



SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD AJUSCO

LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA

LA IMPOSIBILIDAD DEL AISLAMIENTO: FORMACIÓN TUTORIAL
DEL DOCENTE DE SECUNDARIA

TESIS

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADAS EN PEDAGOGÍA

PRESENTAN:

YUNUEN ACEVEDO TOLEDO
DANIELA ISLAS ORTEGA

ASESOR:

MTRO. PAULO CÉSAR DEVEAUX GONZÁLEZ

CIUDAD DE MÉXICO, FEBRERO 2020

Agradecimientos

A mi padre, Pedro Islas, por ser el pilar fundamental de todo lo que soy, porque, en gran parte, gracias a él, hoy puedo ver alcanzada mi meta. Gracias por siempre estar presente en los mejores y peores momentos de mi vida, por tu paciencia, por tu apoyo incondicional, por confiar en mí, por ser un ejemplo de superación. Admiro y agradezco tu fortaleza.

A mi madre, María Isabel Ortega, por ser mi guía, consejera y amiga. Agradezco el apoyo, amor, paciencia, regaños y cada uno de los valores que me ha inculcado, gracias por el esfuerzo y sacrificio, por los consejos y por siempre motivarme a seguir adelante.

A mi hermano Fernando Islas, por su cariño, apoyo y consejos. Gracias por cuidarme, por nunca dejarme sola, por creer en mí, por apoyar mis decisiones y ser parte fundamental por la cual pude lograr esta meta.

A mi hermano Alejandro Islas y sobrinos Axel y Mateo, porque siempre estuvieron presentes, fueron un gran motor para no rendirme y poder culminar esta etapa. Siempre con la idea de llegar a ser un ejemplo de superación para ellos.

A mi abuelita Remedios Lagunas, por ser un ejemplo de vida que me motivaba a nunca rendirme, agradezco cada uno de sus consejos, y sobre todo el gran apoyo y cariño que me brindó durante la carrera.

A mi prima Andrea Chaparro, por su ejemplo, por siempre estar cuando he necesitado de un consejo, apoyo y palabras de aliento.

A mi tía Elena Ortega, por siempre estar presente, por su apoyo y cariño.

A Omar Pérez, por su compañía, cariño y motivación en momentos buenos y malos, por ser gran inspiración de superación, por los consejos, el apoyo y amor que me brinda día con día.

A Yunuen Acevedo, por ser mi compañera, amiga y confidente. Porque gracias al esfuerzo mutuo se pudo lograr concluir este proyecto que se inició con mucho amor y entusiasmo. Agradezco el tiempo, la paciencia y cada uno de los momentos que compartimos juntas.

A mi asesor Paulo Cesar Deveaux, por su tiempo, paciencia y guía a lo largo de este proyecto. Por brindarme seguridad, entusiasmo y cariño a cada cosa que haga en la vida, por su apoyo, amistad y cada uno de sus consejos.

Daniela Islas Ortega

Agradecimientos

*“Mirar con los ojos:
Es mirar con privilegio.
Mirar con el cerebro:
Es mirar con razonamiento.
Pero mirar con el corazón:
¡Es mirar con amor!*

*Tenemos que amar únicamente
lo digno de ser amado.
Celebro, la noble ocasión
Que da buena recompensa
¡Cuando una persona piensa....
con cerebro y corazón!”.
Mario Acevedo Cabello*

Agradezco en primer lugar a Dios, que ha guiado mi camino con luz y esperanza, ayudándome a batir las vicisitudes que se me han manifestado.

A mi mamá, Paola Toledo, por estar conmigo y apoyarme con infinito amor y comprensión, por recorrer conmigo este sendero sinuoso llamado vida, ofrecirme su hombro para llorar mis derrotas y su sonrisa para festejar mis victorias.

A mi papá, Edgar Acevedo, por enseñarme que cuando se emprende un viaje, se debe de culminar, puede dar miedo, ser alegre o lleno de tristezas, pero siempre existirá una enseñanza para la vida.

A mi Abuelito, Mario Acevedo “Mallito”, que me ha enseñado el significado de “educar con amor”, a poner mi corazón y razonamiento en todo lo que hago y que me ha apoyado incondicionalmente en toda mi vida, agradezco infinitamente su amor, sabiduría y ejemplo, porque lo que no puede ver con los ojos, lo ve con el corazón.

A mi abuelita, Antonia Chícharo “Toñita”, por enseñarme la riqueza que tienen las cosas más sencillas y sutiles, por no dejar que un día triste me derrumbe, por motivarme a seguir viviendo y seguir sembrando flores en mi camino.

A mi hermana Yamilli Acevedo, por enseñarme lo que significa lealtad, por fluir conmigo en el río de la vida, enseñarme lo fuerte que puede ser una flor y lo suave que puede ser una roca, gracias por existir en mi vida y por el honor de llamarte mi hermana.

A mis tíos Elizabeth y Rodolfo por enseñarme con su ejemplo que con esfuerzo, dedicación y amor lo difícil se vuelve fácil y lo imposible se vuelve posible, gracias por enseñarme a no sentirme intimidada por una multitud y a sentir lo hermoso que es dejar que mi voz se escuche.

A Edgar Jiménez, que me enseñó a ver el lado gracioso de la vida incluso cuando el momento era difícil, me festejó en mis momentos de luz y me hizo reír en mis momentos de sombra.

A mi mejor amiga, Gaby, que se mantuvo a mi lado en los buenos y malos momentos, disfrutando juntas algunos de los mejores momentos de mi vida.

A aquellos que sin saberlo me hicieron feliz cuando no podía conmigo misma, cuando la desesperación y la tristeza me asechaban en lo más profundo de mi alma y me inspiraron a dar más de mi misma, a entregar mi corazón en cada cosa que hago, con su voz me hicieron sentir viva, gracias a Exo, por su música y por su mensaje.

A Daniela Islas, por todos los momentos de felicidad, frustración, tristeza, enojo y satisfacción que pasamos elaborando esta tesis, por ser una gran amiga y por todo el conocimiento y apoyo que me ha dado.

A mi asesor Paulo Deveaux, que me enseñó que la meta en la vida es mejorarme a mí misma, que me apoyó en todo el proceso de elaboración de esta tesis y que gracias a él disfruté elaborarla, es una bendición conocerlo, muchas gracias.

Yunuen Acevedo Toledo

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	7
1. UNA VISIÓN GENERAL DE LA EDUCACIÓN SECUNDARIA	10
1.1 Estructura y Características de la Educación Secundaria.....	10
1.1.2 <i>Importancia de la Educación Secundaria en la Sociedad</i>	12
1.2 Modelos de Formación Docente.....	13
1.2.1 <i>Modelo de Práctica Educativa Reflexiva</i>	15
1.2.2 <i>Perfil de Egreso del Docente de Educación Secundaria</i>	17
1.2.3 <i>Características del Profesor de Secundaria</i>	21
1.3 Malestar Docente	23
2. LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA CON RELACIÓN A LA ACCIÓN TUTORIAL	26
2.1 Conceptualización de la Orientación Educativa.....	26
2.1.1 <i>Principios, Áreas y Modelos de Orientación</i>	29
2.1.2 <i>Eje Central para la Tutoría: Modelo de Consulta</i>	33
2.2 Antecedentes y Concepciones de la Tutoría.....	35
2.3 Objetivos de la Tutoría.....	36
2.4 Acción Tutorial Dentro de las Escuelas Secundarias	38
2.5 Los Posibles Tutores.....	41
3. EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA LA ACCIÓN TUTORIAL	43
3.1 Inteligencia Emocional	43
3.2 La Educación Emocional	48
3.2.1 <i>Competencias Emocionales</i>	50
3.3 Educación Emocional para una Acción Tutorial	53
4. UNA MIRADA HACIA LA ACCIÓN TUTORIAL DE LA ESCUELA SECUNDARIA DIURNA N°36 CUAUHTÉMOC.....	57
4.1 Descripción del Contexto: Ubicación y Situación Geográfica.....	57
4.1.1 <i>Infraestructura</i>	58
4.2 Descripción y Selección de los Informantes	60
4.3 Estrategia Metodológica	62
4.3.1 <i>Descripción de los Instrumentos</i>	64
4.4 Análisis y Presentación de la Información	66

5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN (TALLER)	78
5.1 Planteamiento del Problema	78
5.2 Justificación	80
5.3 Detección de Necesidades.....	80
5.4 Fundamentación Teórica	81
5.5 Estrategia	87
5.5.1 Concepto de Taller.....	87
5.5.2 Formas de Diseñar un Taller	88
5.5.3 Objetivo General.....	89
5.5.4 Destinatarios	89
5.5.5 Planes de Sesión.....	90
 CONCLUSIONES.....	 124
 REFERENCIAS	 129
 ANEXOS	 134
Anexo 1.....	135
Anexo 2.....	138
Anexo 3.....	142

INTRODUCCIÓN

La presente investigación aborda temas relacionados con el aspecto afectivo. Uno de los ejes temáticos es la Educación Emocional, centrada en la formación docente, en este caso son los profesores que se encuentran laborando a nivel secundaria, debido a que la problemática gira en torno a la figura del profesor-tutor.

En otras palabras, se realizó esta investigación centrándose en la dimensión afectiva del profesor y su papel como tutor dentro de la educación secundaria y a la vez se analizó si su formación profesional responde a las necesidades que le impone su contexto escolar.

Ahora bien, se ha elegido la población de docentes con un cargo de tutores, puesto que ellos, además de la hora “normal” de clase, tienen acceso a una hora más de interacción personal con sus alumnos, siendo los encargados de resolver conflictos que puedan presentarse con un miembro en específico del grupo o bien con todo el grupo.

Así mismo, este trabajo se situó en la Escuela Secundaria Diurna No. 36 “Cuauhtémoc”, con los profesores de los tres grados (primero, segundo y tercero) y sólo con aquellos que sean tutores, debido a que la problemática que enfrentan es diferente a los que no lo son.

Se considera que los docentes tutores tienen una mayor carga de responsabilidad hacia los adolescentes y por ello podrán estar más propensos a enfermarse emocionalmente, por ejemplo, de estrés, ansiedad o incluso llegar a desarrollar malestar docente, que consiste en la evolución del estrés laboral que causa no solo agotamiento físico, sino también mental.

Ahora bien, esta investigación pretende presentar un acercamiento sobre cómo se vive realmente la acción tutorial dentro de una escuela secundaria, con conflictos reales y que se demuestre cómo es que la Educación Emocional, sumada con la tutoría, puede lograr mejores resultados con respecto a los

diversos conflictos que llegan a tener los adolescentes, así como en el aprovechamiento académico.

Se centra a nivel secundaria, puesto que los docentes tutores se enfrentan con la rebeldía que es común en los adolescentes, además de los problemas “comunes” que presentan, como el inicio de la vida sexual, embarazos no planeados, falta de control de ira, etcétera.

El adolescente puede ser muy conflictivo, sin embargo, el docente tutor debe ver la manera de cómo lograr los objetivos del curso respetando los lineamientos y herramientas que le brinda la institución, sin que todas estas circunstancias le interfieran directamente y los jóvenes aprendan correctamente los contenidos.

Por lo anterior, en esta tesis se plantea como objetivo general: *Explicar la relación que guarda las competencias emocionales con la acción tutorial que desarrolla el docente de secundaria. A partir de éste, se construirá una estrategia de intervención centrada en la formación de la dimensión afectiva.*

Para alcanzar este objetivo. este trabajo se compone de cinco capítulos; tres capítulos teóricos, un capítulo de información y análisis del trabajo de campo y por último un capítulo donde se presenta la propuesta de intervención.

El primer capítulo da “Una visión general de la educación secundaria”, donde se pretende comprender el contexto que engloba la educación secundaria, su estructura, sus características, la importancia que tiene ante la sociedad, los modelos de formación docente, centrándose en el modelo reflexivo, así como conocer el perfil de egreso del docente de educación secundaria, sus características y el posible malestar docente que puede desencadenar.

El capítulo dos, que lleva por nombre “La orientación educativa con relación a la acción tutorial” tiene el propósito de dar a conocer una conceptualización de la orientación educativa, los principios, áreas y modelos de orientación, conocer el eje central para la tutoría, su objetivo, antecedentes y concepciones, así como

saber quiénes pueden ser tutores y cómo es la acción tutorial dentro de las escuelas secundarias.

El tercer capítulo, “Educación Emocional para la acción tutorial”, gira en torno a la Inteligencia Emocional, la Educación Emocional, sus objetivos y conceptos, se explican las Competencias Emocionales y su articulación con el docente tutor de secundaria para una mejor acción tutorial.

El cuarto capítulo, “Una mirada hacia la acción tutorial de la Escuela Secundaria Diurna N°36 Cuauhtémoc”, presenta la investigación y análisis del trabajo de campo que se llevó a cabo en dicha institución en el turno vespertino con los docentes tutores de los tres grados educativos, se describe el contexto, caracterización y selección de los informantes, la estrategia metodológica y descripción de los instrumentos aplicados.

Por último, se encuentra el capítulo cinco “Propuesta de intervención”, donde se presenta el diseño de la propuesta de intervención, el planteamiento del problema, justificación, fundamentación teórica, objetivo, destinatarios y planes de sesión.

Por lo anterior, se invita al lector a que siga informándose del tema y continúe con la lectura de este trabajo de investigación.

1. UNA VISIÓN GENERAL DE LA EDUCACIÓN SECUNDARIA

Este capítulo tiene como objetivo dar a conocer de forma general la estructura y características de la Educación Secundaria, para de esta manera reconocer la importancia que tiene ante la sociedad.

Por otra parte, se presentan los modelos de formación docente con la intención de delimitarse al modelo de la práctica educativa reflexiva, punto central de esta investigación.

Por último, se explica el perfil de egreso deseable para el futuro docente de la Licenciatura de Educación Secundaria y las características que debe tener como profesor dentro y fuera del aula con la intención de explicar las causas que esto conlleva y el malestar docente que les puede provocar.

1.1 Estructura y Características de la Educación Secundaria

En el artículo 3° de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos se establece que todo individuo tiene derecho a recibir educación de manera laica, gratuita y obligatoria, esto a nivel básico donde se encuentra el nivel preescolar, primaria y secundaria.

La educación secundaria es obligatoria desde 1993, “durante mucho tiempo se denominó la secundaria como educación media básica para distinguirla del bachillerato, al cual se le llama también educación media superior.” (Zorrilla 2004:2) Se imparte de manera general, telesecundaria y técnica. La secundaria se proporciona en tres años a quienes hayan concluido la educación primaria, generalmente dirigida a la población de 12 a 15 años de edad.

Así mismo, la Secretaría de Educación Pública (SEP) es la encargada de establecer los planes y programas de estudio para la educación secundaria a nivel nacional en las escuelas públicas y privadas.

En el documento creado por la SEP *Perfil de la Educación en México* (2000) se explica que el propósito esencial del plan de estudios de la educación secundaria es contribuir a elevar la calidad de la formación de los estudiantes que han terminado la educación primaria. Como se mencionó anteriormente, se pretende lograr mediante el fortalecimiento de los contenidos que respondan a las necesidades básicas de aprendizaje de la población de los jóvenes del país y que sólo la escuela puede ofrecer.

Estos contenidos integran conocimientos, habilidades y valores que permiten que los estudiantes continúen con su aprendizaje con un alto grado de independencia, dentro o fuera de la escuela, así como poder facilitar su incorporación productiva y flexible al mundo del trabajo y a las demandas de la vida cotidiana, estimulando una participación activa y reflexiva de manera social, política y cultural.

Por otro lado, el documento *Aprendizajes clave para la educación integral* (2017) señala que la educación básica está dividida en cuatro etapas, cuya cuarta etapa abarca los tres grados de la educación secundaria y el comienzo de la educación media superior.

Así se explica que en esta etapa los jóvenes buscan mayor independencia de los adultos y están dispuestos a tomar mayores riesgos. Se identifican con adultos distintos de sus familiares y pueden adoptarlos como modelo. Les cuesta trabajo la comunicación directa con sus mayores, pero desarrollan capacidad argumentativa y se valen del lenguaje para luchar por las causas que les parecen justas. Cuestionan reglas que antes seguían. Tienen un desarrollo físico muy notable y desarrollan sus caracteres sexuales.

Además, estudios recientes demuestran que el cerebro adolescente tiene una gran actividad neuronal; sus conexiones cerebrales, o sinapsis, empiezan un proceso para desechar las no utilizadas y conservar en funcionamiento las conexiones más eficientes e integradas. Se llama grado transicional al primer ciclo escolar que un estudiante cursa en un nivel educativo, porque marca el tránsito de un nivel educativo a otro.

Por ello requiere de atención especial, pues representa un reto importante para el estudiante ajustarse a las demandas del nuevo nivel que habrá de cursar. Por ello, que la educación secundaria juega un papel fundamental ante la sociedad para el desarrollo íntegro del individuo.

1.1.2 Importancia de la Educación Secundaria en la Sociedad

Tener una educación secundaria es de suma importancia para cada individuo frente a la sociedad que lo rodea, ya que como se ha explicado con anterioridad, es la etapa donde se reafirman los conocimientos por medio de la observación, tanto en la vida académica, laboral, afectiva, psicológica y social del individuo.

Por lo tanto, se debe aprovechar al máximo las potencialidades de los jóvenes en este cambio de su vida, para lo cual se requiere ofrecerles una atención integral en un ambiente de calidad que favorezca su desarrollo en los aspectos físicos, cognitivos y socioemocionales.

A pesar de ello, hay gente que piensa que la escuela secundaria es una especie de guardería, el lugar donde la sociedad mantiene encerrados a sus adolescentes durante unas horas "para que no estén en la calle"; dicho pensamiento debido a todos los cambios que presentan la gran mayoría de jóvenes a esa edad, por ejemplo, la rebeldía. Otra gente piensa que es una institución obsoleta, con mesas, sillas, timbres, materias, horarios y profesores "incapaces" de educar y controlar a los chicos.

Pero la educación secundaria

Ocupa el núcleo del sistema educativo [...] que se le asignan dos grandes funciones. [...] Por un lado, le corresponde trabajar la inmersión más profunda en los valores de la cultura, lo que podríamos llamar la función de formación académica o liberal. Por otro, se le asigna también la preparación para la vida del trabajo, lo que podríamos llamar la función de preparación profesional. (Olmeda, 2011:27).

Así, la educación secundaria es primordial y sobrepasa los prejuicios que la gente le impone por el desconocimiento de sus objetivos, propósitos y finalidades, que, como bien se menciona, va más allá de ser meramente académicos, sino se enfoca en el pleno e íntegro desarrollo del estudiante en lo personal, académico y laboral. Para ello la formación que debe tener un docente de secundaria tiene que ser específica y diseñada para las exigencias que éste le demande.

