que la familia debe cumplir para favorecer el desarrollo de los adolescentes:

- Transmitir los valores de generación en generación.
- Establecer un hogar para sus miembros.
- Constituir un entorno en el que sus miembros puedan aprender a establecer y mantener relaciones humanas y a trabajar juntos por el bien común.
- Encontrar maneras de compartir y transmitir el mensaje de un mundo mejor, para que todas las personas lo deseen y se esfuercen en conseguirlo.

Los patrones familiares han ido cambiando conforme han pasado los años y de igual forma se han generado nuevos patrones. Si bien no existe un concepto general para familia se sabe que en la actualidad existen diferentes tipos de familias de las cuales las más comunes son:

- Familia Nuclear. Este es la típica familia biparental, es decir está conformada por madre, padre e hijos
- Familia Monoparental: En este tipo de familia solo uno de los padres está a cargo de la crianza de los hijos puede ser madre o padre, este tipo de familia se comenzó a utilizar a partir de los años 70's y era considerada como una familia disfuncional, las causas podían ser varias, por divorcio, muerte, embarazos no planeados etc. Coleman (1987 Pág.111) recopila una serie de investigaciones hechas por Lynn y Sawrey (1959), Hetherinton (1966) y Biller y Bahm (1971) donde comprueban que la falta de una imagen paterna por un periodo prolongado afecta al adolescente en su desarrollo sexual y social ya que la adaptación a los grupos de compañeros se vuelve más complicada.
- Familia adoptiva. Este tipo de familia como su nombre lo dice son parejas que adoptan a un niño, para poder formar una familia.

- Familia de padres divorciados o separados. Es el tipo de familia donde los padres ya viven juntos pero la crianza de los hijos sigue siendo compartida.
- Familia compuesta. Este tipo de familia se caracteriza por estar compuesta de dos o más familias nucleares, este tipo de familias es muy común cuando hay una ruptura de pareja por cualquiera de las partes y deciden vivir con otra pareja que está en ocasiones puede tener también hijos; este tipo de familia también reciben el nombre de reconstruidas, polinucleares o mosaico.
- Familia homoparental. Este tipo de familia se caracteriza por estar formada por una pareja homosexual es decir pueden ser dos madres o dos padres que deciden adoptar un hijo.
- Familia extensa. Este tipo de familia se caracteriza porque la crianza de los hijos no está a cargo solo de los padres, sino por el contrario también se encargan de ellos los abuelos, tíos, primos etc. Por lo general todos viven en la misma casa, en ocasiones los hijos ya tienen su propia familia o hijos y viven aún bajo el mismo techo.
- Nuevos modelos de familias. En tipo de familias se caracterizan por mujeres que intentan tener hijos por métodos artificiales, como la inseminación, fecundación in vitro etc.

La interacción que existe entre los adolescentes y sus padres es muy variada dependiendo el tipo de núcleo familiar en el que se desenvuelvan, o en ocasiones también depende del lugar que tengan entre los hermanos, es decir si son el hijo mayor, mediano o el más pequeño.

Por su parte Zukon & Goldring (2002) plantean que las relaciones entre hermanos durante la adolescencia abarcan ayudar, compartir, enseñar, pelear y jugar y los hermanos pueden actuar como apoyos emocionales, rivales y confidentes.

Las relaciones entre hermanos también pueden variar dependiendo la edad, cantidad de hermanos que sean en la familia y el sexo, por lo general los primogénitos adoptan el papel de dominante ya que comúnmente se sienten desplazados por los

hermanos menores, los hermanos de se encuentran en medio suelen ser más diplomáticos y a menudo adoptan el papel de negociadores cuando surgen disputas Sutton & Smith (1982). Y por último los hijos pequeños siempre suelen ser más apegados y dependientes a los padres por el simple hecho de que son considerados los bebés aunque por su edad ya no lo sean.

En una investigación realizada por Cole y Kerns (2001) demostró que las parejas de hermanos conformada por dos varones tenía relaciones menos positivas, no tenían una buena relación afectuosa y en el caso de las parejas formadas por hermana-hermano o hermana-hermana tenían una menor resolución de problemas.

Aunque esto podría variar dependiendo la relación que se lleve con los padres, durante la adolescencia los conflictos con sus hijos aumentan. Los padres son vistos por los niños como ejemplos de cómo desarrollarse en la sociedad qué papel deben seguir o adoptar, pero con forme se van desarrollando es preciso que los adolescentes tomen la decisión sobre el rol que quieren tomar para su vida; esta relación recibe el nombre de “socialización recíproca”.

Santrock (2003) expone que la *Relación recíproca* es el proceso por el cual los hijos socializan a los padres, del mismo modo que los padres los socializan a ellos. Por lo general los padres utilizan un método autoritario, indulgente y democrático este método es comúnmente utilizado para desarrollar las habilidades sociales en los adolescentes; pero la mayoría de las relaciones con los padres suelen ser positivas si se acepta que el adolescente es capaz de tomar decisiones por su propia cuenta y estas decisiones son respetadas por los padres.

Ardila (2007 Pág.11) manifiesta que “el estímulo por parte de los padres es el mejor promotor para que los muchachos (as) continúen con una carrera profesional.

### **Amigos y amistad**

Durante la adolescencia los amigos juegan un papel muy importante ya que son las primeras relaciones que el joven tiene con personas que comparten las mismas

experiencias, además de ser el primer lazo que se genera desvinculado de su núcleo familiar.

Coleman (1987) define la amistad como; “Relación estrecha entre dos o quizá más individuos y que supone una mayor comunicación íntima que las relaciones de un grupo de compañeros” (Pág.122)

La amistad durante la adolescencia según Douvan y Adelson (1966) está dividida en tres etapas inicial, media y final durante las cuales se presentan patrones de conducta muy diferentes, durante la etapa inicial que abarca un periodo de entre los 11 y 13 años de edad la relación está basada en la interacción que existe durante la realización de diferentes actividades, pero no hay una relación profunda o de mucho afecto, durante la segunda etapa o media que abarca de entre los 14 y 16 años la relación de amistad se basa en la lealtad puesto que el adolescente busca alguien con quien compartir sus problemas, angustias inseguridades y experiencias alguien que le aconseje en las diferentes situaciones que se le presentaran; Y por último en la etapa final que abarca de 17 años en adelante la amistad es considerada de una forma más relajada ya que no se busca un soporte en el otro sino por el contrario es más una interacción de aportes mutuos a la relación de amistad, que le puede ofrecer esa amistad, en esta etapa se le da más importancia a la personalidad y a los intereses.

Los amigos son las primeras relaciones entre iguales que los adolescentes tienen y les permiten aprender a desarrollarse en sociedad así como defender sus ideologías, opines y puntos de vista ante diferentes opiniones que se les presenten, aprenden a negociar, realizar acuerdos y general conductas que sean aceptables en la convivencia diaria.

La relación entre iguales hace referencia a la relación que existe entre los adolescentes que tienen aproximadamente la misma edad o nivel madurativo.

El grupo de amistades les permite ir formando un carácter ya que su comportamiento es voluntario e incluso improvisado, no tienen que seguir normas a diferencia de cuando se encuentran con sus padres; también son la primer fuentes de información posterior a los padres por esta razón se genera una cierta complicidad entre ellos, en la mayoría de los casos existe más confianza con los amigos de hablar sobre temas que generen alguna inquietud y que podría causarles temor o vergüenza de hablar con sus padres.

Condry, Simon & Bronfenbrenner (1968), realizaron una investigación en la que comprobaron que los adolescentes pasaban más del doble del tiempo interactuando con otros adolescentes que con sus padres.

Gottman & Parker (1987) mencionan que son seis las funciones básicas que cumple la amistad en la adolescencia:

1. Compañerismo.

La amistad genera relaciones de compañeros con los que les interesa compartir actividades, gustos y pasar tiempo.

2. Estimulación.

La amistad proporciona información, disfrute y diversión.

3. Apoyo físico.

La amistad brinda apoyo, tiempo, recursos y asistencia

4. Autoestima.

La amistad brinda expectativa, ánimo y una retroalimentación que favorece a los adolescentes a considerarse y verse como una persona atractiva, competente y valiosa.

5. Comparación social.

La amistad les ayuda a los adolescentes a saber en qué posición se encuentran en comparación a otros adolescentes y si lo están haciendo bien.

## 6. Intimidad afecto.

La amistad desarrolla en los adolescentes la sensación de afecto de una relación cálida, cercana y de confianza con otra persona, esto permite abrirse con esa persona.

## **Noviazgo**

Durante la adolescencia se presentan cambios emocionales, algunos de una forma más intensa o marcada que otros esto causa que los adolescentes generen la necesidad de buscar afecto complementario al que su familia les puede ofrecer, siendo aquí la etapa donde se producen las primeras relaciones de noviazgo.

El noviazgo durante la adolescencia representa una de las primeras relaciones entre iguales además de representar la primera interacción sexual con el sexo opuesto (relaciones heterosexuales), en ocasiones también implica el descubrimiento de gustos homosexuales (gays, lesbianas) o bisexuales. “Salir con miembros del otro sexo implica aprender a establecer relaciones íntimas y es una oportunidad para establecer relaciones de pareja.” Paul y White (1990).

Durante la adolescencia es donde se presentan las primeras manifestaciones de la orientación sexual, es donde el joven considera si es una persona consiente sexual y afectivamente con personas de otro sexo o en su caso con personas del mismo sexo.

Richards y Larson (1990) citado por Santrock (2004 Pág. 176) plantean que “los adolescentes que tienen novio o novia informan que su estado de ánimo presenta mayor variabilidad a lo largo del día que los que no lo tienen”.

Hernández (2013) Establece que el término *noviazgo* se comenzó a utilizar desde el momento en el que el hombre pudo establecer y empieza a tener conciencia de su importancia en la naturaleza y su relación con el entorno y reconoce: la necesidad de

protección, necesidad de alimento, necesidad de integración, necesidad de apareamiento y necesidad afectiva (Pág. 13-14).

Los adolescentes están muy alertas y preocupados por los mundos sociales de las amistades, grupos de amigos y los pares ejercen un poder considerable sobre su vida amorosa. Bradford Brown (Brown 1999, en Jensen 2004 Pág.282) propuso un modelo de desarrollo del amor adolescente que reconoce el importante papel que cumplen los amigos y los pares, este modelo tiene cuatro fases: la fase de iniciación, de status, del cariño y de vinculación, a continuación se detalla lo concerniente a cada fase.

- Fase de Iniciación: Tiene lugar en la adolescencia temprana, cuando inician las primeras explotaciones tentativas de interés romántico. Estas exploraciones son superficiales, breves; se encuentran llenas de ansiedad y miedo y excitación.
- Fase de status: Los adolescentes comienzan a ganar confianza en sus habilidades para interactuar con posibles parejas románticas y a formar sus primeras relaciones. Cuando consideran a la posible pareja romántica, evalúan la atracción y el cómo se ven frente a los otros (amigos), se presenta una agrupación de status similar, aquí los grupos sociales funguen la acción de mensajeros ante la excavación de información de la persona de interés y evitan la posible exhibición o fracaso ante sus relaciones.
- Fase de cariño: Los adolescentes se conocen mejor y expresan sus profundos sentimientos por el otro; incluso tienen actividad sexual, aquí hace presente la duración creciente de las relaciones en tiempo e intereses.

- Fase de vinculación: La relación romántica se vuelve más permanente y seria, y las parejas comienzan a analizar la posibilidad de establecer un compromiso de por vida. Esta fase ocurre generalmente en la adultez emergente. El papel de los amigos y pares disminuye, sin embargo su papel será ahora como el de guía y consejero. (Brown 1999, en Jensen 2004 Págs.282-283).

### **Proyecto de vida**

El concepto de proyecto se le nombra el conjunto de actividades coordinadas e interrelacionadas que buscan cumplir con un objetivo específico. Por tanto se podría decir que un proyecto de vida es la dirección que una persona selecciona para su propia existencia. Se puede planear desde distintas perspectivas y cumpliéndolas puede ser a corto, mediano y largo plazo.

Para construir un proyecto de vida es necesario tomar diversas elecciones entre las más importantes están las elecciones vocacionales o elecciones de carrera.

