



GOBIERNO DEL ESTADO DE HIDALGO
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA HIDALGO
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL- HIDALGO



**“AUTOESTIMA E INTEGRACIÓN DE GRUPO EN
ALUMNOS DEL COLEGIO DE BACHILLERES DEL
ESTADO DE HIDALGO (COBAEH)”.**

JUDITH IRENE RANGEL LAGUNA
BRENDA JANETH VIRGEN VALDEZ



GOBIERNO DEL ESTADO DE HIDALGO
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA HIDALGO
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL- HIDALGO
SEDE TULA DE ALLENDE HIDALGO



“AUTOESTIMA E INTEGRACIÓN DE GRUPO EN ALUMNOS DEL COLEGIO DE BACHILLERES DEL ESTADO DE HIDALGO (COBAEH)”.

PROYECTO DE DESARROLLO EDUCATIVO

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADA
EN INTERVENCIÓN EDUCATIVA

PRESENTA:

JUDITH IRENE RANGEL LAGUNA
BRENDA JANETH VIRGEN VALDEZ

TULA DE ALLENDE HIDALGO

ENERO 2016



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DE HIDALGO
SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR Y SUPERIOR
DIRECCIÓN GENERAL DE FORMACIÓN Y SUPERACIÓN DOCENTE
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL-HIDALGO

UPN/DT/OT. No.1111/2015-II
DICTAMEN DE TRABAJO

Pachuca de Soto, Hgo., 30 de noviembre de 2015.

C. JUDITH IRENE RANGEL LAGUNA
P R E S E N T E.

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad, me permito informarle que, como resultado del análisis realizado al Proyecto de Desarrollo Educativo, intitulado, *"AUTOESTIMA E INTEGRACIÓN DE GRUPO EN ALUMNOS DEL COLEGIO DE BACHILLERES DEL ESTADO DE HIDALGO (COBAEH)"*, presentado por su tutora MTRA. MARÍA DE LOURDES ORTIZ LÓPEZ, ha sido **DICTAMINADO** para obtener el título de Licenciada en Intervención Educativa, al haber reunido los requisitos académicos establecidos al respecto por la institución.

Con base en lo anterior, tengo a bien informarle que puede ser presentado ante el H. Jurado que se le designará al solicitar su examen profesional.



ATENTAMENTE
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"

U.P.N.
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
HIDALGO

DR. ALFONSO TORRES HERNÁNDEZ
PRESIDENTE
H. COMISIÓN DE TITULACIÓN

C.c.p. - Depto. de Titulación - Universidad Pedagógica Nacional-Hidalgo.
Documento válido por 60 días a partir de la fecha de expedición.

ATN/SCA/jahn.



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DE HIDALGO
SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR Y SUPERIOR
DIRECCIÓN GENERAL DE FORMACIÓN Y SUPERACIÓN DOCENTE
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL-HIDALGO

UPN/DI/Of. No. 1112/2015-II
DICTAMEN DE TRABAJO

Pachuca de Soto, Hgo., 30 de noviembre de 2015.

C. BRENDA JANETH VIRGEN VALDEZ
PRESENTE.

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad, me permito informarle que, como resultado del análisis realizado al Proyecto de Desarrollo Educativo, intitulado, *"AUTOESTIMA E INTEGRACIÓN DE GRUPO EN ALUMNOS DEL COLEGIO DE BACHILLERES DEL ESTADO DE HIDALGO (COBAEII)"*, presentado por su tutora MTRA. MARÍA DE LOURDES ORTIZ LÓPEZ, ha sido **DICTAMINADO** para obtener el título de Licenciada en Intervención Educativa, al haber reunido los requisitos académicos establecidos al respecto por la institución.

Con base en lo anterior, tengo a bien informarle que puede ser presentado ante el H. Jurado que se le designará al solicitar su examen profesional.

ATENTAMENTE
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"



S. E. P. H.
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
HIDALGO

DR. ALFONSO TORRES HERNÁNDEZ
PRESIDENTE
H. COMISIÓN DE TITULACIÓN

C.c.p. - Depto. de Titulación - Universidad Pedagógica Nacional-Hidalgo.
Documento válido por 60 días a partir de la fecha de expedición.

ATH/SCA/jahm.

AGRADECIMIENTOS

A mi familia

Damos gracias a Dios y a ustedes por habernos
Permitido terminar el mayor de nuestros anhelos,
Por el apoyo incondicional y desinteresado,
Por sus sacrificios y esfuerzos constantes,
Por compartir con nosotras tristezas, alegrías
Éxitos, fracasos y por creer en nosotras.
Porque a través de sus consejos
Logramos forjar un camino, guiándonos y alentándonos
Ante los obstáculos que se nos presentaron
Para lograr el éxito en nuestra formación
Como profesional, la cual constituye
La mejor de las herencias.
Con Amor, Admiración y Respeto.

Atte.

Rangel Laguna Judith Irene

Virgen Valdez Brenda Janeth

NDICE

Introducción

CAPITULO I DIAGNOSTICO

A. Nuestro entorno	10
1. Origen	11
2. Ubicación y descripción	12
3. Áreas	13
B. Interacción Interventor Educativo-alumnos del COBAEH	16
C. Debilidades de los alumnos (problemáticas)	18
D. Delimitación del problema	20

CAPITULO II MARCO TEORICO

A. Autoestima	22
1. Tipo de autoestima	24
2. Autoestima y comportamiento escolar	25
3. Como influye en los jóvenes el apoyo de los padres	26
B. Los cuatro aspectos del autoestima	27
1. Componentes de la autoestima	28
2. Escalera del autoestima	29
3. Recomendaciones para mejorar el autoestima	32
C. Adolescencia y sus características	34
1. La autoestima en los años de la adolescencia	34
2. La adolescencia en la familia	34
3. Adolescencia en el colegio	36
D. Admisión de la personalidad	36
E. Trabajo en equipo	38
F. Bullying	40
1. Tipos de bullying	40
2. Causas de bullying	41
3. Consecuencias	41
G. Motivación preventiva	42

CAPITULO III METODOLOGIA

A. Diagnostico Psicopedagógico	44
1. Tipo de investigación	45
2. Técnicas	47
3. Evaluación	48
4. Propuesta de Intervención	48
a) Justificación	48
b) Destinatarios	48
c) Objetivo general	49
d) Objetivo específico	49
e) Perfil del Interventor en su mediación	49
f) Programa	50
g) Recursos	51
h) Actividades	52

CAPITULO IV EVALUACIÓN Y RESULTADOS

A. Evaluación formativa	62
B. Resultados de las sesiones	64

CONCLUSIONES

REFLEXIÓN FINAL

BIBLIOGRAFÍA

ANEXOS

INTRODUCCIÓN

LA EDUCACIÓN PARA JÓVENES Y ADULTOS

En estos tiempos es de primordial importancia darle un apoyo a la educación de la sociedad juvenil, ya que ellos son el futuro para México; y de esta manera poder obtener calidad en el ámbito laboral.

Se necesita poner más empeño para que los jóvenes reciban información acerca de los niveles de autoestima, causas, consecuencias y el origen de tal tema, para así poder obtener una educación de calidad que les ayude a desempeñar una buena autoestima y de la misma manera poder desarrollar actividades en equipos.

La educación y los conocimientos son cada vez más necesarios para que los países puedan competir en la economía global y poder tener avances tecnológicos.

Es muy importante conocer las necesidades de cada joven y adulto, ya que así desarrolla mejor cada habilidad que tienen. Podemos hacer mención que la educación de jóvenes y adultos suele ser desvanecida, por situaciones que le impide poder desarrollar sus habilidades y conocimientos pero, aparte de esto, en México se hace presente la falta de recursos que se necesitan para obtener una educación de calidad para adquirir un mejor desempeño tanto en la vida personal como escolar y fortalezcan la toma de decisiones futuras emprendedoras.

En este pequeño recorrido queremos presentar el contenido del trabajo presente.

El primero capítulo es llamado “Nuestro Entorno”. Abordaremos algunos conocimientos sobre el COBAEH “Plantel Tula”, posteriormente hablaremos del origen, ubicación y descripción interna de las áreas de la institución, así como también de las problemáticas que existen dentro del plantel y espacios de mejora, en donde se lleva la enseñanza de aquellos que desean aprender y trabajar,

en el Municipio de Tula de Allende, Hidalgo, en el cual realizamos prácticas profesionales para efectuar nuestro trabajo.

Al igual indicaremos la problemática más sobresaliente del grupo observado en el cual se trabajó de manera continua y se pudo destacar que la baja autoestima ha perjudicado el interés en clase y la integración de grupo.

El capítulo dos explica en qué consiste el marco teórico como fundamento que sustenta el trabajo de la investigación de este proyecto. Abordaremos los temas de baja autoestima, bullying, adolescencia, Integración de grupo, entre otros. Si bien sabemos es necesario tener en cuenta que la autoestima se complementa de aspectos importantes encadenados por personalidad, carácter, actitud y temperamento, los cuales influyen en la adaptación a la sociedad.

En el capítulo tres se mencionará la metodología utilizada, técnicas e instrumentos que se utilizaron para poder recolectar la información adecuada.

Posteriormente se muestra el diseño de la propuesta de intervención, dentro de la institución el cual tiene como nombre "Motiva-T"; en él se realizaron actividades de acuerdo al tema que daba respuesta a la problemática encontrada. Está dirigido para los estudiantes de entre 15 y 18 años de edad,

El capítulo cuatro indicaremos la evaluación y resultados de la propuesta de intervención educativa, como también conocer el cumplimiento de objetivos la resolución de la problemática, proyección de alcances, entre otros.

Como todo proyecto se presenta la conclusión en donde se indica lo obtenido en el proyecto y cuál fue el impacto que tuvo ante el alumnado.

Por otro lado se expone la bibliografía se da a conocer todos los libros, revistas y paginas consultadas en el proceso del proyecto.

Por último los anexos, estos dan cierre a este proyecto de desarrollo educativo.

CAPÍTULO I

DIAGNÓSTICO

A. Nuestro Entorno

El Colegio de Bachilleres del Estado de Hidalgo se caracteriza por ser una institución comprometida con la Educación de nuestro Estado.

Destaca en los ámbitos académico, cultural, deportivo y social; de igual forma, con 16 años de experiencia ha posibilitado al alumno desarrollar en un perfil con características esenciales que le permiten un desenvolvimiento integral en su aprendizaje y su crecimiento personal.

Forma jóvenes y ciudadanos comprometidos, propositivos, humanos y responsables desde el momento de su ingreso al colegio y posteriormente en su incorporación a la vida productiva y social de su entidad.

El COBAEH oferta estudios de bachillerato general que permiten a los educandos continuar con su educación a nivel superior en cualquier institución educativa del país.

Actualmente son 61 Planteles y 18 Centros de Educación Media Superior a Distancia (CEMSAD), en los cuales se obtiene el documento de validez oficial correspondiente (certificado de estudios de bachillerato).

Entre los beneficios educativos se encuentra el obtener una especialidad de formación para el trabajo en Informática, Laboratorista Químico, Contabilidad y Dibujo arquitectónico.

El 28 de Septiembre de 1984, por Decreto número 16 expedido por la LII Legislatura del H. Congreso Constitucional del Estado Libre y Soberano de Hidalgo, se crea el Colegio de Bachilleres del Estado de Hidalgo (COBAEH) y su Ley Orgánica, que estipula que es una Institución Educativa del Nivel Medio Superior, que ofrece un Bachillerato General con Formación para el Trabajo, creada por Decreto del Ejecutivo como Organismo Público Descentralizado del Gobierno del Estado de Hidalgo, en donde la Federación aporta un 50% de su presupuesto y el otro 50% lo aporta el Gobierno Estatal; contando con Personalidad Jurídica y Patrimonio Propio

El Colegio inicia sus operaciones formalmente el 28 de Septiembre de 1987, con cuatro Planteles ubicados en los Municipios de Cardonal, Nopala, Tenango de Doria y Zimapán, con una matrícula de 717 alumnos, atendidos por 57 docentes.

En el año de 1998, dentro del COBAEH surge una nueva modalidad de estudio: la Educación Media Superior a Distancia (EMSaD), se creó los primeros tres Centros de Educación Media Superior a Distancia (CEMSaD) en nuestro Colegio: Durango, en el municipio de Zimapán; Las Piedras en el municipio de San Felipe Orizatlán y Santa María Macuá en Tula de Allende.

Actualmente, el COBAEH cuenta con 45 Planteles, 51 Centros de Educación Media Superior a Distancia (CEMSaD) y 7 extensiones educativas, haciendo un total de 103 Centros Educativos, teniendo una cobertura en 64 de los 84 municipios, lo que representa una presencia de un 76.19% en todo el Estado, con una matrícula de 28,236 alumnos.

1. Origen

El COBAEH de Tula de Allende estaba situado en el centro de este Municipio en la escuela secundaria para trabajadores, a cargo del director Doctor Humberto Maldonado Becerra. Estas instalaciones no eran adecuadas para los alumnos ni para el administrativo docente, ya que contaban con una matrícula de 150 alumnos, usando solamente tres aulas divididos en 50 lugares. No descartando que hubiese deserción escolar. Dentro del sistema impartían clases 9 asesores con distintas materias en turno matutino.

Al ver el incremento de alumnado tuvo mayor demanda, para lo cual el director junto con mesa directiva solicitarón que hubiese un espacio más amplio para poder admitir a nuevo alumnado, docente y administrativos.

Estuvieron cinco meses en dicha instalación iniciando septiembre 1998 a enero 1999, dieron respuesta a principios de enero del mismo año. Posteriormente se trasladaron a colonia San Marcos en un periodo de dos semanas, ya que había iniciado el ciclo escolar, cuyas instalaciones fueron prestadas por presidencia,

laborando a mediados del mismo mes a febrero de 2000. Fue hasta el año 2001, cuando fue construido el Colegio de Bachilleres del Estado de Hidalgo.

Fue diseñado para 150 alumnos, de los cuales ocupaban dicho espacio para la misma cantidad que donde se ubicaban anteriormente solo se contaba con tres grupos.

Los Directores más sobresalientes de dicha institución son mencionados posteriormente con el permiso que ellos brindaron:

Doctor. Humberto Maldonado Becerra

- Químico. Gabriel Jiménez Zeron
- Químico Agustín Barranco Flores
- Ing. Salvador Cordero Morales
- Lic. Antonio Ortiz Cornejo
- Lic. Eduardo Reséndiz Jiménez
- Psicólogo. Juan Manuel Ortiz Bustos
- Química Donají Jiménez Tovar

Esta última es la que actualmente ha implementado en cuanto al área educativa una mejora, ya que trabaja con el programa establecido por competencias, el cual impulsa a que los alumnos desarrollen sus habilidades e inteligencias múltiples. Gracias a este sistema educativo se han obtenido resultados exitosos a lo que conlleva que la matrícula crezca cada vez más.

2. Ubicación y Descripción

El Colegio de bachilleres se ubica en las orillas de la Carretera Tula Tlahuelilpan km. 35 Colonia Iturbe Tula de Allende Hidalgo. A sus alrededores se halla un baldío ya que está rodeado de milpas, carreteras, vías del tren, Para la protección de este centro está cercado con malla ciclónica, en lo alto hay un alambre de púas. En el terreno en donde se localiza la institución hay árboles con un amplio jardín.

Hay dos puertas una es para la entrada y salida del alumnado, está siempre cerrada con candado y cuando alguien desea salir o entrar necesita primero avisarle al prefecto que esté a cargo de la puerta para que se pueda abrir. La segunda siempre está abierta ya que es el acceso para los vehículos de administrativos y docentes.

El colegio de bachilleres se conforma de varios salones los cuales tienen cuatro colores en su estructura, la parte de arriba es color rojo con bordes color verde, decoración color gris y bardas de ladrillo rojo; En la pared de la entrada hay un letrero en el exterior con la siguiente información:



3. Áreas

Dirección: es un espacio pequeño, cuenta con dos metros de ancho por dos metros de largo, la pared tiene un color amarillo canario, con una puerta de madera color blanco. Cuenta con un escritorio amplio en forma de “L”, una silla dentro para la directora y dos fuera para el personal que ingrese, además una vitrina y el portabandera. Cuenta con equipo electrónico tal como una computadora de escritorio, una impresora, fax y teléfono de oficina. ¹

Subdirección: es un espacio amplio, no se considera como tal ya que esta compartido con otras ocho cabinas las cuales miden un metro y medio de ancho y largo. Esta se encuentra situada en la esquina al noroeste (turno matutino) al

¹ Véase anexo de áreas Fig 4

sureste (turno vespertino); cuentan con un escritorio, una silla para el directivo, dos fuera para la visita y una máquina de cómputo.²

Salones de clases: este cuenta con una medida de cuatro metros de ancho por seis de largo; las paredes son color blanco al igual que la puerta, las ventanas son de color aluminio, cuenta con 36 butacas, un escritorio con silla para el docente, un pizarrón color blanco.

Plaza cívica: se sitúa justo en el centro de la institución con vista hacia al sureste de la entrada principal. Tiene una medida de ocho metros de ancho por diez metros de largo, el piso es de concreto color gris, Alrededor de ella se encuentran pequeñas jardineras con árboles; en el centro está pintado el “punto de reunión”.³

Aula inteligente: está ubicada a un lado de la dirección (sureste), mide cuatro metros de ancho por seis metro de largo. Cuenta con 11 máquinas de cómputo para el alumnado, con acceso a internet, una máquina para el encargado y una maquina más para el docente, dos impresoras. Tiene un proyector y un pizarrón electrónico, este se encuentra más alto para una mayor visibilidad ya que es el escenario de exposiciones; frente al pizarrón se cuenta con nueve mesas rectangulares para seis sillas.