1.2 Modelos de Formación Docente

La Organización de Estados Iberoamericanos (OEI) (1999) explica en su documento *Modelos y tendencias de Formación Docente* que se entiende por formación al proceso permanente de adquisición, estructuración y reestructuración de conductas para el desempeño de una determinada función, en este caso, la docencia.

La instrumentación de estrategias de acción opera desde la trayectoria escolar del futuro docente, ya que a través del tránsito por los diversos niveles educativos el sujeto interioriza modelos de aprendizaje y rutinas escolares que se actualizan cuando se enfrenta ante situaciones donde debe asumir el rol de profesor.

Así mismo, se puede decir que los docentes principiantes o novatos adquieren en las instituciones educativas las herramientas necesarias para afrontar la complejidad de las prácticas cotidianas. En tal sentido, las instituciones educativas mismas se constituyen también en formadoras, modelando sus formas de pensar, percibir y actuar, garantizando la regularidad de las prácticas y su continuidad a través del tiempo.

Dicha práctica docente puede entenderse como una acción institucionalizada y frecuentemente se concibe como la acción que se desarrolla en el aula, con especial referencia al proceso de enseñar.

Cada modelo teórico de formación docente articula concepciones acerca de educación, enseñanza, aprendizaje, formación docente y las interacciones que las afectan o determinan, permitiendo una visión total.

De esta manera, retomando el mismo documento de la OEI se presentan a continuación los diferentes tipos de modelos de formación docente o práctica docente:

- El modelo práctico-artesanal, el cual concibe a la enseñanza como una actividad artesanal, un oficio que se aprende en el taller. El conocimiento profesional se transmite de generación en generación y es el producto de un largo proceso de adaptación a la escuela y a su función de socialización.

Es decir, este modelo define que el aprendizaje se desarrolla a través de la experiencia guiada.

- El modelo academicista plantea una brecha entre el proceso de producción y reproducción del saber, en tanto considera que los contenidos a enseñar son objetos a transmitir en función de las decisiones de la comunidad de expertos. El docente no necesita el conocimiento experto sino las competencias requeridas para transmitir el guion elaborados por otros.

En otras palabras, se trata de impartir la mayor cantidad de conocimientos, metódicamente dispuestos en una rígida planificación, en un ambiente ordenado. Es un modelo propio de la enseñanza tradicional del siglo XIX.

- El modelo tecnicista eficientista apunta a tecnificar la enseñanza sobre la base de esta racionalidad, su labor consiste en bajar a la práctica, de manera simplificada. El docente no necesita dominar la lógica, sino las técnicas de transmisión.

- El modelo hermenéutico-reflexivo supone a la enseñanza como una actividad compleja, vinculando lo emocional con la indagación teórica.

1.2.1 Modelo de Práctica Educativa Reflexiva

La presente investigación se centrará en el modelo reflexivo, debido a que este es el único en el que el docente basa su intervención en los ámbitos cognitivo y emocional.

De la misma forma, la OEI (1999) explica que este modelo pretende formar un docente comprometido con sólidos valores (no neutro) y con competencias polivalentes. Un docente abierto, capaz de:

- Partir de la práctica como eje estructurante, en tanto áulica, institucional, comunitaria, social.
- Problematizar, explicitar y debatir desde la biografía escolar previa hasta las situaciones cotidianas, las creencias, las rutinas, las estereotipias, las resistencias, los supuestos, las relaciones sociales, los proyectos; así como los contenidos, los métodos y las técnicas.
- Reconstruir la unidad y complejidad de la propia experiencia docente contextualizada, con sus implicaciones emocionales, intelectuales, relacionales, prospectivas.
- Compartir la reflexión personal crítica en ámbitos grupales contenedores, con coordinación operativa, para posibilitar cambios actitudinales.
- Propiciar imprescindibles espacios de investigación cualitativa y con participación protagónica de los docentes, utilizando métodos diversos, entre ellos resultan muy valiosos los etnográficos; tales como cartas, bitácoras personales, diarios de campos, testimonios orales, casos reales o simulados, documentales, dramatizaciones.
- Favorecer la exogamia, ampliar la perspectiva, a fin de lograr cierta distancia óptima de análisis.
- Leer, en las imprescindibles imágenes vertiginosas de la postmodernidad, tratando de interpretar los signos de los tiempos, de este casi inescrutable comienzo de milenio.

- Esta tendencia hermenéutico-reflexiva no está consolidada, ni siquiera aun suficientemente legitimada. Es más, ella misma produce incertidumbre y dudas. Pero quiere constituirse en referente teórico-metodológico, a la vez que en genuina aspiración ético-política (¿con resabios de modernidad?) a la cual los formadores de docentes –o los gestores, responsables políticos de los respectivos programas- no queremos renunciar.

La práctica educativa reflexiva es un recurso de apoyo a la enseñanza que ayuda a pensar con libertad y actuar de acuerdo a los propios principios, valores, investigaciones y hallazgos.

John Dewey plantea acerca del pensamiento reflexivo, señalando que este tipo de pensamiento implica una secuencia de ideas sin perder la flexibilidad y la variedad. Además,

Este filósofo señala que se requiere de: 1) una mentalidad abierta para confrontar lo que se sabe con los distintos enfoques que se presenten; 2) entusiasmo como forma de estimulación de la mente; y 3) responsabilidad intelectual que asegure la integridad y coherencia de lo que se concluya o decida. (Cerecero, 2016: 76)

De acuerdo con este autor entonces la educación es una reconstrucción continua de la experiencia, reflexión, indagación, además de las ideas y conocimientos que se tienen y que influyen en nosotros. De manera que se pueda confundir este tipo de pensamiento con las creencias que ya se tienen preconcebidas y que se han formado a través de la costumbre.

La práctica educativa reflexiva es considerada una actividad social y dinámica ejercida por cada docente en su clase, incluyendo las actividades anteriores y posteriores a este efecto. El docente busca el conocimiento sobre sí mismo, el

significado de su labor, el del contexto en el que se encuentra y el de la relación con los diferentes objetos y sujetos con la intención de resignificar su práctica.

1.2.2 Perfil de Egreso del Docente de Educación Secundaria

En el Plan de estudios de la Licenciatura en Educación Secundaria (1999) se describe que el perfil de egreso se agrupa en cinco grandes campos: habilidades intelectuales específicas, dominio de los propósitos y los contenidos de la educación secundaria, competencias didácticas, identidad profesional y ética, y capacidad de percepción y respuesta a las condiciones sociales del entorno de la escuela.

1. HABILIDADES INTELECTUALES ESPECÍFICAS

- a) Posee alta capacidad de comprensión del material escrito y tiene el hábito de la lectura; en particular, valora críticamente lo que lee y lo relaciona con la realidad y, especialmente, con su práctica profesional.
- b) Expresa sus ideas con claridad, sencillez y corrección en forma escrita y oral; en especial, ha desarrollado las capacidades de describir, narrar, explicar y argumentar, adaptándose al desarrollo y características culturales de sus alumnos.
- c) Plantea, analiza y resuelve problemas, enfrenta desafíos intelectuales generando respuestas propias a partir de sus conocimientos y experiencias. En consecuencia, es capaz de orientar a sus alumnos para que éstos adquieran la capacidad de analizar situaciones y de resolver problemas.
- d) Tiene disposición y capacidades propicias para la investigación científica: curiosidad, capacidad de observación, método para plantear preguntas y para poner a prueba respuestas, y reflexión crítica. Aplica esas capacidades para mejorar los resultados de su labor educativa.
- e) Localiza, selecciona y utiliza información de diverso tipo, tanto de fuentes escritas como de material audiovisual, en especial la que necesita para su actividad profesional.

2. DOMINIO DE LOS PROPÓSITOS Y LOS CONTENIDOS DE LA EDUCACIÓN SECUNDARIA

- a) Conoce con profundidad los propósitos, los contenidos y el enfoque de enseñanza de la asignatura que imparte, y reconoce que el trabajo con los contenidos de su especialidad contribuye al logro de los propósitos generales de la educación secundaria.
- b) Tiene dominio del campo disciplinario de su especialidad para manejar con seguridad y fluidez los temas incluidos en los programas de estudio, y reconoce la secuencia de los contenidos en los tres grados de la educación secundaria.
- c) Reconoce la articulación entre los propósitos de la educación primaria y la educación secundaria y asume a ésta como el tramo final de la educación básica en el que deben consolidarse los conocimientos básicos, habilidades, actitudes y valores, establecidos en los planes de estudio.
- d) Sabe establecer una correspondencia adecuada entre la naturaleza y grado de complejidad de los contenidos educativos con los procesos cognitivos y el nivel de desarrollo de sus alumnos.

3. COMPETENCIAS DIDÁCTICAS

- a) Sabe diseñar, organizar y poner en práctica estrategias y actividades didácticas, adecuadas a las necesidades, intereses y formas de desarrollo de los adolescentes, así como a las características sociales y culturales de éstos y de su entorno familiar, con el fin de que los educandos alcancen los propósitos de conocimiento, de desarrollo de habilidades y de formación valoral establecidos en el plan y programas de estudio de la educación secundaria.
- b) Reconoce las diferencias individuales de los educandos que influyen en los procesos de aprendizaje y aplica estrategias didácticas para estimularlos; en especial, es capaz de favorecer el aprendizaje de los alumnos en riesgo de fracaso escolar.
- c) Identifica necesidades especiales de educación que pueden presentar algunos de sus alumnos; las atiende, si es posible, mediante propuestas didácticas particulares y sabe dónde obtener orientación y apoyo para hacerlo.

- d) Conoce y aplica distintas estrategias y formas de evaluación sobre el proceso educativo que le permiten valorar efectivamente el aprendizaje de los alumnos y la calidad de su desempeño docente. A partir de la evaluación, tiene la disposición de modificar los procedimientos didácticos que aplica.
- e) Es capaz de establecer un clima de trabajo que favorece actitudes de confianza, autoestima, respeto, disciplina, creatividad, curiosidad y placer por el estudio, así como el fortalecimiento de la autonomía personal de los educandos.
- f) Reconoce los procesos de cambio que experimentan los adolescentes, pero distingue que esos procesos no se presentan de forma idéntica en todos, sino de manera individual y única. A partir de este conocimiento aplica estrategias adecuadas para atender las necesidades e inquietudes de sus alumnos.
- g) Conoce los materiales de enseñanza y los recursos didácticos disponibles y los utiliza con creatividad, flexibilidad y propósitos claros.

4. IDENTIDAD PROFESIONAL Y ÉTICA

- a) Asume, como principios de su acción y de sus relaciones con los alumnos, las madres y los padres de familia y sus colegas, los valores que la humanidad ha creado y consagrado a lo largo de la historia: respeto y aprecio a la dignidad humana, libertad, justicia, igualdad, democracia, solidaridad, tolerancia, honestidad y apego a la verdad.
- b) Reconoce, a partir de una valoración realista, el significado que su trabajo tiene para los alumnos, las familias de éstos y la sociedad.
- c) Tiene información suficiente sobre la orientación filosófica, los principios legales y la organización del sistema educativo mexicano; en particular, asume y promueve el carácter nacional, democrático, gratuito y laico de la educación pública.
- d) Conoce los principales problemas, necesidades y deficiencias que deben resolverse para fortalecer el sistema educativo mexicano, en especial las que se ubican en su campo de trabajo y en la entidad donde vive.
- e) Asume su profesión como una carrera de vida, conoce sus derechos y obligaciones y utiliza los recursos al alcance para el mejoramiento de su capacidad profesional.

f) Valora el trabajo en equipo como un medio para la formación continua y el mejoramiento de la escuela, y tiene actitudes favorables para la cooperación y el diálogo con sus colegas.

g) Identifica y valora los elementos más importantes de la tradición educativa mexicana; en particular, reconoce la importancia de la educación pública como componente esencial de una política basada en la justicia, la democracia y la equidad.

5. CAPACIDAD DE PERCEPCIÓN Y RESPUESTA A LAS CONDICIONES SOCIALES DEL ENTORNO DE LA ESCUELA

a) Aprecia y respeta la diversidad regional, social, cultural y étnica del país como un componente valioso de la nacionalidad, y acepta que dicha diversidad estará presente en las situaciones en las que realice su trabajo.

b) Valora la función educativa de la familia, se relaciona con las madres y los padres de los alumnos de manera receptiva, colaborativa y respetuosa, y es capaz de orientarlos para que participen en la formación del educando.

c) Promueve la solidaridad y el apoyo de la comunidad hacia la escuela, tomando en cuenta los recursos y las limitaciones del medio en que trabaja.

d) Reconoce los principales problemas que enfrenta la comunidad en la que labora y tiene la disposición para contribuir a su solución con la información necesaria, a través de la participación directa o mediante la búsqueda de apoyos externos, sin que ello implique el descuido de las tareas educativas.

e) Asume y promueve el uso racional de los recursos naturales y es capaz de enseñar a los alumnos a actuar personal y colectivamente con el fin de proteger el ambiente. (SEP, 2010:10-13).

En el 2018 la SEP integró las competencias profesionales y disciplinarias, las cuales se contrastaron con el Perfil, Parámetros e Indicadores para Docentes y Técnicos Docentes (PPI). Por lo anterior se menciona que el docente:

- Conoce a sus alumnos, sabe cómo aprenden y lo que deben aprender.
- Organiza y evalúa el trabajo educativo, y realiza una intervención didáctica pertinente.

- Se reconoce como profesional que mejora continuamente para apoyar a los alumnos en su aprendizaje.
- Asume las responsabilidades legales y éticas inherentes a su profesión para el bienestar de los alumnos.
- Participa activamente en la gestión escolar y fomenta el vínculo de la escuela con la comunidad para asegurar que todos los alumnos concluyan con éxito su escolaridad.

Por lo que se pudo observar, el perfil de egreso de la Licenciatura en Educación Secundaria es muy complejo y requiere de características específicas que un profesionista debe apropiarse.

1.2.3 Características del Profesor de Secundaria

En la actualidad existen diversos y discutidos modelos de docencia, como se ha ido planteado, pero algunas de las características que debe tener un profesor de secundaria son poseer buenas capacidades de comunicación, ser paciente y tener tacto, mantener la disciplina y saber afrontar la conducta desafiante.

También debe tener la capacidad de animar, motivar e inspirar a los estudiantes, ser capaz de avanzar con alumnos distintamente dotados, así como de mantener una buena relación con la familia, profesores y otros profesionales como asesores y trabajadores sociales.

Debe tener buena organización y planeación, energía, entusiasmo y autodisciplina, sin dejar de lado la capacidad para resolver problemas, y trabajar bien bajo presión. Estar dispuesto a plantearse diversos esquemas que en la institución y el aula le demande, seguir aprendiendo con base en su experiencia.

Otras características más específicas son el tener la capacidad de comprensión del material escrito, expresado sus ideas con claridad, sencillez y corrección en forma escrita y oral, en específico las capacidades de describir, narrar, explicar y argumentar, adaptándose al desarrollo y características culturales de sus alumnos.

Ser capaz de orientar a sus alumnos para que éstos adquieran la capacidad de analizar situaciones y de resolver problemas, tener la disposición, así como saber diseñar, organizar y poner en práctica estrategias y actividades didácticas, adecuadas a los grados y formas de desarrollo de los alumnos, sin dejar de lado sus características sociales y culturales de éstos y de su entorno familiar.

Debe identificar las posibles necesidades especiales que pueden presentar algunos de sus alumnos, atenderlas, si es posible. Conocer y aplicar distintas estrategias y formas de evaluación sobre el proceso educativo que le permiten valorar efectivamente el aprendizaje de los alumnos y la calidad de su desempeño docente.

La página oficial de Mexicanos Primero “Solo la Educación de Calidad Cambia a México” (2014) menciona que el maestro es un actor clave para alcanzar la calidad educativa que nuestro México merece y enuncia 10 características deseables que debe poseer el buen maestro mexicano.

1. Es experto en su materia y se compromete con el logro escolar de sus alumnos.
2. Se evalúa, actualiza y certifica constantemente en función de las necesidades educativas con espíritu de superación y profesionalismo e implementa lo aprendido en el aula.
3. Es responsable en el cumplimiento del calendario escolar y en el aprovechamiento del tiempo dedicado a la enseñanza de la jornada.
4. Contagia el gusto por aprender a sus alumnos, despertando su interés.
5. Identifica las necesidades específicas del grupo y crea un ambiente favorable para el aprendizaje de cada uno de sus alumnos.
6. Crea oportunidades para que sus alumnos lleguen cada vez más lejos, aprendan permanentemente y desarrollen autoestima y competencias para la vida.
7. Fomenta competencias y prácticas éticas y cívicas con su ejemplo, dentro y fuera del aula.
8. Involucra a los padres de familia en la toma de decisiones y los hace partícipes en el aprovechamiento escolar de sus hijos.

9. Se compromete con la comunidad escolar, fomentando el trabajo colaborativo y participando activamente en acciones enfocadas al beneficio de la educación.
10. Lucha con perseverancia por el derecho a la educación de calidad que tienen todos y cada uno de las niñas, niños y jóvenes mexicanos.

Como se presenta, hay una gran variedad de requerimientos por cumplir para poder desempeñar de manera eficiente el rol como docente de secundaria, los cuales pueden perjudicar de manera física y personal la integridad de cada profesor, refiriéndonos en lo psicológico y al bienestar.

1.3 Malestar Docente

A partir de las exigencias que debe tener un docente para ejercer de manera correcta su rol dentro de un salón de clases, se puede destacar que van más allá de las herramientas que se le propician, lo cual es exigir sin dar los medios y recursos para llevarlo a cabo.

Es por eso que cada profesor debe ingeniárselas para cumplir con los requerimientos que se le demanda, así tengan que sobrepasar su propia integridad física, psicológica y moral.

Todo programa, plan de estudios y cambios que se llevan a cabo a nivel educativo están basados en el bienestar del alumno, en que logre los objetivos y propósitos que le demanda el nivel educativo donde se encuentre, dejando de lado la importancia que también se le debe de dar al docente.

El malestar docente es una realidad a la que miles de profesores tienen que enfrentarse diariamente y que, en ocasiones, acarrea consecuencias como es trabajar desmotivado o estresado. Sin embargo, esto no es un problema personal, como podría parecer, sino que es un grave problema social.

Muchos autores han investigado el malestar docente, José Manuel Esteve (1987: 47) destaca que este es “el conjunto de consecuencias negativas que afectan a

la personalidad del profesor a partir de la acción combinada de condiciones psicológicas y sociales en que se ejerce la docencia”. Entre dichas consecuencias principalmente se encuentra el estrés, la disminución del rendimiento, cansancio, la insatisfacción, la irritabilidad, el insomnio, la ansiedad y la depresión, además de poder causar enfermedades crónicas.

Se entiende por estrés a la tensión provocada por situaciones agobiantes que originan reacciones o trastornos a veces graves, son “... los estímulos que provocan la respuesta biológica y psicológica [...] que llegan a convertirse en enfermedades” (Orlandini, 2012: 11).