La elección de carrera representa en cierto sentido, la coronación y confirmación de un modo particular de tomar decisiones, mismo que ha sido aprendido a lo largo de la vida. Los adolescentes deben tomar en cuenta diferentes aspectos para hacer una elección de carrera definitiva;

Elegir una carrera profesional requiere tiempo, ya que las decisiones importantes no se toman de un día para otro, se necesita pensar y reflexionar en diversos aspectos.

La adolescencia es una etapa o periodo de vida de transición por la cual el infante debe de atravesar para llegar a la madurez, se presentan diversos cambios entre los que destacan físicos, biológicos, psicológicos y sociales; Durante este proceso el adolescente se prepara para su futuro por esta razón es importante que el joven reciba una orientación la cual le sea útil para poder tomar decisiones que favorezcan en su futuro. En este capítulo hice una recopilación de algunos autores y sus



diferentes definiciones sobre adolescencia, para poder comprender de forma clara el término “adolescencia” e identificar porque tiene tal impacto en el desarrollo del ser humano.

En el siguiente capítulo abordare el concepto de orientación y los diferentes ámbitos de intervención de la orientación educativa, se abordara el concepto de orientación vocacional y su importancia en la preparación de los adolescentes para la creación de un proyecto de vida así como también el papel del orientador y tutor en este proceso.

## **CAPITULO II Orientación**

La orientación es un proceso que ha estado presente desde años atrás y que ha servido como apoyo para los seres humanos, que a lo largo de la vida se encuentran con diversos problemas ya sean sociales, culturales, escolares o personales.

La orientación en México tiene como antecedentes la creación del artículo tercero de la constitución con el cual se logró eliminar la educación socialista y se propuso que la educación fuera integral, democrática, laica y nacionalista.

En el año de 1925 con el presidente Plutarco Elías Calles se promovió la creación de las escuelas rurales e impulso los talleres técnicos e industriales, en esta etapa se pretendía instruir al pueblo y enseñarlo a trabajar, durante este periodo la educación debía ser práctica y productiva. En esta misma etapa se fundó el “Departamento de Psicopedagogía e Higiene Escolar” el cual tenía como principal función conocer el desarrollo mental, físico y pedagógico de los estudiantes, además de valorar las aptitudes de cada uno para poder orientarlos a un oficio o profesión

Para 1954 se introdujo la orientación en las escuelas secundarias generales y fue denominada como “educativa y vocacional”, la orientación comenzó a ser tomada dentro de la política educativa institucional; Por su parte las universidades comenzaron a incluirla en sus programas; Ese mismo año la universidad Iberoamérica fundo el departamento de “Orientación Psicológica”, La Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) fundo el departamento de “Psicopedagogía” y en 1956 el Instituto Politécnico Nacional (IPN) creo su servicio de orientación.

En la década de los sesenta se creó la “Comisión especial de orientación profesional” dentro del Consejo Nacional Técnico de la Educación que tuvo como objetivo la formación de orientadores dentro del magisterio y en 1996 se fundó el “Servicio nacional de orientación vocacional” por el entonces secretario de educación pública Agustín Yáñez.

Para la década de 1970 la SEP, IPN y UNAM organizaron la formación de la “Asociación Mexicana de profesionales de la Orientación, y se generó el proyecto modernizador de la educación.

En 1980 surgió el “Modelo Desarrollista” en el cual se vinculó la orientación vocacional con la psicología social y se fundó la “Federación de Asociación y Profesionales de la orientación de América Latina”.

En 1990 con Salinas de Gortari, se descentralizó la educación básica y normal así como la reestructuración de planes y programas, lo cual generó cambios en los procesos teóricos y prácticos de la orientación. La orientación comunitaria tomó fuerza dándole importancia a la participación de la familia. Posteriormente con Ernesto Zedillo surgió el Plan Nacional de desarrollo con el cual se quitaron las plazas para profesores orientadores y se dio lugar a la asignatura de cívica y ética.

### **Conceptos básicos de orientación educativa**

La orientación es un proceso que puede desarrollarse de manera individual o grupal, ya que se toma a cada individuo de acuerdo con sus problemas, necesidades, características, habilidades y todo aquella que conlleva a la exploración personal, pero relacionándolo con su situación social, económica, familiar, todo el contexto en el que se desarrolla el alumno.

Existen diferentes definiciones acerca de la orientación; La orientación es “el proceso de ayuda al individuo para conocerse a sí mismo y a la sociedad en la que vive, a fin de que pueda lograr su máxima ordenación interna y la menor contribución a la sociedad”. La orientación por tanto forma parte del quehacer de todo maestro y de toda la escuela” (García, 1990, Pág. 21).

Cueli (1996) menciona que “La orientación consiste en señalar rumbos, dejando al sujeto en absoluta libertad para elegir, este proceso se lleva a cabo tomando en

cuenta los problemas y las necesidades de la persona y que van relacionados con su situación social, económica y familiar que es lo que se conoce como la orientación vocacional.”

Rodríguez, lo define como : “orientar es, fundamentalmente, guiar, conducir, indicar de manera procesual para ayudar a las personas a conocerse a sí mismas y al mundo que las rodea, es auxiliar a un individuo a clarificar la esencia de su vida, a comprender que él es una unidad con significado capaz y con derecho a usar de su libertad, de su dignidad personal, dentro de un clima de igualdad de oportunidades y actuando en calidad de ciudadano responsable, tanto en su actividad laboral como en su tiempo libre”(Rodríguez en Garcia,1990,21).

## **Ámbitos de intervención de la orientación educativa**

### Escolar

Jesse B. Davis fue el primero en estimular la orientación escolar y que fuera integrada en el curriculum escolar, por esta razón se le considera el padre de la orientación educativa (Vocational Guidance Quartely, 1956).

Se define a la Orientación Educativa y vocacional como aquella fase del proceso evolutivo que tiene por objetivo ayudar a cada individuo a desenvolverse al través de la realización de actividades y experiencias que le permiten resolver sus problemas, al mismo tiempo que adquiere un mejor conocimiento de sí mismo” (Herrera,1957)

Pérez Bulluosa dice “la adecuación de los individuos a las exigencias de los diferentes programas educativos, la adecuación asimismo de los programas a las peculiaridades de los sujetos y la constante atención para que los alumnos puedan lograr un rendimiento académico optimo a lo largo de todo su desarrollo escolar” (Álvarez, 1994, Pág.85), este ámbito de intervención ha sido denominado orientación escolar.

## Vocacional

La orientación vocacional tiene su origen en las sociedades capitalistas industriales del siglo XX estuvo dominada desde sus orígenes por el discurso psicológico y se podría dividir en cuatro periodos

- Primera etapa hegemonizada por el discurso psicotécnico: interacción sujeto-medio ambiente
- Segunda etapa practicas desarrolladas: Los principales aportes que provinieron de las teorías psicodinámicas de la personalidad, la fenomenología y del psicoanálisis
- Tercera etapa el desarrollo de la carrera: Orientación vocacional
- Cuarta etapa (actual): corresponde a la necesidad de pensar y operar en orientación vocacional articulándola con el actual escenario histórico. aborda las problemáticas vocacionales desde un paradigma crítico, complejo y transdisciplinario.

En el sistema Platónico la “Orientación Vocacional” era sinónimo de la decisión del maestro basada en el rendimiento académico según un curriculum preestablecido; La determinación del nivel ocupacional adecuado de cada hombre tenía para Platón la mayor importancia; De ella dependía el bienestar de la sociedad. (Beck.1973)

## Profesional

El ámbito de orientación profesional surge entre la guerra Civil Americana y la Primera Guerra Mundial, la formación profesional en Estados Unidos empezó a denominarse Vocacional Education (Miller, 1987)

Es un ámbito profesional es también abordada por la orientación puesto que tiene como base la orientación vocacional, “ayudar a los jóvenes a encontrar un lugar en el mundo de las profesiones mediante intervenciones orientadoras que permitan al

sujeto un conocimiento adecuado de sus posibilidades y un mejor conocimiento del mundo del trabajo para que sea posible y satisfactorio el ajuste entre ambas realidades” (Álvarez, 1994, Pág.90).

Es un nuevo ámbito en el que el orientador puede intervenir en la planificación de carreras, selección de personal, formación de empresas etc.

## **Modelos de intervención de la orientación educativa**

### 1. Básicos

#### a) Clínico

El modelo clínico se da de forma directa individual, preferentemente externa, pero puede ser interna y es reactiva.

En un principio se utilizaba el termino Guidance para nombrar a la orientación pero en los años treinta surge un nuevo termino llamado Counseling introducido por Proctor, Benefield y Warnn refiriéndose al proceso psicopedagógico encaminado a ayudar al sujeto en la comprensión adecuada de la información vocacional en relación con sus propias aptitudes, intereses y expectativas (Aubrey, 1982).

R. Bisquerra (1996) divide en cuatro los principales objetivos del Counseling que van centrados en ayudar al sujeto en:

1. Conseguir la máxima satisfacción y eficacia en todas las actividades, tanto escolares como profesionales.
2. Comprometerse con las actividades más apropiadas para sí mismo y para la sociedad.
3. Formular objetivos educativos y profesionales y planificar actividades acordes con dichos planes.
4. Proveerse de la información necesaria para la toma de decisiones.

Los principios del counseling psychology se encuentran en la orientación vocacional y a esta se le une la higiene mental, aportaciones psicométricas y la terapia centrada en el cliente. Se pueden distinguir dos enfoques fundamentales del counseling el vocacional: (las aportaciones de Psicología diferencial y del diagnóstico brindaron la posibilidad de personalizar el proceso de orientación vocacional) y el terapéutico, que en general se identifica con la “terapia centrada en el cliente” de Rogers (Bisquerra 1992).

b) Servicios

El modelo de servicios preferentemente debe ser directo, pero puede ser indirecto se puede impartir de forma grupal o individual, su eje de intervención debería ser externo pero también puede ser interno y es reactivo.

Se caracteriza por tener carácter por una oferta muy diversa de “servicios o prestaciones” que existe en la mayoría de los campos profesionales y cuya finalidad es atender a las disfunciones carencias o necesidades que demanda por iniciativa propia la población (Álvarez Rojo, 1994)

Se centra en las necesidades del alumno con problemas ya que actúa sobre el problema no sobre el contexto que lo genera actúa más por funciones que por objetivos y su implantación es sectorial y zonal.

Tiene como ventaja que facilita información a los agentes educativos, colabora con el tutor los profesores y los padres y conecta el centro con los servicios de la comunidad.

c) Programas

“Solo a través de la elaboración de programas es posible dar cabida a los principios de prevención, desarrollo e intervención social, así como al carácter educativo de la orientación” (Rodríguez Espinar & otros, 1993).

El modelo de programas su intervención puede ser e forma directa por el orientador o de forma indirecta que participen otros agentes, se puede dar de forma grupal o individual, de forma interna o externa y su intervención puede4 ser proactiva y reactiva.

El modelo de programas surge a principios de los años setenta por las limitaciones encontradas en los modelos de servicios y counseling, busca satisfacer las necesidades generales y su intervención es programada de forma intencional, sistematizada y contextualizada, promueve el desarrollo de forma organizada y racional, además de ayudar a establecer prioridades y anticipar las necesidades.

La evaluación es un aspecto que acompaña a la intervención del modelo desde su inicio, esto ayuda a promover la reflexión crítica.

#### d) Consulta

En modelo de consulta el orientador interviene de una forma indirecta, este modelo se desarrolla de forma grupal pero también se puede desarrollar de forma individual, de forma interna o externa y su intervención puede ser proactiva o reactiva.

En este modelo se contempla y analiza el contexto y necesidades del individuo y tiene un planteamiento preventivo y de desarrollo, contempla diferentes unidades de intervención: grupo-clase, sector y centro, los orientadores están integrados en un servicio, pero intervienen por programas y su función es de apoyo, formación y dinamización de los tutores y de la acción tutorial, es un trabajo de colaboración.

Este modelo tiene como ventaja que se interesa en las necesidades del centro es decir del alumno, su familia y los tutores, los tutores disponen de una estructura de apoyo y de formación permanente; se concibe a la orientación como un proceso.



Incorpora las ventajas de los modelos de programas y servicio.

## 2. Mixtos

### a) Modelos Psicopedagógicos

### b) Modelo socio-comunitario

Da la total y entera importancia al entorno social en el que se desenvuelve el individuo incluye sus medios comunitarios y organizaciones

### c) Modelos Ecológicos

Este modelo se interesa en integrar el ambiente y ajustar el entorno en el que se desarrolla la persona.