Laboratorio de Informática: tiene una medida de seis metros de ancho por diez de largo, Al entrar se encuentra un Stand metálico de tres dimensiones aproximadamente dos metros de largo por setenta centímetros de ancho y uno ochenta de alto. Un segundo stand con las mismas medidas pero con treinta y seis divisiones en él, los alumnos dejan sus pertenencias en orden, Tiene cuarenta y cinco máquinas de computo con acceso a internet limitado; una máquina para el encargado de área y una más para el docente, desde las cuales pueden manipular las máquinas del alumnado, cuenta con un pizarrón blanco, un proyector, al igual tiene con dos impresoras.⁴

² IBDEM

³ Véase anexo de áreas Fig. 2

⁴ Véase anexo de áreas Fig. 5

Laboratorio de Química: el espacio es lo mismo a lo de una aula de clases, con seis mesas de laboratorio, dos llaves integradas de agua y una de gas para el uso de experimentos, Una regadera por si surge alguna emergencia, extintor, cuenta con seis lavabos para la limpieza del material, Un stand con 3 divisiones para que los alumnos guarden sus pertenencias, en la parte de atrás se encuentra un cubículo “bodega” donde se encuentra todo lo necesario para laboratorio, un televisor plasma, DVD, proyector, un pizarrón blanco y escritorios para el personal encargado y el docente.

Biblioteca: tiene una medida de seis metros de ancho por diez de largo, existen Nueve mesas rectangulares, doce sillas, un mostrador que divide al área estudiantil con la de bibliotecarios. Posee un proyector, un pizarrón blanco, un televisor plasma, DVD, grabadora, Stand; disfruta más de cinco mil libros.

Canchas deportivas: se ubican al norte de la institución, una de futbol y una de basquetbol.

Sanitarios: cuenta con ocho sanitarios de los cuales seis son para el alumnado, uno para el docente y uno más para discapacitados; un espejo grande frente a los dos lavabos. ⁵

Comedor: su estructura no es de concreto, está construido con materia de tabla roca y lámina, ya que la institución no tenía un comedor como tal, Cuenta con una cocina, de dos metros de ancho por tres de largo, junto con la tiendita, en la cual venden artículos de papelería, tienen una fotocopiadora, ocho mesas formadas en tres hileras, tres refrigeradores, un mostrador, y una mesa para despachar. ⁶

Áreas verdes: son las que rodean la institución, cuentan con un jardinero el cual se encarga de darle mantenimiento al prado y a los árboles.

Estacionamiento: se localiza frente a dirección con un espacio para treinta vehículos para el personal que labora en la institución.

⁵ Véase anexo de áreas Fig. 3

⁶ Véase anexo de áreas Fig. 6

Áreas especializadas

Contabilidad:

Se encuentra solo un docente en esta capacitación, el cual tiene como objetivo que el alumno tenga un aprendizaje significativo para que posteriormente lo pueda aplicar en el campo laboral; dentro de este taller se desarrolla la habilidad lógico-matemático conjunto a la administración. Dicha área se implementa a partir del tercer semestre solo como capacitación.

Informática:

El área está a cargo de tres docentes para cada uno de los niveles educativos ya que se implementa desde primer semestre y posteriormente en tercer semestre como capacitación.

Dichas capacitaciones son primordiales ya que están diseñadas para que el alumno egresando de la institución pueda laborar en un espacio relacionado con lo aprendido.

La prefecta encargada pide al alumno que muestren sus credenciales para poder tener acceso a la institución y de esta manera verificar si en verdad es alumno matutino o vespertino.

B. Interacción Interventor Educativo-alumnos del COBAEH

Se pudo dar cuenta que muchas veces juzgamos los motivos de sus actos y no son del todo culpa de ellos, sino que influyen terceros como las dificultades económicas, la falta de cariño o atención, o por otros varios motivos.

Es asombroso la capacidad que tienen los alumnos para poder socializar o no socializar dentro y fuera del aula, con docentes, compañeros y que durante nuestra presencia al principio se limitaban a expresar con mayor seguridad lo que pensaban. Al paso del tiempo se volvió una rutina el que estuviéramos ahí ya que ellos se adaptaron a nuestra presencia diaria en el aula; esto les permitió que

pudiesen expresar de manera normal sus pensamientos, sentimientos y experiencias.

Se observó este lugar por más de un mes ya que se realizaron prácticas profesionales. Decimos se observó porque se estuvo inserto en dicho plantel; ya que se investigó, cuestiono lo cotidiano. Utilizando de por medio técnicas e instrumentos que nos permitieron adquirir mayor información acerca de cómo planear una mejora y conocer la situaciones de conflicto en alumnos de dicha institución.

Muchos alumnos saben agradecer de la mejor manera a cada persona que les brinda su apoyo. Fue aquí donde se obtuvo muchos conocimientos nuevos, pues se conoció bastante sobre la vida de ellos, parte de la cultura y educación que proveen desde casa, así poder ver su personalidad, sus habilidades, auto concepto y proyecto de vida.

Como también ver su comportamiento si es acorde a la situación que se presenta, dentro del contexto educativo.

Hay un interés por el centro educativo COBAEH, desde el director hasta el personal administrativo.

A la directora le gusta ver que cada uno de los alumnos este bien ya que trata de estar al pendiente todos los días supervisando algunas situaciones que no le parezcan o que los alumnos necesiten algo en especial, la relación que tiene con ellos solo es laboral no hay nada de amistad o compromiso ya que solo es su representante.

Y el trato de los alumnos con los docentes es de respeto no se llevan pesado, no infringe a la autoridad que en este caso son los reglamentos de la institución.

Se considera que la relación que tienen el personal administrativo con los alumnos es una fortaleza ya que gracias a esta según el director afortunadamente no habido ningún enfrentamiento.

Podemos decir que no hablamos del cien por ciento de todos alumnos sino especialmente del grupo observado, pero por lo menos podemos expresar que conocemos sus fortalezas y debilidades en el ámbito educativo y social dentro de la institución, que a continuación mencionaremos.

C. Debilidades de los alumnos (problemáticas)

Falta de interés en clase

El interés por el estudio se encuentra ligado a la motivación que las personas tienen, esta puede ser extrínseca (cuando hay recompensa) o intrínseca (por hobby), dependiendo de tres factores básicos que a nivel individual puede tener cada uno de los alumnos también para que el joven este motivado.

Al momento de que el docente impartía la clase los alumnos mostraban desinterés. Así como fastidio por cualquier tema o materia, Preferían salirse del salón o enfocarse en su celular. ⁷

Violencia escolar (Bullying)

Este problema es mínimo ya que solo se da en tres compañeros del salón que se golpean, se insultan y demuestran la falta de valores, ya que los chicos que son víctimas poseen dificultades en su autoestima , por cuya razón se aprovechan de él y le hacen burla por ser gordito y de piel morena.⁸

Desintegración del grupo

En este caso los alumnos observados no conviven con la mayoría del grupo, existen equipos de dos o tres sujetos que son con los que trabajan y participan de manera individual en algunos casos, en ocasiones ni se dirigen la palabra con el fin de no ocasionar burla o una falta de respeto.

Un caso que se presentó en ocasiones fue que los alumnos están cerrados en el pensamiento machista y en la clase social ya que cuando el docente les pedía que

⁷ Véase anexo R.O. 1

⁸ Véase anexo R.O 3

armaran equipos, los hombres se dirigían con hombres, las mujeres con mujeres o con el que tenga más o el que tenga menos económicamente. En algunos casos había alumnos que se quedaban fuera de algún equipo.⁹

Autoestima (baja)

Todos tenemos problemas con nuestra autoestima ya que es un aspecto muy importante de la personalidad, en determinados momentos de la vida especialmente durante la adolescencia, cuando estamos descubriendo quienes somos y cuál es nuestro lugar en el mundo, la buena noticia es que la imagen que tenemos de nosotros mismo va cambiando a lo largo del tiempo. La autoestima nos es algo fijo de por vida.

Este problema resaltó mucho, ya que a la mayoría de este grupo tiene baja autoestima hubo casos que se presentaron varias veces con diferentes chicos.

Uno de ellos es que al momento de que nosotros llegamos a la institución y al grupo a realizar el diagnóstico los chicos de este grupo se nos quedaban viendo de forma muy agresiva ya que nosotras para interactuar con el grupo le hacíamos la plática pero ellos no nos querían hablar, actuaban a la defensiva.

Otro es que había un grupo de puras mujeres en el cual, seguían a una, hacían todo lo que ella hacía, en una ocasión estábamos observándolas y según la líder le dijo a una de ellas que fuera a decirle a un chavo palabras altisonantes, ofendiendo su aspecto físico y sus situación económica. Se habló con la directora de esta situación, ella tomo cartas en el asunto.¹⁰

Otra situación fue la de un chico que no se unía a sus compañeros, en la hora del receso se quedaba en el salón o se iba a lugares apartados, nos percatamos de esto y decidimos platicar con él, a lo cual nos comentó que se alejaba porque tenía miedo de ser rechazado o bien que lo trataran mal.¹¹

⁹ Véase anexo R.O. 4

¹⁰ Véase en anexo R.O. 3

¹¹ Véase en anexo R.O. 2

Es por esto que nos dimos cuenta que era un punto alarmante esta situación ya que son señales que indican la baja autoestima, tal como dejarse influir por los demás, culpan a los otros por sus propias debilidades, actúan a la defensiva.

Se aplicó una actividad psicológica que constaba en realizar una figura humana el cual la psicóloga de la Universidad Pedagógica Nacional (María de Lourdes Ortiz López) nos apoyó en diagnosticar e identificar la autoestima de cada dibujo con la finalidad de ver más a fondo la situación que se vive.

Cuando una persona tiene problemas de autoestima, esto se traduce en una gran cantidad de problemas en diversos ámbitos de su vida, estas personas no se sienten seguras de sí mismas, tienen necesidad de ser aceptados por los demás, el arriesgarse por miedo al fracaso, creen que los demás están por encima de ellos, no creen que puedan lograr lo que se proponen, suelen excusarse y justificarse por todo.

D. Delimitación del problema

El hombre en su desarrollo pasa por diferentes etapas que van conformando la historia de cada persona, algunas son más complicadas que otras, pero no por esto son más o menos importantes, tal es el caso de la adolescencia, un periodo de la vida del hombre determinante para lograr consolidar su identidad.

Sabemos que el autoestima es la capacidad desarrollable de experimentar la existencia, conscientes de nuestro potencial y de nuestras necesidades reales; de amarnos incondicionalmente y confiar en nosotros para lograr objetivos, independientemente de las limitaciones que podamos tener o de las circunstancias externas generadas por los distintos contextos.

De tal forma que el individuo conozca sus habilidades, auto concepto, autoimagen y la visualización a futuro.

En la mayoría del grupo observado se pudo extraer nos dimos cuenta de que la mayoría del grupo tiene dificultades en su autoestima en diferentes niveles, esta

información acerca de los alumnos fue adquirida a través de instrumentos y técnicas.

Debemos orientar a los alumnos para que no permanezcan en este tipo de problemas y puedan solucionar dichas acciones a través del conocimiento profundo acerca de cómo la autoestima llega a modificar sus aptitudes.

Al saber la directora de la institución de las problemáticas encontradas nos comentó que una de estas coincidía con una encuesta que se había realizado anteriormente, sobre la autoestima que presentan los alumnos dentro del colegio en especial dos grupos; uno de ellos es el grupo observado. Por lo cual le pedimos que se nos proporcionara esa información para conocer más a profundidad que aspectos fueron estudiados. Pero por ética de la institución no se nos fue otorgada.¹²

Al analizar la directora la situación y conocer parte de las competencias de un Interventor Educativo nos permitió realizar la investigación sobre esta temática complementando con una propuesta de intervención para la mejora de dicha situación.

¹² Véase en anexo Diario de campo 1

CAPÍTULO II.

MARCO TEÓRICO

A. Autoestima

Según Erick, Juan. La autoestima para los psicoterapeutas o maestros intentan avivar una chispa en aquello con quienes trabajan, ese sentido innato de autovalía que presumiblemente es el derecho a nacer. La chispa es solo la antesala, se debe ser justo con las personas con quien se trabaja, ayudarlas a desarrollar ese sentido de autovalía hasta alcanzar la experiencia previa de la autoestima.

La autoestima es la experiencia de ser aptos para la vida y para los requerimientos. Más concretamente consiste en

- Confianza en la capacidad de pensar y de afrontar los desafíos de la vida.
- Confianza en el derecho de ser felices, el sentimiento de ser dignos, de merecer, de tener derecho a firmar nuestras necesidades y a gozar de los frutos de nuestros esfuerzos.

¿Qué es la autoestima?

Un aspecto muy importante de la personalidad y está definida por dos aspectos determinantes que son el carácter y el temperamento (es como definimos la confianza en sí mismos) a través del logro de la identidad y de la adaptación a la sociedad, es la autoestima; es decir, el grado en que los individuos tienen sentimientos positivos o negativos acerca de sí mismos y de su propio valor, Ya que es un aspecto actitudinal.

Definiciones de la autoestima

- La capacidad que tiene la persona de valorarse, amarse, apreciarse y aceptarse a sí mismo.
- El conjunto de las actitudes del individuo hacia sí mismo.
- Es la percepción evaluativa de uno mismo.

- “Conozco una sola definición de la felicidad: ser un buen amigo de sí mismo”
- Es el amor que cada persona tiene de sí mismo. La autoestima está relacionada con muchas formas de conducta. Las personas con una autoestima elevada suelen reportar menos emociones agresivas, negativas y menos depresión que las personas con una autoestima baja.

Dentro del grupo observado existe el caso de uno de los alumnos que por no querer participar y aislarse del grupo llamo la atención, ya que en ocasiones frecuentes el no participaba en la actividades que el docente ponían dentro de sus clases y más cuando tenían que realizarse en equipos.

De modo similar, las personas con una autoestima elevada pueden manejar mejor el estrés y cuando son expuestas al mismo, experimentan menos efectos negativos en la salud. La época importante para el desarrollo de la autoestima es la infancia intermedia. El niño, aquí, compara su yo real con su yo ideal y se juzga a sí mismo por la manera en que alcanza los patrones sociales y las expectativas que se ha formado de sí mismo y de qué tan bien se desempeña. Las opiniones de los niños acerca de sí mismos tienen un gran impacto en el desarrollo de la personalidad, en especial en su estado de ánimo habitual.

Por todo lo anterior, es importante el estudio de la autoestima, así como la presentación de patrones de conducta que lleven al individuo a establecer una autoestima elevada, que le permita un mejor desarrollo de sí mismo. Por tanto, la autoestima, es el concepto que tenemos de nuestro aprecio y se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre nosotros mismos hemos ido recogiendo durante nuestra vida; creemos que somos listos o tontos, nos gustamos o no. Los millares de impresiones, evaluaciones y experiencias así reunidos se juntan en un sentimiento positivo hacia nosotros mismos o, por el contrario, en unión cómo sentimiento de no ser lo que esperábamos. (Erik, Juan. 1997)

1. Tipos de Autoestima

La autoestima se puede desarrollar en las personas de tres formas

- Autoestima Alta (Normal): La persona se ama, se acepta y se valora. Tal cual es, el caso de la alumna (kn) ya que ella siempre participaba y no le daba miedo equivocarse al contrario siempre buscaba para aclarar sus dudas dentro del salón de clases y no se dificultaba poder realizar trabajo en equipo ya que es muy responsable.
- Autoestima Baja: La persona no se ama, no se acepta y no se valora en sus cualidades. Como lo pudimos notar con el compañero (dn) ya que se dejaba que el resto del grupo lo molestara sin ninguna razón y no participaba en las actividades didácticas.
- Autoestima Inflada: La persona se ama más que a los demás y valora exageradamente sus cualidades. La compañera (Sn) ella por lo regular siempre participaba pero se notaba que quería sobresalir en el tema con el fin de opacar al resto del grupo esto se interpreta de manera negativa ya que es un exceso de autoestima.

Características de las personas

Según Campos y Muñoz

- Alta autoestima: Tienen idea de lo que pueden hacer bien y qué pueden mejorar, se sienten bien consigo mismos, expresan su opinión no temen hablar con otras personas, saben identificar y expresar sus emociones, participan en las actividades que se desarrollan en su centro de estudio o trabajo, se valen por sí mismas en las situaciones de la vida, dan y piden apoyo.

Les gustan los retos y no les temen, son creativas y originales, inventan cosas, se interesan por realizar tareas desconocidas, aprenden actividades nuevas, luchan por alcanzar lo que quieren, disfrutan las cosas divertidas de la vida, tanto de la propia como de la de los demás, son organizados y ordenados en sus actividades,

defienden su posición ante los demás, reconocen cuando se equivocan, no les molesta que digan sus cualidades, pero no les gusta que los halaguen, conocen sus cualidades y tratan de sobreponerse a sus defectos, son responsable de sus acciones, son líderes naturales.

- **Baja Autoestima:** Son indecisos, se les dificulta tomar decisiones, tienen miedo exagerado a equivocarse, solo toman una decisión cuando tienen seguridad en un cien por ciento que obtendrán los resultados, piensan que no pueden, que no saben nada, no valoran sus talentos, miran sus talentos pequeños, y los de los otros los ven grandes, le tienen miedo a lo nuevo y evitan los riesgos, son muy ansiosos y nerviosos, lo que los lleva a evadir situaciones que le dan angustia y temor.

Son muy pasivos, evitan tomar la iniciativa, son aisladas y casi no tienen amigos, no les gusta compartir con otras personas, evitan participar en las actividades que se realizan en su centro de estudio o en su trabajo, temen hablar con otras personas, dependen mucho de otras personas para hacer sus tareas o realizar cualquier actividad, no están satisfechas consigo mismas, piensan que no hacen nada bien, no conocen sus emociones, por lo que no pueden expresarlas, debido a que no tienen valor, les cuesta aceptar que las critiquen, les cuesta reconocer cuando se equivocan, manejan mucho sentimiento de culpa cuando algo sale mal, en resultados negativos buscan culpables en otros, creen que son los feos, creen que son ignorantes. (Campos y Muñoz, 1992)

2. Autoestima y comportamiento escolar

Según Harris Clemes Reynaldo

Uno de los factores más importantes a la hora de tener éxito en el colegio es la autoestima, un joven con una inteligencia superior a la media y muy poca autoestima puede ir declinando, mientras que otro de inteligencia media pero con mucha autoestima puede obtener unos resultados nada corrientes, el sujeto con poca autoestima suele encontrar pocas satisfacciones en el colegio, enseguida pierde la motivación e interés y en cambio, emplea buena parte de sus energías

en aquellos aspectos que se relacionan con los sentimientos hacia sí mismos; por ejemplo, la relación con los demás, problemas, temores y ansiedades.

De este modo, dedica a la institución y a las áreas escolares una atención mínima. Con mucha frecuencia, las experiencias capaces de reforzar la autoestima están relacionadas con el colegio, y por ello producen una ansiedad con la que el adolescente lucha continuamente; la carencia de autoestima le lleva obtener malas notas y le inducen a considerarse aún todavía menos.