La profesión docente es para este autor, por un lado, un fuerte componente vocacional que los hace sentirse útiles en la sociedad y que puede inducir a la autorrealización y satisfacción personal. Pero por otro lado la realidad es la existencia de aspectos negativos sobre la docencia, que pueden llevar a desequilibrios personales y emocionales, así como la frustración.

En cuanto al nivel educativo en el que el profesor imparte la docencia “... diversos estudios coinciden en señalar una mayor incidencia del estrés entre los profesores que trabajan en los centros de Secundaria que entre los de enseñanza Primaria” (Prieto, 2006: 49). Es por ello que trabajar con adolescentes no es una tarea fácil, ya que como se sabe el joven está pasando por una etapa de cambios, físicos y psicológicos, lo cual los lleva más a la rebeldía, agresividad e indiferencia, hasta el grado de llegar hacer desafiantes con el propio profesor. Y así causar mayor trabajo para cada uno de ellos en lograr sus objetivos académicos.

El docente no sólo tiene que enseñar al que no sabe, sino que también tiene que enseñar al que no quiere y no es tarea fácil negociar el aprendizaje sobre todo con quien no quiere aprender.

De igual manera el cambio social al que se tiene que enfrentar y para el que no tiene estrategias de actuación es una problemática, ya que algunos padres atribuyen el fracaso escolar de sus hijos a los profesores, pero por los logros

alcanzados no se les dan ninguna valorización a los docentes en ningún momento.

La sociedad piensa que los valores se aprenden en la escuela, por lo que se deslindan de toda educación de sus jóvenes, lo cual provoca limitaciones en la práctica educativa del profesor.

Esto no mejora en ningún caso la situación de los docentes, quienes se sienten solos y desprotegidos, ante una sociedad que los devalúa social y laboralmente (agresividad hacia el profesorado, poner en duda su rendimiento laboral.) Todo esto lleva a cuestionar su labor educativa.

A manera de conclusión, se puede decir que la educación secundaria juega un papel fundamental dentro del contexto escolar. El propósito de la misma gira en torno a la madurez y desarrollo de los jóvenes, tanto en su vida personal como laboral.

Por ello la práctica docente y la experiencia que obtienen a lo largo de su trayectoria serán de suma importancia para tener claro un modelo de formación docente, donde se recalcó que la práctica reflexiva es la mejor opción para poder ejercer el rol como profesor de secundaria y así haya buenos resultados. Pero sobre todo funcional para los docentes tutores, encargados de tener un mayor acercamiento y relación con el alumno, tanto emocional como académico. La tutoría también tiene su origen y es como se presenta a continuación en el siguiente capítulo.

2. LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA CON RELACIÓN A LA ACCIÓN TUTORIAL

El presente capítulo tiene como objetivo dar un acercamiento a la conceptualización de la orientación educativa, así mismo se explican sus principios, áreas y modelos.

Enseguida se presenta el modelo de consulta, que es el eje central de esta investigación, pues es donde se implementa la tutoría. Posteriormente se presentan los antecedentes de la tutoría, sus objetivos y su papel dentro de las escuelas secundarias, con la intención de profundizar en dicha acción.

Por último, se explica quién puede ser tutor, a partir de la reflexión y análisis que se lleva a cabo de la acción tutorial y sus objetivos, por lo tanto, se invita que se continúe con la lectura de este capítulo.

2.1 Conceptualización de la Orientación Educativa

La concepción de orientación surge en países industrializados, a comienzos del siglo XX, como consecuencia de los movimientos que se llevaban a cabo para obtener una reforma social. Este ámbito se desarrollaba fuera de la institución y se consideraba una actividad extraescolar.

A lo largo de la historia se han planteado diversas concepciones de orientación educativa y ésta a su vez ha tenido diferentes conceptualizaciones de acuerdo a las políticas educativas y a las modificaciones del sistema de enseñanza que se llevan a cabo cada sexenio. De esta manera es entendida a grandes rasgos como una actividad dirigida a las personas para su desarrollo personal.

Rodríguez Espinar afirma que la orientación educativa es:

La aplicación tecnológica en el ámbito educativo de una serie de principios teóricos de las ciencias humanas y sociales que permiten el diseño, ejecución y evaluación de programas de intervención dirigidos a la producción de los cambios necesarios en el alumno y su contexto a fin de que aquel logre su plena autonomía y realización, tanto en su dimensión personal como social. Citado por (Herrerías, 2006: 17).

Igualmente “Orientar no es otra cosa que estructurar de la manera más personalizada e integral posible el proceso de enseñanza y aprendizaje para favorecer el adecuado desarrollo y la socialización de los alumnos”. (Martín, 2000: 16).

Con base en lo anterior, puede afirmarse que orientar abarca todo el concepto general de un desarrollo integral de cada individuo, su desarrollo y evolución social frente al contexto que los rodea, un proceso que perseguirá un fin en específico, el cual será más íntimo y personalizado.

Aunado a esto último, señala el Ministerio de Educación y Ciencia que la “...única orientación educativa es la educación, la educación integral, personalizada [...] se identifica con la propia educación, o forma parte esencial de ella...” (Hervàs, 2006).

La orientación educativa es:

Un proceso de ayuda y acompañamiento continuo a todas las personas, en todos sus aspectos, con objeto de potenciar a la prevención y desarrollo humano a lo largo de toda la vida. Esta ayuda se realiza mediante una intervención profesionalizada, basada en principios científicos y filosóficos. (Bisquerra, 2005: 2)

Entonces la orientación educativa es una acción que está estrechamente relacionada al proceso educativo del estudiante, y se plantea que este acompañamiento se debe de llevar a cabo desde que el niño ingresa al ámbito educativo, hasta que egrese, si se toma en cuenta que el alumno es considerado el principal protagonista en términos educativos.

Por lo anterior, se puede entender a la orientación educativa como un proceso que se realiza en cada sujeto de acuerdo con sus características, sus problemas y necesidades.

Desde esta perspectiva, se puede considerar a la orientación como un acto educativo y un proceso que conforme se esté practicando de manera continua podrá ayudar a cierto sujeto no solamente en el desarrollo académico, también en el ámbito personal y social o a la toma de decisiones, dando como resultado el manejo correcto de las emociones, el autoconocimiento, la autorregulación, un mejor autoconcepto, etcétera.

Lo verdaderamente importante de este proceso de orientación radica en que tanto se ayuda al estudiante a desarrollarse como ser humano, como a fortalecer sus valores. Lograr el éxito en sus metas, así como relacionarse con otros sujetos y a fomentar su calidad como humano.

La orientación educativa va más allá del aspecto vocacional, es una ayuda para la vida. No se toman decisiones por el sujeto, como se ha señalado, se le ayuda a que él o ella tome por sí mismo sus propias decisiones, entrando en estas también las elecciones en el ámbito escolar o de trabajo y las de hacerse responsable.

Para que esto sea efectivo, es necesario una postura desde un área, un principio y un modelo de intervención que la orientación educativa determina para las situaciones específicas de cada sujeto.

2.1.1 Principios, Áreas y Modelos de Orientación

Existen principios, modelos y áreas para desarrollar un proceso de orientación educativa. Se comenzará con presentar los principios; los cuales son de prevención, desarrollo y acción social.

El principio de desarrollo se basa en la idea de que a lo largo de la vida de una persona “esta pasa por una serie de estadios o fases de desarrollo cada vez más complejas que son las que fundamentan y dan sentido a sus actuaciones y le permiten interpretar e integrar experiencias y conocimientos nuevos y cada vez más amplios”. (Herrerias, 2006: 19)

En el principio de acción social ayuda al individuo a desenvolverse en sociedad proporcionándole la información necesaria, para que de manera racional y objetiva pueda asumirse plenamente como persona consciente de sus limitaciones y dueño de sus posibilidades.

De acuerdo con este principio, la orientación no sólo ha de tener en cuenta el contexto en que se realiza, sino también la posibilidad de intervenir sobre el propio contexto. La actividad orientadora estará dirigida a la modificación de aspectos concretos del contexto.

Así mismo, la orientación, desde esta perspectiva, tratará de ayudar al alumno a concienciarse sobre los obstáculos que se le ofrecen en su contexto y le dificultan el logro de sus objetivos personales, para que pueda afrontar el cambio necesario de dichos obstáculos.

La presente investigación manejará el principio de prevención; éste hace referencia a la intervención como un proceso que ha de anticiparse a situaciones que pueden entorpecer el desarrollo integral de las personas. Con la prevención se busca impedir que un problema se presente, o prepararse para contrarrestar sus efectos en caso de presentarse.

La intervención preventiva debe ejecutarse de manera grupal, con quienes no presenten desajustes significativos, lo que no excluye a los que puedan ser potencialmente una población en riesgo; por otra parte, se intenta reducir el número de casos de la población que pueda verse afectada por un fenómeno. Esto ya sea de tipo personal o contextual, de tal manera que, si no se logra una modificación de las condiciones del contexto, pueda ofrecerse una serie de competencias para desenvolverse de manera adaptativa, a pesar de las condiciones nocivas.

Después se ubican las áreas de intervención: orientación académica y profesional, proceso de enseñanza aprendizaje, atención a la diversidad y de prevención y desarrollo que para explicar de una manera más concreta veremos en el siguiente cuadro.

Áreas de orientación según Rincón, Bayot, García y Argudo, (2000)			
Aprendizaje	Atención a la diversidad	Orientación académica y profesional	Prevención y desarrollo personal
<ul style="list-style-type: none"> - Estudio organización del tiempo en la universidad - Preparación de exámenes 	<ul style="list-style-type: none"> - Apoyo a los inmigrantes - Atención a estudiantes en riesgo de abandono - Apoyo a los discapacitados 	<ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisión - Elección de itinerarios - Relación entre titulaciones y empleo - Estrategias de búsqueda de empleo 	<ul style="list-style-type: none"> - Habilidades sociales - Educación emocional - Salud: tabaquismo, drogadicción, SIDA

Fuente: Revista electrónica diálogos educativos (tomado de Herreras, E. B. 2006:21).

En la orientación para la prevención y el desarrollo se propone la prevención en sentido amplio y el desarrollo personal y social. Estos se pueden considerar como fines de la orientación y de la educación en general.

Así mismo, dentro del área de intervención Prevención y desarrollo personal, se ubica el desarrollo humano, entendido como el desarrollo de la persona en todos sus aspectos (intelectual, cognitivo, social, moral, emocional, etcétera).

Dicho desarrollo es el principal protagonista para poder entender a grandes rasgos el comportamiento y personalidad de cada individuo, es decir, ayudando a un mejoramiento en la elaboración de la prevención de la situación que se presente.

Por ello, esta investigación pondrá énfasis en dicha área de la orientación, pues es requerida para lo que se pretende lograr a lo largo de la misma.

Por último, tenemos los modelos de intervención: counseling (radica más en el aspecto clínico), de consulta y el de programas.

Diversos autores han realizado propuestas de clasificación de los modelos de intervención en orientación. A continuación, en el siguiente cuadro podremos ver a grandes rasgos alguno de ellos y qué autores los clasifican de esta manera:

Autores	Clasificación de modelos de intervención en orientación
Rodríguez Espinar (1993) Álvarez González (1995)	<ul style="list-style-type: none"> • Modelo de intervención directa individual (modelo de counseling). • Modelo de intervención grupal (modelo de servicios y programas). • Modelo de intervención indirecta individual y/o grupal (modelo de consulta) • Modelo tecnológico
Álvarez rojo (1994)	<ul style="list-style-type: none"> • Modelo de servicios. • Modelo de programas.

	<ul style="list-style-type: none"> • Modelo de consulta centrado en los problemas educativos. • Modelo de consulta centrado en las organizaciones.
Bisquerra y Álvarez (1996)	<ul style="list-style-type: none"> • Modelo clínico. • Modelo de servicios. • Modelo de programas. • Modelo de consulta. • Modelo tecnológico. • Modelo psicopedagógico.
Repeto (1995)	<ul style="list-style-type: none"> • Modelo de consejo (counseling). • Modelo de servicios. • Modelo de programas. • Modelos de consulta. • Modelo tecnológico
Jiménez Gómez y Porras Vallejo (1997)	<ul style="list-style-type: none"> • Modelo de counseling (acción psicopedagógica directa individualizada). • Modelo de programas (acción psicopedagógica directa grupal). • Modelo de consulta (acción psicopedagógica indirecta individual o grupal).

Fuente: Clasificación de intervención en orientación (tomado de Santana Vega y Santana Bonilla, 1998: 69)

Como podemos ver, la orientación educativa tiene diferentes modelos de intervención. Álvarez y Bisquerra (1997) manejan el de intervención y el organizativo; la tutoría se desarrolla en el primero, específicamente en el modelo básico de consulta que está centrado en la acción indirecta sobre el sujeto, ejerciendo una función preventiva y de desarrollo (Bausela, 2004).

2.1.2 Eje Central para la Tutoría: Modelo de Consulta

Ahora bien, el presente trabajo se centrará en el modelo de consulta, puesto que el principal eje será la tutoría.

El modelo de consulta surgió a partir de una falta de adecuación del counseling para asumir la función orientadora en el ámbito educativo. Hervás Avilés (2006) señala once características básicas del modelo:

1. La consulta es un modelo relacional, pues incluye todas las características de la relación orientadora.
2. Es un modelo que potencia la información y la formación de profesionales y para profesionales.
3. Se basa en una relación simétrica entre personas o profesionales con estatus similares, en la que existe una aceptación y un respeto que favorece un trato de igualdad.
4. Es una relación tríadica en la que intervienen tres tipos de agentes: consultor-consultante-cliente.
5. La relación no puede establecerse con personas individuales, sino también con representantes de servicios, recursos y programas.
6. Tiene como objeto la ayuda a un tercero que puede ser una persona o un grupo.
7. Afronta la relación desde diferentes enfoques: terapéutico, preventivo y de desarrollo. Con frecuencia suele iniciarse centrándose en un problema (remedial) para luego afrontar la consulta desde una perspectiva preventiva o de desarrollo con la intención de mejorar los contextos y las condiciones para que no se produzcan los problemas.
8. La relación es temporal, no permanente.
9. El consultor interviene indirectamente con el cliente, aunque, extraordinariamente, pueda hacerlo de forma directa.
10. El consultante actúa como intermediario y mediador entre el consultante y el cliente.
11. Es preciso trabajar con todas las personas relacionadas substancialmente con el cliente.

Con base en estas características que señala el autor, esta relación triádica se refiere al orientador, al especialista y al usuario por lo tanto se puede ver que, dentro de estas características, este modelo "... es la intervención indirecta e individual o grupal" (Clares, 2002: 107), que es necesaria si se pretende trabajar con un grupo de individuos que tengan rasgos o dificultades semejantes. Así pues, se interviene en un periodo, como lo hemos señalado con anterioridad, dando resultados gratificantes y que se esperan en tiempo que se establezca.

En otras palabras, quiere decir que se puede aplicar a un grupo de personas tales como los que se desarrollan en educación secundaria, no debe confundirse la consulta con el asesoramiento. La consulta resulta ser más personal y el asesoramiento podría tener más que ver con el modelo de counseling, sin embargo el modelo de consulta es más como un intercambio de información e ideas, en este caso, el estudiante y el tutor. (Clares, 2002).

Escudero (1992: 54) define el asesoramiento como "un proceso de prestación de ciertos servicios a las escuelas y los profesores por parte de determinados especialistas o expertos en diversos ámbitos disciplinares o programas específicos". Dicho esto, en el contexto escolar se puede decir que el asesor es un maestro que ayuda a solucionar problemas de carácter académico que haya solicitado un estudiante, en una disciplina o materia específica.

El asesor desarrolla funciones específicas del área académica, procesos y problemas que puedan surgir, son consultas de apoyo en los temas específicos de las unidades o bloques que se establecen a lo largo del ciclo escolar; se resuelven dudas o preguntas que el alumno tenga de la materia.

Por otro lado, como se desarrollará más adelante el tutor es un guía que favorece la formación integral de los estudiantes por medio de una atención personalizada, en donde se atienden problemas tanto académicos como de proyecto de vida. Es una actividad docente que comprende un conjunto de acciones de carácter académico o personal que brinda el tutor al alumno cuando éste está a cargo, o bien cuando se le ha impuesto dicho rol.

Ahora bien, una de las funciones que debe seguir este modelo en el contexto educativo, según Bisquerra y Vélaz (1998), es siempre desde una relación de igualdad profesional en cuanto a estatus y dentro de un estilo de colaboración, el orientador u orientadora debe facilitar al profesorado su continua adaptación a las demandas de la práctica profesional, tanto en lo que se refiere a la docencia, entendida esta en el sentido holístico de la palabra, como de la intervención tutorial.

Con lo anterior se puede apreciar que se adapta a las exigencias que más adelante se desarrollarán en la conceptualización de la acción tutorial y en específico a nivel secundaria.

2.2 Antecedentes y Concepciones de la Tutoría

Como podemos ver, la orientación educativa va de la mano con la acción tutorial dentro del salón de clases. Dicha acción es una labor pedagógica que busca el desarrollo íntegro del individuo, como lo hemos mencionado anteriormente, así como la prevención de cuestiones académicas que sean negativas tanto por parte del alumno o del docente.

La palabra tutor deriva del verbo latino de la misma denominación que significaba velar por, protegerse, defender. Por otro lado, La Real Academia Española (1970) de la Lengua lo define como:

- Persona que ejerce la tutela.
- Defensor, o director en cualquier línea.
- Consejero o guía de otro.

La tutoría ha estado presente en diferentes épocas, espacios formativos y niveles educativos, y se considera como una disciplina que contribuye a la formación integral del alumno.

En este sentido la tutoría se considera un espacio de acompañamiento y gestión escolar según lo estipulen las políticas educativas. En esta acción se espera lograr un desarrollo personal, social y afectivo del estudiante.

Vexler (2004) plantea que la tutoría tiene un carácter preventivo y formativo con la finalidad de acompañar a los alumnos en su desarrollo, afectivo y cognitivo, cuyos objetivos son:

- Promover el desarrollo gradual de la identidad
- Desarrollar valores y actitudes sociales a nivel individual y grupal de los alumnos
- Mejorar el rendimiento académico de los alumnos
- Desarrollar hábitos de investigación en todas las áreas dentro y fuera del colegio
- Promover la participación de los alumnos en las actividades

Como se puede apreciar, la acción tutorial tiene el propósito de guiar y apoyar a sus alumnos para una educación integral, es decir incluyendo lo cognitivo y lo afectivo.

La acción tutorial la lleva a cabo el docente, por lo tanto "... la tutoría supone una determinada concreción del acto educativo y exige una preparación técnica básica que todo profesional de la enseñanza debe poseer..." (Lazaro, 1987: 50).

Es necesario que la institución le brinde al profesorado una capacitación o las herramientas necesarias para cumplir con los objetivos que demanda la acción tutorial dentro del salón de clases.