### d) Modelos Micro y macroscópicos

Microscópicos: Es una intervención individual, está basado en el modelo clínico y tiene una escasa base teórica.

Macroscópicos: Es una intervención grupal por programas, es un enfoque multidisciplinar, tiene una amplia fundamentación teórica.

### e) Modelos comprensivos

Este modelo se centra en el autodesarrollo a lo largo de la vida de la persona, como desarrollar sus habilidades, capacidades, toma de decisiones.

### f) Modelos holísticos

Integra todos los aspectos del desarrollo

### g) Modelos sistemáticos

Este modelo considera igual al individuo y a las instituciones sociales como sistemas abiertos.

h) Sistemas de programas integrados

Se pone énfasis en la interrelación de los diferentes programas de intervención este modelo se puede incluir en el curriculum de forma completa o parcial

i) El modelo CESPI

Este le otorga al orientador las funciones de consultor y agente de cambio además de poner importancia en la intervención directa e indirecta y preventiva de todo el ciclo vital.

### **Modelos teóricos del enfoque**

a) Rasgos y factores

Es el primer modelo estructural de la elección vocacional basado en los planteamientos de Parsons.

b) Psicoanálisis

El psicoanálisis surgió de un método terapéutico para determinadas enfermedades nerviosas que Sigmund Freud elaboro, en un principio se centró en el estudio de la histeria, a través del cual llegó a la conclusión de que los síntomas histéricos eran causados por conflictos psíquicos internos reprimidos.

Freud comenzó a hacer una exploración de todos los conflictos e impulsos reprimidos por el paciente esto por medio de la hipnosis y de este modo lograr que el paciente se desahogara, posteriormente comenzó a trabajar con la interpretación de los sueños; para Freud, el sueño podía expresar, de forma latente, el conflicto que ha originado el trastorno psíquico.

Posteriormente Freud creó un esquema mental que dividía en tres partes. La primera, el Ello, es la instancia inconsciente que contiene todas las pulsiones y se rige por el denominado principio de placer. La segunda, el Yo, tiene contenidos en su mayoría conscientes, se rige por el principio de realidad y actúa como intermediario entre el Ello y el Superyó (reprime), la tercera instancia del aparato psíquico. El Superyó, por último, representa las normas morales e ideales (deber ser).

Freud diferenció dos tipos de pulsiones: los impulsos del yo o de autoconservación y los impulsos sexuales. El estudio de la sexualidad (infantil y adulta, perversa y normal, en el hombre sano y en el neurótico) indujo a Freud a concebir el impulso sexual como una energía, la «libido», que tiende a polarizarse hacia un objeto (un individuo del sexo opuesto) con la finalidad específica de la actividad sexual.

### c) Evolutivo

La teoría de Eli Ginzberg postula un proceso de elección vocacional desarrollado a lo largo de la formación infantil y juvenil a través de una serie de patrones de actividades específicas que se conforman en tres fases:

1. Etapa o periodo fantástico (0-12 años): Las preferencias vocacionales se identifican con los deseos infantiles, reflejados en los juegos; ya que él no encuentra placer en imitar ciertas ocupaciones o actividades de los adultos, sobre todo de los significativos para él. Estas actividades o imitaciones se caracterizan por ser muy cambiantes y no se centran en una sola área.
2. Etapa o periodo tentativo (11-18 años) los sujetos toman conciencia de sus intereses, capacidades y valores aunque todavía no poseen el suficiente realismo y se ven altamente influenciados por los familiares y el entorno.

3. Etapa o periodo realista (18-24.25 años): El sujeto comprende la necesidad de realizar las decisiones acertadas y se ve obligado a optar entre opciones, aunque normalmente se ha concentrado en un área vocacional ya que contrasta y compara sus intereses, valores, capacidades, etc. con la realidad laboral y profesional incluyendo incluso la experiencia anterior o los logros obtenidos anteriormente.

Posteriormente Donald Super formula otra teoría que divide en cinco etapas:

1. Etapa de crecimiento (0-14 años): El concepto de sí mismo se desarrolla y consolida a través de una progresiva identificación con las personas significativas del medio, es decir, la familia y la escuela. Las fantasías van dando lugar a la consideración de los intereses y aptitudes debido a la participación social y al enfrentamiento con la realidad.
2. Etapa de exploración (15-24 años): En esta etapa los sujetos se autoevalúan, ensayan roles y exploran diferentes ocupaciones. Suelen tener en cuenta las características propias para realizar las elecciones tentativas que se ensayan sin seguridad y compromiso en los primeros años para irse poco a poco acercando al área en la que más se encaje.
3. Etapa de establecimiento (25-44 años): Es una etapa de madurez y las conductas vocacionales son las de adaptarse o situarse de manera permanente en el área o trabajo apropiado. Si el área o campo ocupacional elegido no resulta satisfactorio se pueden realizar cambios en la ocupación, pero se tiende a asegurarse un puesto de trabajo.
4. Etapa de mantenimiento (45-64 años): El interés fundamental de esta etapa radica en conservar el puesto de trabajo, ascender y/o realizar progresos en él. Al mismo tiempo pueden surgir

problemas de encasillamiento, necesidad de ponerse al día para no quedar desfasado o "reciclarse".

5. Etapa de declinación (65 años en adelante): Con la llegada de la edad de retiro y el declinar de las facultades físicas y mentales en algunos casos, la actividad profesional cambia y poco a poco va cesando. Muchas veces la jubilación es aceptada con frustración y surge la necesidad nuevamente de buscar una orientación.

#### d) Conductual

Es un Modelo aplicado a mediados del siglo XX , estudia el comportamiento observable (la conducta) del individuo y niega toda posibilidad de utilizar los métodos subjetivos como la introspección (psique), Su fundamento teórico está basado en que a cualquier estímulo le sigue una respuesta. Sus principales representantes son I.Pávlov, J.B.Watson, B.F.Skinner, A.Bandura y E.Thorndike.

En este enfoque se considera al alumno como una caja negra, biológica, pasiva, que responde a estímulos, como un receptor del saber y se toma al aprendizaje como el resultado de la asociación que se produce por la intervención del refuerzo Estímulo – Respuesta.

El papel del docente consiste en modificar las conductas de sus alumnos en el sentido deseado, proporcionándoles los estímulos adecuados en el momento oportuno. En el proceso de enseñanza aprendizaje, el docente:

- -Es el proveedor del conocimiento
- -Es la figura central del proceso.
- -Imparte la educación
- -Centraliza la autoridad y las decisiones.

En este marco, el docente realiza las siguientes funciones o tareas:

- -Diagnosticar las necesidades (objetivos medibles).
- -Diseñar y crear condiciones para la instrucción.
- -Mantener y conducir la instrucción.
- -Manejar las técnicas de evaluación.

e) Constructivista

El constructivismo es un enfoque que se basa en la idea que el aprendizaje humano se construye. La mente de las personas elabora nuevos significados a partir de la base de enseñanzas anteriores este enfoque se nutre de diversas aportaciones de diferentes campos de los cuales se destacan tres:

1. Teoría evolutiva de **Piaget**,

Piaget plantea que la educación es evolutiva puesto que el alumno recibe los conocimientos lo asimila posteriormente lo interpreta bajo el prisma de los conocimientos previos (amplia el conocimiento) y por ultimo modifica su estructura cognitiva; Piaget consideraba que si el alumno era capaz de explicar el nuevo conocimiento era una señal de que lo había comprendido

2. Enfoque socio-cultural de **Vygotsky**,

Vygotsky afirma que el aprendizaje está condicionado por la sociedad en la que nacemos y nos desarrollamos por eso también es considerado como enfoque sociocultural

En este enfoque Vygotsky introduce el termino ZDP (zona de desarrollo próximo) que es la distancia entre el nivel real de desarrollo determinado por la solución independiente de problemas y el nivel del

desarrollo posible, precisado mediante la solución de problemas con la dirección de un adulto y a esto le llamo andamiaje

Se considera que el alumno construye su conocimiento, es un proceso de construcción y reconstrucción de significados

### 3. Aprendizaje significativo de **Ausubel**.

El principal aporte que hace Ausubel es el modelo de enseñanza por exposición, para promover al aprendizaje significativo en lugar del aprendizaje de memoria.

- El aprendizaje adquiere significado si se relaciona con el conocimiento previo.
- El alumno construye sus propios esquemas de conocimiento.
- Relaciona los nuevos conocimientos con los conocimientos previos. Para ello el material nuevo tiene que estar organizado en una secuencia lógica de conceptos, de lo general a lo específico
- El aprendizaje no se produce si no hay interés por parte del alumno.

#### f) Humanista

El enfoque humanista surge a partir del rechazo del conductismo y del psicoanálisis, está centrado totalmente en el cliente y se desarrolla de forma directa y se enfoca en la autonomía e interdependencia social, autorrealización, búsqueda de sentido y la concepción global del ser humano.

Este enfoque es también conocido como Rogeriano por el psicólogo Carl Rogers él pensaba que cada persona vive y construye su personalidad a partir de ciertos objetivos; y el objetivo más alto sería ser feliz, autor realizarse.

Se sustituye el termino paciente por cliente ya que se considera que cada individuo es capaz de identificar por qué se siente mal o cuál es su problema, busca impulsar al cliente al éxito, darle más importancia al presente que al pasado y busca enfatizar la importancia en lo afectivo y no tanto en lo intelectual.

## **Tutoría**

Cuando se habla de orientación educativa es normal que casi siempre se haga referencia a la tutoría ya que ambas su desarrollo se lleva a cabo dentro del ámbito educativo o bien dentro de una institución educativa. Dentro de este ámbito se ve al tutor como el objeto que da respuestas a las cuestiones o problemas del alumno sean de carácter general o particular.

Pero también hay que tener en cuenta que el tutor es también un profesional de la educación y la enseñanza, que realiza actividades o tareas de orientación.

El tutor es un experto cuya principal misión es la de ocuparse de la integración de los alumnos en lo que se refiere a su escolaridad, vocacional y personalidad Su labor comprende los contactos personales, entrevistas colectivas, relaciones muy cercanas con los alumnos, tal como pocos profesores pueden lograr, sea por falta de tiempo o habilidad, hacer de puente de unión entre los padres de un estudiante y el centro educativo. (López y Sola, 2005).

La función tutorial o ayuda tutorial puede ir disminuyendo a medida que el adolescente comienza ser independiente y comienza a desarrollarse.

La tutoría es un proceso de acompañamiento que se le brinda al alumno durante su trayecto formativo, contribuye a mejorar diferentes aspectos como el rendimiento académico, los hábitos de estudio, técnicas de aprendizaje además de diseñar



estrategias preventivas y correctivas que ayude a desarrollarse de mejor forma al estudiante,

Por medio de la tutoría se busca orientar a los alumnos e incluir de una forma directa a los profesores los cuales reciben el nombre de tutor; López y Sola (2005) consideran que el tutor es el nombre que recibe un profesional de la educación que realiza tareas de orientación dentro de alguna institución, además de considerarlo como una persona encargada de orientar y aconsejar a los alumnos de un curso, una asignatura, etc. (Pág.172)

### **Acción tutorial**

La tutoría es una “acción sistemática específica concretada en un tiempo y espacio, en la que el alumno recibe una especial atención ya sea individual o grupalmente considerándose como una acción personalizada” (Álvarez - Bizquerra citado por López y Sola, 2005. Pág.172)

La acción tutorial se divide en dos:

- 1) Enseñanza aprendizaje
- 2) Toma de decisiones

La acción tutorial tiene como diversos objetivos que van de la mano con los tres diferentes ámbitos en los que se desarrolla:

- 1) Alumnos. La acción tutorial tiene como objetivo integrar a los alumnos en su grupo o centro en el que se desarrollan.
- 2) Grupo: La acción tutorial tiene como objetivo favorecer la participación y la colaboración grupal.
- 3) Profesores La acción tutorial tiene como objetivo hacer más flexible el trabajo evaluador de los docentes así como crear un proceso educativo personalizado

- 4) Familia La acción tutorial tiene como objetivo informar a los padres de familia como es el desarrollo de sus hijos
- 5) Centro. La acción tutorial tiene como objetivo conocer las condiciones del centro de trabajo, incluir el plan de orientación el diseño curricular etc.