De esta forma el joven entra en un círculo vicioso del que le resulta cada vez más difícil salir según va pasando el tiempo.

Como en el caso de (jl) ya que se destacaba por no participar con el reto del grupo como también sus actitudes respecto a su conducta no se prestaba para poder realizar las dinámicas.

Por otra parte, cuanto peor va el sujeto, más acude a la aplicación de remedios: el joven se ve inmerso en una espiral de fracasos y autoinculpaciones mientras que nadie presta atención a las peculiaridades de su autoestima.

Si la ansiedad es excesiva el aprendizaje se hace más difícil; el joven con poca autoestima lucha continuamente con factores que le producen ansiedad y que terminan por entorpecer sus estudios;

Cuando aumenta la autoestima, la ansiedad disminuye y ello permite que el joven participe en las tareas de aprendizaje con una mayor motivación.

3. Como influye en los jóvenes el apoyo de padres

Los padres son modelos para sus hijos. Con frecuencia los chicos imitan también sentimiento y actitudes de sus padres, además de imitar su manera de hablar, sus tics y las cosas que hacen.

Para los jóvenes, el interior de sus padres es un punto de referencia; por ejemplo ver cómo actúan, los sentimientos, actitudes que los padres suelen expresarse de forma sutil y muda.

Los jóvenes acuden continuamente a los padres para obtener claves de comportamiento y esto influye a los jóvenes así como las reacciones emotivas de los padres por mucho que estos no las expresen.

En este caso se pudo rescatar que la mayoría de los alumnos del grupo establecido tenía un comportamiento distinto, el cual con la investigación nos arrojó que provenían de familias disfuncionales, de cierta manera esto afecta al desempeño del sujeto

B. Los cuatro aspectos de la autoestima.

La autoestima es un sentimiento que surge de la sensación de satisfacción que experimenta el joven cuando en su vida se ha dado ciertas condiciones.

Lo que falta en la vida del chico podrá siempre clasificarse en uno o en varios de los siguientes aspectos, necesarios para desarrollar la autoestima

Vinculación: consecuencia de la satisfacción que obtiene el adolescente al establecer vínculos que son importantes para él y el que los demás lo reconocen como importantes.

Singularidad: resultado del conocimiento y respeto que el joven siente por la cualidades o los atributos que le hacen especial o diferente, apoyado por el respeto y la aprobación que recibe de los demás por esas cualidades.

Poder: consecuencia de que el sujeto, vea las oportunidades y las capacidades de modificar la circunstancias de su vida de manera significativa.

Pautas: reflejan la habilidad del joven para referirse a los ejemplos humanos, filosóficos y prácticos adecuados que le sirvan para establecer su escala de valores, sus objetivos, ideales y exigencias personales. (Harris Clemes Reynaldo 2001)

1. Componentes de la autoestima

La Autoestima se deriva de dos términos que son: *auto*, “*por sí mismo, propio*” y *estima*: “consideración y aprecio” Rodríguez Mauro, (1998)

La autoestima es la base y centro del desarrollo humano, es conocimiento, concientización y práctica de todo el potencial de cada ser humano. Cada persona es la medida de su amor a sí mismo; su autoestima es el marco de referencia desde el cual se proyecta. Es una parte fundamental para que el individuo alcance la plenitud y autorrealización en la salud física, mental, productividad, creatividad, es decir, en la plena expresión de sí mismo.

La autoestima influye en 3 ámbitos distintos:

- **Cognitivo:** está formado por el conjunto de conocimientos, sobre uno mismo. es la representación que uno se ha formado de sí.
- **Conductual:** conjunto de habilidades y destrezas que posee cada persona (conducta).
- **Afectivo:** es el sentimiento de valor que nos atribuimos y el grado que nos aceptamos es la actitud.

Según Mashlow Abraham. El desarrollo de la autoestima se va facilitando según las oportunidades que el entorno le haya dado a la persona. Dentro de estas oportunidades esta la satisfacción de necesidades. Las cuales son importantes dentro del desarrollo educativo.

- Amor: es esencial para el desarrollo y crecimiento sano de un individuo.
- Pertenencia: es sentirse miembro de un grupo o familia en relación íntima. Ser aceptados da oportunidad de desarrollar una personalidad adaptada para el crecimiento personal.
- Estima: es el valor propio de la persona o sentimientos propios positivos que lo hacen sentirse útil, tiene base en el medio exterior que luego se interiorizará.
- Necesidades de autorrealización: necesidad de satisfacer nuestras propias necesidades personales, nuestro potencial, y necesidad de hacer aquello por lo cual se está en mejor actitud de desarrollo. Para estudiar la estima hay que tener presente las necesidades anteriormente descritas, porque juegan un papel importante en el desarrollo de la autoestima, ya que si estas no son desarrolladas a cabalidad pueden originar alguna de las siguientes actitudes:
- Sentimiento de inferioridad: se refiere a la vivencia de una situación frustrante, emocional y física profunda que no deja que la persona se

sienta en confianza consigo misma, permitiendo que otras controlen sus actos.

- Incompetencia: se refiere que a la hora de desempeñar un trabajo o actividad, la persona manifiesta poca participación por temor a ser señalado y que el grupo lo rechace.
- Negativismo: se niega a desempeñar actividades por miedo a lo que pensarán o dirán de él, no dejándolo actuar ni tomar decisiones importantes en su vida.
- Culpa: se refiere a criticarse a si mismo por todo, aún por su manera de pensar, de actuar, de comportarse. Esto es lo que lo hace sentirse inseguro en la toma de decisiones.
- Vergüenza: huye de situaciones por miedo a la burla. No se enfrenta a las situaciones en donde haya contacto social, físico y emocional por sentir una falsa creencia de no poder o no ser capaz. Lo acompaña el temor que le hace desconfiar por lo tanto se aísla del contacto social activo. (Maslow Abraham 1954).

2. Escalera de la autoestima.

Para poder conocer y desarrollar la autoestima, se seguirán ciertos pasos, a los que se les llamó escalera de autoestima: (Rodríguez Mauro)

- Autoconocimiento: podemos definir como el proceso de conocer al ser que vive en nosotros desde que nacimos. Debemos conocernos, si no sabemos quién somos es fácil que desde fuera nos dirijan maestros, amigos, familiares, etcétera. si te conoces tienes la brújula que orientará el camino y responder a estas interrogantes ¿a dónde quiero ir? ¿qué quiero llegar a ser?
- Autoconcepto: también conocida como autoimagen. son las características que tienes de ti mismo a nivel físico, psicológico, intelectual, social, afectivo; es decir la imagen de la personalidad total. el fracaso en el desarrollo de la autoimagen puede resultar en una prolongación de la conciencia de la niñez hasta la edad adulta, si alguien se cree tonto, actuará como tonto; si se cree inteligente o apto, actuará como tal.
- La autoevaluación: refleja la capacidad interna de evaluar las cosas buenas y malas que posee el individuo, y si estas le satisfacen, son interesante, enriquecedoras, le hace sentir bien, y le permiten crecer y aprender y considerarlas como malas si lo son para la persona.
- Autoaceptación: es la capacidad de aceptarse a si mismo, con sus propias habilidades, limitaciones, fallas, cualidades, éxitos, fracasos y las necesidades como el amor, la seguridad, pertenencia, respeto propio y

honor sin que se generen sentimientos de culpa y reproches a si mismo. es el admitir y reconocer todas las partes de sí mismo como un hecho, como la forma de ser y sentir, ya que solo a través de la aceptación se puede transformar lo que es susceptible de ello.

- Autorespeto: es atender y satisfacer las propias necesidades y valores; expresar y manejar en forma conveniente sentimientos y emociones sin hacer daño ni culparse, buscar y valorar todo aquello que lo haga sentirse orgulloso de si mismo.

La autoestima se va formando y desarrollando desde la infancia como ya se mencionó, y para el óptimo desarrollo de la autoestima se identifican 5 componentes, sin estos la persona seguramente tendrán algunas deficiencias en su vida. Estos componentes son:

Componente	Definición	Actitudes
Seguridad	Este factor hace posible reconocer el nivel de autoestima con mayor facilidad. Una persona segura, tendrá mayor control de sus problemas y sus frustraciones, convirtiéndose en el factor de mayor utilidad en el mundo en que vivimos	La falta de seguridad puede tener su origen en situaciones infantiles, educaciones y del mundo exterior. Una persona insegura es aquella que manifiesta excesiva timidez, tiene dificultad para separarse de personas, manifiesta nerviosismo en situaciones que se conectan con recuerdos de sufrimiento.
Auto-concepto	Este se forma a través de las experiencias que ha tenido a partir de la relación con los padres y de la forma que se perciben a los padres.	Una persona con un auto-concepto limitado: Deseo excesivo por complacer a los demás, se siente incómodo con su apariencia física, critica a los demás como a él mismo, siente que el trabajo es demasiado y no puede con

		tanto.
Sentido de pertenencia e integración	Sentirse a gusto con las demás personas, sentir que se es parte de un grupo familiar, de amigos, de estudio, y aportamos algo al grupo.	Las personas que se integran fácilmente se sienten a gusto, capacitadas y motivadas para involucrarse y entablar amistades. La persona con escaso sentido de pertenencia se aísla de los demás, se le dificulta iniciar y mantener amistades, quiere siempre llamar la atención, los demás influyen en él fácilmente.
Componente	Definición	Actitudes
Motivación	Es el impulso que lleva a la actuación oportuna, necesaria o inevitable. Cuando se consigue puede modificarse un comportamiento. Se debe tomar en cuenta que la motivación se va a dar en la medida que la persona la permita, si es motivada por medios exteriores u otras personas, pero ella no tiene motivación interna no logrará sus objetivos con el éxito deseado.	Una persona motivada aprecia y tiene fe en que puede hacer lo que se propone, estudia con confianza en el éxito. Si la motivación no existe en una persona lo más seguro es que no se ponga en acción. Lo más importante para estar motivados es dejar ir esquemas viejos que no sirven y darnos permiso de actuar.
		Rodríguez Mauro (1998)
Competencia	La competencia no es competir con otros, es la ponderación actitudinal de manejar los retos que presente la vida, establecer y cumplir metas y dar	Sentirse competente es tener confianza en que es actor de su propia vida: se puede tener control sobre su propia vida, puede conseguir lo que quiere. Por el

	solución a problemas del día a día. La competencia es el componente que enlaza los anteriores.	contrario, sentirse incompetente es creer que es un espectador pasivo de su vida, una víctima de los acontecimientos.
--	--	---

3. Recomendaciones para mejorar la autoestima.

- ✓ Por más ágil que sea concéntrese en una tarea a la vez.
- ✓ Pida ayuda, siempre que sea necesario, a las personas indicadas o sea las que tengan más conocimiento del tema que tenga duda. Puede iniciar investigando por su cuenta y si no ha quedado claro abóquese al grupo de estudio o bien al catedrático. Recuerde es mejor preguntar que quedarse con la duda.
- ✓ Sepa diferenciar los problemas reales de los que son imaginados. No se adelante a los que no ha sucedido.
- ✓ Aprenda a decir NO, querer agradar a todos es un desgaste enorme.
- ✓ Haciendo un inventario de los hábitos que le sirven y de los que no, es una forma de motivarse.
- ✓ Establezca objetivos a corto plazo que le sean de guía para su meta a largo plazo.
- ✓ Deje de tener pensamientos negativos sobre usted mismo. No centre su atención en sus defectos, piense en sus aspectos positivos.
- ✓ Póngase como objetivo el logro en lugar de la perfección. Tenga en cuenta que todos erramos.

Conocer cada uno de los componentes de la autoestima nos permitirá, sin duda, entender mejor su desarrollo y reconocer la importancia de ella en nuestra vida cotidiana puesto que la autoestima, afecta todo el comportamiento humano y recibe las influencias determinantes desde la infancia. Hasta el último momento de la vida es indispensable identificar sus componentes, para así, elaborar estrategia que nos lleva a fortalecerla y mantenerla en estado elevado. Con esto, se busca abordar el núcleo de la autoestima y su influencia trascendente en el desarrollo

personal; a partir de la indicación de sus componentes, con el fin primordial de que se avance en la comprensión de ese que hasta hoy nos resultara tan desconocido: uno mismo.

La adolescencia es una etapa muy compleja en la vida de una persona en la que la autoestima juega un papel muy importante. Durante esta etapa de la vida, las relaciones con las demás personas son totalmente esenciales. Durante la adolescencia, también es muy importante la necesidad que tiene el joven chico o chica de sentirse aceptado y parte de un grupo, empieza a hacerse muy fuerte su necesidad de agradar y resultar atractiva o atractivo a las personas del sexo opuesto.

Esto complementa el objetivo general ya que se quiere rescatar la autoestima de los adolescentes, para que repercuta en la toma de decisiones futuras. Así de esta manera puedan tener un auto concepto y autoconocimiento. Sin embargo, y a pesar de lo importante que es la autoestima durante la adolescencia, es bastante habitual que muchas chicas y chicos no tengan una autoestima muy alta, debido a que también es un período muy crítico en el que las relaciones con las demás personas pueden producir un efecto muy significativo sobre la autoestima. Dicho de otra forma, si un adolescente no se siente aceptado por su grupo de amigos (as) o no se siente atractivo para el sexo opuesto, tiene muchas probabilidades de no saber afrontar la adolescencia y desarrollar una baja autoestima. A menudo, problemas simples y típicos de la adolescencia podrían afectar mucho a algunas personas debido a que ve truncada su necesidad de sentirse aceptados y valorados por los demás. Es habitual ver adolescentes que tienen problemas de autoestima debido a problemas de acné, al exceso de peso o porque una determinada persona no los tiene en consideración o cuenta con ellos. (Rodríguez Mauro 1998)

Esto se presenta en el COBAEH ya que desafortunadamente la mercadotecnia ha envuelto en un esquema social con modelos a seguir que están fuera del alcance de los adolescentes esto perjudica emocionalmente, aspecto físico, por tener

características diferentes. (Altos, bajos, morenos, blancos, delgados, gorditos, entre otros.)

C. Adolescencia y sus características

1. La autoestima en los años de la adolescencia

Según Phiney, Chavaria y Williamson

Si el auto concepto se multiplica o diversifica al llegar a la adolescencia, es de respetar que la autoestima, que incluye los aspectos valorativos y afectivos ligados a dicho auto concepto, siga una trayectoria similar. Durante los años previos a la adolescencia, la autoestima había comenzado a variar, ya era frecuente que niñas y niños se valorizasen a sí mismos de forma diferente en distintos dominios como el aspecto físico, el rendimiento académico o las relaciones con padres o iguales.

Este proceso va a continuar en la adolescencia, entrando además en escenas nuevas, dimensiones como las relaciones afectivas sexuales, las capacidades relacionadas con la orientación profesional o el atractivo físico. Teniendo en cuenta que los componentes de un chico o una chica diferirán de un dominio a otro. Habrá que esperar cierta disparidad entre los niveles de autoestima que un mismo adolescente presenta en cada área o dominio.

“Tal vez la autoestima depende del apoyo que se recibe por parte de los miembros del propio grupo, que puede llevar al adolescente a sentirse orgullosos de su pertenencia étnica.” (Phiney y otros 1992)

2. La adolescencia en la familia

Unos de los típicos más generalizados en la adolescencia es el que durante este periodo se produzcan importantes conflictos en la relación del joven con sus padres.

Según Laursen y Collins. En la adolescencia tiene lugar, una serie de cambios en la relación que chicos y chicas establecen con sus padres, pero estos cambios no tienen que suponer necesariamente la aparición de conflictos graves. “Menos de

un 10% de familias parecen atravesar dificultades serias durante esta etapa y, sin duda, muchas de ellas ya atravesaban problemas durante la infancia.”

En un análisis realizado sobre un gran número de investigaciones que estudian los conflictos familiares durante la adolescencia que a partir de la pubertad hay una clara correlación, negativa entre edad y número de conflictos, entre padres e hijos, aunque la intensidad afectiva con la que se viven estos conflictos por parte del chico y de la chica tiende a aumentar con la edad.

Por lo tanto, parece que la pubertad coincide por el momento de mayor conflictividad y que, a lo largo de la adolescencia, el número de conflictos entre padres e hijos tiende a disminuir a la vez que aumenta la intensidad afectiva con la que el adolescente experimenta estos problemas. Laursen y Collins (1994),

Los alumnos del plantel educativo tienen cierta confusión, ya que pierden mucha comunicación con papá, mamá y hay una limitación de motivación ya que los padres no prestan interés en actividades que los hijos realicen, por cuestiones de (tiempo, dinero y esfuerzo) la mayoría son de familias disfuncionales, esto afecta en el desarrollo del joven.

Hay distintas razones que pueden justificar este cambio en las relaciones familiares tras la pubertad, en primer lugar, hay que destacar los cambios cognitivos ya conocidos, cambios que van a afectar a la forma en que piensan sobre ellos mismos y sobre los demás.

“La adolescencia es una etapa del desarrollo humano comprendida como parte de este progreso, los adolescentes atraviesan por un periodo de adaptación a cambios físicos, emocionales y sociales que buscan ser integrados en la identidad personal, y esta puede verse reflejada en la autoestima.” (Dr. Frank Clavijo 2012)

Es importante mencionar también que los padres juegan un rol muy importante en el desarrollo y fortalecimiento de la autoestima de sus hijos, y eso implica que los padres tienen que tener una autoestima positiva, porque no pueden dar lo que no tienen o no poseen. (Dr. Frank Clavijo 2012)

3. Adolescencia en el colegio.

Otro factor que hace que la autoestima juegue un papel muy importante durante la adolescencia es que es una etapa en el que la persona necesita construir gran parte de su identidad. Por un lado, necesita sentirse parte y ser aceptado pero también necesita diferenciarse y construir una identidad propia y distinta a la de los demás. Sin embargo, una persona con baja autoestima seguramente no querrá mostrarse como es, por miedo a ser rechazada. Por ello, es posible que pueda construir su identidad no con base en lo que es, sino con base en lo que los demás esperan que sea, para así poder ser aceptado.