2.3 Objetivos de la Tutoría

El objetivo de la acción tutorial es el de optimizar el rendimiento de la enseñanza a través de una ayuda adecuada al alumno, a lo largo de su avance por el sistema educativo, dando respuesta a la atención de la diversidad.

Se constituye, pues, la acción tutorial como un elemento inherente a la actividad docente en el marco de un concepto integral de la educación. Entraña una relación individualizada en la estructura dinámica de sus actitudes, aptitudes, motivaciones, intereses y conocimientos.

El Plan de Acción Tutorial 2017 (PAT) señala que los objetivos de la tutoría son:

1. Contribuir a la personalización de la educación, es decir, a su carácter integral, favoreciendo el desarrollo de todos los aspectos de la persona, y contribuyendo también a una educación individualizada.
2. Facilitar la integración de los alumnos en su grupo y en el conjunto de la dinámica del colegio.
3. Potenciar el esfuerzo individual y el trabajo en equipo.
4. Contribuir a la personalización del proceso educativo.
5. Efectuar un seguimiento global del aprendizaje de los alumnos para detectar dificultades y necesidades especiales y recurrir a los apoyos o actividades adecuadas.
6. Coordinar el proceso de evaluación asesorando sobre la promoción o no de ciclo.
7. Fomentar en el grupo de alumnos el desarrollo de actitudes participativas, tanto en el centro como en su entorno.
8. Coordinar el ajuste de las programaciones al grupo de alumnos, especialmente en lo referente a las respuestas educativas ante necesidades educativas especiales.
9. Coordinar el proceso evaluador de los distintos profesores del grupo-clase, así como cualquier información de importancia para el mismo.
10. Implicar y comprometer a los padres en actividades de apoyo al aprendizaje y orientación de sus hijos.
11. Facilitar el desarrollo de hábitos de trabajo y de estudio.
12. Informar a los padres de todo cuanto afecta a la educación de sus hijos.
13. Contribuir a la adecuada relación e interacción entre los distintos integrantes de la Comunidad Educativa: Profesorado, alumnado y familias, así como entre la Comunidad Educativa y el entorno social, asumiendo papel de mediación, y, si hace falta, de negociación ante los

conflictos o problemas que puedan plantearse entre esos distintos integrantes.

Algunos de sus objetivos específicos que se manejan son:

- 1- Contribuir a la personalización de la educación (carácter integral), favoreciendo el desarrollo de todos los aspectos de la persona y contribuyendo también a una educación individualizada, referida a personas concretas con sus aptitudes e intereses determinados.
- 2- Ajustar la respuesta educativa a las necesidades particulares de los alumnos, mediante las oportunas adaptaciones curriculares y metodológicas.
- 3- Resaltar los aspectos orientadores de la educación: orientar en la vida y para la vida.
- 4- Favorecer los procesos de madurez personal, de desarrollo de la propia identidad y sistema de valores y de la progresiva toma de decisiones.
- 5- Prevenir las dificultades de aprendizaje.
- 6- Contribuir a la adecuada relación e interacción entre los distintos integrantes de la comunidad educativa, así como entre la comunidad educativa y el entorno social.

Se mencionan objetivos generales donde se aplica la acción tutorial, pero esta dependerá de la institución, el grado y sobre todo el contexto.

2.4 Acción Tutorial Dentro de las Escuelas Secundarias

A partir de la reforma integral propuesta entre 2002 y 2006 en México, se establece que cada grupo de nivel secundaria tendrá una hora de tutoría por semana lo largo del ciclo escolar, dando así un total de 35 horas a lo largo del periodo escolar (Nicolín, 2014).

En el 2016 la propuesta de una hora a la semana de tutoría se mantiene y plantea lo siguiente: “Durante una hora semanal el tutor tiene la oportunidad de

acompañar, gestionar y monitorear a los adolescentes en sus estudios” (SEP, 2016: 178)

Por otro lado, la Dirección General de Desarrollo Curricular define que la tutoría: se centra en la vida de los adolescentes. No aborda contenidos disciplinarios. No se califica. Sí se evalúa. Se desarrolla a partir de cuatro ámbitos orientados a acompañar la integración entre el alumnado y la escuela, promover el aprovechamiento académico de los adolescentes, la convivencia inclusiva en el grupo, así como fortalecer su proyecto de vida. Parte de las experiencias cotidianas, inquietudes, intereses, potencialidades, necesidades, motivaciones, riesgos de los adolescentes. Por lo mismo es un espacio que se debe manejar de manera sumamente flexible. Se desarrolla en los tres grados y tipos de secundaria (técnica, telesecundaria, general) con una hora a la semana.

Por lo anterior, la tutoría, de acuerdo con la *Propuesta Curricular para la Educación Obligatoria* (2016), será concebida “no como una asignatura más”, sino como un espacio que tiene propósitos, los cuales son los siguientes:

- Acompañar a cada grupo de alumnos en el proceso de inserción en la dinámica de la secundaria.
- Contribuir al reconocimiento de las necesidades y los intereses de los adolescentes en su proceso académico.
- Contribuir en la formulación de un proyecto de vida viable y comprometida con su realización personal.
- Favorecer el diálogo, la solución no violenta de los conflictos, el respeto a la diversidad y la valoración positiva del trabajo colectivo.

Siguiendo con el mismo documento, se explica que por medio de cuatro ámbitos de acción se lleva a cabo la tutoría:

- La inserción de los estudiantes en la dinámica de la escuela.

- El seguimiento a su proceso académico.
- La convivencia en el aula y en la escuela.
- La orientación académica y para la vida.

Como se puede ver, se le da a la tutoría una hora por semana y eso no ha cambiado desde el 2006. Este tiempo puede no ser eficiente para poder desarrollar cada una de las exigencias planteadas dentro del currículo establecido de esta asignatura, esto sumándole el desarrollo de la feria escolar que se estipula el *Programa Nacional de Convivencia Escolar 2017 (PNCE)*, el cual debe presentarse a final del ciclo escolar.

Ahora bien, como ya se explicó, la tutoría forma parte de la orientación, la cual es una ayuda para el desarrollo del estudiante; esta única hora parece insuficiente para que el profesor pueda potenciar y desarrollar a los estudiantes en los ámbitos personales y sociales.

El Programa Aprendizajes Clave: tutoría y educación socio-emocional (2017), se indica que en los aprendizajes clave el docente debe manejar cuatro ámbitos de la tutoría: integración de los estudiantes a la dinámica de la escuela, acompañamiento en el proceso académico de los estudiantes, convivencia en el aula y la escuela, orientación hacia un proyecto de vida.

Todo esto se debe de medir al final del ciclo escolar por medio de una calificación. En otras palabras, el tutor debe de hacer diversas evaluaciones a lo largo del ciclo escolar. Es por esto que muchos docentes le ponen mayor importancia a la feria escolar que al desarrollo social y personal de los estudiantes, puesto que no saben cómo calificar estos dos últimos y la feria escolar resulta ser una opción más conveniente.

Para desempeñar este rol asignado, es necesario cumplir con determinadas características que servirán como marco de referencia a la práctica de la acción tutorial.

2.5 Los Posibles Tutores

Todos los docentes son tutores, pues no existe una figura académica adicional para ejercer esta labor como tutor, tan solo se dice que debe ser un profesor del plantel que imparta alguna asignatura a ese grupo de estudiantes del cual será tutor, esto para que exista una mayor cercanía y confianza con ellos.

Se hacen recomendaciones de cómo debe ser el tutor. Por ejemplo, que solo sea tutor de un solo grupo para entrar toda su atención en ellos, creando una mayor cercanía; también se dice que deben ser personas sensibles y que muestren disposición para apoyar de manera comprensiva y solidaria a sus estudiantes.

No se exige una formación específica en aquellos que tienen a su cargo un grupo de estudiantes. No se les capacita antes de tomar su rol como tutores, esto puede generar lo que llamamos como malestar docente, donde ellos mismos no sepan cómo afrontar diversas situaciones que se pueden presentar en los estudiantes que están pasando por una etapa complicada como lo es la adolescencia; eso sumado a la diversidad de conflictos que pueden llegar a desarrollar debido a sus contextos fuera de la escuela.

Es por esto mismo que muchas veces se queda la acción de tutoría en una buena intención de parte del docente o incluso en solo indiferencia y al momento de plantear una calificación tan solo hace una recolección de los trabajos realizados de manera académica (como en cualquier otra asignatura), dándole mayor importancia a la entrega de trabajos que al verdadero desarrollo emocional que pudo haber tenido el estudiante a lo largo del ciclo escolar.

A partir de lo anterior, puede decirse que la orientación juega un papel muy importante dentro del contexto escolar y desemboca su intervención de manera más particular gracias a los docentes tutores, a quienes como ya se pudo observar, son necesarios que la institución les brinde las herramientas tanto conceptuales como emocionales para poder cumplir con su labor.

Entonces es necesario potenciar la educación emocional y competencias emocionales de cada docente que tenga el rol de tutor dentro de la educación secundaria, como se planteará en el siguiente capítulo.

3. EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA LA ACCIÓN TUTORIAL

El presente capítulo tiene como objetivo asociar la Educación Emocional con la acción tutorial además de exponer que es la educación emocional, sus objetivos y conceptos, abordar las Competencias Emocionales y su articulación con el docente de secundaria centrándonos en el docente al que se le otorga el rol como tutor de grupo, que, como ya vimos, se encuentra dentro del ámbito de la orientación, en este caso pretendemos emplear las Competencias Emocionales como una herramienta para el beneficio de los docentes con dicho rol.

Se resalta la importancia de implementar la educación emocional no solo a los estudiantes, sino también al personal docente para lograr un mejor ejercicio de su vocación y del ejercicio en la vida cotidiana de dichas competencias.

3.1 Inteligencia Emocional

Se puede decir que de la inteligencia emocional surge la educación emocional, por lo cual resulta necesario comprender a que se refiere el concepto de inteligencia emocional y qué es lo que aporta al ser humano. Sin embargo, para poder entender este concepto es necesario conocer tanto lo que se entiende por inteligencia como lo que se entiende por emociones.

El concepto inteligencia tiene que ver con la capacidad de guardar, asimilar, laborar información y utilizarla para resolver problemas. En los seres humanos, a diferencia de los animales, tiene que ver con lo que se aprende, con lo que relaciona y se mantiene un equilibrio además de muchas cosas más que no se sabe cómo se hacen; otro aspecto es que tienen la capacidad de integrar actividades mentales y hacerlas a voluntad (ICB Editores, 2012).

En otras palabras, se puede decir que la inteligencia es un conjunto de habilidades que ayudan a los seres humanos para adaptarse al mundo que los rodea, afrontar y resolver problemas por medio de la razón y el pensamiento lógico, a partir de esto se puede decir que una persona inteligente es aquella que

logra llevar un proceso cognitivo que le permita adaptarse y solucionar problemas.

Por otra parte, las emociones son un estado afectivo que experimentan las personas, son una “reacción subjetiva al ambiente que viene acompañada de cambios orgánicos, fisiológicos y endocrinos de origen innato” (ICB Editores, 2015: 19)

Durante mucho tiempo se ha visto a las emociones como algo que puede pasar a segundo término, como si no fueran en realidad importantes, sin embargo, estas tienen un papel de suma importancia puesto que apenas después de unos meses de vida el ser humano adquiere emociones básicas, como el miedo, el enfado, la alegría y conforme se desarrolla el lenguaje, estas emociones se van transformando en algo más complejo gracias a que se empiezan a utilizar signos, símbolos y significados.

Las emociones tienen diferentes funciones que ayudan a los sujetos a prevenir o reafirmar diferentes tipos de conductas ya sean en sí mismos o aprendidas por los demás, tal como el miedo, que tiene que ver con la protección o como la alegría que tiene que ver con reproducir aquello que nos hizo sentir alegres.

Ahora bien, las emociones no siempre son expresadas por medio del lenguaje oral, sino que en general todo el cuerpo humano expresa emoción; en ocasiones, cuando se está con miedo, pueden sudar las manos, estar inquieto, respirar rápido, o cuando se está feliz se sonríe, los ojos parecen más brillantes y es así con cada una de las emociones.

Valles Arandiga y Valles Torrosa retoman a Bisquerra (2000) y a Goleman (1996), y hacen una adaptación de la clasificación de las emociones, quedando de esta manera cuatro tipos de emociones que son las emociones negativas, positivas, ambiguas y estéticas.

Las emociones positivas son la alegría, el humor, el amor y la felicidad. Por otro lado, las emociones negativas son la ira, el miedo, la ansiedad, la tristeza, la

vergüenza, y la advergación, estas se caracterizan porque parecen evitar pasar por la corteza cerebral que es la que se encarga de la atención, la percepción, la cognición, la conciencia, el pensamiento, el lenguaje y la conciencia.

Estas emociones pasan por la amígdala, que está situada en la parte interna del lóbulo temporal medial y tiene como principal función integrar las emociones con los patrones de respuesta correspondientes a estas, provocando una respuesta a nivel fisiológico o la preparación de una respuesta conductual, el principal núcleo de control de las emociones y sentimientos en el cerebro, controlando asimismo las respuestas de satisfacción o miedo. Sus conexiones no solo producen una reacción emocional, sino que debido a su vinculación con el lóbulo frontal también permite la inhibición de conductas (Mimenza, S.F).

Una vez conociendo el significado de inteligencia y de emociones, así como la manera en la que las emociones se dividen ya se puede dar una explicación de lo que es la inteligencia emocional.

El concepto de inteligencia emocional fue planteado en 1990 por Salovey y Mayer, que la definieron como el conjunto de habilidades que nos permite gestionar adecuadamente nuestros estados emocionales.

Garner en 1993 define inteligencia emocional como el potencial biopsicológico para procesar información que puede originarse en el contexto cultural y así resolver los problemas. Otra definición de este mismo concepto la dan Mayer y Cobb en el año 2000 para quienes la inteligencia emocional es una habilidad para procesar la información emocional que incluye la percepción, la asimilación, la comprensión y la dirección de las emociones (Giménez, 2010).

Goleman dice que la inteligencia interpersonal consiste en trabajar con los demás y que la intrapersonal en comprenderse y trabajar con uno mismo, y que estas juntas conforman a la inteligencia emocional, así mismo se puede decir que la inteligencia emocional, fundamentalmente, se basa en los siguientes principios (Goleman, 2002)

- **Autoconocimiento.** Capacidad para conocerse uno mismo, saber los puntos fuertes y débiles que todos tenemos.
Esta sirve para tener un conocimiento consciente de las debilidades y fortalezas que posee cada sujeto para lograr afrontar diversas situaciones de conflicto que puedan afectarle directamente o indirectamente, en cualquiera de los contextos en los que se desenvuelva, laboral, familiar, personal, etcétera.
- **Autocontrol.** Capacidad para controlar los impulsos, saber mantener la calma y no perder los nervios.
Con esto se quiere decir que el autocontrol es necesario para detener o minimizar la intensidad de las reacciones, que se puedan generar por cierta situación ya sea desde alegría con una euforia desmedida, con tristeza con miradas a la depresión o con enojo demostrando furia.
- **Automotivación.** Habilidad para realizar cosas por uno mismo, sin la necesidad de ser impulsado por otros.
- **Empatía.** Competencia para ponerse en la piel de otros, es decir, intentar comprender la situación del otro.
- **Habilidades sociales.** Capacidad para relacionarse con otras personas, ejercitando dotes comunicativas para lograr un acercamiento eficaz.
- **Asertividad.** Saber defender las propias ideas respetando las de los demás, enfrentarse a los conflictos en vez de ocultarlos, aceptar las críticas cuando pueden ayudar a mejorar.
- **Proactividad.** Habilidad para tomar la iniciativa ante oportunidades o problemas, responsabilizándose de sus propios actos.
- **Creatividad.** Competencia para observar el mundo desde otra perspectiva, diferente forma de afrontar y resolver problemas.

Estos principios logran crear a un ser humano integral, con un balance entre su lado afectivo y cognitivo, de esta manera se obtiene una vida tanto social como personal equilibrada.

Ahora bien, ¿cómo se puede saber qué tan inteligente emocional es una persona? Pues bien, el primer paso es la observación del comportamiento, sin embargo, como dice Daniel Goleman en el libro *inteligencia emocional*, no puede existir una manera de medir la inteligencia emocional en una persona, puesto que es necesario medir el comportamiento real de los sujetos.

Sin embargo, Salovey y Mayer hablan de cuatro habilidades conductuales específicas que son:

- Percibir adecuadamente los estados emocionales asumiéndolos como tales y expresándolos adecuadamente.
- Asimilación de nuestras emociones en nuestro pensamiento.
- Comprender correctamente la naturaleza de esos estados emocionales.
- Regular esos estados emocionales, impidiendo sus efectos negativos y aprovechando sus aspectos positivos.

Partiendo de esto, José Luis Zaccagnini dice que para medir las emociones se pueden tomar en cuenta tres aspectos: preguntar directamente a la persona aquello que queremos saber de ella, preguntar a las personas que la rodean y para finalizar, observar directamente los comportamientos que se estén evaluando o midiendo. (Zaccagnini, 2004)

Otra forma de medir la inteligencia emocional es precisamente con el test basado en el modelo de Salovey y Mayer con el nombre de “Mayer-Salovey-Caruso Emotional intelligence Test (MSCEIT), el cual abarca las cuatro áreas propuestas por dichos autores.

3.2 La Educación Emocional

Rafael Bisquerra define a la educación emocional como:

Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con el objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se planten en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social. (Bisquerra, 2000: 243).

Basándonos en esto, podemos decir que es necesario conseguir un equilibrio entre el lado cognitivo y el ámbito emocional. De esta manera podremos resolver diversos problemas tanto personales como sociales de una manera asertiva. Ahora bien, se observa a la educación como un proceso educativo, continuo y permanente, con esto nos referimos a que es necesario entender que al ser un proceso educativo requiere tiempo y continuidad además de que se lleva a cabo durante toda la vida.

No es un proceso que tenga un fin, puesto que se habla de mejorarse como ser humano, aprender a regular a las emociones, autoconocimiento, autoestima entre otros aspectos que van cambiando y no se mantienen estables a lo largo de la vida.

Ahora bien, la educación emocional se toma como una medida de prevención, ya que se sabe que tanto niños, jóvenes y adultos son vulnerables a depresión, estrés, ansiedad, angustia, consumo de drogas, violencia, neurosis entre otros causados por momentos de inestabilidad emocional, a los que todos se enfrentan tarde o temprano.

Es en esos momentos de inestabilidad emocional, cuando el ser humano resulta ser más vulnerable a enfermarse emocionalmente, por ello resulta necesario saber afrontar el o los problemas de una manera asertiva. De esta manera no se verá afectada la vida social y/o personal; sin embargo, cuando no se tiene conocimiento sobre todo lo que abarca el aspecto emocional, resulta más difícil superar o afrontar de una manera exitosa esos problemas.