### **Teorías de la toma de Decisiones**

La toma de decisiones es un aspecto que va de la mano de la orientación vocacional ya con la orientación se busca que los alumnos desarrollen y descubran sus capacidades y habilidades ya que esto les ayudara en la toma de decisiones.

Los intereses vocacionales de cada alumno van de la mano de sus intereses personales y entre mejor conozca cada persona estos aspectos será más amplia su visión, Holland (2003) afirma que la elección vocacional es el complemento de un concepto de sí mismo y se relaciona con el desarrollo de cada persona es una de la personalidad.

Forer parte de la hipótesis de un inventario de preferencias vocacionales donde explica que” elegir una ocupación es acto expresivo que refleja la motivación de los conocimientos, la personalidad y la habilidad. Las ocupaciones representan un modo de vida, un ambiente más que una serie de funciones o habilidades laborales aisladas. (Forer citado por Holland, 2003.)

Durante la toma de decisiones, Ginzberg, Ginsburg, Axelrad y Herma (1951) mencionan que existe una serie de eventos que influyen en la selección vocacional, y son cuatro las variables principales que influyen:

- 1) Factor de la realidad: el individuo reacciona bajo las presiones de su medio ambiente.
- 2) Influencia del proceso educativo: Dependiendo el tipo de educación que haya recibido el individuo se le facilitara o limitara el tipo de elección que realice.

- 3) Factores Emocionales: Los individuos toma su decisión basada en su intuición, personalidad y emociones ya que se considera que una depende de la otra.
- 4) Valores: Los valores del individuo son tomados en consideración ya que influiría en la calidad de las selecciones hechas en consideración con los valores inherentes, es decir esenciales para la carrera.

Osipow (1990) Define la elección vocacional como “proceso irreversible que ocurre durante periodos, claramente marcados, el cual está caracterizado por una serie de compromisos que el individuo adquiere entre sus deseos y sus posibilidades” (Pág.90).

La teoría psicoanalítica (1949) sobre la elección de carrera parte del supuesto que la selección vocacional es un conjunto del cual la sociedad le permite al individuo combinar los principios de placer y de la realidad. El principio del placer es aquel que impulsa al individuo a tomar la decisión, donde consiga una satisfacción grata casi inmediata, pero que no considera las posibles consecuencias futuras de estas decisiones; el principio de realidad se base en las gratificaciones eventuales y de mayor duración esto a costa de las inmediatas.

Cuando un alumno toma su decisión considerando su vocación podría experimentar el conjunto de estos dos principios, ya que conseguiría una satisfacción inmediata pero también conseguiría una la seguridad de un éxito a futuro.

Bill (1949) retomo la investigación sobre la teoría psicoanalítica, incorporándole la sublimación con lo cual logro afirmar que, la elección vocacional no es un resultado accidental de sus decisiones sino por el contrario son el desencadenamiento de los impulsos y la personalidad del individuo lo que le permite elegir una carrera que lo estimule a satisfacer sus impulsos básicos por medio de la sublimación. Basado en este supuesto Bill sostuvo que una persona adaptada a su trabajo podría desempeñarlo satisfactoriamente, puesto que esto le permitiría realizar actividades que dentro de la sociedad podrían estar prohibidas.

La teoría sobre la influencia de la personalidad en la elección de carrera de Roe (1964) explica la relación entre los factores de genéticos, las primeras experiencias infantiles y la conducta vocacional.

Los factores genéticos de cada individuo sirven como base para identificar las habilidades e intereses, los cuales están relacionados con la elección vocacional. Las experiencias infantiles se enfoca en las necesidades que fueron satisfechas o no durante la niñez por parte de los padres, el desarrollo de las necesidades y finalmente la conducta vocacional hace referencia a la complejidad y responsabilidad las diferencias genéticas en los individuos provoca las diferencias intelectuales y la manera en que se desarrollan en su medio ambiente.

Todas las personas tienen derecho a tomar sus propias decisiones, Pick (1993) menciona que hay varios factores que pueden influir en el proceso de la toma de decisiones los cuales se pueden dividir en tres grupos:

1- Influencia de otras personas:

Este factor se ve influenciado por el contexto social en el que se desarrolla cada individuo es decir familia, amigos y maestros, ya que muchas veces se actúa de una forma solo para que las personas “no nos dejen de querer” actúan solo para satisfacer a las personas que los rodean, esto se puede ocasionar por una persona que no tiene iniciativa y puede provocar tomar decisiones que lo lleven a una vida poco satisfactoria.

2- Información:

Para tomar una decisión el individuo debe adquirir cierta información que le permita identificar el pro y contra de sus decisiones y en algunas ocasiones la información que se adquiere no es la adecuada y puede provocar que se tome una decisión incorrecta, por lo que es recomendable obtener información que sea objetiva ya que esta nos proporcionara las bases adecuadas para tomar una decisión.

### 3- Experiencia propia:

En este factor se abarca diferentes áreas como el nivel educativo y socioeconómico, los valores de cada persona y la personalidad de cada individuo.

La orientación es un elemento básico para que el proceso educativo ya que permite ajustar el currículum a la realidad de cada alumno, institución o contexto en el que se encuentre, la orientación vocacional por su parte apoya al adolescente en su descubrimiento de habilidades y aptitudes lo cual le sirve como guía en el proceso de elección vocacional

A lo largo de este capítulo recopile brevemente la historia de la orientación en México, sus antecedentes y los cambios que surgieron a lo largo del tiempo. Los diferentes ámbitos de intervención y modelos teóricos de la orientación educativa, el papel del tutor y las diferentes teorías sobre la toma de decisiones.

En el siguiente capítulo se encuentra el desarrollo detallado de la propuesta pedagógica que planteo la cual está enfocada en un modelo de diseño curricular centrado en el alumno, ya que este enfoque permite la individualización de cada alumno en el proceso de aprendizaje y permite abarcar las diferentes áreas de desarrollo del adolescente por medio de la orientación.

### Capítulo III Metodología

La propuesta está fundamentada en una metodología basada en los modelos de diseño curricular, específicamente en el enfoque educativo centrado en el alumno.

El enfoque educativo centrado en el alumno se caracteriza por considerar la individualización de cada alumno en el proceso de aprendizaje, el maestro debe de ser encargado de apoyar las necesidades básicas de cada alumno así como conocer sus capacidades, deben conocer a cada alumno y comprender que cada alumno tiene un proceso de aprendizaje diferente.

McCombs & Whisler, (1997, p.9) citado por Legorreta lo define como “El modelo del aprendizaje centrado en el alumno refleja la necesidad de un enfoque tanto en los alumnos como en el aprendizaje”. Con base en doce principios psicológicos y pedagógicos enfocados en la comprensión de los estudiantes y en la forma de aprendizaje propusieron cinco factores.

#### I. Factores cognitivos y metacognitivos

El proceso de aprendizaje en cada individuo se da de forma natural, activa y constante; la mente de los estudiantes está en constante trabajo para crear visiones sensibles del mundo en el que se encuentra y la incorporación de la nueva información.

Los principios que la sustentan son cuatro:

- 1) El aprendizaje es un proceso natural, activo, voluntario y mediado internamente.
- 2) El educando busca representaciones significativas y coherentes de su aprendizaje.
- 3) El aprendizaje se construye organizando los conocimientos nuevos tomando como base la experiencia previa y es filtrado por las percepciones, pensamientos, sentimientos del estudiante.

## II. Factores efectivos

El aprendizaje debe ser estimulado en los estudiantes ya que si no existe el interés será difícil que los estudiantes se interesen o sientan motivados al aprendizaje. Los principios que lo sustentan son:

- 1) El aprendizaje se ve influenciado por el autocontrol, capacidad y habilidades; requiere de claridad en los intereses, metas y valores por parte del alumno, las expectativas personales, emociones, afectos y la motivación para aprender.
- 2) Por naturaleza el hombre tiene la curiosidad por aprender, sin embargo un contexto demasiado rígido puede obstaculizar el aprendizaje.
- 3) La curiosidad, la creatividad y los procesos de pensamiento de alto nivel son estimulados por tareas de aprendizaje auténticas y relevantes, con un grado de dificultad optimo y novedoso par cada estudiante.

## III. Factores del desarrollo

El estudiante puede aprender de una forma rápida y mejor si el conocimiento que se le proporciona es adecuado al nivel de desarrollo donde se encuentra, ya que este le resultara interesante novedoso y la dificultad será la adecuada; el principio en el que se sustenta son los estadios del desarrollo físico, emocional y social los cuales responden a factores genéticos y ambientales.

## IV. Factores personales y sociales

La relación que exista entre el maestro y alumno es esencial para favorecer el aprendizaje puesto que el aprendizaje se da de forma mutua es decir todos aprenden de los demás y la interacción permite el intercambio de aprendizaje.

Los principios que lo sustentan se basan en, la interacción social y la comunicación con los demás, dentro de un ambiente flexible que facilite el aprendizaje, el aprendizaje y la autoestima se ve reforzada cuando se generan relaciones respetuosas que aceptan y valoran el potencial y los talentos mutuos.

## V. Diferencias individuales

El aprendizaje se da de forma y ritmos diferentes dependiendo cada individuo, también está en función del medio ambiente en el que se desarrolla y la herencia de cada uno, a partir de estos dos, las personas crean sus propios pensamientos creencias y comprensiones del mundo.

Los principios que lo sustentan se enfocan en los principios básicos del aprendizaje, la motivación y la preparación que se aplican en los estudiantes, las bases sobre las cuales se construye el desarrollo cognitivo, emocional y social son las creencias, los pensamientos y las interpretaciones dadas a los nuevos estímulos y la experiencia previa en general.

### **Contenidos y Objetivos Particulares**

El taller está dividido en cuatro bloques que incluyen los diferentes temas que se trabajaran, así como las actividades de cada uno y se desarrollan de la siguiente forma:

#### ➤ **Bloque I ¿Quién soy?**

##### 1. ¿Qué es una aptitud?

En este tema se desarrollara el concepto de aptitud, ¿Cómo se pueden identificar las aptitudes? Y ¿para qué sirve que los alumnos conozcan sus aptitudes?

##### 2. Auto-concepto

Con esta actividad se busca que el adolescente identifique cuáles son sus fortalezas, debilidades, cualidades y defectos así como identificar cuáles son las cosas que le gustan o disgustan.



### 3. Autoimagen

En este tema se realizarán actividades con el objetivo de que el estudiante conozca la percepción que tiene de sí mismo así como los diferentes estados de ánimo que experimenta en las diferentes situaciones de su vida.

### 4. Autoestima

Con este tema se desarrollará el concepto de autoestima además de incorporar los temas anteriores de auto-concepto y autoimagen con el objetivo de que el adolescente logre reflexionar, aceptarse, valorarse y desarrollar su autoestima.

## ➤ **Bloque II Descubriendo mis habilidades**

### 1. Habilidades

En este tema se desarrollará el concepto de habilidad con el objetivo de que los alumnos conozcan ¿Qué son las habilidades? ¿Para qué sirve identificar las habilidades de cada uno? Y su relación con las aptitudes.

## ➤ **Bloque III Pensando a Futuro**

### 1. Toma de decisiones

Definición de la toma de decisiones, ¿Qué elementos se deben considerar al realizar una elección vocacional?

### 2. Investigando sobre carreras profesionales

En este tema busca que el alumno se conozca la amplia oferta de carreras y universidades que existen e identifique que carreras son de su agrado y cuáles podría elegir considerando sus aptitudes y habilidades.

### 3. Proyecto de vida

Con este tema se busca que el alumno elabore su proyecto de vida a corto, mediano y largo plazo. Con el objetivo de que el alumno plante cuáles son sus metas a realizar.

#### ➤ **Bloque IV Evaluación**

##### 1. Auto-evaluación final.

En este último se realizara una evaluación final en la cual el alumno deberá evaluar con sinceridad y autocrítica, el desempeño personal que tuvo durante el curso.

➤ **Nombre de la propuesta:**

“¿Elección de carrera un desafío para mi futuro?”