Sabemos que en el proceso enseñanza- aprendizaje inciden múltiples factores para el éxito o fracaso del mismo que determinarán la calidad de los resultados. En la interacción del proceso participan dos elementos de vital importancia como son el maestro y el alumno, quienes de acuerdo a sus expectativas hacia el aprendizaje desarrollarán una buena o mala relación. El maestro como líder de su clase, coordinador de las actividades del aprendizaje, propiciará que el alumno pueda adquirir sentimientos de superación, de valor personal, de estimación, un concepto de sí mismo o todo lo contrario, sentimientos de minusvalía, frustración, apatía e inadecuación. Los maestros como parte esencial de la relación educativa están obligados a promover un ambiente óptimo para que se generen buenas relaciones maestro-alumno basadas en la confianza y respeto mutuos. (Amidon y Hunter 1996)

D. Admisión de la Personalidad

“La personalidad es un papel muy importante porque tiene cierta estabilidad, pero nunca permanece exactamente igual, siempre está en transición, pasando por revisiones como: todos los aspectos de la personalidad, que componen la unidad interna. Esta, para referirse a la identidad personal, al yo, que se desarrolla con el transcurso del tiempo.”
(Allport 1950)

Cuatro dimensiones del yo:

- Primero: un auto concepto general, que consiste en que la percepción global que el adolescente tiene de sus capacidades y su status, y de los roles del mundo externo que permiten un mayor desarrollo en su autoestima.
 - Segundo: auto conceptos temporales o cambiantes, influidos por las experiencias actuales; por ejemplo, el comentario crítico de un maestro, puede producir un sentimiento temporal de minusvalía.
 - Tercero: los adolescentes tienen un yo social, su yo, en las relaciones con los demás del yo al que otros reaccionan. Como decía un joven “me gusta la forma en que la gente me responde, hace que me sienta bien conmigo mismo” Algunos adolescentes piensan en sí mismos solo de manera negativa, porque creen que no agradan a los demás. Una influencia importante sobre el auto concepto es la forma en que se sienten los adolescentes en los grupos sociales.
 - Cuarto: a los adolescentes les gustaría ser el yo ideal que han conceptualizado esas imágenes proyectadas, pueden ser realistas o no, imaginar ser lo que nunca serán, puede conducirlos a la frustración y al desencanto. En otras ocasiones, los adolescentes proyectan una imagen idealizada y luego se esfuerzan por convertirse en esa persona. Quienes disfrutan de una mejor salud emocional suelen ser aquellos cuyos yo real, sea próximo al yo ideal proyectado, y quienes pueden aceptarse como son.
- El auto concepto está formado por varios niveles:

Nivel cognitivo intelectual: constituye las ideas, opiniones, creencias, percepciones y el procesamiento de la información exterior. Basamos nuestro auto concepto en experiencias pasadas, creencias y convencimientos sobre nuestra persona.

Auto respeto: respetarse a uno mismo es un trabajo indispensable para vivir en armonía con uno mismo y con los demás. Constantemente, nos quejamos de que otros nos faltan al respeto, sin atender a que es más frecuente que uno mismo se falte al respeto siendo esto en ocasiones de manera inconsciente. (Ruth Strang 1957)

E. TRABAJO EN EQUIPO

El trabajo en equipo como un conjunto de esfuerzos individuales en suma dan mayor efecto por si solos.

Para conformar el trabajo en equipo debe de haber un número preciso de personas un número no mayor a diez ni menor de cinco integrantes ya que si existe un número mayor, se puede distorsionar la comunicación cara a cara y tiende a no fluir rápidamente; los compromisos, se sabe que son individuales o grupales con el fin de favorecer el desarrollo de las habilidades de cada uno de los integrantes del grupo.

El trabajo en equipo no es igual que trabajo en grupo ya que primero se aplica la libertad, la autonomía, las habilidades personales y como dato adicional característico del trabajo en equipo es que se les brinda la oportunidad de poner en práctica sus destrezas y habilidades, a diferencia del trabajo en grupo donde el individuo solo se limita a realizar la actividad encomendada. Según Robiln Judge (2013)

Una definición más compleja nos de que el equipo es la construcción de un trabajo por medio de personas comprometidas por un fin común, con el fin de forjar confianza y respeto. Katzenbach (1993)

Robiln Judge (2013) mencionan que existen tres categorías que dan como resultado trabajo en equipo eficiente.

CATEGORÍA	DEFINICIÓN
El contexto	<ul style="list-style-type: none">• Recursos (humanos, materiales y financieros)• Liderazgo para organizar actividades• ambiente de sana convivencia• evalúan el proceso anterior
La composición	<ul style="list-style-type: none">• reconoce aptitudes y actitudes del sujeto• desarrollo de imaginación (creatividad e innovación)• establece estatus de acuerdo a la habilidades de cada individuo• no discrimina, puede participar la comunidad en general

	<ul style="list-style-type: none"> • da prioridad a la gente interesada en poder realizar un trabajo de calidad
El proceso	<ul style="list-style-type: none"> • prevé individuos con propósitos comunes • examinan las metas y estrategias a lograr • personal de mente positiva con la suficiente confianza para obtener resultados eficaces • tienen en claro sus objetivos • impiden que haya problemas para evitar la monotonía • adquieren mayor confianza ya que saben diferenciar las metas individuales como grupales

Tipos de equipo se dividen en funcionales, internacionales y multifuncionales. Los primeros están conformados por trabajadores que poseen las mismas habilidades, los segundos y terceros se integran por diversos individuos (multifuncionales)

En cuanto su estructura el trabajo en equipo puede ser formal e informal.

- Formal: se realiza en oficinas
- Informal: se realiza en espacios cerrados fuera de oficinas

Según Miller Haward (19991)

<p>➤ Las condiciones para trabajar en equipo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se debe de tomar en cuenta la responsabilidad de trabajar en conjunto de acuerdo con los propósitos que se pretenden alcanzar. • Tiene una estructura organizada funcional y sistemática, que presente un trabajo en equipo de calidad resaltando objetivos y propósitos. • Se basa en una dinámica de integración, comunicación para evitar conflictos durante el proceso. • Trabajando en un ambiente educativo, diferenciando la ideología de cada uno de los integrantes del grupo. 	
Ezequiel Aander-egg Aguilar	(2001)

F. Bullying

El término es una palabra que proviene del vocablo holandés que significa acoso. El bullying es cualquier forma de maltrato psicológico, verbal o físico producido entre escolares de forma reiterada a lo largo de un tiempo determinado.

Estadísticamente, el tipo de violencia dominante es el emocional y se da con mayor frecuencia en el aula y patio de los centros escolares. Los protagonistas de los casos de acoso escolar suelen ser niños y niñas en la pre adolescencia (12-13 años).

Los abusadores pueden ser hombres o mujeres, aunque la tendencia es más marcada a los hombres.

Una de las causas del bajo rendimiento académico que afecta a los jóvenes es la violencia escolar o bullying, y se debe aclarar que cuando se habla de violencia no se trata solo de violencia física, sino también de violencia verbal.

Esta problemática de la convivencia escolar, lamentablemente afecta muchos ámbitos del individuo, dentro de los cuales se encuentra el bajo rendimiento académico.

Según un estudio acerca de las soluciones para la violencia escolar de la fundación los jóvenes victimizados disfrutaban menos acudir a la escuela, tienen menos amigos y utilidad en lo aprendido, afectando de esta forma su motivación y su autoestima, los cuales son factores estrechamente unidos al rendimiento escolar académico. (Revista de la fundación Paz Ciudadana 2005)

1. Tipos de bullying

Artículo Sexual: Es cuando se presenta un acoso, inducción o abuso sexual.

Exclusión social: Cuando se ignora, se aísla y se excluye al otro.

Verbal: Insultos y menosprecios en público para poner en evidencia al débil.

Psicológico: En este caso existe una persecución, intimidación, tiranía, chantaje, manipulación y amenazas al otro.

Físico: Hay golpes, empujones o se organiza una paliza al acosado. Por generaciones los golpes, burlas e intimidaciones han sido practicados en los colegios.

Cyberbullying:, sin embargo es una nueva modalidad es decir, el acoso a través de Internet específicamente en páginas web, blogs o correos electrónicos.

2. Causas del bullying

Personales: Un joven que actúa de manera agresiva sufre intimidaciones o algún tipo de abuso en la escuela o en la familia. Adquiere esta conducta cuando es frecuentemente humillado por los adultos. Se siente superior, ya sea porque cuenta con el apoyo de otros atacantes o porque el acosado, es un niño con muy poca posibilidad de responder a las agresiones.

Familiares: El niño puede tener actitudes agresivas como una forma de expresar su sentir ante un entorno familiar poco afectivo, donde existen situaciones de ausencia de algún padre, divorcio, violencia, abuso o humillación ejercida por los padres y hermanos mayores; tal vez porque es un niño que posiblemente vive bajo constante presión para que tenga éxito en sus actividades o por el contrario es un niño sumamente mimado.

3. Consecuencias

Agresor: Pueden convertirse posteriormente en delincuentes, la persona se siente frustrada porque se le dificulta la convivencia con los demás niños, cree que ningún esfuerzo que realice vale la pena para crear relaciones positivas con sus compañeros.

Cómo se comporta el agresor: Quienes ejercen el bullying lo hace para imponer su poder sobre el otro logrando con ello tenerlo bajo su completo dominio a lo largo de meses e incluso años. El niño o varios de ellos, comúnmente en grupo, tienen actitudes agresivas y amenazantes sin motivo alguno contra otro u otros niños. Es o son provocativos, cualquier cosa para ellos es motivo de burlas y resuelven sus conflictos por medio de la agresión.

No es nada empático, es decir no se pone en el lugar del otro.

Víctima: Evidente baja autoestima, actitudes pasivas, pérdida de interés por los estudios lo que puede llevar a una situación de fracaso escolar, trastornos emocionales, problemas psicosomáticos, depresión, ansiedad, pensamientos

Suicidas, lamentablemente algunos chicos, para no tener que soportar más esa situación se quitan la vida.

Cómo se comporta la Víctima: Son comúnmente niños tímidos y poco sociables. Ante un acoso constante, lógicamente se sienten angustiados, tensos y con mucho miedo a tal grado que en algunos casos puede llevarlo a consecuencias devastadoras.

El niño o adolescente se muestra agresivo con sus padres o maestros. Comienzan a poner pretextos y diversos argumentos para no asistir a clases, ni participar en actividades de la escuela y presenta un bajo rendimiento escolar. La víctima comienza a perder bienes materiales sin justificación alguna, o piden más dinero para cubrir chantajes del agresor. En los casos más severos presentan moretones o agresiones evidentes en la cara y el cuerpo.

<http://guerrero.gob.mx-articulos/que-es-el-bullying-o-a-coso-escolar/>. (Visitada 20 de mayo de 2014)

G. Motivación preventiva

La motivación: es una atracción hacia un objetivo que supone una acción por parte del sujeto y permite aceptar el esfuerzo requerido para conseguir ese objetivo. La motivación está compuesta de necesidades, deseos, tensiones, incomodidades y expectativas. Constituye un paso previo al aprendizaje y es el motor del mismo.

La ausencia de motivación complica la tarea del profesor. También decir que la falta de motivación por parte del alumno queda a veces fuera del alcance del profesor

Antes de explicar los distintos tipos de motivación debemos comentar que éstos se basan en los factores internos y externos que engloban al alumno. Podemos clasificar la motivación en tres tipos:

Motivación relacionada con el yo, con la autoestima: al intentar aprender y conseguirlo vamos formándonos una idea positiva de nosotros mismos, que nos ayudará a continuar con nuestros aprendizajes. Las experiencias que tienen los alumnos van formando poco a poco el auto concepto y la autoestima. Es el deseo constante de superación, guiado siempre por un espíritu positivo.

Motivación centrada en la valoración social: la aceptación y aprobación que se recibe por parte de las personas que el alumno considera superiores a él. La motivación social manifiesta en parte una relación de dependencia hacia esas personas.

Motivación que apunta al logro de recompensas externas: en este caso estamos hablando de los premios, regalos que se reciben cuando se han conseguido los resultados esperados.

¿Cómo motivar al alumno? Para saber cómo motivar debemos tener en cuenta algunos de los siguientes aspectos:

- Explicar a los alumnos los objetivos educativos que tenemos previstos para esa sesión.
- Justificar la utilización de los conocimientos que les intentamos transponer con las actividades que les vamos a plantear.
- Plantearles las actividades de forma lógica y ordenada.
- Proponerles actividades que les hagan utilizar distintas competencias para su resolución.
- Tomar los errores como nuevos momentos de aprendizaje y como momentos enriquecedores.
- Fomentar la comunicación entre los alumnos y las buenas relaciones, realizando tareas de grupo.
- Plantear el razonamiento y la comprensión como la mejor herramienta para la resolución de actividades y conflictos.
- Aplicar los contenidos y conocimientos adquiridos a situaciones próximas y cercanas para los alumnos. www.miautoestima.com/consejos-mejorar-mi-autoestima/ (visitada el 2 de junio de 2014)

CAPÍTULO III METODOLOGÍA

A. Diagnóstico Psicopedagógico

“El diagnóstico Psicopedagógico se refiere como el proceso en el que se analiza la situación del alumno con dificultades en el marco de la escuela y el aula, a fin de proporcionar a los maestros orientaciones e instrumentos que permitan modificar el conflicto manifiesto”. (Eulalia Bassedas 2009)

Los sujetos y los Sistemas implicados en la realización de un diagnóstico psicopedagógico son:

- *Escuelas*; “La escuela como institución social puede considerarse de forma amplia y siguiendo la teoría sistemática como un sistema abierto que comparte funciones y se interrelaciona con otros sistemas que integran a todo el entorno social” .
- *Familia*; “La Familia como sistema tiene una función psicosocial de proteger a sus miembros y una función social de propiciar y favorecer la adaptación a la cultura existente. Estructura determinada que se organiza a partir de las demandas, interacciones y comunicaciones que se dan en su interior como exterior”.
- *Alumno*; “Es una persona que juega uno de los diferentes roles que tienen durante la vida (hijo, nieto, amigo entre otros). Así, consideramos que es importante no perder de vista la globalización de la persona intentando no verlo nada más como alumno olvidando los otros sistemas en que está inmerso”.
- *Profesor*; “ Un profesional que ha de pertenecer y actuar en diferentes subsistemas al mismo tiempo”.

La gestión del diagnóstico psicopedagógico se nutre de la teoría, de las técnicas y prácticas empleadas y de la experiencia personal. Su formación requiere del dominio de conocimiento de la conducta humana: individual grupal y social, de ahí la necesidad de que se aplique al estudio de las diferentes disciplinas que puedan intervenir en esta institución.

El método de estudio que utilizamos al realizar nuestras prácticas profesionales tiene una importancia decisiva ya que los contenidos o materias que estudiamos por sí solos no provocan un estudio eficaz, a no ser que busquemos un buen método que nos facilite su comprensión, asimilación y puesta en práctica. Se integra con las teorías, enfoques, estudios y antecedentes en general que se

refieran a un problema de investigación, como también, es necesario detectar, obtener y consultar la literatura y otros documentos pertinentes para el problema de investigación, así como extraer y recopilar de ellos la información de interés. (Sampieri, R. 2001)

Es vital adquirir conocimientos, de manera firme, sistemática y lógica, ya que la desorganización de los contenidos impide su fácil asimilación y se olvidan con facilidad. (Rivas, J. L. 1992)

Además podemos resaltar que fue de gran utilidad aplicar diferentes instrumentos dentro de nuestras prácticas. Pues el diagnóstico es aquella fuente que nos ayuda a identificar problemas en varios contextos como en la sociedad, la educación, instituciones, entre otros.

1. TIPO DE INVESTIGACIÓN

Utilizando el método más completo, en este caso la investigación cualitativa y cuantitativa, ya que se basa en el estudio de las actitudes, comportamientos humanos y el logro académico de manera sistematizada que nos permite conocer datos exactos de la investigación.

La investigación cualitativa es aquella que produce datos descriptivos: las propias palabras de las personas, habladas o escritas, y la conducta observable como también da profundidad a la riqueza interpretativa dentro de la contextualización del ambiente en torno en el que se encuentre el sujeto dentro del sujeto ámbito educativo.

La cual por lo general parte una inquietud, interés o idea inicial en este caso de conocer a los alumnos del COBAEH y cómo es que desarrolla sus actividades cotidianas para así poder seleccionar la metodología adecuada a las necesidades y posibilidades de la investigación Sampieri (2010)

Mediante esta investigación se permite realizar y obtener información descriptiva, es decir, expresada por medio del lenguaje, de quien investiga, las características

de una persona o una cosa, aquí el sujeto es el objeto de observación, su lenguaje, su comportamiento, pues es el actor principal de toda la investigación.

Esta investigación permite comprender la realidad de un contexto mediante las acciones de los sujetos que están involucrados.

En otras palabras, la investigación cualitativa reconoce que la propia evolución del fenómeno investigado puede propiciar una redefinición y a su vez nuevos métodos para comprenderlo.

Como también fue utilizada la investigación cuantitativa nos permitió conocer con mayor exactitud los datos crudos que la investigación cualitativa no nos puede proporcionar.

Con el fin de conocer los datos preciso de las encuestas aplicadas al grupo observado

La investigación cuantitativa recoge y analiza datos sobre todo variables y estudia las propiedades y fenómenos cuantificables.

Se le llama investigación mixta por que se complementan las investigaciones anteriores.

Los métodos mixtos no nos proveen de soluciones perfectas, sin embargo, hasta hoy, son la mejor alternativa para indagar científicamente cualquier problema de investigación. Conjuntan información cuantitativa y cualitativa la convierten en conocimiento sustantivo y profundo. Sampieri (2010)

Las técnicas utilizadas en este proyecto. Nos ayudaron a obtener información, este implica tener una serie de pasos, de ver la realidad que el interventor desconoce.

2. TÉCNICAS

- Observación: es uno de las técnicas empleadas en nuestro accionar diario. Es un procedimiento de recopilación de datos e información que consiste en utilizar los sentidos para observar hechos y realidades presentes y a la gente en el contexto real en donde se desarrolla normalmente sus actividades. (Ezequiel Ander Egg; 197)

La observación se realizó dentro del aula; la cual nos permitió tener una visión más precisa del comportamiento de los alumnos.

- Entrevista formal (test): estos son con categorías (si o No, bueno o Malo,) cabe resaltar que ya tenemos un formulario preestablecido con preguntas y respuestas.