Los objetivos generales de la educación emocional pueden resumirse en reconocer las emociones propias e identificar las emociones de los demás, así como regular las emociones. De igual manera el vivir una vida con base en la educación emocional puede lograr que se desarrollen diferentes habilidades tales como:

- Regular el estrés, la ansiedad y los estados depresivos.
- Desarrollar el sentido del humor.
- Tolerancia a la frustración.
- Desarrollar la resistencia a la frustración.
- Aumento de las habilidades sociales y de las relaciones interpersonales satisfactorias.
- Disminución de pensamientos autodestructivos, mejora de la autoestima.
- Disminución en el índice de violencia y agresiones.
- Menor conducta antisocial o socialmente desordenada.
- Mejora del rendimiento académico.
- Disminución en la iniciación al consumo de drogas
- Mejor adaptación escolar, social y familiar. (Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica, 2019)

Sumado a lo anterior, es necesario fomentar actitudes positivas en los seres humanos, como lo es la empatía, que es la capacidad de comprender los sentimientos y emociones de los demás, basándose en el reconocimiento del otro como similar (López B, 2014), y las habilidades sociales que nos llevan a

lograr una mejor convivencia en la vida cotidiana, dando como consecuencia un mejor desarrollo humano.

Bisquerra (2001: 8) habla de la diferencia entre lo que podría llamarse educación afectiva y educación del afecto, afirma que la educación emocional supone pasar de la educación afectiva a la educación del afecto. “Hasta ahora la dimensión afectiva en educación o educación afectiva se ha entendido como educar poniendo afecto en el proceso educativo. Ahora se trata de educar el afecto, es decir, de impartir conocimientos teóricos y prácticos sobre las emociones”.

Si bien es necesario tener vocación y educar con afecto, resulta necesario educar sobre lo que es en sí mismo el afecto, tanto su teoría como en la aplicación de este en acciones cotidianas, sobre todo dar las bases por las cuales el docente podrá experimentar en su propia vida la educación emocional y así transmitirla de una manera efectiva y consciente.

Es poco probable que una persona que no ha vivido en carne propia lo que es la educación emocional pueda transmitirla a otros para que aprendan de ella y la aplique en sus vidas, es por ello que se reitera la importancia de educar emocionalmente a los docentes, puesto que ellos serán los que hablen y enseñen a sus estudiantes temas relacionados con las emociones.

Con lo ya explicado, se puede decir que la educación emocional es un proceso educativo que pretende potencializar las competencias emocionales de cada persona para beneficio de su vida social y personal.

3.2.1 Competencias Emocionales

Al hablar de educación emocional es necesario abordar conocer las cinco competencias emocionales que plantea Rafael Bisquerra, las cuales son: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y competencias para la vida y el bienestar.

La *conciencia emocional* es la capacidad de tomar conciencia de las propias emociones, las de los demás y del contexto, además de utilizar el vocabulario correcto al dar nombre a las emociones.

Esta competencia aborda diferentes aspectos, como lo es saber dar nombre a las emociones de una manera apropiada, tener conciencia de las emociones propias, comprender las emociones de otras personas y tener conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; esta última, puesto que muchas veces actuamos con respecto a cómo nos sentimos y estos pueden regularse por medio de la cognición (razonamiento, conciencia). Cabe mencionar que la conciencia emocional es el primer paso para poder pasar a las otras competencias emocionales.

La *regulación emocional* es la capacidad del manejo y expresión de las emociones de una manera adecuada, teniendo en cuenta la interacción entre emoción, cognición y comportamiento, tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas, etcétera

Esta competencia puede potenciar otros aspectos tales como la expresión emocional apropiada que es la capacidad para expresar las emociones de forma apropiada, regulación de emociones y sentimientos. Esto requiere de la aceptación del sentimiento o emoción después dar paso a regularla; también nos enseña sobre habilidades de afrontamiento, que significa tener la habilidad de superar retos o problemas con las emociones que estos pueden generar.

La *autonomía emocional* está centrada en la autogestión personal, es decir, en la autoestima, en la actitud positiva ante la vida, la responsabilidad, la capacidad de análisis crítico a las normas sociales y la autoeficacia emocional. Esta competencia está centrada en tomar decisiones con un criterio propio con base en las emociones de cada individuo, con independencia de las opiniones de terceras personas.

Sumado a esto, también tienen que ver la motivación, una actitud positiva y la resiliencia, que es la capacidad que tiene el ser humano para enfrentar las situaciones adversas de la vida de una manera exitosa.

La *competencia social* consiste en la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas, que implica manejar habilidades sociales, comunicación efectiva, respeto, asertividad y actitudes pro sociales.

Esta competencia se centra en cómo se conduce un individuo dentro de la sociedad que tiene que ver con las normas sociales básicas, aquellas que no es necesario decirles pero que todos deben hacer, tales como saludar cuando se entra a un lugar, dar las gracias, despedirse, taparse la boca al estornudar, etcétera.

Por supuesto, es necesario cumplir con estas normas sociales, así como es importante logra una comunicación efectiva, en otras palabras, que se comunique lo que realmente se quiere decir de una manera clara, tanto con el lenguaje verbal como con el no verbal. Es importante expresar lo que se siente en el momento en el que se siente o lo que es lo mismo ser asertivo.

Las *competencias para la vida y el bienestar*, son la capacidad para adquirir comportamientos apropiados y responsables para afrontar de manera exitosa los desafíos de la vida, permitiendo organizar nuestra vida de forma fácil y equilibrada que nos llevan a experiencias de satisfacción o bienestar, por ejemplo, en la toma de decisiones (Bisquerra, 2007).

Esta quinta competencia emocional tiene que ver lo que cada persona hace para su propia vida, como toma las decisiones y afronta las consecuencias de estas mismas, además de fijarse objetivos realistas y positivos ya sean a corto, largo o mediano plazo.

Ahora, conociendo qué conforman las competencias emocionales, se puede ver que resulta necesario incluirlas en el contexto escolar, no solo en estudiantes

sino también en docente. Estas competencias ayudan a manejar el estrés laboral.

De acuerdo con la revista Forbes

Nuestro país tiene el primer lugar en estrés laboral, por encima de países como China (73%) y Estados Unidos (59%), las dos economías más grandes del planeta, de acuerdo con cifras de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

El estrés forma parte de la vida cotidiana de los trabajadores mexicanos: 75% padece síndrome de burnout o fatiga por estrés laboral. El estrés laboral es el resultado del desequilibrio entre las exigencias y presiones a las que se enfrenta un trabajador, por un lado, y sus conocimientos y capacidades, por el otro (2017).

Como se sabe, el estrés genera disminución de la productividad, cometer errores, trato brusco en las relaciones sociales, llanto, dificultad de concentración, confusión, olvidos, pensamiento menos efectivo, reducción de la capacidad de solución de problemas, ansiedad, miedo, irritabilidad, mal humor, frustración, agotamiento, impotencia, inseguridad, desmotivación, intolerancia, entre otros que pueden afectar al docente tanto en su vida dentro del aula como en su vida personal.

3.3 Educación Emocional para una Acción Tutorial

Como ya se ha visto, la educación emocional no está lejos de la institución escolar y una prueba de ellos es que en el “Informe Delors” se propone a los países fundamentar sus esfuerzos educativos en cuatro pilares básicos: aprender a conocer, aprender hacer, aprender a ser y aprender a convivir (Delors, 1996).

Aprender a conocer significa en adquirir los instrumentos para la comprensión, implica comprender el contexto, aprender a aprender, ejercitar la atención, la memoria y el pensamiento.

Aprender a hacer significa poder influir en su propio entorno, este pilar está vinculado con la actividad profesional. Implica capacitación, estrategias, habilidades, asumir riesgos, trabajar en equipo.

Aprender a ser implica el desarrollo de las capacidades de cada sujeto además de la autonomía y la responsabilidad personal, este pilar puede desarrollarse por medio del autoconocimiento.

Aprender a convivir con los otros ese refiere a aprender a participar y cooperar con los otros, implica aprender a conocer al otro, participar en proyectos comunes y es un proceso en su mayoría de carácter social.

De igual manera se recomienda que “cada uno de estos pilares debería de recibir una atención equivalente a fin de que la educación sea para el ser humano en su calidad de persona y de miembro de la sociedad, una experiencia global” (Delors, 1996: 96).

El aprender a ser y el aprender a convivir son aspectos que, como ya vimos, están implicados o relacionados con la educación emocional, puesto que nos hablan de una vida tanto personal como social y para poder llevar a cabo los objetivos de estos dos pilares resulta necesario educar sobre emociones.

Ahora, si centramos estas características ya no en los estudiantes sino en los docentes, podremos encontrar que también resulta necesaria una capacitación al docente en sí mismo y no solamente para ejecutarlo como un contenido más que debe de impartir en el aula.

Uno de los principales problemas que presentan los docentes tutores en la escuela secundaria es el estrés laboral, puesto que, además de cumplir con impartir la clase regular también debe de cumplir como tutor, el cual como ya se explicó anteriormente, tiene la responsabilidad de guiar a sus estudiantes no solo en lo académico, sino también en el aspecto académico.

Es por esto que, al tener una responsabilidad más inclinada al ámbito emocional, debe existir un espacio en donde el docente tutor pueda expresar sus emociones, sus preocupaciones retroalimentar a sus demás compañeros que tengan inquietudes similares.

El estrés es un “exceso de demandas ambientales sobre la capacidad del individuo para resolverlos” (ICB Editores, 2015: 109). Sin embargo, esto no tiene por qué ser precisamente malo. Existen dos tipos de estrés: el negativo, que es aquel que resulta paralizante e impide al sujeto desarrollar la tarea asignada de manera efectiva; y el estrés positivo, que es un estado de alerta moderado que ayuda a resolver dicha tarea con mayor efectividad.

Como ya se explicó en el capítulo uno, el estrés tiene que ver con el malestar docente; sin embargo, no se trata de quitar por completo el estrés de los docentes más bien de que el estrés que tengan sea positivo, inclinado a que puedan desempeñar sus tareas de manera efectiva y sin que estrés se vuelva negativo y afecte de manera tanto su lado emocional como laboral o de productividad e incluso su salud física.

Por otro lado, el estrés no es lo único que debe de preocupar al docente tutor, también se ven implicadas diversas problemáticas con respecto a la vida personal de sus estudiantes. Especialmente en el nivel de secundaria se observan casos de abuso sexual, enfermedades, divorcio de los padres, violencia y muchos otros problemas que pueden afectar no solo al estudiante, sino también al docente.

Es por ello que la educación emocional resulta tan importante para los docentes con este rol dentro de las escuelas, puesto que son más vulnerables a tomarse de manera muy personal los problemas de sus alumnos, generándoles ansiedad y frustración al no poder resolverles al cien por ciento el problema.

Otro caso es cuando los docentes tienen problemas personales y los trasladan al aula de clase, sin poder regular su emoción y continuar trabajando normalmente. No es que repriman su emoción, es más bien que logren regularla

y tener un equilibrio entre lo que sienten y aquello que deben de hacer, como lo es en el ámbito laboral; una vez que tengan ese equilibrio, podrán seguir con sus actividades normales de una manera más tranquila.

Para poder mostrar una visión real de la necesidad de implementar la educación emocional a los docentes tutores, mostraremos la realidad de una escuela secundaria, con sus contrastes ente docentes y sus preocupaciones.

4. UNA MIRADA HACIA LA ACCIÓN TUTORIAL DE LA ESCUELA SECUNDARIA DIURNA N°36 CUAUHTÉMOC

A continuación, se presenta la investigación de campo que se llevó a cabo en la Escuela Secundaria Diurna N°36 turno vespertino, que se encuentra ubicada en la alcaldía de Xochimilco. Se trabajó con los profesores que cumplen el rol como tutores en los tres grados educativos (primero, segundo y tercero).

Se presenta la descripción del contexto, descripción y selección de los informantes, la estrategia metodológica y descripción de los instrumentos aplicados.

4.1 Descripción del Contexto: Ubicación y Situación Geográfica

Este trabajo se realizó en la Escuela Secundaria Diurna No. 36 "Cuauhtémoc" turno vespertino ubicado en la calle Hidalgo número 21, barrio La Asunción, alcaldía Xochimilco 16040 Ciudad de México, CDMX.

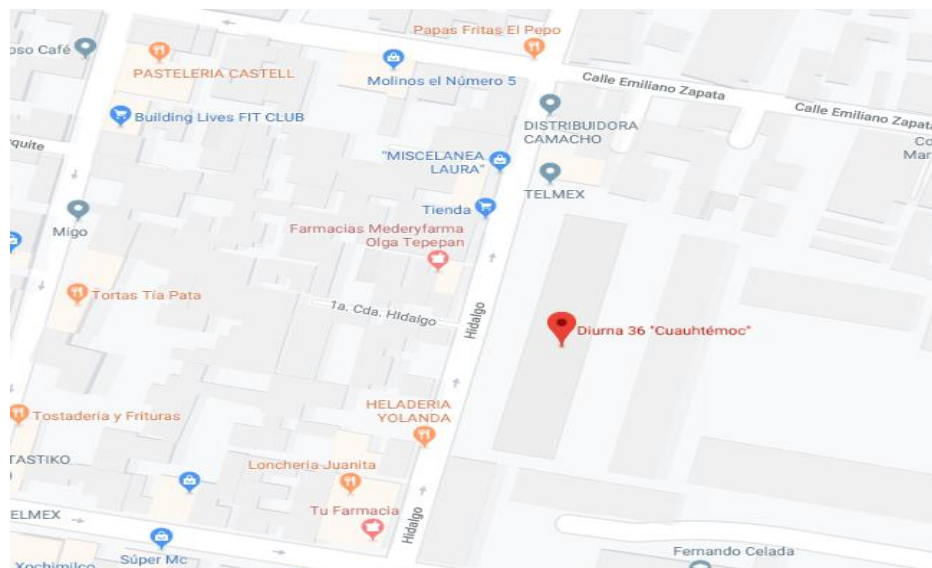


Figura No. 1 Localización Escuela Secundaria Diurna N°36

Fuente: [https://www.google.com.mx/maps/place/Diurna+36+"Cuauhtémoc"](https://www.google.com.mx/maps/place/Diurna+36+)

Xochimilco es una de las 16 alcaldías de la Ciudad de México, la cual se localiza en el sureste de la capital mexicana y posee una superficie de 122 km². La alcaldía se limita al norte con los territorios de Coyoacán e Iztapalapa, al oriente con Tláhuac, al sur con Milpa Alta y al poniente con Tlalpan.

Una Encuesta Intercensal realizada por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) realizada en el año 2015 señala que Xochimilco contaba con 415,933 habitantes. En esta alcaldía se pueden encontrar sitios de interés de carácter cultural, religioso, recreativo y deportivo. Por ejemplo, las trajineras del embarcadero del parque ecológico de Xochimilco, la Iglesia de San Bernardino de Siena, la Islas de las muñecas, el mercado de flores y plantas, el Museo Dolores Olmedo, el Museo Arqueológico de Xochimilco, entre otras atracciones.

4.1.1 Infraestructura

No se encuentran registros exactos de la fundación de la Escuela Secundaria Diurna No 36 “Cuauhtémoc”, pero se sabe que antes fue un edificio que no tenía las características de una escuela, era más bien una casa donde las habitaciones eran los salones de clases y esta se ubicaba en la Av. Juárez No. 100.

Tiempo después de laborar de esta manera, se construyó un edificio nuevo en la calle Hidalgo No 21, La Asunción, 16040 Ciudad de México, CDMX, donde en la actualidad labora bajo la Dirección operativa de educación secundaria en Milpa Alta, Tláhuac, Tlalpan y Xochimilco inspección general de la zona CV.

La secundaria cuenta con índice alto de aprovechamiento, pues mantienen un promedio general de 8.8, cuenta con una matrícula de 827 estudiantes, 69 personas dentro del cuerpo académico y un total de 18 grupos divididos por seis grupos de acuerdo con el grado escolar (primero, segundo y tercero).

Cada grupo cuenta con un docente tutor, dando como resultado 18 tutores por turno. En el ciclo escolar 2018–2019 en el que se llevó a cabo la investigación solo se contaba con 10 profesores tutores.

La secundaria tiene una gran demanda de ingreso, puesto que su ubicación es favorable para los habitantes de la alcaldía de Xochimilco. Cuenta con una estructura adaptable para los alumnos que puedan tener alguna discapacidad motriz.

Además, cuenta con 18 aulas, áreas deportivas y de recreación, un aula de cómputo, un patio o zona cívica, un gimnasio que ocasionalmente funciona como auditorio, un laboratorio de física y química, uno especial para biología, sala de inglés, música y 7 salones para el desarrollo de las actividades de los clubes.



Figura No. 2 Patio escolar

Fuente: <https://www.google.com.mx/maps/place/Diurna+36>



Figura No. 3 patio escolar

Fuente: Elaboración propia

Cuenta con seguridad interna, servicio de internet, rutas de evacuación y zonas específicas de seguridad, así como con los servicios públicos necesarios como lo son luz, agua, drenaje y cisterna. Y tiene la fama de que el 80% logra ingresar a una Escuela Nacional Preparatoria (ENP).

El nivel socioeconómico que distingue a los estudiantes inscritos en esta institución es medio. Podemos observar esto, puesto que la gran mayoría de los estudiantes llega en transportes públicos, como tren ligero, microbús o bicitaxis.

En la Escuela Secundaria No. 36 “Cuauhtémoc” en el turno vespertino, el personal docente inicia sus actividades académicas a las 14:00 horas, dando por terminado el ciclo de trabajo de ese día a las 20:30 horas. Tanto el personal administrativo como el personal de intendencia comparten este mismo horario.

Sin embargo, esta situación no es compartida con los estudiantes, ya que éstos tienen un horario diferente, siendo su entrada a las 14:20 horas y cerrando su ciclo del día a las 20:30.