➤ **Duración:**

La propuesta está dividida en once sesiones, con una duración de 45 min cada una, dividido en 4 bloques,

- Bloque I ¿Quién soy? (cuatro sesiones)
- Bloque II Descubriendo mis habilidades (dos sesiones)
- Bloque III Pensando a Futuro (cuatro sesiones)
- Bloque IV Evaluación (una sesión)

➤ **Población:**

La propuesta va enfocada a estudiantes que se encuentran estudiando en el nivel de educación Secundaria

➤ **Objetivo:**

Coadyuvar a los adolescentes a que conozcan y desarrollen sus habilidades y aptitudes, las cuales les serán útiles para llevar a cabo la elección de carrera.

Numero de sesión		Taller	Duración
		¿Elección de carrera un desafío para mi futuro?	Sesión de 45 min.
1		<b>Espacio</b>	
		Aula escolar	
<b>Bloque</b>	1 ¿Quién soy?	<b>Asignatura</b>	Orientación
<b>Tema:</b>	Auto-concepto "Conócete a ti mismo"		
<b>Objetivo</b>			
Contribuir con alumno para que tenga un mejor conocimiento de sí mismo, identificando, sus cualidades y defectos			
<b>Conocimiento transversal</b>			
Desarrollo de la habilidad verbal y social de los alumnos. Desarrollo de la comunicación escrita de los alumnos.			
<b>Material de apoyo</b>			
Lápiz, goma, cuestionario y cuadro de aspectos.			

## **a) Inicio**

### **Introducción**

Platica introductora sobre el contenido en general que se abordara a lo largo de las diferentes sesiones y la especificación del objetivo general

Posteriormente se proporcionara la definición de Auto-concepto y la importancia de generar su propio auto-concepto.

## **b) Desarrollo**

### **Actividad 1**

Se le proporcionara a cada alumno una hoja que contiene un cuestionario con una serie de preguntas acerca de su descripción personal y emociones.

**Nombre:** \_\_\_\_\_

**Instrucciones:** Responde las siguientes preguntas.

1. ¿Quién soy?
2. Emocionalmente ¿Cómo es mi forma de ser?
3. Físicamente, ¿Cómo soy?
4. ¿Me gusta como soy? \_\_\_\_\_ ¿Por qué?

5. ¿Cómo es mi carácter?
  
6. ¿Cuál es mi pasatiempo favorito?
  
7. ¿Cuáles son mis cualidades?
  
8. ¿Me interesa alguna actividad artística?

## **Actividad 2**

Se proporcionara a cada alumno una hoja con un cuadro con una serie de aspectos los cuales tendrán que elegir dependiendo el grado de importancia que le den a cada uno.

Posteriormente se elegirá a 3 alumnos por sorteo para que seleccionen 2 de los aspectos expliquen el porqué de su respuesta.

Nombre: \_\_\_\_\_

**Instrucciones:** Leer los diferentes aspectos y elegir el grado de importancia que le proporcionas a cada uno.

Es importante para mí...	Mucho	Regular	Poco
Sentirme contento.			
Tener una buena relación con mis padres.			
Obtener buenas notas en la escuela.			
Estar pulcro en mi imagen.			
Ser empático con las demás personas.			
Hacer actividades que favorezcan mi desarrollo académico.			
Hacer las actividades que me gustan aunque a los demás no les parezcan atractivas.			

### a) Cierre

#### Conclusión

El alumno logro realizar una reflexión sobre la importancia de identificar sus cualidades y aprender a atribuir sus éxitos por sus propias acciones.

Numero de sesión		Taller	Duración
		¿Elección de carrera un desafío para mi futuro?	Sesión de 45 min.
2		Espacio	
		Aula escolar	
<b>Bloque</b>	1 ¿Quién soy?	<b>Asignatura</b>	Orientación
<b>Tema:</b>	Asertividad ¿Expreso lo que siento?		
<b>Objetivo</b>			
Estimular al estudiante para que aprenda a expresar lo que piensa y siente y lograr una mejor interacción con las personas que lo rodean.			
<b>Conocimiento trasversal</b>			
Desarrollo de las habilidades en las relaciones interpersonales. Capacidad de autoevaluación. Uso de Internet como medio de comunicación y como fuente de información.			
Material de apoyo			
Video : <a href="https://www.youtube.com/watch?v=GzTUFJ4wEkY&amp;feature=share">https://www.youtube.com/watch?v=GzTUFJ4wEkY&amp;feature=share</a>			



## **a) Inicio**

### **Introducción**

Esta sesión iniciará planteando al grupo los objetivos de la sesión.

## **b) Desarrollo**

### **Actividad 1**

En grupo se observará el video “Personas Asertivas” el cual contiene una explicación breve acerca de la asertividad, ¿Cuáles son los perfiles de las personas asertivas?, ¿Cómo es una comunicación asertiva? Y ¿Para qué sirve ser una persona asertiva?

Posteriormente se estimulara a los alumnos para que expresen frente al grupo su opinión acerca del video y si consideran que son personas asertivas o que podrían mejorar o cambiar para ser más asertivos

## **c) Cierre**

Promover la participación voluntaria del grupo al expresar sus diferentes opiniones, así como el intercambio de consejos entre el grupo que podrían ayudar para lograr ser una persona asertivos.

Numero de sesión		Taller	Duración	
3		¿Elección de carrera un desafío para mi futuro?	Sesión de 45 min.	
		Espacio		
		Aula escolar		
<b>Bloque</b>	1 ¿Quién soy?	<b>Asignatura</b>	Orientación	
<b>Tema:</b>	Autoestima			
<b>Objetivo</b>				
Favorecer al alumno en el desarrollo de su autoestima.				
<b>Conocimiento trasversal</b>				
Comunicación oral y escrita.				
Capacidad de autoevaluación.				
Trabajo en equipo.				
<b>Material de apoyo</b>				
Lápiz, hojas, goma y cinta adhesiva				

## **a) Inicio**

### **Introducción**

Descripción del concepto de autoestima.

Enlistado de las características del autoestima alta y autoestima baja

## **b) Desarrollo**

### **Actividad 1**

Se le proporcionara a cada alumno una hoja la cual tendrán que doblar por la mitad; de un lado de la hoja el alumno tendrá que escribir en forma de listado 5 virtudes que identifica de sí mismo y del otro lado de la hoja tendrá que escribir de igual forma 5 defectos que identifica de sí mismo.

### **Actividad 2**

Para fomentar la reflexión y el trabajo grupal, se le pedirá a cada alumno colocarse un ahoja blanca en la espalda, para que el resto de sus compañeros escriba una virtud que identifica de su compañero sin que él lo vean.

Al finalizar cada alumno tomara la hoja de la primera actividad y la que se encuentra pegada a su espalda las comparara y posteriormente leerá en voz alta 3 virtudes que le escribieron y no había considerado en su hoja anterior.

## **c) Cierre**

Promover la participación grupal así como la comprensión a las diferentes opiniones de las personas.

Enfatizar en la importancia de poder encontrar cualidades positivas en las personas que nos rodean, así como reconocer que la gente puede ver en nosotros cosas positivas que nosotros mismos no conocíamos.

Promover el juicio de los alumnos sobre su valoración y agrado de sí mismos.

- **Evaluación del Bloque 1**

**Instrucciones:** El alumno contestará la siguiente rubrica tomando en consideración su desempeño durante las cuatro sesiones anteriores.

<b>indicadores</b>	<b>Deficiente</b>	<b>Buena</b>	<b>Excelente</b>
Como fue mi desempeño durante los trabajos en equipo			
Como fue la expresión de mis sentimientos y deseos			
Como fue mi participación durante las sesiones			
Que tanto desarrolle mi capacidad para autoanalizarme			

Numero de sesión		Taller		Duración
		¿Elección de carrera un desafío para mi futuro?		Sesión de 45 min.
4		Espacio		
		Aula escolar		
<b>Bloque</b>	2.Descubriendo mis aptitudes y habilidades	<b>Asignatura</b>	Orientación	
<b>Tema:</b>	Aptitudes			
<b>Objetivo</b>				
Brindar herramientas que ayuden al alumno a identificar sus aptitudes para poder desarrollarlas y potencializarlas.				
<b>Conocimiento transversal</b>				
Capacidad de gestión de la información.				
Aprendizaje autónomo.				
Uso de Internet como medio de comunicación y como fuente de información.				
<b>Material de apoyo</b>				
Lápiz, hojas, goma.				
Video de apoyo: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=vB9qxp2fUs&amp;feature=share">https://www.youtube.com/watch?v=vB9qxp2fUs&amp;feature=share</a>				

## **a) Inicio**

### **Introducción**

Se explicara el tema que se abordara y cuál es el objetivo a cumplir en esta sesión

## **b) Desarrollo**

### **Actividad 1**

Se presentara y explicará a todo el grupo el tema de aptitud con apoyo del video “Aptitudes y tipos de aptitudes”, posteriormente se estimulará al grupo a generar una lluvia de ideas para que formulen un concepto de aptitud, con base en lo que observaron en el video.

### **Actividad 2**

En una hoja los alumnos enlistaran todas aquellas aptitudes que identifican en sí mismos.

Posteriormente de forma aleatoria se elegirá a 7 alumnos para que lean su listado al resto del grupo y expresen que herramientas utilizaron para poder que identificar esas aptitudes

## **a) Cierre**

Resaltar la importancia de identificar en cada uno de nosotros las aptitudes, para poder desarrollarlas de una forma potencial.

Promover el valor que tiene Identificar las aptitudes puesto que esto les permitirá hacer conciencia de las fortalezas y limitantes de cada persona, lo cual coadyuvara en sus planes o metas a futuro.

Fomentar la reflexión sobre la importancia de incorporar las aptitudes para la elección de una profesión

Numero de sesión	Taller		Duración
5	¿Elección de carrera un desafío para mi futuro?		Sesión de 45 min.
	Espacio		
Bloque	2. Descubriendo mis aptitudes y habilidades.	Asignatura	Orientación
Tema:	Habilidades		
<b>Objetivo</b>			
Ayudar al alumno a identificar sus habilidades proporcionándole las herramientas necesarias para su identificación.			
<b>Conocimiento trasversal</b>			
<p>Capacidad de análisis y síntesis.</p> <p>Comunicación oral y escrita.</p> <p>Capacidad de gestión de la información.</p> <p>Habilidades en las relaciones interpersonales.</p>			
<b>Material de apoyo</b>			
Lápiz, goma, cuestionario de habilidades, taba de porcentajes, hoja de interpretación del perfil de habilidades.			

### **a) Inicio**

Se explicará brevemente las actividades a realizar en esta sesión y los objetivos que se quieren lograr

### **b) Desarrollo**

#### **Actividad 1**

Explicar a los alumnos ¿Qué son las habilidades? , ¿Cómo pueden identificar sus habilidades? Y se alentara a los alumnos para que identifique ¿Cuáles los las habilidades que identifican de sí mismos?

#### **Actividad 2**

Se le brindara a cada alumno un “Cuestionario de Habilidades” que contiene 60 afirmaciones las cuales deberán calificar de acuerdo a la siguiente escala numérica:

4.-Muy hábil

3.-Hábil

2.-Medianamente hábil

1.-Poco hábil

0.-Nada hábil

Este cuestionario les ayudara a descubrir que habilidades tiene cada uno.