Esta fue utilizada de manera organizada ya que eran preguntas para conocer la situación actual de los alumnos en cuanto a la problemática.

- Entrevista informal: es aquella que tiene un desarrollo no planificado sin orden establecido y que sirve muy bien para descubrir las actitudes comunicativas así como el carácter real del individuo ya que permite conocer datos que no se pueden recoger con la información o el cuestionario ya que eso solo proporcionará una hipótesis variable.

Fue aplicada durante los espacios libres la cual nos permitió interactuar con docentes, administrativos y alumnos.

- Revisión de documentos: es recoger información bibliográfica relevante para conocer la realidad, se debe seleccionar cuidadosamente el material en relación al problema detectado.

Fue analizada detalladamente cada uno de los documentos del marco teórico buscando una secuencia para establecer nuevos objetivos.

Para ser utilizadas estas técnicas se requiere de los siguientes instrumentos:

- Registro de observación este es un instrumento muy importante ya que se define como la inspección y estudio realizado por el investigador mediante sus propios sentidos, es un escrito donde el lenguaje es el modo de presentar lo observado.

Basándonos en el formato de María Bertely haciendo anotación de lo observado día a día en un horario establecido para llevar una secuencia

de cada uno de los hecho. Es una herramienta que permite sistematizar las experiencias para luego analizar los resultados.

- Diario de campo no será la realidad en sí misma, sino la realidad vista a través de los ojos del investigador.

Nos sirve para redactar la vivencia del investigador del lugar y los sujetos a los que observa.

3. EVALUACIÓN

- Pre Test: fue realizado con la finalidad de obtener información acerca del nivel al que pertenecían los alumnos del COBAEH en cuestión a la autoestima y la participación en trabajo en equipo.
- Pos Test: nuevamente se realizó teniendo como referencia la primera sesión, para poder hacer la comparación de cuales fueron los resultados que se obtuvieron de la propuesta de intervención educativa.

4. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

a) Justificación

Los problemas de autoestima son un gran reto para la sociedad actual, ya que causan estragos o problemas en la salud de las personas y su entorno. El mayor conflicto en los problemas de autoestima se debe que, a menudo, la persona que lo sufre no lo reconoce, atribuyendo sus problemas a otros factores-prejuicios y a terceras personas

Principalmente es necesario informar y crear conciencia en la comunidad estudiantil sobre la importancia de la autoestima y las consecuencias de esta. Reflexionar sobre el pensamiento de sociedad educadora respecto al problema que más se presenta en el grupo y sus implicaciones en el enfrentamiento de las necesidades de poder expresar sus sentimientos.

b) Destinatarios

Dicha propuesta de intervención está dirigida para los estudiantes que cursan el tercer semestre en un rango de edades entre los 15 y 18 años de edad, los cuales corresponden al nivel medio superior, ya que la autoestima es un tema muy

importante para poder trabajar con los alumnos y de esta manera apoyarlos en cuanto a su rendimiento académico. Este proyecto se fortalece basado de una información extensa y completa la cual nos apoya en conocimiento sobre la falta de autoestima, para que de esta manera se tenga en cuenta el valor, motivación y destreza para poder enfrentarlos y obtener un rendimiento académico de calidad.

c) Objetivo General

- Promover en el alumno la igualdad, el interés, la participación, la atracción en clase, la independencia, la responsabilidad, mediante elementos que le faciliten mejorar su autoestima a través de dinámicas y actividades que reformen la interacción de grupo.

d) Objetivo Especifico

- Establecer un ambiente de afecto, razonamiento y comunicación que promuevan la convivencia familiar, escolar y social, a través de la sensibilización, estimulando sus habilidades.
- Lograr que los participantes aprendan que aspectos influyen en la autoestima, cual es el valor que le dan y como pueden conseguir desarrollar, a través de ejercicios prácticos (su propia auto aceptación).

e) Perfil del interventor en su mediación

A continuación se manifestarán las particularidades que conforman el perfil de las interventoras que desarrollan el proyecto de una forma adecuada, que marcharán como un proceso que deberá seguir cada una de las integrantes de manera sistematizada, clara y precisa.

Además tener el dominio del tema a conocer. Para enriquecer un conocimiento claro a la población a quien va dirigido este proyecto.

Cada una de las integrantes deberá tener seguridad la expresar con fluidez y claridad en la expresión de las temáticas.

Tener una actitud emprendedora para cada uno de los temas a tratar para transferir el respeto y seriedad a los destinatarios.

Tener una planeación de las actividades que se desarrollaran, cumpliendo cada uno de los objetivos planteados.

Tener una actitud comprometida en la realización de las actividades asignadas a cada una de las integrantes.

Demostrar la capacidad de controlar al grupo para poder realizar las actividades correspondientes

Crear rapport para lograr entre los destinatarios que puedan sentirse libres de expresarse y ganarse la confianza del interventor

Escuchar y recibir de forma respetuosa las opiniones de los participantes.

Demostrar valores para exista el respeto del grupo.

Resaltar el impacto que tienen nuestras acciones en otros seres.

A continuación se presentarán las sesiones de la propuesta de intervención.

f) Programa

En este programa se especifican las actividades realizadas en la propuesta desde la aplicación del proyecto hasta la evaluación. Gracias al hallazgo que se obtuvo de las necesidades y problemáticas de los alumnos del COBAEH.

Cronograma de actividades		
Sesión	Nombre	Fecha
1	¿Qué hacemos y quiénes somos?	Martes 11 Marzo
2	Establecimiento de Rapport	Jueves 13 de Marzo
3	Lo imposible es posible	Lunes 17 de Marzo
4	La belleza interior	Miércoles 19 de Marzo
5	Heridas al autoestima	Viernes 21 de Marzo
6	Mamá, papá te necesitamos	Martes 25 de Marzo
7	Plan de vida	Lunes 31 de Marzo
8	Se me lengua la traba	Miércoles 2 de Abril
9	Todos para uno y uno para todos	Viernes 4 de Abril
10	El éxito alcanzado	Miércoles 9 de Abril

g) Recursos

	Descripción	Cantidad
Recursos humanos	• Alumnos	24
	• Interventores	2
	• Psicóloga	1
	• Docente	3
Recursos materiales	• Computadora	1
	• Proyector	1
	• USB	1
	• Cámara	1
	• Marcadores	10
	• Hojas blancas	500
	• Lapiceros	20
	• Lápices	20
	• Pegamento	3
	• Tijeras	5
	• Utensilios de cocina (platos, cuchara, vaso, cuchillo)	10
	• Ropa (camisa, pantalón)	7
	• Cajas de cartón	3
Recursos financieros		\$3,875.50

h) Actividades

SESIÓN 1	Nombre de la actividad: ¿qué hacemos y quiénes somos?
<p>PROPÓSITO: que los alumnos conozcan el proyecto a implementar así como el tema que se llevará a cabo dentro del mismo.</p>	
<p>MATERIALES: tríptico, hojas blancas, revistas pegamento, tijeras y cerillos.</p>	
<p>INICIO: comenzaremos con la presentación a los alumnos del quinto semestre dándoles a conocer la licenciatura de Intervención Educativa como también el desarrollo de proyectos dentro de la misma.</p>	
<p>DESARROLLO: Se dirigirá al grupo establecido para que de la misma manera conozcan; quienes somos, por qué razón se está ahí y que se realizará.</p> <ul style="list-style-type: none"> ☉ Se llevará a cabo ✚ Dinámica de presentación el cual consiste en que cada uno de los alumnos tomen un cerillo, posteriormente encenderán el cerillo mientras esté se encuentre encendido darán su datos personales (nombre, edad y gustos) hasta que éste se consuma dejarán de hablar y así sucesivamente con el resto de los integrantes. ☉ Exposición para que conozcan el tema “<i>La autoestima</i>” sus características, causas y consecuencias. En el cual se les entregó un tríptico a cada uno, con mayor información acerca de este tema. Posteriormente aclarando dudas que surgieron durante la exposición ☉ A continuación se realizará la Firma de cartelera de dispersión esta consiste en que cada uno de los alumnos firme un documento en el cual ampare que esté dispuesto a participar en todas las actividades a realizar dentro de este proyecto. Exponiendo sus inconformidades. ✚ Dinámica “<i>el barco se hunde</i>” todos los alumnos caminaran por el salón y cuando se mencione la frase “<i>el barco se hunde, solo hay espacio para... 3</i>” el grupo tendrá que hacer equipos de tres personas y así sucesivamente con diferentes números de personas, con el fin de formar un ambiente más agradable. ☉ Posteriormente se realizara un collage por equipos representando lo que entendieron en la exposición, para lo cual realizarán una breve explicación frente al resto del grupo. 	
<p>ACTIVIDAD FINAL: Para concluir cada uno de los integrantes de los equipos tendrá un espacio para compartir su experiencia del encontrarse frente al grupo. Se realizar un pre-test para concluir con la sesión.</p> <ul style="list-style-type: none"> ☉ Despedida 	
<p>EVALUACIÓN: Evidencia (collage)</p>	

SESIÓN 2	Nombre de la actividad: Establecimiento de rapport
PROPÓSITO: hacer que el alumno conozca a profundidad el tema de autoestima cuando se encuentra alto o bajo y poder diferenciar cada una de las actitudes cuando se presenta esta ocasión.	
MATERIALES: hojas blancas, lápices.	
INICIO: Saludo especial, se realizará la dinámica “ <i>el pastel partido</i> ” para que los alumnos pierdan el estrés adquirido en clase. consiste en realizar un círculo grande, todos deberán tomarse de la mano, mientras que una pareja queda fuera del círculo esta tendrá que golpear suavemente las manos de otra pareja, la cual tendrá que correr al sentido contrario de los anteriores, y de esta manera ganar el espacio que quedo vacío.	
DESARROLLO: Reutilizaremos el collage de la sesión pasada con el fin de complementar el conocimiento previo a tratar. <ul style="list-style-type: none"> ☉ En esta actividad se hablará sobre la personalidad, características que la conllevan. ☉ Los alumnos realizarán una lista donde expresen virtudes y defectos que conocen de su persona. ☉ Se comparará que lista está más larga, si la de las virtudes o la de los defectos, creando de esta manera un análisis de reflexión en cada uno de los integrantes. 	
ACTIVIDAD FINAL: <ul style="list-style-type: none"> ☉ Cada uno de los alumnos hará una reflexión donde especificará porque razón creé que su lista es mayor en defectos que virtudes o lo contrario. ☉ Nos despediremos con una dinámica “<i>conejos y conejeras</i>” esta consiste en hacer equipos de tres personas, dos personas se toman de las manos simulando una conejera y el otro integrante se pone en medio de los dos como si fuese el conejo; la indicación será que cuando se mencione “<i>conejera</i>” los que están tomados de la mano correrán a buscar otro “<i>conejo</i>” y cuando mencionen “<i>conejo</i>” este buscará otra pareja. 	
EVALUACIÓN: evidencia (lista de virtudes, defectos y reflexión)	

<p>SESIÓN 3</p>	<p>Nombre de la actividad: “Lo imposible es posible”</p>
<p>PROPÓSITO: Hacer que el alumno valore la importancia de tener el cuerpo en buenas condiciones; ya que no tienen la mínima idea de lo que es sufrir con una dificultad motriz, visual y auditiva.</p>	
<p>MATERIALES:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tiras de tela o mascaradas • Vendas • Comida (pan, jamón, mayonesa, limones, agua, azúcar) • Utensilios de cocina (cuchillo, cuchara, plato, vaso, jarra, tabla para picar) • Hojas bond • Plumas y lapiceros • Llantas • Ropa (playeras, pantalones, vestidos, (ropa infantil) 	
<p>INICIO: Comenzaremos con el saludo.</p> <p>✚ Dinámica “el cartero” consiste en hacer un círculo con las sillas, se sentarán todos, sacarán una silla; cuando se diga “el cartero trajo cartas para...” seguido de un objeto que traigan puesto los alumnos, se moverán de un lugar a otro solo los que portan el objeto mencionado.</p> <p>La dinámica anterior tiene la finalidad de integración.</p>	
<p>DESARROLLO:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ⓢ Discapacidad motriz: dentro de esta actividad se les vendará un brazo, una pierna o cualquier parte del cuerpo, quedando inmóviles, para aparentar dicha discapacidad: atravesando por obstáculos por ejemplo: subir escaleras, cruzar por llantas, o vestirse. Ⓢ Discapacidad visual, esta actividad consiste en vendarles los ojos y de esa manera preparar alimentos (emparedado y una limonada). Ⓢ Discapacidad auditiva, en esta, se les otorgará una bolita de algodón, la cual utilizarán para crear unos tapones auditivos. (dinámica teléfono descompuesto) 	
<p>ACTIVIDAD FINAL:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ⓢ Después de terminar la actividad anterior, se reflexionará sobre cómo es difícil realizar acciones de la vida cotidiana cuando se posee una discapacidad. Ⓢ Hacer por escrito una reflexión respecto a la sesión. 	
<p>EVALUACIÓN: (fotografías y reflexión)</p>	

<p>SESIÓN 4</p>	<p>Nombre de la actividad: “la belleza interior”</p>
<p>PROPÓSITO: Sensibilizar al sujeto con el fin de que pueda analizar sus actitudes y comportamientos.</p>	
<p>MATERIALES: Grabadora, disco (música instrumental, hojas, lapiceros, marcadores)</p>	
<p>INICIO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ☉ Se iniciará con el saludo ☉ Se realizará una serie de ejercicios deportivos en el cual deberán mover desde los pies a la cabeza para comenzar la sesión con armonía. 	
<p>DESARROLLO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ☉ Dentro de esta actividad se les indicara que cierren los ojos se les pondrá a los alumnos música lenta y suave de concentración. Durante dos o tres minutos ellos se relajarán y tratarán de escuchar solo la música y el instructor lee un texto de sensibilización. 	
<p>ACTIVIDAD FINAL:</p> <ul style="list-style-type: none"> ☉ Para finalizar la sesión se les pedirá que abran los ojos lentamente y que uno por uno exprese lo que sintió en ese momento. ☉ Se Realizará una dinámica de unión, la cual consiste que hagan un circulo, pongan su brazo izquierdo arriba del derecho, estrechando su mano con el compañero el tercer compañero, brincándose el espacio del compañero de aun lado. Posteriormente ya que estén unidos deberán buscar una estrategia para desenredarse sin soltarse de las manos, lo único permitido es comunicarse mediante gestos. (ojo si son nones no podrán desenredarse) 	
<p>EVALUACIÓN: fotografías.</p>	

13

¹³ Véase anexo actividades texto de sencibilización

SESIÓN 5	Nombre de la actividad: "Heridas al autoestima"
<p>PROPÓSITO: Que el alumno valore lo importante que es poner en práctica los valores, para una mayor comunicación y comprensión, En la integración grupal.</p>	
<p>MATERIALES: cartulinas, lapiceros, pegamento, tijeras, marcadores</p>	
<p>INICIO:</p> <ul style="list-style-type: none"> 🕒 Saludo 🎯 Dinámica "canasta de frutas" (esta consiste en que a cada uno de los alumnos se les dará el nombre de una fruta, seguirá la frase de "voy al mercado y voy a comprar..." y se tendrán que cambiar de lugar, cuando se les diga "canasta revuelta" se revuelven todos.) 	
<p>DESARROLLO:</p> <ul style="list-style-type: none"> 🕒 Dentro de esta actividad los alumnos crearán un corazón de papel el cual van a decorar a su gusto, posteriormente se les formulará dos serie de preguntas, la primera sesión, si las respuestas son afirmativas deberán rasgar un pedazo de corazón. En la segunda sesión de preguntas si la respuesta es afirmativa unirán un pedazo de corazón, que en la sesión uno ya habían rasgado. 	
<p>ACTIVIDAD FINAL:</p> <ul style="list-style-type: none"> 🕒 Finalmente, se les pedirá a los jóvenes que compartan sus sentimientos, pensamientos y se les sugerirá que se den un abrazo para que comprendan el apoyo mutuo (se les brindará un espacio para que por turnos agradezcan al grupo su apoyo y pidan disculpa si es necesario) 	
<p>EVALUACIÓN: fotografías y corazón de papel.</p>	

14

¹⁴ Véase anexo actividades heridas al autoestima

<p>SESIÓN 6</p>	<p>Nombre de la actividad: "Mamá, papá te necesitamos"</p>
<p>PROPÓSITO: Concientizar a los jóvenes en cuanto la relación que debe de existir entre los padres, ese afecto que en muchas ocasiones no es mostrado. Acudirá la psicóloga especialista en temas de autoestima, relaciones familiares e integración de grupo.</p>	
<p>MATERIALES: Hojas blancas y lápices</p>	
<p>INICIO:</p> <ul style="list-style-type: none"> 🕒 Saludo 👥 Dinámica de presentación "<i>cadena recordatoria</i>" los padres de familia formaran un círculo, de pie, en el cual el primer integrante se presentará diciendo su nombre y un producto relacionado con la inicial del mismo; posteriormente el siguiente padre tendrá que mencionar su nombre, su producto y el del compañero anterior. 	
<p>DESARROLLO:</p> <ul style="list-style-type: none"> 🕒 La psicóloga realizará una dinámica de sensibilización con el fin de que los alumnos reconozcan lo importante que es la presencia de sus padres en cuestiones de autoestima así como en sus actividades escolares. 👥 Posteriormente se realizará la Dinámica de "<i>roles</i>" donde la psicóloga y asesor de grupo tomarán el rol de padres. Con el fin de que los alumnos expresen sus sentimientos, alegrías, rencores o enojos, entre otros. Y respecto a la respuesta que ellos den, los asesores brindarán una respuesta positiva motivacional. 	
<p>ACTIVIDAD FINAL:</p> <ul style="list-style-type: none"> 🕒 Experiencias vividas 🕒 Alternativas de Solución, hacia el problema encontrado. 	
<p>EVALUACIÓN: fotografías.</p>	