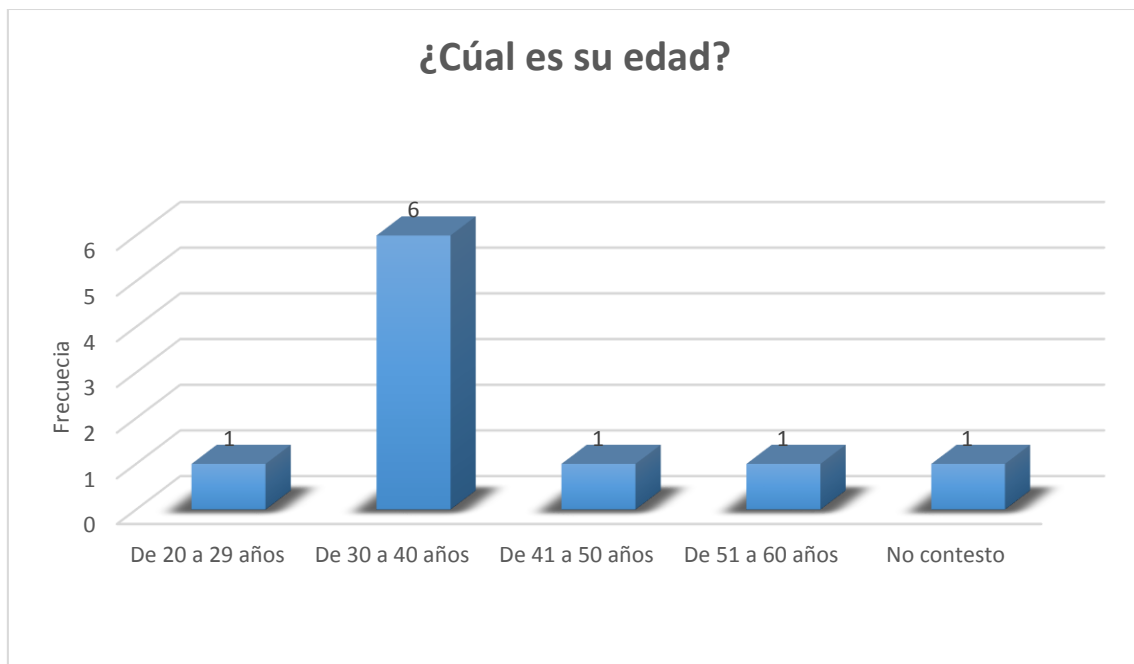
Este horario se divide en 7 horas activas de trabajo y 30 minutos de receso. Dentro de las primeras 3 horas se hace la aplicación de los clubes sin contar la materia de educación física.

En estos horarios los maestros a los cuales no les corresponde dar clase cumplen con horas de servicio, esto quiere decir que, si no hay en cierto grupo un docente, ellos deben cubrir esa hora con determinado grupo.

4.2 Descripción y Selección de los Informantes

Se trabajó con todos aquellos docentes que cumplían el cargo de tutor, en el ciclo escolar 2018–2019 se contaba solo con 10 tutores activos, 5 de ellos hombres y 5 mujeres. El rango de edad estaba entre los 30 y 40 años, como lo podemos ver gráficamente a continuación.

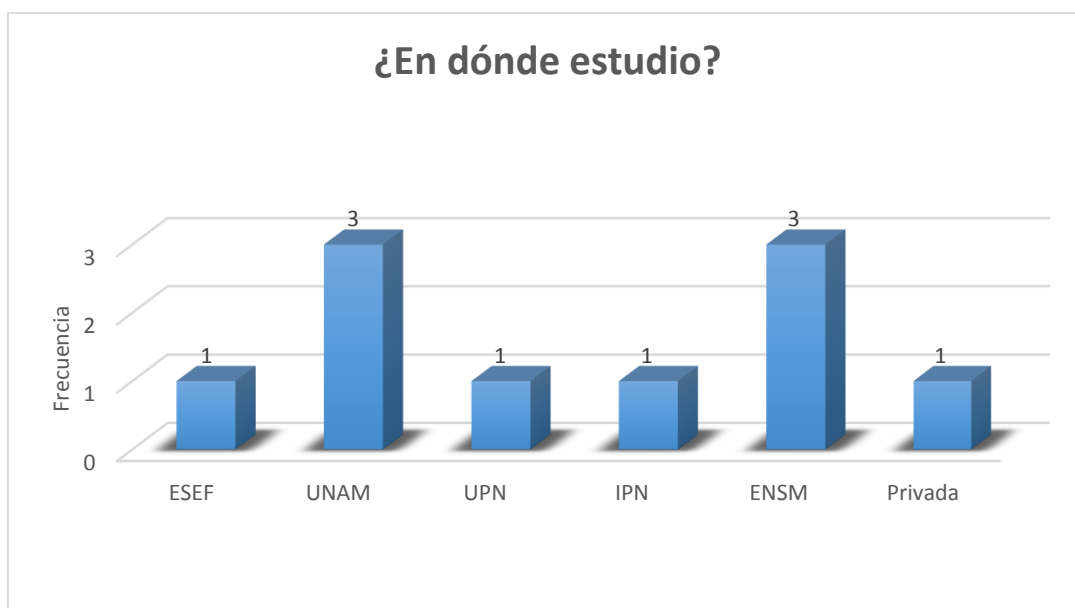
Gráfica 1.



El 30% de los profesores tuvo una preparación profesional en la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), mientras que el otro 30% tuvo una preparación en la Escuela Normal Superior (ENSM).

El otro 40% de los profesores estudiaron en la Universidad Pedagógica Nacional (UPN), en la Escuela Superior de Educación Física (ESEF), en el Instituto Politécnico Nacional (IPN) y en institución privada.

Gráfica 2.



60% de ellos cuenta con una preparación profesional con fines educativos y docencia, mientras que el otro 40% no tuvieron una preparación con fines educativos, es decir, su enfoque no englobaba la docencia, pero fue el único ámbito donde pudieron conseguir la oportunidad de un sustento económico.

El 100% confirma que ya ha trabajado a nivel básico y tienen más de un año de experiencia laboral como docentes, 80% cuentan con algún familiar que de igual manera practica la docencia y solo el 50% de ellos vive en casa propia.

Respecto a su horario laboral dentro de la Escuela Secundaria Diurna No.36 “Cuauhtémoc”, no tienen uno en específico, es decir, no cumplen con la jornada completa que tiene la institución, descrita anteriormente, por ende, ellos solo acuden a cubrir un determinado número de horas en las cuales se incluye la materia de tutoría.

4.3 Estrategia Metodológica

Se llevó a cabo la presente investigación en el sector público del nivel básico, en la CDMX en la Escuela Secundaria Diurna No.36 “Cuauhtémoc”. No se encuentran registros exactos de su fundación, como se mencionó, solo se sabe que antes fue un edificio que no tenía las características de una escuela, era más bien una casa en donde las habitaciones eran los salones de clases y esta se ubicaba en la Av. Juárez No100.

Tiempo después se construyó un edificio nuevo en la calle Hidalgo No 21, La Asunción, 16040 Ciudad de México, CDMX. En donde en la actualidad labora la Escuela Secundaria bajo la Dirección operativa de educación secundaria e inspección general de la zona CV.

Asimismo, se desarrolló bajo una perspectiva cualitativa, ya que la misma permite partir “...de otra aproximación que entiende la realidad holísticamente e intenta comprenderla en profundidad” (Bisquerra, 2004:46). Entonces, esta investigación tuvo como eje el análisis la comprensión y reflexión de las deficiencias emocionales que presentan los profesores tutores de la Escuela

Secundaria Diurna No. 36, las cuales lo limitan a su desarrollo personal y frente a grupo, es decir, involucrando una dimensión socio afectiva.

Para ello se abordó la problemática por la cual atraviesan los profesores tutores de secundaria, que son las de cumplir las nuevas exigencias que se les demanda sexenio con sexenio y donde se les brindan pocos recursos para su desenvolvimiento, como lo son las competencias emocionales. Bajo esta perspectiva será posible profundizar en sus experiencias, perspectivas, opiniones y significados, es decir, la forma en que perciben subjetivamente su realidad. (Sampieri, 2010)

Dicho de otra manera, la presente investigación pudo comprender, reflexionar, analizar y deconstruir la realidad que vive el docente dentro del aula, así como fuera de ella, llevando a cabo una interpretación de su realidad, de acuerdo a su ambiente natural y contexto.

Se presentó los niveles de análisis, descriptivo, interpretativo y reflexivo, puesto que el primero tiene "... el propósito de describir situaciones, eventos y hechos, decir cómo son y cómo se manifiestan" (Bisquerra, 2004:141), por lo tanto, se realizó una descripción reflexiva sobre el contexto de los profesores, la importancia de la educación emocional dentro del salón de clases, y la relación que guarda con los tutores y la acción tutorial.

La investigación se llevó a cabo mediante tres etapas, las cuales consistieron en: la primera etapa, se pretendió tener una contextualización que se desglosará de lo general a lo particular, es decir, tener un contexto a nivel CDMX acerca de los profesores, cuántos ejercen, en qué niveles, así como edades y género para posteriormente plantearlo a nivel secundaria delegación Xochimilco, conociendo así, parte de su contexto laboral, como salario, horas de servicio, limitaciones, entre otros.

El estudio se centró en la Escuela Secundaria Diurna "Cuauhtémoc" No. 36 y en específico con los profesores que ejercen el rol como tutores en los tres niveles educativos (primero, segundo y tercero).

En la segunda etapa, se realizó un estudio de campo que consistió en recolectar información, mediante intervenciones y registros previos de la página oficial de la Escuela Secundaria. Una vez recolectada la información, se observó cómo estaban los profesores de acuerdo a su Educación Emocional, sus competencias emocionales y que tanto las hacen intrínsecas frente a los demás, teniendo así un registro mediante rejillas. Así como se aplicaron los instrumentos (cuestionario y entrevista) para acercarnos más a los profesores tutores con los cuales se pretendía trabajar.

En la tercera etapa se sistematizó, analizó e interpretó los resultados obtenidos y recolectados de la etapa anterior, con la finalidad de diseñar una estrategia de intervención basada en los objetivos previamente expuestos.

4.3.1 Descripción de los Instrumentos

Se llevó a cabo un primer acercamiento por medio de una observación, teniendo un registro mediante una lista de cotejo basada en 23 indicadores con opción de: “Siempre” “Muchas veces” “Nunca” que se puede apreciar en ANEXO 1. Se continuó posteriormente con la aplicación de un cuestionario basado en preguntas dicotómicas (sí, no) así como preguntas abiertas, a escala de medición nominal y de intervalo, denominado mixto, que se muestra en ANEXO 2. Se aplicó a los 10 profesores tutores presentes a lo largo de la Junta de Consejo Técnico Escolar que se lleva a cabo mensualmente.

Se tuvo claro que una escala de medición “es el conjunto de los posibles valores que una cierta variable puede tomar. Es un continuo de valores ordenados correlativamente, que admite un punto inicial y otro final.” (Coronado, 2007:106).

La escala nominal se clasifica de acuerdo al tipo de categorías que se están empleando, dándole a dicha categoría un nombre, es decir cumplen una función puramente de clasificación, no representa un orden o jerarquía, solamente refleja la diferencia entre las variables. En este caso se llevó a cabo categorías dicotómicas, con opción de respuesta en “sí” o “no”.

La escala de intervalos tiene un orden o jerarquía entre categorías, las etiquetas o números consecutivos establecen intervalos iguales en la medición, esto quiere decir que dan una idea de cuánto o de qué tamaño es lo que se está midiendo.

El tipo de variables fue independientes y dependientes. Las primeras son usualmente conocidas como la causa de algo y las segundas serán el efecto de ese algo, por ejemplo, la carga excesiva de trabajo provoca estrés, la VI es la carga excesiva de trabajo y la VD es el estrés, el efecto.

El cuestionario que fue aplicado se dividió en 5 categorías:

- Datos generales
- Docencia
- Currículo
- Orientación
- Educación Emocional

Se tuvo como variables aspectos personales, preparación, vocación, malestar docente, tutoría, convivencia, Competencias Emocionales, planes y programas de estudio y motivación.

La entrevista fue el último instrumento que se aplicó y se diseñó bajo las mismas categorías y variables, con la oportunidad de tener un mayor acercamiento con los docentes. Solo se tuvo la oportunidad de entrevistar a 6 de ellos, 3 hombres y 3 mujeres y fue diseñada con una duración entre 15 y 25 minutos aproximadamente, ver en ANEXO 3.

Ambos instrumentos se diseñaron con la finalidad de obtener información acerca de aspectos específicos para conocer un poco más a profundidad su desempeño como tutores y como personas fuera de su ámbito laboral y saber qué tanto se conocen emocionalmente así mismos. Se formularon los ítems de acuerdo a las categorías y variables ya mencionadas.

Por último, se hizo un análisis que se presenta a continuación en el cual se colocaron algunas citas textuales de las entrevistas que se realizaron, estas citas se formularon con base a los códigos del programa ATLAS. ti.

4.4 Análisis y Presentación de la Información

Las interrelaciones entre los mismos docentes son de cordialidad y respeto. Dependiendo los años que llevan laborando son los mismos que pueden tener de mayor relación o amistad, es decir, los profesores que tienen más o menos los mismos años de servicio son los que tiene una amistad y mayor relación fuera y dentro de la Escuela Secundaria.

La convivencia entre ellos es favorable y va más allá de lo meramente académico. En específico con los docentes que ejercen el rol como tutores solo suelen tener un acercamiento laboral, debido a que los años de servicio y el horario de su jornada laboral son variados.



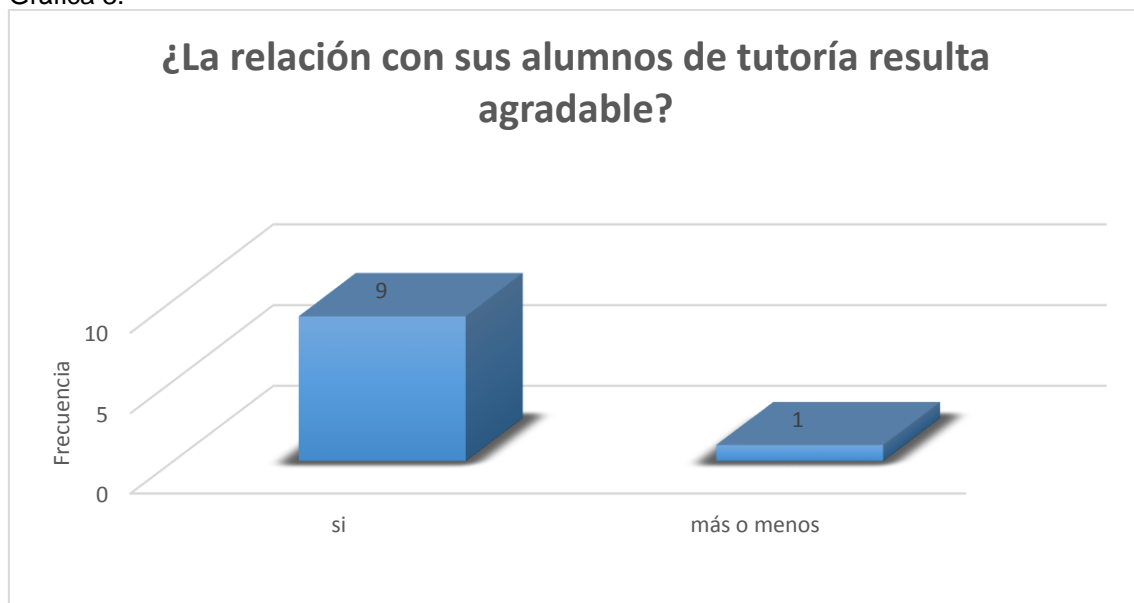
Figura No. 4 Consejo Técnico Escolar
Fuente: elaboración propia

La directora y subdirectora tienen una gran empatía con cada uno de los profesores, hay una gran integración por parte de todos, hay tolerancia, paciencia y respeto para escucharse y resolver los conflictos de la manera más educada sin llegar a los conflictos.

Respecto a la relación que tienen los alumnos con los profesores tutores es de mucha confianza y bastante paciencia. Docentes afirman que la relación con sus alumnos es bastante buena gracias a estos aspectos debido a que los alumnos logran abrirse con ellos y pueden contarles sus problemas, limitaciones o situaciones por las que puedan estar atravesando.

El 90% de los profesores tutores lo afirma, mientras que solo uno de ellos señaló que la relación con sus alumnos le resulta más o menos agradable.

Gráfica 3.



Los docentes logran un grado de empatía y cariño por su labor, por sus estudiantes, dejando así experiencias que logran contar con lágrimas en los ojos, o con la sonrisa más brillante.

Un ejemplo muy claro fue al preguntarle a la orientadora (la cual tiene también la labor como profesora frente a grupo y tutora) cómo se sentía respecto a sus alumnos, ella respondió de una manera muy segura "... son mis reyes, yo los

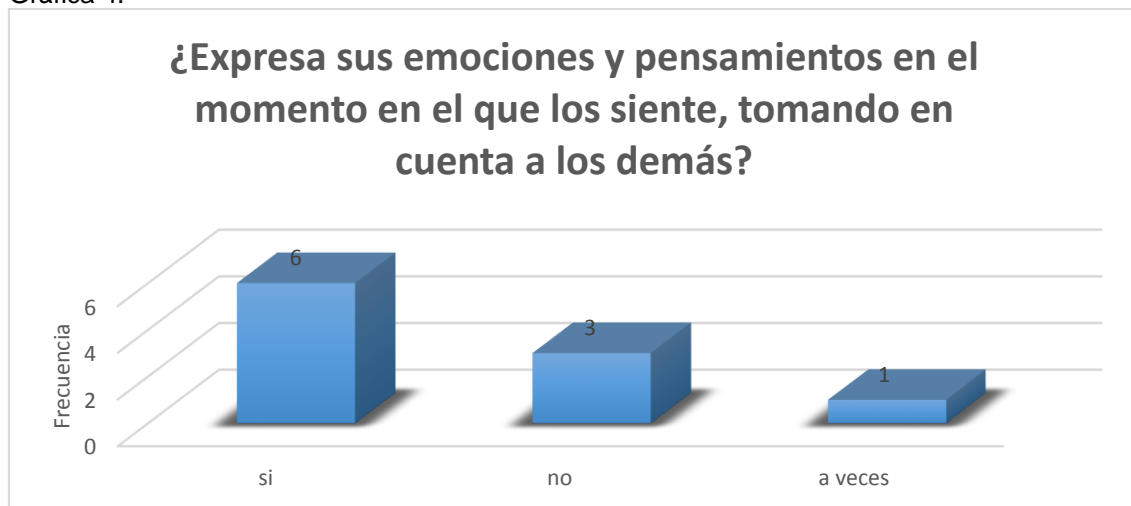
quiero y los aprendo a querer y amar y yo siempre se los digo, yo los amo y los quiero, pero no les voy a permitir que estén por encima de las reglas y de las normas de la institución, entonces sí, yo con ellos me vuelvo muy afectiva...” P 4: Elizabeth.docx - 4:20 [son mis reyes, yo los quiero y..] (54:54) (Super) Códigos: [Vocación]

Así como ella, otros profesores ven a sus alumnos con cariño y no quieren “fallarles”. Algo interesante de la maestra orientadora, a comparación de los demás tutores, es que ella les deja ver a sus alumnos un poco de su vida. En la entrevista nos contó que cuando falleció su mamá, les contó a sus alumnos que no se sentía bien y que ellos de alguna manera lograron motivarla y gracias a eso ella no sufrió tanto.

Solo el 60% de los profesores afirmaron de igual manera lograr llegar a expresar sus emociones y pensamientos en el momento en el que lo sienten, como la maestra del ejemplo anterior. Se puede apreciar entonces que depende mucho de la actitud del docente. La orientadora no cierra sus emociones y al parecer le ha funcionado hablar claramente con sus alumnos y ella lo hace para que ellos también tengan la confianza de que hablen con ella de situaciones personales.