Nombre: \_\_\_\_\_

### Cuestionario de Habilidades

**Instrucciones:** A continuación te presentamos un listado de 60 afirmaciones, a cada afirmación asígnale un valor en el espacio de la derecha, de acuerdo a la escala siguiente:

4.-Muy hábil

3.-Hábil

2.-Medianamente hábil

1.-Poco hábil

0.-Nada hábil

Al responder piensa en la pregunta siguiente: ¿Qué tan hábil me considero para.....?  
(Independientemente de que me guste o no)

<b>1</b>	<b>Tratar y hablar con amabilidad a las personas</b>	
<b>2</b>	Ser jefe de un equipo o grupo	
<b>3</b>	Expresarme en clase o platicar con mis amigos	
<b>4</b>	Dibujar objetos, figuras humanas, etc.	
<b>5</b>	Cantar en un coro	
<b>6</b>	Llevar en forma correcta y ordenada los apuntes de la clase	
<b>7</b>	Entender principios y experimentos de biología	
<b>8</b>	Ejecutar con rapidez y exactitud operaciones aritméticas	
<b>9</b>	Armar y componer objetos mecánicos o eléctricos (Planchas, cerraduras, juguetes, etc.)	
<b>10</b>	Realizar actividades que requieren destreza manual	
<b>11</b>	Ser miembro activo y participar en un club social	

12	Dirigir y organizar encuentros deportivos, festivales, excursiones o campañas.	
13	Redactar composiciones o artículos periodísticos	
14	Pintar paisajes	
15	Aprender a tocar un instrumento musical	
16	Ordenar y clasificar debidamente documentos de oficina	
17	Entender experimentos y principios de física	
18	Resolver principios de aritmética	
19	Desarmar, armar y componer objetos complicados.	
20	Manejar herramientas de carpintería	
21	Colaborar con otros para el bien de la comunidad	
22	Convencer a otros para que hagan lo que tú crees que se debe hacer	
23	Componer versos en serio o en chiste	
24	Decorar artísticamente un salón, corredor o patio para festival	
26	Distinguir cuando alguien desentona al cantar o al tocar un instrumento musical	
27	Contestar y redactar correctamente cartas y oficios	
28	Entender principios y experimentos químicos	
29	Resolver rompecabezas de números	
30	Armar rompecabezas de alambre o de madera	
31	Manejar herramientas mecánicas	
32	Dar órdenes a otros con seguridad y naturalidad	
33	Escribir cuentos, narraciones o historietas	

34	Moldear con barro, plastilina o grabar en madera	
35	Aprender a entonar las canciones de moda	
36	Manejar y anotar con exactitud y rapidez los nombres , números y datos en general	
37	Entender principios y hechos económicos y sociales	
38	Resolver problemas de algebra	
39	Armar y componer muebles	
40	Manejar con habilidad pequeñas piezas, herramientas de relojería y joyería	
41	Conversar en las reuniones y fiestas con acierto y naturalidad	
42	Dirigir a un grupo o equipo en situaciones difíciles y peligrosas	
43	Saber distinguir y apreciar la buena literatura	
44	Saber distinguir y apreciar la buena pintura	
45	Saber distinguir y apreciar las buena música	
46	Encargarme de recibir, anotar y dar recados sin olvidar detalles importantes	
47	Entender las causas que determinan los procesos históricos	
48	Resolver problemas de geometría	
49	Aprender el funcionamiento de mecanismos complicados 8 Motores, bombas, etc.)	
50	Hacer trazos geométricos con ayuda de la regla de "T", las escuadras y el compás	
51	Actuar con desinterés y condolencia	
52	Corregir a los demás sin ofenderlos	
53	Exponer juicios públicamente sin preocupación de la crítica	

54	Colaborar con la elaboración de un libro sobre artes o arquitectura	
55	Dirigir un conjunto musical	
56	Colaborar en el desarrollo de métodos más eficientes de trabajo	
57	Realizar una investigación científica	
58	Enseñar a resolver problemas matemáticos	
59	Inducir a los demás a obtener resultados prácticos	
60	Participar en concursos de modelismo de coches, aviones, barcos, etc.	

### Actividad 3

Los alumnos deberán sumar los resultados y sacar los porcentajes de las afirmaciones con ayuda de las “tablas de porcentajes”, graficarlos en la tabla “Perfil de Habilidades”, por último los alumnos deberán identificar su tipo de habilidad en “Interpretación del perfil de habilidades”

Finalmente obtén el porcentaje correspondiente buscándolo en la tabla anexa.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
51	52	53	54	55	56	57	58	59	60

Suma										
Porcentaje %										

Suma	%
24	100
23	96
22	92
21	88
20	83
19	79
18	76
17	71
16	67
15	63
14	58
13	54
12	50
11	46
10	42
09	38
08	33
07	29

06	25
05	21
04	17
03	13
02	06
01	04
00	00

**PERFIL DE HABILIDADES**

Para obtener la gráfica de tu perfil de habilidades, rellena con color o con lápiz cada una de las columnas hasta el nivel del porcentaje correspondiente e identifica tu columna en la interpretación del perfil de habilidades.

%										
100										
90										
80										
70										
60										
50										
40										
30										
20										
10										
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

## INTERPRETACIÓN DEL PERFIL DE HABILIDADES

**Columna 1. SERVICIO SOCIAL.-** Habilidad para comprender problemas humanos, para tratar personas, cooperar y preocuparse por los demás. Actitud de ayuda desinteresada a sus semejantes.

**Columna 2.EJECUTIVO-PERSUASIVO.-**Capacidad para organizar, dirigir, supervisar y mandar a otros. Iniciativa, confianza en sí mismo, ambición de progreso. Habilidad para dominar a grupos y personas.

**Columna 3. VERBAL.-**Habilidad para comprender y expresar con corrección el idioma; para utilizar el lenguaje efectivamente en la comunicación con los otros.

**Columna 4. ARTÍSTICO-PLASTICA.-**Habilidad para apreciar formas y colores de los objetos. Para el dibujo, la escultura, la pintura y el grabado.

**Columna 5.-MUSICAL.-**Habilidad para captar y distinguir sonidos en sus diversas tonalidades, para imaginarlos, reproducirlos, utilizarlos en forma creativa: sensibilidad en la combinación y armonía de los sonidos.

**Columna 6.ORGANIZACIÓN.-**Habilidad para el orden y la exactitud, rapidez en el manejo de nombres, numero, documentos, sistemas y sus detalles en trabajos rutinarios.

**Columna 7. CIENTÍFICA.-**Habilidad para la investigación y capacidad de captar, definir y comprender principios y relaciones causales de los fenómenos, buscando siempre la razón de estos.

**Columna 8.CÁLCULO.**Dominio de las operaciones y mecanizaciones numéricas, así como la habilidad para el cálculo matemático.

**Columna 9.MECÁNICA-CONSTRUCTIVA.-** Comprensión y habilidad en la manipulación de objetos; facilidad para percibir e imaginar movimientos; así como la facilidad para construir o reparar mecanismos.

**Columna 10.DESTREZA MANUAL.-**Habilidad en el uso de las manos y dedos para el manejo de herramientas finas. Facilidad para realizar trabajos a detalle con las manos.

### **c) Cierre**

Se alentará a los alumnos para que de forma voluntaria expresen al grupo cuales fueron los resultados obtenidos con el cuestionario y que realicen una reflexión sobre los resultados, tomando en consideración las siguientes preguntas:

¿Los resultados obtenidos fueron los esperados?

Con anterioridad ¿Había identificado esas habilidades en mí?



Numero de sesión		Taller	Duración
		¿Elección de carrera un desafío para mi futuro?	Sesión de 45 min.
6		Espacio	
		Aula escolar	
Bloque	2.Descubriendo mis aptitudes y habilidades	Asignatura	Orientación
Tema:	Fortaleciendo mis aptitudes y habilidades		
<b>Objetivo</b>			
Fortalecer las habilidades y aptitudes de los alumnos, generando estrategias de trabajo que contribuyan a su desarrollo.			
<b>Conocimiento transversal</b>			
<p>Uso de Internet como medio de comunicación y como fuente de información.</p> <p>Experiencia previa.</p> <p>Capacidad de análisis y síntesis.</p>			
<b>Material de apoyo</b>			
<p>Lápiz, goma, Cuadro de “Aptitudes y Habilidades”</p> <p>Video de apoyo: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=NWWN7RGfZT0">https://www.youtube.com/watch?v=NWWN7RGfZT0</a></p>			

## **a) Inicio**

### **Introducción**

La sesión comenzara cuestionando a los alumnos acerca del contenido que se abordó en las sesiones anteriores; posteriormente se hará hincapié en el objetivo de la sesión.

## **b) Desarrollo**

### **Actividad 1**

Se mostrara al grupo el video “Aptitudes y Habilidades” que servirá como reforzador del contenido que se estuvo manejando en las dos sesiones anteriores.

### **Actividad 2**

Una vez identificadas las aptitudes y habilidades de cada alumno, se les proporcionará material de trabajo, una hoja que contiene un cuadro “Aptitudes y Habilidades” que servirá para identificar que habilidades pueden ayudar a fortalecer las aptitudes de cada uno de los alumnos y que actividades podrían favorecer en su desarrollo.

Nombre: \_\_\_\_\_

#### **Instrucciones:**

Completa el cuadro colocando las habilidades ● y aptitudes ● que identificaste de ti, posteriormente en el espacio en blanco escribe las actividades que podrían favorecer su desarrollo.

Aptitudes					
Habilidades					

**d) Cierre**

De forma voluntaria pedir a 3 alumnos que expongan su cuadro al grupo y al finalizar el resto del grupo haga una lluvia de ideas acerca de las actividades que propondrían o sugieren para desarrollar potencializar las aptitudes y habilidades de sus compañeros.

Reflexionar con los alumnos sobre la importancia de potencializar las aptitudes y habilidades, además del impacto que puede tener el considerarlas al tomar una elección profesional.

- **Evaluación del Bloque 2**

**Instrucciones:** El alumno contestara la siguiente rubrica tomando en consideración su desempeño durante las sesiones anteriores.

Rasgos	Cumple		Observaciones
	Si	No	
Escuche atento la información que se me proporciono.			
Fui respetuoso durante la participación de mis compañeros.			
Expresé mis dudas o cuestionamiento sobre algún tema.			
Identifique con claridad mis aptitudes.			
Identifique con claridad mis habilidades.			
Respondí los cuestionarios de forma honesta.			

Numero de sesión	Taller		Duración
7	¿Elección de carrera un desafío para mi futuro?		Sesión de 45 min.
	Espacio		
Bloque 3. Pensando a Futuro		Asignatura	Orientación
Tema:	Toma de decisiones		
<b>Objetivo</b>			
<p>Explicar a los, alumnos sobre la importancia de la toma de decisiones de manera responsable.</p> <p>Identificar los estilos propios para la toma de decisiones.</p>			
<b>Conocimiento trasversal</b>			
<p>Trabajo en equipo.</p> <p>Capacidad de autoevaluación.</p> <p>Resolución de problemas.</p>			
<b>Material de apoyo</b>			
Papel, Pañuelo para cubrir ojos, Cartel con dibujo “Ruleta de la Vida”.			

## **a) Inicio**

### **Introducción**

Exponer a los alumnos los objetivos de este nuevo bloque y los que se abordaran en específico durante la sesión.

## **b) Desarrollo**

### **Actividad 1**

Se explicara a los alumnos:

1. ¿Qué es una decisión?
2. ¿Por qué es importante tomar decisiones en la vida?
3. ¿Para qué sirve conocer el proceso que implica tomar una decisión?
4. ¿Qué factores influyen en la toma de decisiones?

### **Actividad 2**

Se realizará el juego “Ruleta de la vida”. Se dividirá al grupo en equipos de 4 o 5 personas, en equipo elegirán un representante al cual se le vendaran los ojos.

En el pizarrón se colocara la ruleta de la vida y cada uno de los representantes deberá pasar al frente y se le pedirá que lance una bolita de papel mojado hacia la ruleta, después se le quitara la venda de los ojos y observara en que opción cayó su bolita de papel.

Material.



**c) cierre**

### Conclusión

Por equipos los alumnos explicaran que parte de la ruleta les toco y explicaran ¿Qué tipo de decisión es esa?, ¿Les gusto dejar las decisiones a la suerte?, ¿Les agrado que alguien más tomara la decisión por ustedes?, ¿Por qué es difícil tomar sediciones?

Por último se hará una reflexión grupal para resaltar en los alumnos la importancia de saber tomar decisiones responsables y el cómo estas influyen en todos los diversos aspectos de la vida.

Numero de sesión	Taller		Duración
8	¿Elección de carrera un desafío para mi futuro?		Sesión de 45 min.
	Espacio		
Aula escolar			
Bloque	3. Pensando a Futuro	Asignatura	Orientación
Tema:	Decisiones vocacionales		
Objetivo			
<p>Inducir a la loa alumnos en el proceso de toma de la toma de decisiones e identificar las características que se deben considerar en la toma de decisiones vocacionales.</p> <p>Analizar críticamente los factores a considerar al elegir una carrera.</p>			
Conocimiento trasversal			
<p>Capacidad de organización y planificación.</p> <p>Capacidad de autoevaluación.</p> <p>Resolución de problemas.</p>			
Material de apoyo			
<p>lápiz, hojas, herramientas digitales (visitar páginas web de las diferentes universidades).</p>			



## **a) Inicio**

### **Introducción**

Para iniciar la sesión se planteará el objetivo a lograr durante la sesión y retomarán los conocimientos adquiridos en la sesión anterior.