SESIÓN 7	Nombre de la actividad: "Plan de vida"
<p>PROPÓSITO: Que los adolescentes analicen su futuro y creen un proyecto de vida, que les ayude a ubicar sus ideas de un futuro deseable.</p>	
<p>MATERIALES: Folder de papel, Colores y Marcadores.</p>	
<p>INICIO:</p> <ul style="list-style-type: none"> 🌀 Saludo 🚦 Dinámica "stop" (la dinámica consiste en salir a la plaza cívica en la cual está marcado un círculo que dice: "punto de reunión" cada uno de los alumnos escogerá el nombre de una fruta, posteriormente pondrán el pie derecho para marcar un lugar, un líder dirá la frase "declaro la guerra en contra de mi peor enemigo que es..." y mencionará y el alumno de la fruta mencionada se quedará en el círculo diciendo "stop" esto indicara que todos dejaran de correr. El que se quedó en el círculo elegirá al compañero que este más cerca, para adivinar la distancia que el calcule. Ejemplo: "elijo a piña, y son 2 pasos largos, un paso normal, y un cachito". Y así sucesivamente. 	
<p>DESARROLLO:</p> <ul style="list-style-type: none"> 🌀 Se les dará un folder al cual le pondrán su nombre en la cara central, en la siguiente parte dibujarán lo que pretenden hacer a "corto plazo" posteriormente dibujarán en la cara de enfrente lo que pretenden hacer a "mediano plazo" y por último en la parte trasera dibujarán lo que pretenden hacer a "largo plazo". Dibujando como lo van a lograr en cada uno de sus tiempos. 	
<p>ACTIVIDAD FINAL:</p> <ul style="list-style-type: none"> 🌀 Posteriormente pasara cada uno de los alumnos a exponer el trabajo elaborado y Experiencia vivida. 	
<p>EVALUACIÓN: fotografías, folder albardado en la sesión.</p>	

<p>SESIÓN 8</p>	<p>Nombre de la actividad: "Se me lengua la traba"</p>
<p>PROPÓSITO: que los jóvenes participen, socialicen y pueda existir la libre expresión acerca de que piensan y sienten; para que de esta manera tengan un buen criterio sobre toma de decisiones.</p>	
<p>MATERIALES: trabalenguas impresos, pelota y Cartulina.</p>	
<p>INICIO:</p> <ul style="list-style-type: none"> 🕒 Saludo <ul style="list-style-type: none"> 🚦 Dinámica "<i>tierra, mar y aire</i>" el grupo se pone en círculo se les dará una pelota, la cual lanzarán de un participante a otro, al momento de lanzarla debe de decir "<i>aire, tierra o agua</i>" y el participante que cache la pelota tiene que decir un animal referente al espacio mencionado. 🚦 Con la dinámica anterior se integrarán equipos, como vayan perdiendo se irán formando, para poder mencionar a jefe del equipo. 	
<p>DESARROLLO:</p> <ul style="list-style-type: none"> 🕒 El interventor pondrá tres papeles con 3 trabalenguas distintos, el cual el participante tendrá tiempo limitado para decirlo, si no cumple con el requisito otro de sus compañeros tendrá que pasar a decirlo hasta que sea completado el trabalenguas. Con la finalidad de demostrar que diciendo el trabalenguas en equipo fue más fácil que individual. Y de esta manera ser un buen líder en cualquier aspecto de la vida. 	
<p>ACTIVIDAD FINAL:</p> <ul style="list-style-type: none"> 🕒 Se hará la reflexión sobre lo difícil o complicado que les fue poder decir un trabalenguas y El trabajo en equipo. 	
<p>EVALUACIÓN: fotografías, trabalenguas, reflexión escrita</p>	

<p>SESIÓN 9</p>	<p>Nombre de la actividad: “todos para uno y uno para todos”</p>
<p>PROPÓSITO: Que los alumnos a través de la máscara lo que en ocasiones no pueden decir por temor, miedo, rechazo.</p>	
<p>MATERIALES: Cartulina, Brillantina, Pegamento y Papel de color.</p>	
<p>INICIO:</p> <ul style="list-style-type: none"> 🕒 Saludo 🎯 Dinámica “<i>la papa caliente</i>” consiste en que los jóvenes hagan un círculo, posteriormente se les dará una pelota la cual será “<i>la papa caliente</i>” se les ira pasando la pelota mientras se dice la frase “<i>la papa, se quema, se quema-...</i>” y cuando digan se “<i>quemó</i>” el integrante que tenga la pelota tendrá que mencionar lo que se ha visto en sesiones pasadas. (retroalimentación) 	
<p>DESARROLLO:</p> <p>Se les brindará material didáctico (cartulina, brillantina, pegamento, papel china de colores) con el cual tendrán que elaborar un muñeco grupal con el fin de demostrar que el trabajo en equipo siempre es indispensable. Cada uno de los integrantes creará una pieza del cuerpo humano, utilizando el material anterior. Posteriormente cada uno integrará su pieza hasta formar un muñeco.</p>	
<p>ACTIVIDAD FINAL:</p> <ul style="list-style-type: none"> 🕒 Los alumnos Explicaran el muñeco elaborado, El porqué de los colores, Como se sintieron al realizar esta dinámica. Y le crearán una propia personalidad al dibujo. Como: nombre, escolaridad, entre otros. 	
<p>EVALUACIÓN: muñeco elaborado, fotografías.</p>	

SESIÓN 10	Nombre de la actividad: “El éxito alcanzado”
<p>PROPÓSITO: Que los sujetos evalúen el proyecto y comenten sus experiencias adquiridas durante el proceso de las sesiones, que conocimiento alcanzaron acerca de el tema la autoestima e integración de grupo.</p>	
<p>MATERIALES: Hojas blancas y lápices.</p>	
<p>INICIO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ☉ Saludo ✚ Dinámica “<i>caricaturas presenta</i>” haciendo una serie de ejercicios golpeado las palmas de las manos y las piernas, mientras se canta la canción “<i>caricaturas presenta... nombres de platillos mexicanos... por ejemplo... enchiladas</i>” el segundo participante mencionara otro platillo siguiendo una secuencia sin dejar de hacer los ejercicios seguirán cantando todos lo anterior y mencionando diferentes platillos mexicanos o bien alguna otra característica. 	
<p>DESARROLLO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ☉ Se dará una breve platica de cómo se han sentido hasta el día de hoy. ☉ Posteriormente harán una carta en la cual expresarán tanto lo bueno como lo malo, la experiencia que les dejo este proyecto y las interventoras que lo aplicaron. ☉ Por último se les hará entrega de un test, el cual nos dará a conocer como se encuentran en este momento. Si es que el propósito tuvo éxito. 	
<p>ACTIVIDAD FINAL:</p> <ul style="list-style-type: none"> ☉ Despedida ✚ Dinámica “<i>calles y carreteras</i>” hace referencia en dividir a los alumnos por filas de cuatro por cuatro con los brazos extendidos, cuando se diga “<i>calles</i>” estarán viendo hacia enfrente y cuando se digan “<i>carreteras</i>” giraran a su izquierda, en ambas con las manos extendidas. Esta será aplicada en la plaza cívica de la institución. ✚ Agradecimiento al grupo y docentes. Con una plática informal, complementando y expresando propias experiencias del interventor. 	
<p>EVALUACIÓN: reflexión por escrito, test, fotografías (ver en anexo)</p>	

CAPÍTULO IV EVALUACIÓN Y RESULTADOS

A. Evaluación Formativa

“La evaluación hace referencia a un proceso por medio del cual alguna o varias características de un alumno, de un grupo de estudiantes o un ambiente educativo, objetivos, materiales, profesores y programas que reciben la atención de quien evalúa, se analizan y se valoran sus características y condiciones en función de enriquecer la problemática observada durante el diagnóstico.”
Schneider Sandra (1988)

Evaluación Formativa es la que se lleva a cabo en el transcurso del periodo, se emplea por docentes durante el proceso de aprendizaje, para modificar las estrategias de enseñanza, y las actividades didácticas para mejorar los aprendizajes.

Consiste en la evaluación de procesos e implica una metodología e instrumentos de evaluación para obtener, sintetizar e interpretar la información obtenida y así facilitar la toma de decisiones orientadas a la mejora del aprendizaje durante el periodo de enseñanza.

De esta manera se le da lugar a los principales agentes movilizados que dentro del proyecto de Intervención jugaron un papel muy importante.

En todos los proyectos de intervención se debe de interpretar y predecir la realidad, con la finalidad de que este nos proporcione meramente resultados de calidad y poder modificar a través de recomendaciones como poder mejorar lo que tal vez no funciono como se esperaba durante este proceso de intervención.

Uno de los instrumentos utilizados fueron un pos-test para poder comparar los resultado del pre-test¹⁵ ya aplicado anteriormente quien permitió por primera vez los resultados del diagnóstico psicopedagógico, cuya inspiración fue realizar el proyecto de intervención.

¹⁵ Véase en anexo entrevistas post-test

Partiendo de aquí, se obtuvo la evaluación del proyecto de intervención, en el que se da como resultado, conocer qué tanto el proyecto ha logrado cumplir sus objetivos o bien qué tanta capacidad poseería para cumplirlos. Donde cada una de sus actividades están orientadas a mejorar la eficacia del proyecto en relación con sus fines, además de promover mayor eficiencia en la asignación de recursos.

Análisis cualitativo

Teniendo en cuenta basado en la relación de los datos del marco teórico y conceptual de la investigación, de esta manera los objetivos y el instrumento fue una guía y el contenido se toma como criterio de análisis.

“el objetivo no es centrarse únicamente en el acto de conocer sino el centro de interés se desplaza con la metodología a las formas de intervenir.” (Revueña 2004)

Es por esta razón que para el análisis cualitativo de la intervención se retoma la técnica del dibujo de la figura humana, que consta en que el sujeto realice el dibujo de la figura humana, con un lápiz del número 2 o bien 2.5, para un resultado eficaz.¹⁶

Análisis cuantitativo

En este aspecto se realizó un pos-test, cada una de las preguntas recibe de uno a cuatro puntos dependiendo las respuestas de los sujetos.

La puntuación cuatro refleja que el adolescente presenta autoestima positiva en la conducta que se le pregunta. Por lo contrario la puntuación uno, refleja que el adolescente presenta baja autoestima. La puntuación máxima que se puede tener es de 184 y la mínima de 54.

En lo cual del grupo con el que se trabajó se obtuvo el promedio del pre-test y post-test para de esta forma realizar una comparación a nivel general de la autoestima y así posteriormente se analizaron los resultados.

¹⁶ Véase anexos fotografía Fig. 7

El diseño escogido para esta investigación permitió hacer comparaciones diferentes.

- ✓ Comparación de los datos en el pre-test de los sujetos del grupo
- ✓ Resultados del pre-test de los adolescentes del grupo; comparado con los puntajes del pos-test.
- ✓ Puntajes de los cuestionarios pos-test de los adolescentes.

También se aplicó un formato de asistencia para poder obtener el control dentro del grupo y de esta manera saber quiénes faltaban con más frecuencia durante nuestro periodo de la aplicación de la propuesta de intervención educativa. Con dicho objeto poder evaluar el interés que los chicos tenían durante las sesiones.

Se realizó una autoevaluación del proyecto para que de esta forma se diera a conocer aspectos negativos y positivos del proyecto.

B. Resultados de las sesiones

1. sesión uno se evaluó las ideas previas de cuál era el concepto que ellos tenían sobre la autoestima, después se expuso este tema explicando, las causas, características y consecuencia. Posteriormente se hizo la firma compromiso consiste en que cada uno de los alumnos firmaran una lista de asistencia común para que de este modo afirmen el acuerdo indicado de cada una de las sesiones. Para evaluar dicha sesión se hizo un collage representando lo que entendieron en la exposición del tema autoestima, con ello los jóvenes finalizaron con una explicación ante el grupo. Aunque un poco nerviosos ya que era un tema que no conocían y de igual manera tuvieron que reflexionar en su persona.¹⁷

En esta sesión todos cooperaron, estuvieron atentos al tema tratado. Incluso realizaron el collage de una manera ordenada y clara.

2. sesión dos se analizó el collage de la sesión pasada con el fin de ubicar las características de cada alumno y estas fueron plasmadas al reverso del collage en forma de lista. Se reflexionó por qué identificaban más defectos

¹⁷ Véase anexo fotografías Fig. 8

que virtudes. Aquí nos pudimos dar cuenta que dentro de la actividad los chicos se sorprendieron por que la lista de defectos era mayor que la de virtudes, se recapacito que en la mayoría de situaciones en el hogar siempre nos hace ver nuestros fallas sin mencionar que al igual tenemos buenas acciones. ¹⁸

3. Sesión en esta se imita cada una de las discapacidades como: motriz, visual y auditiva, con la finalidad que los jóvenes valoraran sus capacidades de poder realizar las cosas a pesar de fingir una discapacidad. Durante el proceso de la reflexión los alumnos comentaron que fue muy complicado poder realizar las actividades, las cuales son cotidianas sin embargo admiraron que a pesar de la discapacidad se puede hacer infinidad de actividades. Expresaron que había sido una experiencia inolvidable, ya que jamás habían realizado actividades de ese tipo. ¹⁹
4. Cuarta sesión se les puso música instrumental para conseguir la relación mientras se les leía una reflexión, que consistía en una historieta basada en hechos reales. De esta manera fue tomada en cuenta sus reacciones cuando tenían los ojos cerrados. Al terminó se les pidió que abrieran los ojos lentamente y cada quien expreso lo que sintió. Esta sesión fue complicada al principio cuando comenzó la música instrumental ya que muchos sentían la necesidad de mantenerse con los ojos abiertos por la curiosidad de ver a sus compañeros. Después de algunos minutos cerraron por completo sus ojos, poniendo atención a lo que se les leía. Los alumnos comentaron que veían luces de color blanco, amarillo, naranja, verde, rosa, negro, entre otros. Y que al ir escuchando la reflexión imaginaban que estaban en esa situación y que había situaciones en la que les daba miedo tomar decisiones, pero al final tenían que hacerlo para poder salir de esa situación.
5. Quinta sesión se probó la creatividad de cada joven y el esfuerzo para poder realizar un corazón, el cual se sometía a dos sesiones de preguntas

¹⁸ Véase anexo actividades Figura Humana

¹⁹ Véase Anexo fotografías fig.9

en la primera serie de preguntas si las respuestas eran afirmativas tenían que trozar un parte de corazón y en la segunda serie si era afirmativa tenían que unir un trozo de las piezas rasgadas. Dentro de esta sesión los alumnos se entusiasmaron en poder realizar un corazón a su gusto ya que se esmeraron en hacer una pieza única que los identificara de acuerdo a su personalidad. Posteriormente cuando se les dio las indicaciones de que tenían que trozar el corazón, los jóvenes sorprendidos respondieron que si era verdad que tenían que romperlo, ya que ellos se esforzaron y les había quedado muy bonitos. Y aunque muchos no querían tuvieron que realizarlo ya que eran las indicaciones. Posteriormente cuando tuvieron que unir las piezas se dieron cuenta que en realidad al igual tenían virtudes que tal vez desconocían y que el trabajo que realizaron había valido la pena ya que su corazón de papel no quedó totalmente destruido.²⁰

6. Sesión seis se pidió apoyo de la psicóloga de la UPN para realizar una sesión de sensibilización en el cual ella y el docente de la clase tomaron los roles de padre y madre para que los jóvenes expresaran sus sentimientos. En ese momento los alumnos se sintieron confundidos ya que era extraño que una persona desconocida se hiciera pasar por sus padres lo que a muchos les dio temor poder pasar frente al grupo y expresar su sentir respecto a sus padres y al igual desconfianza de que el resto de sus compañero se burlaran de dicha acción que realizarán con la psicóloga. Al pasar dos o tres compañeros la mayoría del grupo se animó a poder expresar ese sentir. Haciendo un ambiente más confortable para el resto de los participantes. Incluso algunos compañeros lloraron al realizar y escuchar las palabras de motivación tanto de la psicóloga como del docente.²¹
7. Sesión siete se realizó un proyecto de vida plasmado en un folder donde dibujarán lo que pretenden hacer a futuro a (corto, mediano y largo plazo). Al comienzo de la sesión los alumnos comentaron los periodos que tenían

²⁰ Véase anexo fotografías fig. 10

²¹ Véase anexo fotografías fig.11

que tener cada uno de los tiempos para poder plasmar sus ideas y el cómo lo iban a realizar. de manera ordenada dibujaron en cada una de las partes, al final explicaron el porqué de cada meta a realizar y la estrategia de cómo iban a realizarlo para alcanzar dicha meta.

8. Sesión ocho se hicieron tres equipos a cada uno se les proporcionó tres trabalenguas, cada uno de los integrantes tenía que decirlo en un tiempo determinado si no cumplía con el tiempo buscaba un relevo y si este tampoco cumplía en decirlo pasaban los tres y lo decían en equipo. Al comienzo fue complicada la organización porque no memorizaban el trabalenguas en corto lapso, ya que tenían un tiempo limitado para cada equipo, dicha acción se repitió con el resto de los participantes al decir el trabalenguas de manera individual. Y cuando pasaron por equipo se les facilitó decir el trabalenguas, aquí se dieron cuenta que trabajando en equipo se logran con más facilidad y éxito los proyectos.
9. Sesión nueve se formó un muñeco por equipo y cada quien se dividió una parte del cuerpo, al final unieron las piezas, dándole y explicando una personalidad al muñeco. Con la finalidad de que se trabajara en equipo de manera ordenada y equilibrada. Nos dimos cuenta que la personalidad que le dieron al muñeco es relacionada las cualidades que ellos tienen. Esta actividad les agrado ya que al igual pudieron expresar algunos sentimientos ocultos.²²
10. Sesión diez se hizo una realimentación de todo lo visto en las sesiones, los jóvenes lo plasmaron en una carta en el cual expresaron su experiencia. Complementando con un pos-test.²³
Los jóvenes comentaron que al principio les costó trabajo poder expresarse por el temor de sufrir Bullying, ya que no tenían una convivencia sana ni armónica. Y que durante el periodo del proyecto fueron adquiriendo más confianza e integración grupal, esto les permitió una mayor convivencia y poder expresar de manera libre sus sentimientos, ya que muchos preferían no dar a conocer cuestiones personales.²⁴

²² Véase anexo fotografías fig.12

²³ Véase anexo graficas (resultados del pos-test)

²⁴ Véase anexo actividades figura humana y opinión del grupo

CONCLUSIONES

Reflexión Final

Nuestros resultados fueron satisfactorios porque pudimos obtener información deseada y suficiente para poder concluir nuestro trabajo. Aunque a veces la información se nos fue negada por políticas institucionales sustentadas jurídicamente, pero aun así, la información obtenida fue de mucha ayuda para poder construirlo.