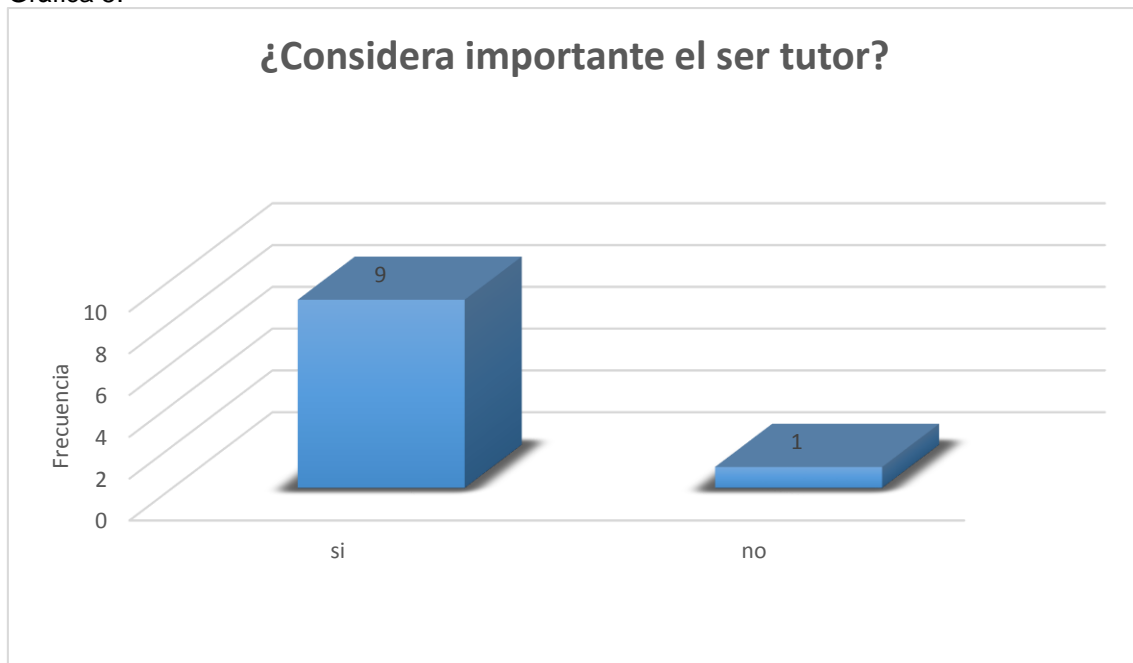
Por otro lado, 3 de los profesores dijeron que no suelen expresarse frente a su grupo para no dar una apariencia de debilidad, o perder el control y respeto del mismo, solo un profesor señaló que a veces lo hace.

Gráfica 4.



9 de los 10 profesores tutores consideran importante la clase de tutoría, explican que el ser tutor es una gran responsabilidad y la oportunidad de tener un mayor acercamiento con sus alumnos, teniendo en cuenta que muchos docentes no quieren ser tutores por la carga extra que representa. Solo uno dijo lo contrario absteniéndose de dar el porqué de su respuesta.

Gráfica 5.



En las primeras observaciones, se observó que los docentes suelen confundir conceptos como “emociones” y “sentimientos”. Señalaron que al momento de escuchar Educación Emocional lo primero que se le viene a la mente son conceptos como: autoestima, autonomía, convivencia, rendimiento, empatía, emociones y sentimientos. Lo que conlleva a que preparen sus clases de tutoría investigando sobre temas que realmente no conocen, todo para darles a sus alumnos un buen contenido que sirva a futuro para ellos.

El problema no siempre está en los docentes, puesto que en esta secundaria los docentes ponen mucho de su parte para poder cumplir con los contenidos del ámbito socioemocional. Ahora bien, los docentes trabajan con adolescentes y si recordamos un poco a esta edad ellos están pasando por muchos cambios tanto físicos como emocionales.

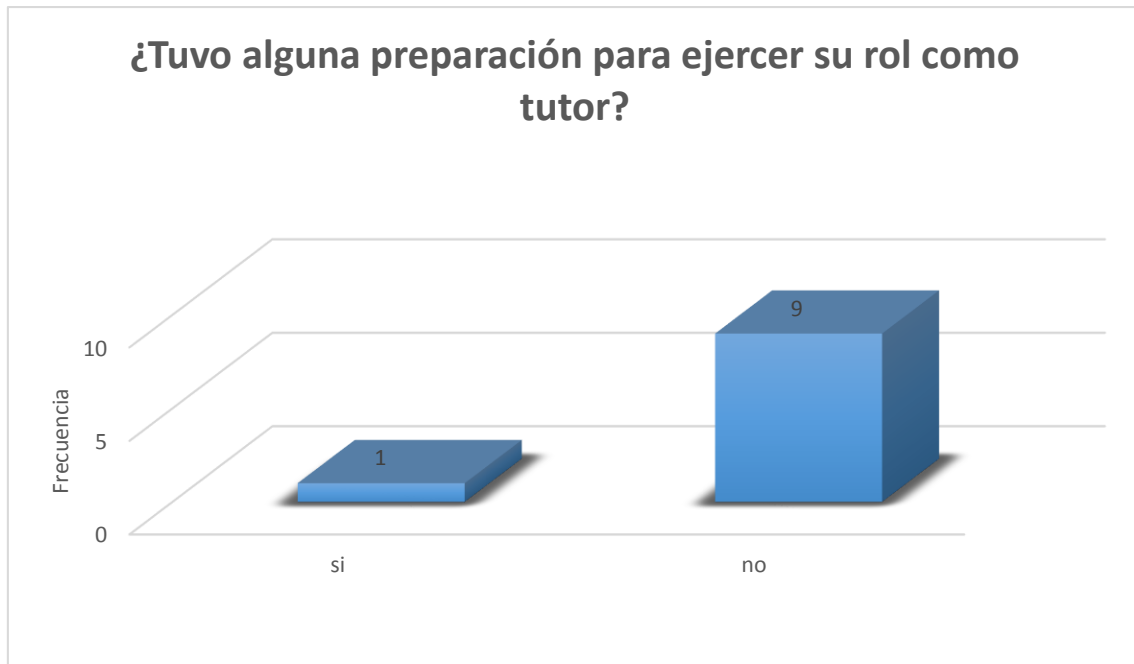
Se sabe que en el Sistema Educativo Nacional (SEM), en el nivel secundaria, los estudiantes están pasando por una etapa complicada, como lo es la adolescencia y los docentes en promedio tienen 40 años, la brecha generacional es muy amplia y por consecuencia es complicado lograr que los alumnos tengan confianza en los profesores.

Los chicos a esta edad (12 – 15 años) un día pueden sentir que todo mundo los odia y al siguiente día puede ser todo lo contrario, lo cual es entendible, están en una etapa donde ni siquiera ellos mismos se comprenden. Tantos cambios pueden ser muy confusos para ellos y para las personas quienes los rodean y por esto mismo pueden llegar a ser francamente irrespetuosos con los mismos profesores y aun así estos les hablan de una manera controlada y amable, porque para ellos lo principal son sus alumnos y su bienestar, aunque estos sobrepasen los límites. Se tiene muy presente que la directora apoyaba mucho el lado afectivo de los alumnos por medio de los docentes.

Precisamente unas de las principales observaciones fue ver que los docentes no tienen regulación emocional. Cuando están frente a su grupo de tutoría se nota cómo no logran regular su desesperación, enojo o frustración al ver que los alumnos no responden como ellos lo desearían. Claro que en ningún momento lo reflejan de manera violenta o grosera, simplemente se puede percibir en sus expresiones faciales y corporales.

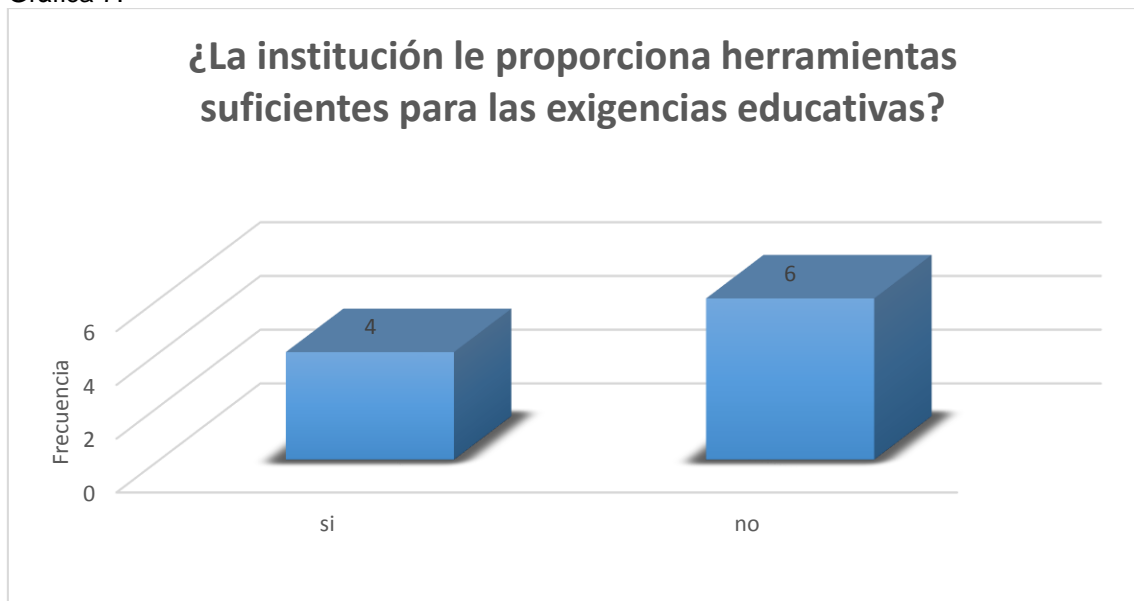
Esta situación es entendible, ya que el 90% de los tutores señaló que no tuvo una preparación previa por parte de la institución para asumir el rol como tutor y solo tratan de dar su mejor esfuerzo.

Gráfica 6.



Así también 60% de ellos manifestaron que los recursos o herramientas proporcionadas por la Escuela Secundaria no les son suficientes para cumplir con sus tareas, mientras que 4 de ellos consideran lo contrario, afirmando que la institución si les brinda los recursos necesarios para cumplir con su labor tutorial, como lo podemos apreciar gráficamente a continuación.

Gráfica 7.

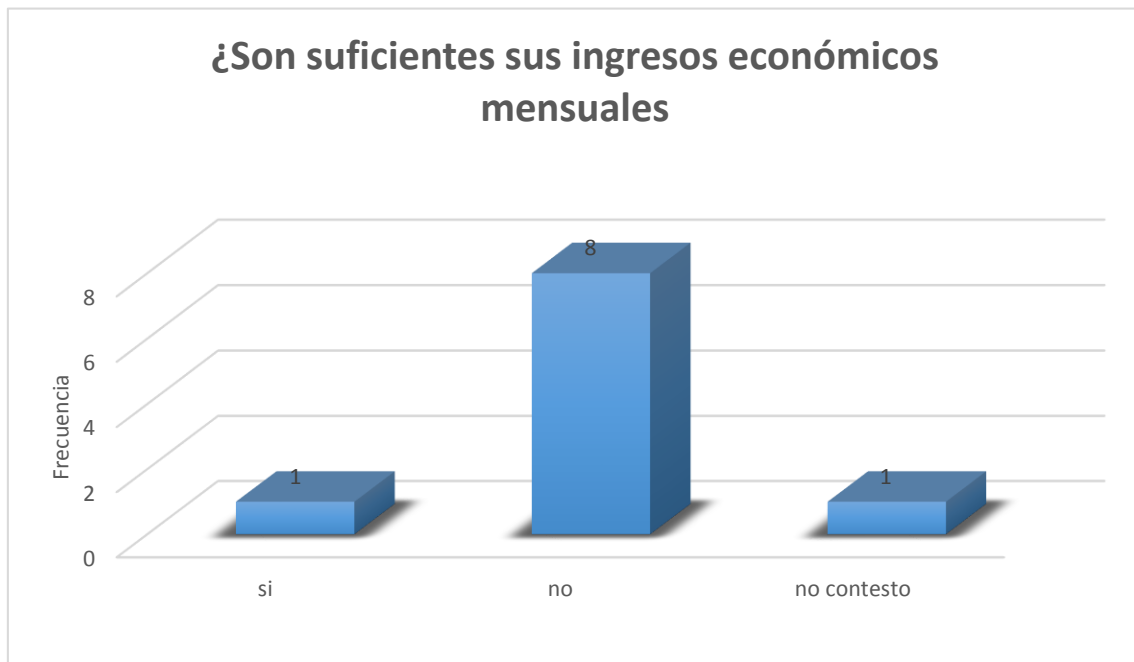


La mayoría de los profesores no demoraban más de 10 minutos en llegar a su salón de clases, a pesar de que el 50% de ellos tardaban más de hora y media de trasladarse de su casa a la Escuela Secundaria Diurna No. 36 “Cuauhtémoc”.

El control que tenían del grupo no resultaba tan favorable, puesto que la mayoría perdía alrededor de unos 20 minutos en obtener la atención de sus alumnos. Pero se podía percibir un ambiente agradable, entre los mismos alumnos había buena actitud unos con los otros.

Referente a los ingresos económicos de cada profesor, la mayor parte concluyeron que son insuficientes para cubrir todos sus gastos básicos necesarios, ya que gran parte de ellos cuenta con una familia, hijos y esposa(o); es por ello que para poder cubrir todas sus necesidades trabajan doble turno o en otra ocupación independiente a lo escolar.

Gráfica 8.



Todos cuentan con seguro médico, Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE). La gran mayoría de ellos, sin embargo, no es regular el que asistan a consulta o chequeos constantes, puesto que no tienen el tiempo y es demasiada la espera.

Textualmente dijeron, "... a veces considero que los docentes están tan centrados en dar clase en sus trabajos que se olvidan de sí mismos – en las planeaciones, todo eso, jamás he escuchado a alguien que diga 'no vine a la escuela porque tuve cita médica' solamente hasta que se enferman y viene despotricando contra el ISSTE de que "¡ay! no me atendieron bien" P 4: Elizabeth.docx - 4:11 [mmm no, yo pienso que no, se d..] (42:42) (Super) Códigos: [Malestar docente]

Como se puede observar, es evidente que los docentes no cuidan mucho el aspecto de su salud, están más concentrados en sus planeaciones y en su vida personal que en cuidarse a sí mismos.

Ahora bien, otro aspecto fundamental es las horas en las que laboran los docentes. Uno de ellos nos respondió que "... un aproximado como de 12 o 14 horas más o menos". P 2: LUIS ENRIQUE.docx - 2:22 [¿Cuántas horas al día trabajo?..] (80:80) (Super) Códigos: [Docencia]

A lo largo de las entrevistas se encontró que cinco de los seis profesores, a los cuales se les realizó la entrevista, trabajan doble turno; "trabajo en otra escuela, en el turno matutino, posteriormente salgo, voy a casa hacer algunas actividades del hogar y al final ya me integro al turno vespertino". P 1: IRIS.docx - 1:4 [trabajo en otra escuela, en el..] (11:11) (Super) Códigos: [Docencia]

En este fragmento de la entrevista podemos ver cómo la maestra no llega directo al segundo turno, sino que, aparte, tiene que llegar a su casa a hacer labores que su hogar le demande.

Esta fue una respuesta común entre los docentes. Tanto en los 6 entrevistados como en los 10 a los que se les aplicó el cuestionario, se pudo observar que trabajan más de 12 horas al día, sumándole el hecho de que no asisten al médico regularmente, pudiendo desencadenar un grado de malestar docente.

Ellos mismos llegaron al punto de compartirnos que con toda la carga excesiva de trabajo que tienen les llega a provocar un gran grado de estrés. Un aspecto

interesante fue que al preguntarles como lo combatían, la mayoría contestaba “salir a caminar” “correr” o “meditar”, pero reiteraban que por cuestiones de tiempo ya no podían hacerlo tan seguido, así que solo respiraban profundo y continuaban con sus trabajos.

Analizando todo lo mencionando con anterioridad, si nos damos cuenta los docentes tiene mucha carga de trabajo, en especial aquellos que son docentes tutores y, como cualquier ser humano, se enferman no solo físicamente, sino también en el área emocional; ahora bien, no atienden estas necesidades por seguir trabajando e intentar rendir y cubrir todo lo que se espera de ellos.

Es interesante cómo algunos profesores están tan relacionados con su quehacer docente que se olvidan de que, antes que todo, también son seres humanos que sienten y enferman.

La mayor parte de los docentes tienen mucha empatía y paciencia, por lo que se puedo ver reflejado, pero les falta esa seguridad, autoconocimiento y regulación para poder desarrollar de mejor manera su Educación Emocional.

Ahora bien, tanto en las respuestas de los docentes en el cuestionario aplicado como en las entrevistas dan a notar que tienen un desconocimiento de sus competencias emocionales y cuidado personal, es por ello necesario implementar estrategias de intervención.

Por otro lado, vemos que el ámbito curricular también tiene un peso importante para los docentes, ya sea desde lo que ellos tienen que impartir en clase o por aquellas cosas que les gustaría modificar respecto a sus condiciones laborales.

Es por ello necesario hacer énfasis en que los tutores sí consideran el aspecto emocional algo importante y que debe de estar presente en su clase. Se observó que no manejan adecuadamente los conceptos del aspecto afectivo, pero que sí les interesa aprender y sobre todo llevarlo a cabo con sus alumnos y en su vida personal.

Por supuesto, también se logró obtener un panorama de cómo los mismos docentes pueden o no poner en práctica este ámbito socioemocional en sus vidas.

Los docentes carecen de la formación que implica cada modelo y Reforma Educativa, es decir, que los profesores viven en cada cambio incertidumbres y desconocimiento sobre los planteamientos educativos y cómo desarrollarlos en sus estudiantes. Por otro lado, para tener un desarrollo e integración emocional, no se le brinda al docente herramientas de apoyo, ni tiempo para que ellos se autoconozcan, de esta manera limitan el trabajo afectivo con sus alumnos.

Esto da paso a que los docentes necesitan un espacio para poder desarrollarse no solo profesionalmente, sino de manera personal, relacionarse con sus compañeros maestros y poder compartir experiencias y sentimientos que pueden ser de ayuda para sus colegas; incluso aminorar el estrés o la preocupación respecto a las problemáticas que se les presenten, esto por supuesto mejoraría su práctica como tutores.

Ahora bien, en el ámbito de contenidos se mostró que no hay claridad en aquellos conceptos que los docentes tutores tienen que enseñar a sus alumnos respecto al ámbito socioemocional, que como ya se mencionó, fue implementado obligatoriamente en la clase de tutoría. Se refleja una preocupación evidente por aquello que los docentes desconocen y tienen de alguna manera que enseñar a sus estudiantes. Es por eso que necesitan de una ayuda en sus contenidos, pero no de manera teórica sino vivencial, para hacer que esos contenidos los vivan en carne propia.