## **b) Desarrollo**

### **Actividad 1**

El alumno elegirá tres carreras que sean de su preferencia y realizará una indagación que contenga los siguientes puntos:

- Universidad en la que se encuentra la carrera
- Es pública o privada
  - Pública: investigar examen de ingreso y números de aciertos que solicita
  - Privada: investigar precio de colegiatura y si está incorporada a la SEP u otra institución.
- Ubicación
- Perfil de ingreso y egreso
- Aptitudes y habilidades
- Periodo de estudio (años)
- Formas de titulación
- Modalidad de plan de estudios
- Campo laboral

Cada alumno deberá poner la información en fichas de trabajo.

### **c) Cierre**

#### **Conclusión**

Para finalizar todo el grupo deberá juntar las fichas de trabajo con la información y clasificarla dependiendo el tipo de carrera y se expondrá la información a todo el grupo para que los alumnos conozcan la amplia oferta educativa que hay disponible.

Posteriormente se fomentara la participación de los alumnos para que expresen que les pareció la actividad y como la podrían mejorar.

Numero de sesión		Taller		Duración
		¿Elección de carrera un desafío para mi futuro?		Sesión de 45 min.
9		Espacio		
		Aula escolar		
<b>Bloque</b>	3. Pensando a futuro.	<b>Asignatura</b>	Orientación	
<b>Tema:</b>	Investigando sobre carreras profesionales.			
<b>Objetivo</b>				
Inducir al alumno en la indagación de carreras profesionales.				
Generar otras opciones para los alumnos que no pretendan ingresar a la universidad al término del bachillerato.				
<b>Conocimiento trasversal</b>				
Razonamiento crítico.				
Capacidad de aplicar los conocimientos teóricos en la práctica.				
Ambición profesional.				
<b>Material de apoyo</b>				
Lápiz, goma, Cuadro "Mi inclinación vocacional"				

### **a) Inicio**

Se exhortara a los alumnos sobre la información que se les proporciono en la sesión anterior y se cuestionara, Si, ¿Alguna de esas carreras les interesó y porque?

Posteriormente se explicara los objetivos a logran en la sesión

### **b) Desarrollo**

#### **Actividad 1**

Se pedirá a los alumnos que nueva cuenta indaguen entre la información que se recaudó la clase anterior y elijan que carreras son de su agrado y cuales podrían elegir considerando sus aptitudes y habilidades.

#### **Actividad 2**

Se le entregará a cada alumno una hoja que contiene el cuadro “Mi inclinación vocacional” el cual deberán a completar eligiendo cinco carreras que sean de su agrado y les gustaría estudiar y cinco carreras que no les agrada y no les gustaría estudiar.

Nombre: \_\_\_\_\_

MI INCLINACIÓN VOCACIONAL	
<b>Instrucciones:</b> En la columna de la izquierda escriba las 5 Carreras que usted Sí estudiaría y en la columna de la derecha las que no estudiaría:	
LA QUE MÁS ME GUSTA	LA QUE MENOS ME GUSTA
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.

5.	5.
----	----

**c) Cierre**

**Conclusión**

Se promoverá de forma voluntaria la participación de los alumnos para que expliquen frente al grupo las carreras que seleccionaron y el ¿por qué? así como su relación con las aptitudes y habilidades con las que cuentan.

Por último se hará hincapié en la importancia de elegir una carrera afine a las habilidades y aptitudes de cada persona puesto que cuando una persona se dedica a lo que le gusta el trabajo se convierte en un placer.

Numero de sesión		Taller		Duración
10		¿Elección de carrera un desafío para mi futuro?		Sesión de 45 min.
		Espacio		
		Aula escolar		
<b>Bloque</b>	3. Pensando a Futuro	<b>Asignatura</b>	Orientación	
<b>Tema:</b>	Proyecto de Vida			
<b>Objetivo</b>				
Exhortar a los alumnos para que diseñen su propio plan de vida e identifique la importancia de su construcción.				
Elegir alternativas y acciones con base en criterios sustentados y en el marco de un proyecto de vida.				
<b>Conocimiento trasversal</b>				
Toma de decisiones.				
Razonamiento crítico.				
Ambición profesional.				
Capacidad de autoevaluación.				
<b>Material de apoyo.</b>				
Lápiz, goma, cuadro de proyecto de vida.				

**a) Inicio**

Esta sesión comenzara planteando el objetivo a cumplir durante la sesión y la importancia de tomar en consideración todos los conocimientos adquiridos previamente.

**b) Desarrollo**

A cada alumno se le proporcionará una hoja que contiene el cuadro “Proyecto de Vida” en el cual deberán a completar los espacios pensando en la elaboración de su proyecto de vida a corto, mediano y largo plazo.

NOMBRE: \_\_\_\_\_

**“Proyecto de Vida”**

**INSTRUCCIONES:** completa el siguiente cuadro de tu proyecto de vida, imaginándote a corto (8 meses), mediano (4 años) y largo plazo (8 años). Explica brevemente

<b>TUS METAS</b>	<b>8 MESES</b>	<b>3 AÑOS</b>	<b>5 AÑOS</b>
<b>FAMILIA</b>			
<b>ESTUDIOS</b>			



TRABAJO			
PAREJA			
HIJOS			
DINERO			
SALUD			
DEPORTE			

**c) Cierre**

Comentar la importancia de cada tema que se revisó durante el curso y su aporte e importancia en la planeaciones de la vida.

Hacer una reflexión con los alumnos acerca de elegir alternativas y acciones con base en criterios sustentados en el marco de un proyecto de vida.

- **Evaluación del Bloque 3**

**Instrucciones:** El alumno deberá completar la siguiente rubrica considerando su desempeño durante el bloque.

Criterios a evaluar	Si	No	Retome aspectos
Considere mis habilidades al seleccionar una carrera			
Considere mis aptitudes al seleccionar una carrera			
Considere la nueva información adquirida de las carreras profesionales para mi elección			
Considere todos los aspectos que influyen en la toma de decisiones para realizar mi proyecto de vida.			
Observaciones			

Numero de sesión	Taller		Duración
11	¿Elección de carrera un desafío para mi futuro?		Sesión de 45 min.
	Espacio		
Bloque 4 Evaluación		Asignatura	Orientación
Tema:	Auto-evaluación final		
<b>Objetivo</b>			
<p>Realizar una evaluación final</p> <p>El alumno deberá evaluar con sinceridad y autocrítica, el desempeño personal que tuvo durante el curso</p>			
<b>Conocimiento trasversal</b>			
<p>Razonamiento critico</p> <p>Capacidad de autoevaluación</p>			
<b>Material de apoyo</b>			
Lápiz, goma, Rubrica de auto-evaluación.			

## **1. Inicio**

De forma grupal se hará un breve recuento de todos los temas que se abordaron durante las 10 sesiones y se explicara que esta es la última sesión del curso.

Posteriormente se explicaran los objetivos y las actividades que se realizaran en esta última sesión.

## **2. Desarrollo**

### **Actividad 1**

El alumno deberá evaluar con sinceridad y autocrítica, el desempeño personal que tuvo durante el bloque a través de una serie de preguntas, las cuales se realizaran en torno a los objetivos que se deseaban alcanzar en dicho bloque y servirán para que el alumno pueda reflexionar sobre su posible elección vocacional y sobre aquellos aprendizajes que obtuvo del curso.

Nombre: \_\_\_\_\_

#### **Instrucciones:**

Marca la escala dependiendo tu desempeño a lo largo de los diferentes bloques

Criterios	Deficiente		satisfactorio	Excelente
A lo largo de los bloques logre desarrollar o adquirir valores y habilidades				
Participe en clase y en las diversas actividades llevadas a cabo en los bloques				
Durante los bloques obtuve conocimientos que considero útiles				
Realice todas las actividades tomando en cuenta las instrucciones del profesor				

A lo largo de este bloque pude tener una mayor claridad sobre lo que deseaba estudiar				
---	--	--	--	--

### 3. Cierre

1. ¿Los contenidos de los bloques te ayudaron a tomar una decisión sobre lo que quieres estudiar? ¿Por qué?
  
2. ¿Qué actividad fue de mayor utilidad para ti? ¿Por qué?
  
3. ¿Piensas que lo visto en el curso será útil para tu vida fuera de la escuela? ¿Por qué?
  
4. Tomando en cuenta tu desempeño en el curso, que calificación te asignarías en un escala del 5 al 10 (considerando 5 como deficiente y 10 como excelente) y justifica tu decisión.

5. ¿Hubo alguna actividad que no te gustara del curso? ¿Porque?

6. ¿Qué actividades propones para poder mejorar el curso?

7. ¿Qué temas que no se abordaron en el curso te hubiera gustado indagar?

## Conclusiones

El objeto principal de esta investigación fue diseñar una Propuesta Pedagógica con un modelo curricular centrado en el alumno, que favoreciera la elección de carrera a los adolescentes en nivel de secundaria lo cual se logró gracias al desarrollo del marco teórico que se abordó comenzando con la noción teórica de adolescencia.

La adolescencia es un proceso por el cual todo ser humano debe atravesar y abarca desde cambios físicos, sociales y psicológicos. “La adolescencia es el periodo de transición en el desarrollo entre la niñez y la edad adulta” (Papalia, 1997 P. 360)

La adolescencia comienza con la pubertad, es un proceso que conlleva a la madurez sexual de una persona, ambos sexos presentan cambios físicos, como aumento repentino del peso y talla en el caso específico de las mujeres comienza la menstruación y ensanchamiento de caderas.

Durante la adolescencia es probable que el egocentrismo aumente por tal motivo es difícil que el joven acepte figuras que le conformen alguna autoridad lo cual le genera problemas en su relación con sus padres, familia y en ocasiones en la escuela con los profesores; esto lo puede llevar a dar más importancia a su círculo de amigos o iguales con los que se relaciona ya que considera que son los únicos que lo entienden, estas relaciones pueden ser favorecedoras para los jóvenes o pueden provocar que los adolescentes adopten comportamientos antisociales o caigan en actividades ilícitas o en ocasiones en alguna adicción. En esta etapa donde se dan las primeras relaciones de noviazgo, ya que el adolescente aún está experimentando con su sexualidad.

En la adolescencia es común que el adolescente sufra distintos cambios en su aspecto ya que está en una constante búsqueda de identidad Erickson (1968) citado por Papalia (1997 Pág. 408) menciona que “la principal tarea de esta etapa de la vida es resolver el conflicto de la identidad versus la confusión de la identidad, para convertirse en un adulto que pueda cumplir un importante rol en la vida”.



La orientación es vista como un conjunto de conocimientos y principios teóricos que fundamentan la planificación, el diseño, la aplicación y la evaluación, que se aplica de una forma comprensiva a las personas o alumnos dependiendo sea el contexto en el que se desarrolla.

La orientación y la tutoría pueden ofrecer un conjunto de planteamientos que faciliten el desarrollo personal y social. Martin (2000) sustenta que la orientación es “Proceso de ayuda, que permite garantizar una educación plena e individualizada de los alumnos”. (Págs. 15-18.)

Sobre la orientación recae el objetivo de atender la diversidad de los alumnos en su capacidad de aprendizaje, intereses y motivaciones, por este motivo la orientación son un elemento interno de la orientación educativa.

Grañeras y Parras (2009, Pág, 34) mencionan que la Orientación no sólo es competencia del orientador o la orientadora, sino que el conjunto de educadores y educadoras, cada cual en el marco de sus respectivas competencias, deben implicarse en el proceso.,

Sobre la orientación recae el objetivo de atender la diversidad de los alumnos en su capacidad de aprendizaje, intereses y motivaciones, por este motivo la orientación son un elemento interno de la orientación educativa

La orientación educativa es otra noción que sustenta la investigación, la cual es considerada como un proceso de ayuda para el estudiante el cual le ayudara a resolver sus problemas. Analizar la importancia del proceso continuo de la orientación educativa en el adolescente ayudara a que el alumno desarrollo de una forma adecuada su presente lo cual le favorecerá en el desarrollo de un proyector de vida que le beneficiara a futuro.