Al asistir a la institución pudimos apreciar las áreas y talleres que se les brinda a los alumnos, como también pudimos conocer sus experiencias y comportamientos según los distintos ámbitos. Es ahí donde el alumno comprueba que su toma de decisiones no es inmediata, ni eficaz y que debería de analizar la situación antes de tomar una decisión.

Para tener una idea clara de que se lograron los objetivos es necesario mencionarlos en este apartado.

General: Promover en el alumno la igualdad, el interés, la participación, la atracción en clase, la independencia y la responsabilidad, mediante elementos que le faciliten mejorar su autoestima a través de dinámicas y actividades que reformen la interacción de grupo.

Específicos: Establecer un ambiente de afecto, razonamiento y comunicación que promuevan la convivencia familiar, escolar y social. A través de la sensibilización, estimulando sus habilidades.

*Lograr que los participantes aprendan que aspectos influyen en la autoestima, cual es el valor que le dan y como pueden conseguir desarrollar, a través de ejercicios prácticos (su propia auto aceptación).

De acuerdo a nuestros objetivos para realizar este trabajo utilizamos varias estrategias, ya que combinamos el método cualitativo como cuantitativo (investigación mixta), para poder tener mejores resultados en la combinación de documentos escritos y la observación, pues al utilizar lo que piensan los

alumnos a los cuales estuvimos observando y a la teoría que con base a los autores de la antología en cuestión a la administración, y lo que se investigó mediante las técnicas e instrumentos el trabajo quedó cumplido.

Como también poder resaltar que durante el proceso de la aplicación del proyecto de intervención educativa hubo ciertas complicaciones, lo cual nos permitió realizar modificaciones de acuerdo a las características de los sujetos de observación del plantel educativo

Si se tuviese la oportunidad de aplicar este proyecto, se modificaría el tiempo, ya que se considera que para ver un resultado más eficaz se debe de trabajar con un tiempo extenso, ya que solo se tuvo acceso en la clase de contabilidad.

Como Interventor Educativo se quiere resaltar que este tema no es tan tratado en la sociedad dentro de un sistema escolarizado. Por lo que a los alumnos les afecta en toma de decisiones tanto personales, sociales y escolares. Cabe resaltar que este tema puede ser de utilidad para la continuación de proyectos, por futuros interventores educativos. El cual es un tema extenso y que está en constante cambio, modificando los viejos paradigmas.

Un consejo como pasantes de la licenciatura en intervención educativa es que la sociedad aprenda a no caer en el juego de la mercadotecnia ya que este es uno de los principales factores que perjudica en la autoestima de los jóvenes. Esto es debido a que los jóvenes son vulnerables a todo este tipo de sucesos, porque no tiene madurez y definición en su criterio propio

Bibliografía

- Allport (1950) la personalidad "propium" Ed. EUS
- Ander Egg, Ezequiel. (1992). *La animación y los animadores*. Narcea. Madrid. (12-13).
- Ander Egg, Ezequiel Aguilar, María José, "el trabajo en equipo", progreso S.A. de C.V., México D.F. 2001.
- Bassedas, Eulalia y otros (2009) *intervención educativa y diagnóstico psicopedagógico*. Ed. Paídos España.
- Berguer y Luckan (1968) *metodología cuantitativa estrategias y técnicas de investigación social*. Madrid: síntesis
- Bertely Basquets, María "conociendo nuestras escuelas", pardos Mexican, S.A. Mexico, 2010
- Campos y Muñoz (1992) *características de las personas con alta y baja autoestima*.
- Eric, Juan;(1997), *Sobre Autoestima*, Universidad Autónoma de México.
- Estrang Ruth (1957) *Dimensiones Básicas del "yo"*
- Frank Clavijo (2012) "la autoestima en los adolescentes"
- Kast y Rasenzweig, (1988) *admiración en las administraciones* (enfoque de sistemas y contingencias) "McGraw-Hill 4 edición, México D.F. 2004.
- Harris Clemes Reynold Bean (2001) *escuela para padres: "cómo desarrollar la autoestima de los niños"* Ed. DEBATE.
- Hernández, Sampieri Roberto y otros (2001) *metodología de la investigación*. Ed. Mc Graw Hill. México.

Hernandez , Sampieri Roberto (2003) *el proceso de la invitación y los enfoques cuantitativo y cualitativo hacia un modelo integral* en: *metodología de la investigación* Ed. Mc. Graw- H.LL interamericana México, D.F.

Maslow Abraham (1954) *“motivación y personalidad”* nueva york E.U.A.

Miller y Haward, (1991)

Rivas, J. L. (1992) *Organización cultural del aula: los rituales de aprendizaje* Málaga, Edinford,

Rodríguez, Estrada Mauro, (1998) *autoestima: clave del éxito personal, el Manual Moderno, México.*

Taylor y Bogdan (1987) *Introducción a los Métodos Cualitativos de Investigación.* España: Novagrafik si.puigcerda.127

Phiney, Chavaria y williamson (1992)

Xandro Mauricio (1998) *test de Manchover pareja y familia. Ed. EUS. 3 Ed.*

Esencia.

Webliografía

- <http://www.cobaeh.edu.mx/> (visto octubre 2013)
- <http://maps.google.com.mx/> (visto junio 2014)
- <http://www.frankclavijo.com/la-autoestima-en-los-adolescentes/> (visto mayo 2014)
- <http://www.slideshare.net/marvinguevara2011/dianostico-falta-de-interes> (visto octubre 2013)
- <http://www.psicodiagnosis.es/areageneral/bajorendimientoescolar/index.php> (visto noviembre 2013)
- <http://www.miautoestima.com/autoestima-adolescentes-adolescencia/> (visto marzo 2014)

- <http://guerrero.gob.mx/articulos/que-es-el-bullying-o-acoso-escolar/> (visto julio 2014)
- [Idóneos.com, 7 de septiembre del 2011, http://educacion.idoneos.com/index.php/Evaluaci%C3%B3n/%C2%BFQu%C3%A9%20significa%20evaluar%3F](http://educacion.idoneos.com/index.php/Evaluaci%C3%B3n/%C2%BFQu%C3%A9%20significa%20evaluar%3F) (visto septiembre 2013)
- www.miautoestima.com/consejos-mejorar-mi-autoestima/ (visto enero 2014)

Anexos

Anexos de áreas



Fig. 1 Entrada COBAEH "Plantel Tula"



Fig. 2 Plaza cívica



Fig. 3 Sanitarios



Fig.4 Área administrativa: Dirección, Subdirección y Aula inteligente.



Fig. 5 Laboratorio de informática



Fig. 6 Comedor

Anexos registros de observación y diarios de campo

Registro N° 1.

7:00 a.m.	<p>Llegando a la institución aún no había ningún alumno. Entramos al salón de clases, enseguida a los 5 min. Comenzaron a llegar los alumnos junto con la maestra, todos nos saludaron. La maestra comenzó a hablar sobre el tema que refería al marco teórico de un trabajo que realizaban los alumnos. Para lo cual se percató que los alumnos no ponían atención y que no era la primera vez ya que la maestra les llamo la atención, pidiendo al mismo tiempo que guardaran sus celulares si no serían reportados y decomisarían el celular. Los jóvenes solo se burlaban entre sí.</p>	
7:30 a.m.	<p>En estos 30 min. Los alumnos han salido al sanitario, con el fin de “matar clase” así se referían ellos.</p> <p>La maestra les pidió que se enumeraran del 1 al 5 para formar 5 equipos y pudieran debatir sobre sus investigaciones.</p>	

Registro N° 2.

10:00 a.m.	<p>Se pudo percatar de un caso muy especial en el cual un chavo se aislaba demasiado de sus compañeros, por miedo a ser rechazado. Esto era preocupante ya que ni sus trabajos que eran equipo entregaba. Algunos compañeros trataban de integrarlo pero el se negaba.</p>	
---------------	--	--

Registro N° 3

12:00 .m.	Nos encontrábamos en la materia de contabilidad, el maestro había ido a la dirección. En ese momento alumnos y alumnas empezaron a insultar a uno de sus compañeros por su físico, le decía: "gordito y feo" aparte lo golpeaban simulando que era un juego, el chico no hacía nada por pena, miedo. A lo cual nosotras intervenimos y paramos la pelea.	
--------------	--	--

Registro N° 4

11:00 a.m.	Formaron equipos. Se veían un poco inconformes ya que no se llevan bien entre sí o bien los niños se apartaban de las niñas. De este modo solo compartían sus puntos de vista con las personas de su mismo sexo. Hay un equipo en el que son mayoría mujeres y solo un joven esto causo burlas dentro del salón.	
11:30 a.m.	La maestra al ver que no había avance les pidió que conformaran sus equipos anteriores. Aquí se pudo ver que había equipos conformados dependiendo el físico o cosas materiales. Y trataban de no dirigirles la palabra a los demás.	

Diario de campo 1.

Que creen chicas, lo que me están comentando de esta problemática, nosotros como institución realizamos una encuesta y nos arrojó los datos que nos están comentando, lo cual no se los voy a poder proporcionar por ética de la institución y para ver los resultados que ustedes nos pueden dar.

Anexos entrevistas

POST-TEST



Es importante que contestes con honestidad, de lo contrario lo único que estará haciendo es engañarse a usted mismo.



1. Me siento alegre
Siempre casi siempre algunas veces nunca
2. Me siento incomodo cuando estoy con alguien que no conozco
Siempre casi siempre algunas veces nunca
3. Siento la necesidad de dependencia
Siempre casi siempre algunas veces nunca
4. Siento que los roles son una amenaza a mi persona
Siempre casi siempre algunas veces nunca
5. Me siento triste
Siempre casi siempre algunas veces nunca
6. Llego a sentirme cómodo con las personas que no conozco
Siempre casi siempre algunas veces nunca
7. Cuando salen las cosas mal siento que es mi culpa
Siempre casi siempre algunas veces nunca
8. Me siento agradable
Siempre casi siempre algunas veces nunca
9. Siento que es bueno cometer errores
Siempre casi siempre algunas veces nunca
10. Si las cosas salen bien, siento que fue gracias a mis esfuerzos
Siempre casi siempre algunas veces nunca

11. Siento que soy desagradable para los demás			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca
12. Siento que es de sabios equivocarse			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca
13. Siento que soy el ser menos importante en el mundo			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca
14. Siento que debo hacer lo que los demás quieren, sino, me siento rechazado			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca
15. Me siento el ser más importante del mundo			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca
16. Siento que todo me sale mal			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca
17. Siento que el mundo se ríe de mi			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca
18. Acepto las críticas constructivas			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca
19. Me río del mundo entero			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca
20. No me importa lo que digan de mi			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca
21. Me siento satisfecho con mi estatura			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca
22. Siento que todo me sale bien			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca

23. Hablo abiertamente de mis sentimientos			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca
24. Siento que mi estatura no es la correcta			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca
25. Solo acepto alabanzas			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca
26. Me rio de mis errores			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca
27. Nunca hablo de mis sentimientos porque siento que solo son míos			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca
28. Siento que soy perfecto			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca
29. Me alegro cuando los demás fracasan			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca
30. Me gustaría cambiar mi apariencia física			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca
31. Evito las experiencias nuevas			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca
32. Soy tímido (a)			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca
33. Acepto errores sin pensarlo			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca
34. Pongo excusas para no aceptar cambios			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca
35. Siento que los demás dependen de mi			
Siempre	casi siempre	algunas veces	nunca

36. Siento que los demás cometen mucho más errores que yo
Siempre casi siempre algunas veces nunca

37. Me considero agresivo
Siempre casi siempre algunas veces nunca

38. Me aterra la idea de cambio
Siempre casi siempre algunas veces nunca

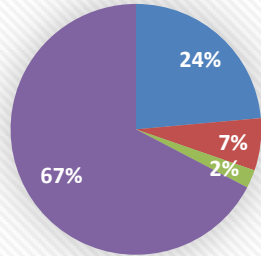
39. Me alegra la idea del cambio
Siempre casi siempre algunas veces nunca

40. Me alegro del éxito de los demás
Siempre casi siempre algunas veces nunca

¡GRACIAS!

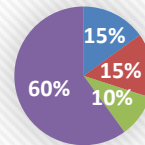
Anexos graficas

1. ¿me siento alegre?



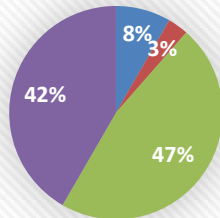
■ siempre ■ casi siempre ■ algunas veces ■ nunca

2. ¿me siento incomodo cuando estoy con alguien que no...



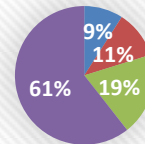
■ siempre ■ casi siempre ■ algunas veces ■ nunca

3. ¿siento la necesidad de dependencia?



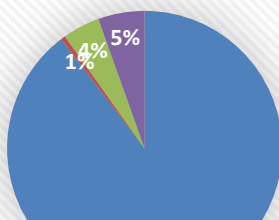
■ siempre ■ casi siempre ■ algunas veces ■ nunca

4. ¿siento que los roles son una amenaza a mi persona?



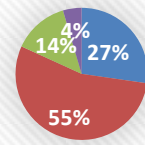
■ siempre ■ casi siempre ■ algunas veces ■ nunca

5. ¿me siento triste?



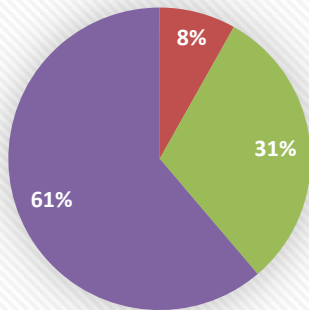
■ siempre ■ casi siempre ■ algunas veces ■ nunca

6. ¿llego a sentirme comodo con las personas que no...



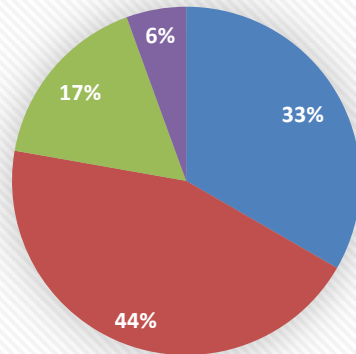
■ siempre ■ casi siempre ■ algunas veces ■ nunca

7. ¿cuando sale las cosas mal siento que es mi culpa?



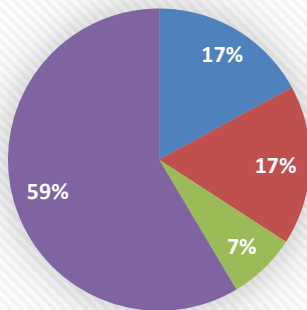
■ siempre ■ casi siempre ■ algunas veces ■ nunca

8. ¿me siento agradable?



■ siempre ■ casi siempre ■ algunas veces ■ nunca

9. ¿siento que es bueno cometer errores?



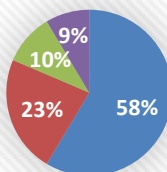
■ siempre ■ casi siempre ■ algunas veces ■ nunca

10. ¿si las cosas me salen bien, siento que fue gracias a mis esfuerzos?



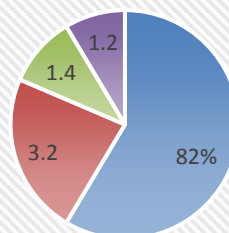
■ siempre ■ casi siempre
■ algunas veces ■ nunca

11. ¿siento que soy desagradable para los demas?



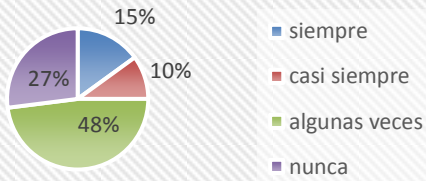
■ siempre ■ casi siempre ■ algunas veces ■ nunca

12. ¿siento que es de sabios equivocarse?



■ siempre
■ casi siempre
■ algunas veces
■ nunca

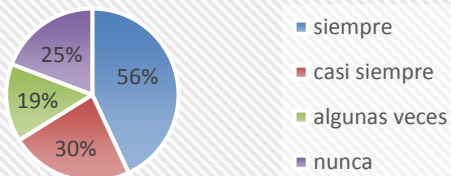
13. ¿siento que soy el ser menos importante del mundo}?



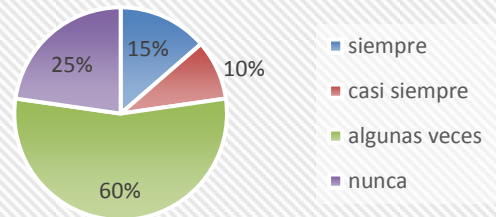
14.¿siento que debo hacer lo que los demas quieren sino, me siento rechazado?



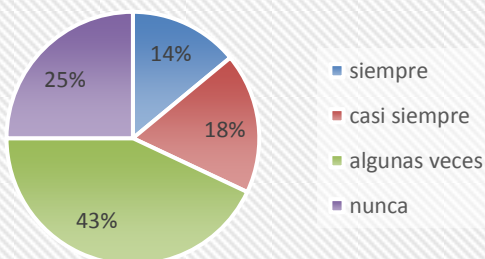
15.¿me seinto el ser mas importante del mundo?



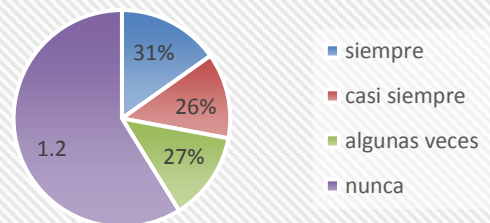
16. siento que todo me sale mal



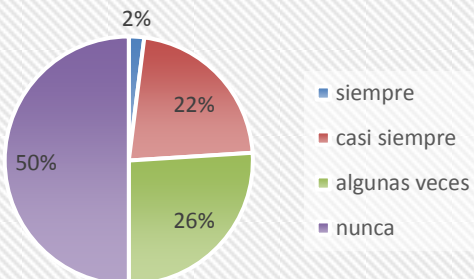
17. ¿siento que el mundo se rie de mi?