La Orientación profesional ayudar a los jóvenes a encontrar un lugar en el mundo de las profesiones mediante intervenciones orientadoras que permitan al sujeto un

conocimiento adecuado de sus posibilidades y un mejor conocimiento del mundo del trabajo para que sea posible y satisfactorio el ajuste entre ambas realidades.

Para finalizar las conclusiones respondo las preguntas de investigación las cuales son un eje nodal en el planteamiento de la investigación: La pregunta que se planteó para esta investigación fue la siguiente **¿Cómo desarrollar la elección profesional en adolescentes de secundaria?** La elección profesional debe ser vista como un proceso formativo para el alumno ya que la elección vocacional es una decisión personal pero se ve influenciado por los diferentes aspectos que rodean al adolescente por tal motivo no debe ser un proceso separado de su desarrollo integral como estudiante y ser humano, para que esto genere una vocación en el adolescente.

La vocación se va generando a partir de las experiencias que cada individuo va adquiriendo durante su desarrollo, es lo que cada persona quiere lograr ser y esto a partir de lo que hace ya que integra todos los aspectos de la vida

La elección de carrera implica tomar decisiones, la cual es una actividad que constantemente hace el ser humano a lo largo de su vida; Erickson (1968) menciona que uno de los aspectos más importantes dentro de la identidad del adolescente es la elección de carrera.

La toma de decisiones para Rodríguez, (1986) es una función de ayudantía y se conceptualiza de la siguiente forma:

La ayuda en la toma de decisiones consiste fundamentalmente en provocar, ampliando notablemente el campo de las orientaciones consideradas accesibles, y facilitar al alumnado las comparaciones de las representaciones y las proyecciones de sí mismo en los roles educativos y profesionales (Rodríguez, 1986, pág. 144).

Por lo que considero que la orientación es medio por el cual se puede proporcionar las herramientas y el apoyo necesario al adolescente para lograr un mejor desarrollo en el proceso de la elección profesional.

Preguntas particulares

**¿Cuál es la importancia de desarrollar aptitudes y habilidades del adolescente en secundaria para el ámbito profesional?**

Las aptitudes son las destrezas con las que una persona nace y las habilidades son todas esas acciones que el ser humano realiza y que ayudan a favorecer el desarrollo de las aptitudes.

Durante la secundaria los jóvenes están pasando por la etapa de la adolescencia lo que provoca que el alumno pase por diversos cambios físicos, sociales y psicológicos los cuales pueden afectar o modificar la percepción que tiene de sí mismo, por este motivo considero que es fundamental coadyuvar al adolescente en el descubrimiento de las aptitudes que le favorecerán en el proceso de su autoconocimiento y del mismo modo alentarle en el descubrimiento de las habilidades que le ayuden a valorar y potenciar esas aptitudes a un nivel vocacional.

Es necesario el trabajo de ambas puesto que una depende de la otra para su mejor desarrollo, cuando un adolescente conoce o identifica sus aptitudes y habilidades esto le permite saber cuáles son sus debilidades o limitantes y tomar conciencia de ellas.

Una persona que trabaja en algo que le gusta y tiene las aptitudes para esa profesión deja de considerar esa acción como un trabajo y lo convierte en un placer

## **¿Por qué es importante el proceso continuo de la orientación educativa en el adolescente de secundaria?**

La orientación es considerada como un elemento básico para el proceso educativo, ya no solo ayuda a los alumnos en los diferentes ámbitos de la vida, sino también ayuda a prevenir posibles dificultades de aprendizaje.

Bisquerra y Álvarez (1998) definen la orientación como un proceso de ayuda continuo y sistemático, dirigido a todas las personas, en todos sus aspectos, con objeto de potenciar el desarrollo de la personalidad integral.

Al no existir un proceso continuo en la orientación educativa el adolescente lo considera como un agente externo o algo ajeno, al cual solo recurre cuando se le presenta alguna problemática.

Al considerar la orientación como un proceso continuo se lograría un mejor desarrollo educativo, puesto que se considerarían todos los aspectos del adolescente durante el proceso de su desarrollo, como un apoyo para su desarrollo emocional, social e intelectual.

## **Aportes de mi propuesta pedagógica para la Pedagogía**

Con esta propuesta pedagógica estoy aportando a la pedagogía una nueva serie de estrategias que favorezcan en el campo específico de la orientación vocacional y fomenten un mejor desarrollo de los adolescentes.

Esta propuesta permite a la pedagogía abordar el ámbito de orientación vocacional desde una metodología enfocada en el modelo de diseño curricular centrado en el alumno, el cual permite considerar la individualización de cada alumno en su proceso de aprendizaje, esto con el apoyo de las diversas actividades que propongo en las cuales el docente orientador es el encargado de apoyar las necesidades básicas de cada alumno, comprendiendo que cada alumno aprende de forma diferente.

Mi aporte como pedagoga y orientadora educativa en la elaboración de esta propuesta que permita generar a los alumnos de secundaria un proyecto de vida, el cual considere las diferentes experiencias de orientación vocacional por las que he pasado y conjuntarlas con los diferentes conocimientos que adquirí a lo largo de mi desarrollo en la carrera de pedagogía.

Al reflexionar sobre mi experiencia en los diversos procesos de la orientación vocacional y los diversos conocimientos adquiridos en la universidad, me permitieron crear una propuesta que ayude a los adolescentes en el proceso de elección de carrera, ya que esto puede ser todo un desafío para los adolescentes, con esta propuesta el adolescente conocerá de mejor forma su desarrollo, aptitudes y habilidades las cuales en muchas ocasiones se dejan de lado, con esta propuesta el adolescente tomara en consideración estos aspectos para llevar a cabo la toma de decisiones la cual le ayudara en su futuro y le permitirá construir su propio proyecto de vida.

## Bibliografía

- Aberastury, A. (1988). La adolescencia normal. México. Paidós.
- Alvares, V. (1994). Orientación Educación y Acción Orientadora, Madrid. EOS.
- Bauzela, E. (2014). Modelos de orientación Psicopedagógica. Revista iberoamericana de educación. OEI. <http://www.ub.edu/grop/wp-content/uploads/2014/03/Orientación-psicopédagogica-yeducación-emocional.pdf>
- Beck, E. (1973). Orientación Educacional sus funciones filosóficas. El ateneo.
- Coleman, J. (1987). Psicología de la adolescencia. Madrid. Morata. Segunda Edición.
- Cueli, J. (1969) Vocación y Afectos. *México* .SEP
- Cupani M. (2006). Metas de elección de carrera. Buenos Aires. Centro Iberoamericano de investigaciones psicológicas y ciencias afines.Vol.23. Pag.81-100. [https://www.researchgate.net/publication/26460911\\_Metas\\_de\\_eleccion\\_de\\_carrera\\_Contribucion\\_de\\_los\\_intereses\\_vocacionales\\_la\\_autoeficacia\\_y\\_los\\_rasgos\\_de\\_personalidad](https://www.researchgate.net/publication/26460911_Metas_de_eleccion_de_carrera_Contribucion_de_los_intereses_vocacionales_la_autoeficacia_y_los_rasgos_de_personalidad)
- Delval J.(2012)
- Estado mundial de la infancia. (2011). La adolescencia Una época de oportunidades. Unicef. [https://www.unicef.org/honduras/Estado\\_mundial\\_infancia\\_2011.pdf](https://www.unicef.org/honduras/Estado_mundial_infancia_2011.pdf)
- Flores, E. (1999) Orientación profesional: Manual para el alumno. México. Trillas.
- Garalgordobll, M. & Dure, A. (2006). Relaciones del autoconcepto y la auto estima con la sociabilidad, estabilidad emocional y responsabilidad en adolescentes de 14 a 17 años. Vasco. Análisis y Modificación de Conducta Vol. 32, N° 141. <http://www.uhu.es/publicaciones/ojs/index.php/amc/article/view/2132/2107>
- García, J. Cantón, I. & García M.(1990) Como intervenir en la Escuela (Guía para Profesores) Madrid. Visor Distribuciones.

- González V. (2009). Autodeterminación y conducta exploratoria. Elementos esenciales en la competencia para la elección profesional responsable. Revista Iberoamericana de educación. <http://residentesumf.mex.tl/imagesnew/7/4/6/3/6/COMPETENCIA%20PARA%20ELECCION%20RESPONSABLE.pdf>
- Hernández, F. (2013). Noviazgo: un enfoque diferente para maestros y padres de familia. México. Trillas.
- Hernández, G. (1998). Paradigmas en psicología de la educación, México. Paidós.
- Herrera, L. (1957). La orientación educativa y vocacional en la segunda enseñanza. México. SEP.
- Holland, L. (2003). Técnica de la elección vocacional: tipos de personalidad y modelos ambientales. México. Trillas.
- James, L. (2000). Sexualidad humana de McCary. México. Manual Moderno, Quinta edición
- Jensen, J. (2004). Adolescencia y adultez emergente. Un enfoque cultural. México: Pearson Educación.
- Juul, J. (2012). La pubertad: cuando educar ya no funciona. Barcelona. Medici.
- López, N. & Sola T. (2005). Orientación escolar y tutoría. Andalucía. Grupo Universitario.
- Legorreta, B. (2008). Aprendizaje centrado en el estudiante. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo División de Docente DEA y D. [http://cvonline.uaeh.edu.mx/Cursos/BV/Docentes/pdf/Tema2\\_aprendizaje\\_centrado\\_estudiante.pdf](http://cvonline.uaeh.edu.mx/Cursos/BV/Docentes/pdf/Tema2_aprendizaje_centrado_estudiante.pdf)

- Magaña, H. (2013). El discurso de la orientación en México: La historia de los primeros años del siglo XX. *Revista Mexicana de Orientación Educativa* (Vol.), (25),Pag. 2-12
- Martani, S. (2008). *Un viaje por la pubertad y la adolescencia*. Buenos Aires. Miño y Dávila.
- Martin, E. & Tirado, V. (2000). *La orientación educativa*. Barcelona. Horsori. Segunda Edición.Pag. 15-18.
- Müller, M. (1986). *Orientación Vocacional*. Buenos Aires. Miño y Dávila.
- Osipow Samuel. (1990).*Teorías sobre la elección de carreras*, México, Editorial Trillas, Segunda edición.
- Papalia, D. (1997). *Desarrollo humano*. Colombia. McGraw-Hill. Sexta edición.
- Pereira, R. (2011). *Adolescentes en el siglo XXI; Entre impotencia, resiliencia y poder*. Madrid. Morata.
- Pick, S. (1993).*Planeando tu vida*. México. Planeta, Sexta edición.
- Rivas, F. (1988). *Psicopedagogía Vocacional. Enfoques del asesoramiento*. España. Morata.
- Rodríguez, M. (1991). *Orientación Educativa*. Barcelona España .CEAC.
- Santrock, J. (2004). *Psicología del desarrollo en la Adolescencia*. España. McGraw-Hill. Novena edición.
- Storino, S. (2011).*Que quiero estudiar*. Uruguay. Arquetipo grupo Editorial.
- Valdivia C. (2008).*La familia: concepto, cambios y nuevos modelos*. *La Revue de REDIF*. Vol. 1. Pag. 15-22.  
[http://moodle2.unid.edu.mx/dts\\_cursos\\_md/lic/DE/PF/AM/05/cambios.pdf](http://moodle2.unid.edu.mx/dts_cursos_md/lic/DE/PF/AM/05/cambios.pdf)
- Veláz de Medrano, C. (2002). *Orientación e intervención psicopedagógica; conceptos, modelos, programas y evaluación*. Málaga, España. Aljibe.



Villee, C. (1991). Biología. México. McGraw-Hill. Séptima edición.

### **Website**

“Sigmund Freud”. Sin autor.

<http://www.biografiasyvidas.com/monografia/freud/psicoanalisis.htm>

Victoria A. Malca X (2012)“Psicoterapia humanista desde la perspectiva rogeriana”

<http://micursodepsicoterapia.blogspot.mx/2012/04/psicoterapia-humanista-desde-la.html>

“El enfoque evolutivo en Orientación Vocacional” Sin autor.

<https://sites.google.com/site/inukshuking/orientacion-en-la-escuela/orientacion-vocacional/el-enfoque-evolutivo-orientacion-vocacional>

Bertrand, R. “La Teoría Sociocultural de Lev Vygotsky”.

<https://psicologiaymente.net/desarrollo/teoria-sociocultural-lev-vygotsky#>