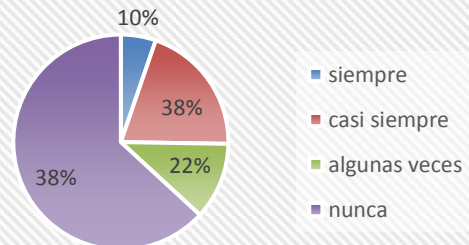
18.¿acepto las criticas constructivas?



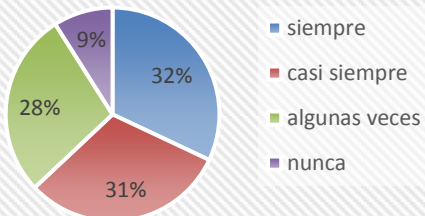
19. ¿me rio del mundo entero'



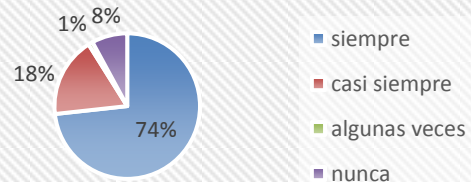
19. ¿no me importa lo que digan de mi?



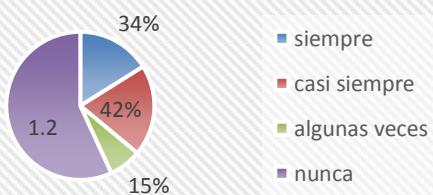
20. ¿siento que todo me sale bien?



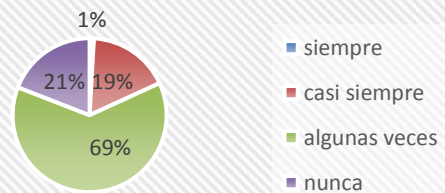
21. ¿me siento satisfecho con mi estatura?



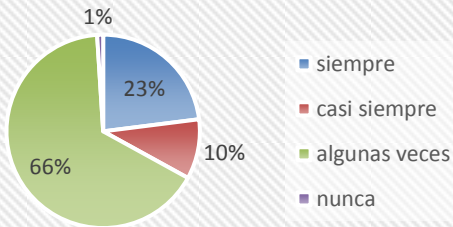
23. ¿Hablo abiertamente de mis sentimientos?



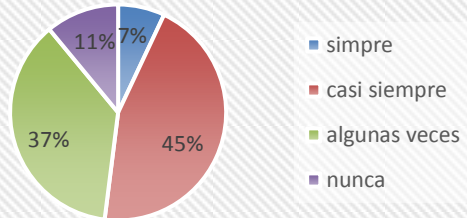
24. ¿siento que mi estatura no es la correcta?



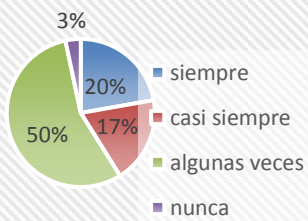
25. solo acepto alabanzas



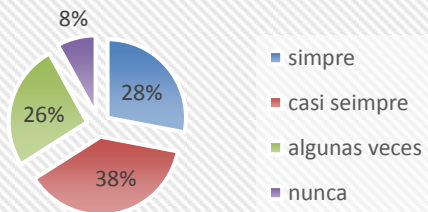
26. me rio de mis errores



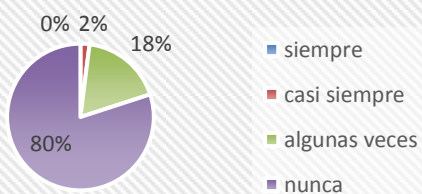
27. nunca hablo de mis sentimientos porque siento que...



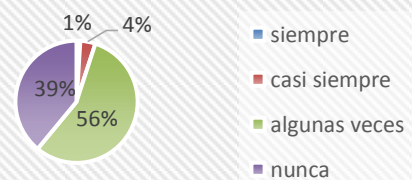
28. siento que soy perfecto



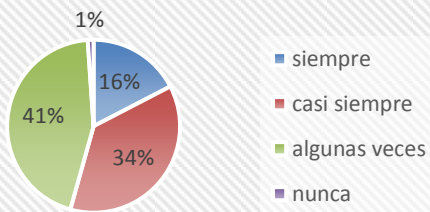
29. me alegro cuando los demas fracasan



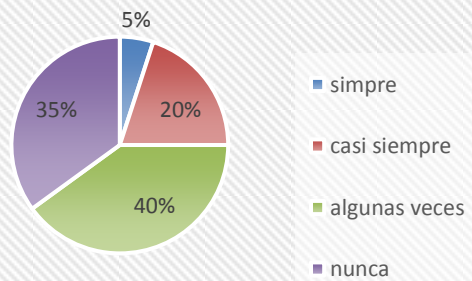
30. me gustaria cambiar mi apariencia fisica



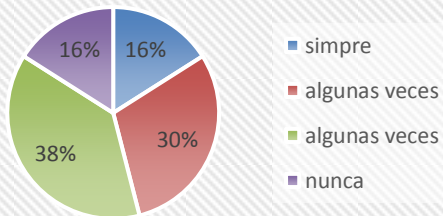
31. evito las experiencias nuevas



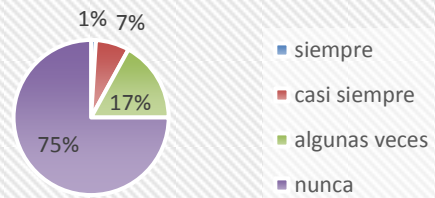
32. soy timido (a)



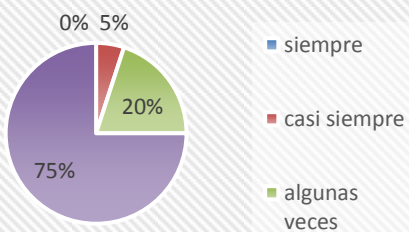
33. acepto errores sin pensarlo



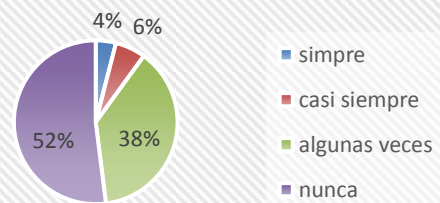
34. pongo excusas para no aceptar cambio



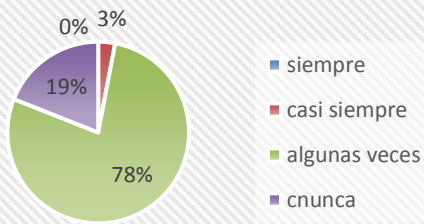
35. siento que los demas dependen de mi



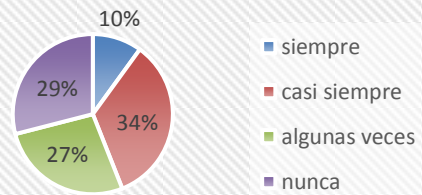
36. ¿siento que los demas cometen mas errores que yo?



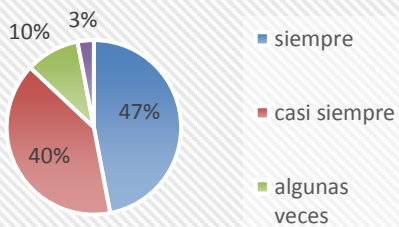
37. me considero agresivo



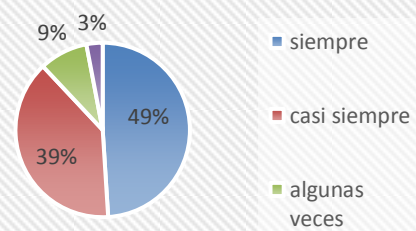
38. me aterra la idea del cambio



39. me alegra la idea del cambio



40. me alegro del éxito de los demás



Anexos fotografías

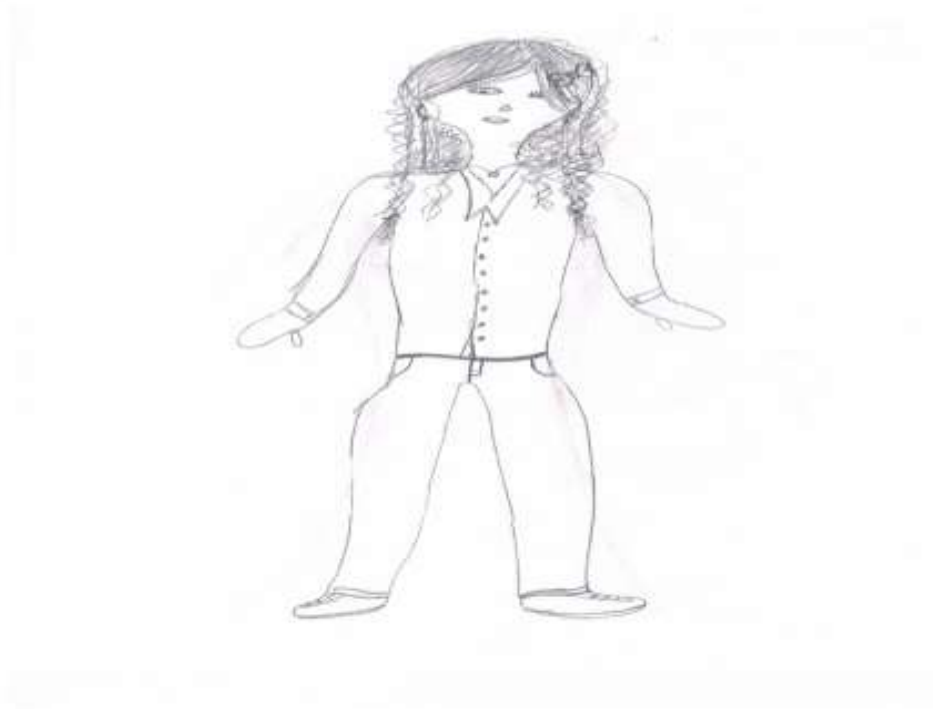


Fig.: 7 figura Humana



Fig. 8 Aceptan el proyecto y firman el contrato I



Fig.9 Actividad de Fingir una discapacidad



Fig. 10 Arman el corazón



Fig. 11 psicólogas de la UPN ayuda en sensibilización



Fig. 12 Se formó el muñeco



Fig. 13 Realimentación

Anexos de Actividades

TEXTO DE SENSIBILIZACIÓN

ACTIVIDAD 4

Con los ojos cerrados, música lenta y suave, concentración. Durante dos o tres minutos el joven se relajara y tratara solo de escuchar música.

El instructor leerá lo siguiente:

Respire normalmente y centra tu atención en un punto que haya frente a ti, un poco elevado. Luego cierra los ojos con suavidad y escucha tu respiración. Aspire profundamente, siente como se llenan tus pulmones y luego como tu panza se hincha de aire. Suéltalo lentamente, hasta que tu cuerpo este vacío.

Ahora, imagina una luz azul, dorada que cae lentamente suavemente sobre tu cabeza y recorre todo tu cuerpo medida que avanza, sientes un cosquilleo agradable y una sensación de tranquilidad y relajación. Tus brazos, tu torso y tus piernas se relajan cuando esa luz los recorre. El resplandor se extiende después por tus manos y se desprende de la punta de cada uno de los dedos.

Vuelve a concentrarte en tu respiración. ¿Sientes el aire entrar y salir? El aire te conecta con la habitación; la próxima vez que lo sueltes por la nariz abre solamente los ojos. Sentado o estirado, te sientes en completa calma. Imagina que estas en el campo; todo esta desierto. De momento no se ve nada ni nadie. Solo puedes escuchar el sonido de una suave brisa-uuuu...uuu-yy sentir el tibio calor del sol sobre tu piel.

Vas en búsqueda de una tierra especial casi mágica, que se utiliza para lograr que las frutas y las verduras crezcan en un lapso muy corto de tiempo. ¡Todo crecería mucho más rápido! Esa tierra es muy necesaria y ayudaría a mucha gente. Has caminado muchos días para dar con ella y te sientes agotado. Aún no la has encontrado, pero el cansancio y la falta de ganas se apoderan de ti.

Sientes un gran cansancio en todo el cuerpo. Te relajas respiras muy profundamente. Intentas descansar.

Al cabo de unos minutos sientes como la energía va volviendo a tu cuerpo; llega poco a poco, pero a medida que pasan los minutos te sientes más enérgico, más fuerte, mucho más seguro y con más ánimo para proseguir tu búsqueda.

Después de ponerte otra vez en marcha, has andado de aquí para allá todo el día. Cuando el sol ya ha comenzado a desaparecer, vez a lo lejos las ventanas e iluminadas de una pequeña casita. Imaginas que allí donde hay luz habrá personas y habrá vida, así que te acercas poco a poco. Esquivas unos árboles y unas matas y llegas a la casa. Llamas a la puerta y te atienden dos ancianos están muy solitos y te piden que les cuentes algún cuento para distraerlos. Les dices que

quizá puedas ayudarlo en otra cosa, pero que no puede contarles un cuento porque no te sabes ninguno.

Sales otra vez al camino. El cielo se va obscureciendo cada vez más. Caminas un rato hasta que te acuerdas con otra casa, más grade que la anterior. La puerta está abierta; entras a la casa y encuentras una chica joven, de pelo muy largo y negro, sentada junto a su padre enfermo. La chica y el señor son muy amables, te saludan y sonríen con dulzura. La muchacha te pide que le toques una melodía con violín. En ese momento te pones nervioso, ya que nunca has tocado el violín. Sientes miedo a equivocarte, a no saber cómo hacerlo. Se lo explicas a la chica. Pero ella insiste con mucha amabilidad.

Te pone un violín en las manos y asegura que confía absolutamente en que lo harás muy bien. Tomas el violín, sin esfuerzo, unas melodía muy dulces salen de tus manos. Te alegras tanto de poder hacerlo.

Que hasta te pones a cantar al compás de la música, la joven tiene su cara iluminada.

Al cabo de un rato, el padre te dice que está enfermo y con muchos dolores, y te pide por favor que le pongas una inyección.

Otra vez los nervios. Les dices que jamás has puesto una inyección. Sin embargo, una voz interior cada vez más potente: hazlo, tú podrás, tú podrás.

Escuchas lo que te digo: hazlo, tú podrás. Esa voz te da ánimos y tomas la decisión de hacerlo. Pones la inyección y alivias los dolores del enfermo; ahora estas sorprendido y feliz. Has descubierto cosas nuevas a cerca de ti. Sabes que eres capaz de hacer las cosas que antes creías que no podías. Te sientes útil, te sientes bien. Relajado y con ganas de hacer más cosas.

Entonces se te ocurre una nueva idea. Saludas al enfermo y a su hija y vuelves ya rehacer tu camino, ahora con un paso diferente, más seguro y confiado. Llegas hasta la pequeña casa de los viejitos solitarios y con toda tranquilidad les dices: ahora les contare un cuento, será la historia de lo que me acaba de suceder ahora si te pudo contar algo.

Respiras hondo, vas abriendo los ojos. Poco a poco. Eres como una persona nueva. Algo diferente ha ocurrido en ti. Ahora sabes más cosas de ti mismo. Puedes confiar en cumplir tus objetivos

HERIDAS AL AUTOESTIMA

ACTIVIDAD 5

En primer lugar se le indicara que se formularán una serie de preguntas y si la respuesta es afirmativa deberán rasgar un pedazo del corazón.

Serie de preguntas 1

¿Alguien te ha dejado de elogiar por algún trabajo que has hecho bien?

¿Te sientes culpable por algo que no has hecho?

¿Alguna vez te han dicho que te ves mal?

¿Alguien te ha dicho que eres un tonto?

¿Alguien constante mente te ha dicho que eres un irresponsable?

¿Te han dejado por fuera tus amigos cuando has hecho algo?

¿Has tenido una discusión con alguien a quien quieras mucho?

Después se desarrollara la segunda etapa del ejercicio se formulara una serie de preguntas que si la respuesta es afirmativa deberán pegar las partes del corazón.

Serie de preguntas 2

¿Te has sentido confiado acerca de las decisiones que tomas?

¿Algunas personas te han dicho que te aman?

¿Has logrado alguna meta que deseabas alcanzar?

¿Te han dicho que tienes una personalidad agradable?

¿Alguien te ha dicho que confía en ti porque eres responsable?

¿Alguien te ha dicho que te quiere?

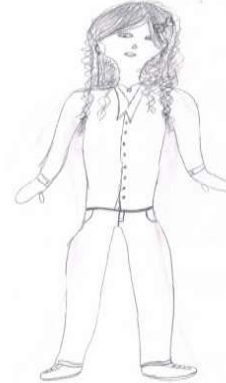
¿Alguien te ha dicho que cree en ti?

FIGURA HUMANA

ACTIVIDAD 2
ANTES



ACTIVIDAD 10
DESPUÉS



OPINIONES DEL GRUPO
ACTIVIDAD 10

MI OPINION

Pues me parecieron interesantes las dinámicas aunque algunas de ellas para algunos de nuestros compañeros les usaron en burla. Algunas de sus dinámicas nos sirvieron para recordar cosas que ya había olvidado.

A lo mejor también nos sirvió para romper algunos barreras como grupo pero nunca se logró la sinceridad de muchos compañeros.

En lo que a mí respecta esta experiencia me pareció grata y me sirvió.

MI EXPERIENCIA CON VOTADOS FUE AGRADEBLE AHAJ QUE AFIRMAR QUE HUBO DE TODO ROSAS Y AZULES PERO MAS QUE NADA FELIXIDAD HASTA UNO CON SU ENTORNO. PUES NO PUEDO DECIR NADA MALO YA QUE NO TENGO NINGUN INCÓMODO EN LA PAPA PREFERIDA

PA. DE AMBOS TENGAN UN ROTONDO EXITO EN SU CARRERA Y VIDA.

Bueno

Apuntamos a seguir caminando por la vida
Sin ruidos y quejidos. Mas con risas
y como siempre. Como siempre divertidos
y como de siempre. Como de siempre. Como de siempre.
de nuestra existencia en la vida que
vamos viviendo y que esperamos de
Caminamos con vida que todos nos ayudan
en la vida. No vamos a parar
y siempre. Siempre. Siempre. Siempre. Siempre.
Siempre y en todo que es en todo
que es en todo. Siempre. Siempre. Siempre.

Esta experiencia me sirvió de mucha utilidad
Por que me sirvió para recordar cosas que ya había olvidado
Por que me sirvió para romper barreras como grupo pero nunca se logró la sinceridad de muchos compañeros.
En lo que a mí respecta esta experiencia me pareció grata y me sirvió.