Finalmente, se puede ver que la institución es un espacio que les permite expresarse y opinar respecto a los problemas que se presentan, pero todo es con un carácter psicocéntrico, dejando de lado las emociones de los docentes. Se centran mucho en cómo mejorar el aprovechamiento de los estudiantes y se preocupan por el lado afectivo, sin embargo, no se preocupan por el lado afectivo de los docentes.

Así pues, existe una gran necesidad de atender el lado socioafectivo de los docentes, de desarrollar sus competencias emocionales y ponerlas en práctica en su día a día como tutores y como personas.

Es por esto que es necesaria la implementación de una estrategia pedagógica, considerando que el trabajo pedagógico sería de carácter social, por ello el impacto que genere será debido a la manera de ejercer esta labor.

Con la elaboración de este proyecto y detectando las necesidades que se presentaron se pretende llevar a cabo un taller. Tomando en cuenta que la práctica pedagógica debe ser diversa, creativa e innovadora, se espera que dicho taller ocasione un impacto en la comunidad escolar sobre la importancia de la Educación Emocional y sus competencias como una forma de expresión y socialización.

Se pretende que a través de las competencias emocionales los docentes tutores tengan un autoconocimiento y autorregulación que beneficie a su labor y a su salud física y mental, potenciando esta sensibilidad, curiosidad y participación mediante experiencias vividas dejando de lado todo prejuicio.

Se puede decir que la Educación Emocional favorece el desarrollo del individuo en la sociedad, ya que permite la expresión de lo que sentimos, pensamos, queremos y deseamos; por ello es importante que los docentes cuenten con seguridad y confianza de poder hacerlo.

La presente propuesta de intervención que se presenta a continuación tiene como finalidad beneficiar a los docentes tutores de la Escuela Secundaria Diurna No.36 “Cuauhtémoc” del turno vespertino en la alcaldía de Xochimilco, implementando acciones que contribuyan a que los tutores sean más expresivos, tengan mayor comunicación entre ellos, tengan un momento solo enfocado en su persona independiente a cuestiones de gestión escolar y logren potencializar su Educación Emocional.

De acuerdo a algunas observaciones realizadas, en muchas ocasiones los profesores mostraban inseguridad y se reprimían en expresar lo que sentían, lo cual ocasionaba que las personas con las que se interrelacionan conocieran menos de ellos.

5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN (TALLER)

En el presente capítulo se mostrará el desarrollo de la propuesta de intervención, tomando en cuenta el contexto ya planteado en el capítulo anterior. Se menciona el planteamiento del problema, justificación, fundamentación teórica, objetivo general, destinatarios y planes de sesión.

5.1 Planteamiento del Problema

Como bien sabemos, México es un país con altas deficiencias en materia educativa, donde vemos como el sector docente es cada vez más mitificado y marginado dejando de lado la parte humana o emocional de los docentes, viéndolos solamente como un ser que únicamente reparte sus conocimientos y cada vez se les exige más, sin preocuparse el estado emocional que les genera el trabajo. Ahora bien, en educación secundaria vemos que muchos docentes también deben tener un cargo como tutores, aumentando así el peso emocional a sus alumnos.

De acuerdo con la anterior, la SEP, explica que para

... el trabajo en el espacio curricular de Tutoría en las secundarias generales y técnicas, se contempla que cada docente atienda a un grupo escolar: con el que trabaje su asignatura. Los docentes de las siguientes asignaturas pueden incorporarse a la Tutoría: Lengua Materna. Español, Matemáticas, inglés, Ciencia y Tecnología (Biología), Ciencia y Tecnología (Física), Ciencia y Tecnología (Química), Geografía, Historia, Formación Cívica y Ética, Educación Física, y Artes. Los tutores tendrán así la oportunidad de estar en contacto con un grupo de estudiantes durante una hora más a la semana, lo que contribuirá a fortalecer su relación con el grupo. (2017: 175)

Ligado a esto, en la educación secundaria se asigna un tutor por grupo, los cuales por medio de su acción tutorial deben cumplir estos nuevos requerimientos y según teniendo otra perspectiva de qué es ser un tutor; con relación a esto (Vexler, 2004) plantea que la tutoría tiene un carácter preventivo y formativo que tiene como finalidad acompañar a los alumnos en su desarrollo, afectivo y cognitivo.

Ahora bien, desde el implemento de la nueva Reforma Educativa es obligatorio que los docentes con un cargo de tutores deban de impartir contenidos respecto al ámbito socioemocional a sus grupos, contenidos que tienen que ver con autoestima, regulación emocional, afectividad, etcétera.

Lo anterior se convierte en un problema que el profesor como tutor tiene que enfrentar además de problemáticas de conducta y aprovechamiento, cuestiones en el ámbito emocional. Sin embargo, no tienen la formación adecuada para abordar estos temas, puesto que el perfil de egreso de las escuelas formadoras de docentes no los prepara para enfrentarse emocionalmente a las situaciones que podrían presentarse en un grupo de adolescentes

A los docentes no se les da una preparación antes de tomar el cargo de tutores, no se les capacita formalmente y obligatoriamente sobre cómo se puede trabajar con las emociones no solo de sus estudiantes sino de las suyas.

Es en estas condiciones en las que encontramos la situación de la Escuela Secundaria Diurna No 36 “Cuauhtémoc” en la alcaldía de Xochimilco, donde se debería de contar con 18 docentes tutores; sin embargo, en el ciclo escolar 2018-2019 solo se contaba con 10 tutores activos, de los cuales ninguno tuvo una preparación antes de que se les asignara el cargo de tutor.

Se observa que el grupo de tutoría para ellos tiene una mayor responsabilidad tanto de trabajo como afectiva, puesto que se preocupan por los problemas de los estudiantes y buscan soluciones a estos, ya sean académicos, familiares o personales como ya se señaló en el capítulo anterior.

5.2 Justificación

Dentro del Nuevo Modelo Educativo, en específico, en los Aprendizajes Clave, se establece la introducción de cuestiones socioemocionales que el docente a cargo del rol como tutor debe de llevar a cabo, pero no se le brinda un espacio para que este pueda conocer o expresar su educación emocional y así cumplir con los requerimientos.

A lo largo de la investigación, se pudo observar las presentes dificultades que los docentes tienen para expresar de manera correcta lo que sienten. Hay mucha represión de sus emociones, pensando que eso es lo correcto; por las mismas cuestiones gran parte de ellos sufre de estrés.

La presente propuesta de intervención tiene como finalidad beneficiar a los docentes tutores de la Escuela Secundaria Diurna No.36 “Cuauhtémoc” del turno vespertino en la alcaldía de Xochimilco, a través de la implementación del taller “¿Sabes quién eres?, ¡conócete!”, debido a la necesidad de implementar acciones que contribuyan a que los tutores sean más expresivos, tengan mayor comunicación entre ellos, tengan un momento solo enfocado en su persona independiente a cuestiones de gestión escolar y logren potencializar su Educación Emocional.

El pedagogo debe considerar que el trabajo que realizará será de carácter social, por ello el impacto que genere será debido a la manera de ejercer esta labor de una manera crítica y reflexiva, tomando en cuenta que en muchas ocasiones los docentes podrían apartarse de las actividades que se les pide que realicen si no les resultan atractivas o apropiadas a sus formas de pensar.

5.3 Detección de Necesidades

La investigación se realizó en la Escuela Secundaria Diurna No. 36 “Cuauhtémoc” turno vespertino ubicada en la alcaldía de Xochimilco, donde se aplicó un cuestionario a los diez docentes tutores para dar una idea en general de cómo se vive la acción tutorial en esta institución. De estos diez se

seleccionaron seis para aplicarles una entrevista, tres hombres y tres mujeres, para tener mayor acercamiento a la realidad que vive cada uno de ellos en su dimensión emocional.

Esto da paso a hacer explícito que los docentes necesitan un espacio para poder desarrollarse no solo profesionalmente, sino de manera personal, relacionarse con sus compañeros maestros y poder compartir experiencias y sentimientos que pueden ser de ayuda para sus colegas, incluso aminorar el estrés o la preocupación respecto a las problemáticas que se les presenten. Esto por supuesto, mejoraría su práctica como tutores.

Como se puede observar, existe una gran necesidad de atender el lado socio afectivo de los docentes, de desarrollar sus competencias emocionales y ponerlas en práctica en su día a día como tutores y como personas.

5.4 Fundamentación Teórica

Se centrará la propuesta en la dimensión afectiva del profesor y su papel como tutor dentro de la educación secundaria, es decir, uno de los ejes temáticos será la Educación Emocional centrado en la formación docente frente a las necesidades que le impone su contexto escolar y las necesidades personales que se deben potencializar.

Dentro de las concepciones que se encuentran sobre educación podemos ver que predominan dos, la escuela tradicional, centrada en un discurso unidireccional, donde el profesor imparte contenidos y los estudiantes memorizan estos mismos y por otro lado, se encuentra la escuela nueva que "...nos remite a un movimiento desarrollado a partir de los últimos años del siglo XIX, en relación con determinadas ideas sobre la educación y sus prácticas que en Europa y en distintos países del mundo emergieron a contrapelo de la educación tradicional" (Narváez,2006: 630).

Esta corriente maneja la importancia de integrar lo cognitivo con lo afectivo en el proceso educativo, esto respaldado por pedagogos como Pestalozzi, Montessori, Freinet, Freire, Simón Rodríguez y Prieto Figueroa (Vivas, 2003).

Se sabe ahora que la relación entre lo cognitivo con lo afectivo tiene una enorme trascendencia en el aprendizaje de los estudiantes, más aún cuando estos están en una etapa como lo es la adolescencia, en donde la principal prioridad es lo personal y no lo académico, es por eso que el docente tiene una responsabilidad que debe de cumplir.

A partir de esto, se puede destacar que existen diferentes modelos de formación docente, entre ellos se encuentra el practico-artesanal, el academista, el técnico eficiente y el hermenéutico reflexivo, siendo este último en el que desarrollaremos esta investigación.

El docente reflexivo se centra en reconocer su contexto sociopolítico, cultural y económico, para que en base a ello a la hora de su práctica se adapte a las verdaderas necesidades de sus alumnos, a una realidad que no se plasma en ningún documento y que se debe llevar a cabo para potencializar las capacidades y habilidades de cada alumno. Van más allá de solo interiorizar el contenido, se centran en la verdadera comprensión y análisis del mismo, para lograr así un aprendizaje significativo. Dicho esto, se puede deducir que las actitudes del docente juegan un papel importante tanto en el desarrollo cognitivo como afectivo. Dewey concluye que “además de dedicarse a la formación académica, las escuelas deben desarrollar las habilidades del estado mental reflexivo, social y emocional, esto se profundiza más en su obra ‘Lo que pensamos’” (1993).

Por otro lado, la concepción de orientación surge en países industrializados, a comienzos del siglo XX como consecuencia de los movimientos que se llevaban a cabo para obtener una reforma social. Este ámbito se desarrollaba fuera de la institución y se consideraba una actividad extraescolar.

A lo largo de la historia se han planteado diversas concepciones de orientación y esta a su vez ha tenido diferentes denotaciones de acuerdo a las políticas educativas y a las modificaciones del sistema de enseñanza que se llevan a cabo cada sexenio. Y es entendida a grandes rasgos como una actividad dirigida a las personas para su desarrollo personal.

Rafael Bisquerra señala que la orientación educativa es:

Un proceso de ayuda y acompañamiento continuo a todas las personas, en todos sus aspectos, con objeto de potenciar a la perención y desarrollo humano a lo largo de toda la vida. Esta ayuda se realiza mediante una intervención profesionalizada, basada en principios científico y filosóficos (2005: 95)

Es decir, que la orientación educativa es una acción que está estrechamente relacionada al proceso educativo del estudiante, y se piensa que este acompañamiento se debe de llevar a cabo desde que el niño ingresa al ámbito educativo, hasta que egrese, si se toma en cuenta que el alumno es considerado el principal protagonista en términos educativos.

Desde esta perspectiva, se puede considerar a la orientación como un acto educativo y un proceso que conforme se esté practicando de manera continua podrá ayudar a cierto sujeto no solamente en el desarrollo académico, también en el ámbito personal y social o a la toma de decisiones, dando como resultado el manejo correcto de las emociones, el autoconocimiento, la autorregulación, un mejor autoconcepto, etcétera.

Existen principios, modelos y áreas para llevar acabo la orientación. Se comenzará hablando de los principios, los cuales son de prevención, desarrollo y acción social, después nos encontramos con las áreas de intervención que son, desarrollo de la carrera, proceso de enseñanza aprendizaje, atención a la diversidad, y de prevención y desarrollo. Por último, se cuenta con los modelos,

donde se encuentra el counseling (radica más en el aspecto clínico), de consulta y por último el de programas.

- Área de Prevención y Desarrollo de la Orientación Educativa

La orientación para la prevención y el desarrollo se propone la prevención en sentido amplio y el desarrollo personal y social. Estos se pueden considerar como fines de la orientación y de la educación en general. Como complemento está el desarrollo humano, entendido como el desarrollo de la persona en todos sus aspectos (intelectual, cognitivo, social, moral, emocional, etcétera).

Dentro de la orientación para la prevención y el desarrollo se pueden considerar aspectos como, por ejemplo, habilidades de vida, mejora de la autoestima, prevención del estrés, técnicas de relajación, imaginación emotiva, etcétera.

- Principio de Prevención de la Orientación Educativa

La intervención como un proceso que ha de anticiparse a situaciones que pueden entorpecer el desarrollo integral de las personas. Con la prevención se busca impedir que un problema se presente, o prepararse para contrarrestar sus efectos en caso de presentarse. La intervención preventiva debe ejecutarse de manera grupal, con quienes no presenten desajustes significativos, lo que no excluye a los que puedan ser potencialmente una población en riesgo, por otra parte, se intenta reducir el número de casos de la población que pueda verse afectada por un fenómeno, ya sea de tipo personal o contextual, de tal manera que si no se logra una modificación de las condiciones del contexto, pueda ofrecerse una serie de competencias para desenvolverse de manera adaptativa, a pesar de las condiciones nocivas.

- Modelo de Consulta

Diversos autores han realizado propuestas de clasificación de los modelos de intervención en orientación. Álvarez y Bisquerra (1997) manejan el de intervención y el organizativo, la tutoría se desarrolla en el primero, específicamente en el modelo básico de consulta que está centrado en la acción indirecta sobre el sujeto, ejerciendo una función preventiva y de desarrollo. (Bausela, 2004).

Como se puede ver, no es algo nuevo la idea de integrar al ámbito educativo lo cognitivo con relación a lo afectivo, ambas cuestiones van de la mano para lograr resultados positivos en el desarrollo integral del alumno. Por ello es necesario resaltar la importancia de la educación emocional tanto individual como reflejada dentro del aula y que a su vez se va a desarrollar por medio del prototipo de un profesor reflexivo teniendo claras las cualidades de este tipo de formación docente.

Partiendo de lo anterior y destacando la importancia que se le debe de otorgar a la Educación Emocional, se debe tener claro a que se refiere y según Bisquerra la define como:

Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con el objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se planten en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social. (Bisquerra, 2000).

Es decir, la educación emocional es un proceso que pretende potencializar las competencias emocionales de cada persona.

Se entiende por competencias emocionales: la conciencia emocional es la capacidad de tomar conciencia de las propias emociones, las de los demás y del contexto, la regulación emocional es la capacidad del manejo y expresión de las emociones de una manera adecuada, teniendo en cuenta la interacción entre emoción, cognición y comportamiento, la autonomía emocional se centra en la autogestión personal, la competencia social se refiere a la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas, que implica manejar habilidades sociales y por ultimo las competencias para la vida y el bienestar es la capacidad para adquirir comportamientos apropiados y responsables para afrontar de manera exitosa los desafíos de la vida. Las cuales ya se han descrito de manera más profunda en el tercer capítulo.

Dicho lo anterior, se considera que una manera de fomentar la educación emocional dentro de las instituciones escolares es por medio de la acción tutorial, derivada de la orientación educativa entendida como “un proceso de ayuda continua a todas las personas, en todos sus aspectos, con el objeto de potenciar el desarrollo humano a lo largo de toda la vida”. (Bisquerra, 1998: 9).

A partir de lo anterior, se observa que la orientación educativa va de la mano con la acción tutorial dentro del salón de clases. Pues ambas buscan el desarrollo del individuo como lo hemos mencionado anteriormente, así como la prevención de cuestiones académicas que sean negativas.

La tutoría ha estado presente en diferentes épocas, espacios formativos y niveles educativos, y se considera como una disciplina que contribuye a la formación integral del alumno. En este sentido la tutoría se considera un espacio de acompañamiento y gestión escolar según lo estipulen las políticas educativas. En esta acción se espera lograr un desarrollo personal, social y afectivo del estudiante.

Como se puede apreciar, la acción tutorial tiene el propósito de guiar y apoyar a sus alumnos para una educación integral, es decir incluyendo lo cognitivo y afectivo.

A partir de la reforma integral propuesta entre 2002 y 2006 en México, se establece que cada grupo de nivel secundaria tendrá una hora de tutoría por semana lo largo del ciclo escolar, dando así un total de 35 horas a lo largo del periodo escolar, (Nicolín, 2014). En el 2016 la propuesta de una hora a la semana de tutoría se mantiene y plantea lo siguiente “Durante una hora semanal el tutor tiene la oportunidad de acompañar, gestionar y monitorear a los adolescentes en sus estudios” (SEP, 2016: 178).

Por otro lado, la Dirección General de Desarrollo Curricular define que la tutoría. Se centra en la vida de los adolescentes. No aborda contenidos disciplinarios. No se califica. Sí se evalúa.

Se desarrolla a partir de cuatro ámbitos orientados a acompañar la integración entre el alumnado y la escuela, promover el aprovechamiento académico de los adolescentes, la convivencia inclusiva en el grupo, así como fortalecer su proyecto de vida. Parte de las experiencias cotidianas, inquietudes, intereses, potencialidades, necesidades, motivaciones, riesgos de los adolescentes. Por lo mismo, es un espacio que se debe manejar de manera sumamente flexible.

Se desarrolla en los tres grados y tipos de secundaria (técnica, telesecundaria, general) con una hora a la semana, es decir, que la tutoría, será concebida “no como una asignatura más”, sino como un espacio que tiene ciertos propósitos y objetivos.

Hasta este momento se acaban de explicar los conceptos centrales que articulan a la presente investigación, por lo que ahora es necesario explicar la manera en cómo se desarrollará.

5.5 Estrategia

Para la realización de la propuesta de intervención, se consideró la aplicación de un Taller por medio de una serie de sesiones planificadas que ayudarán a obtener los resultados requeridos y la cual estará orientada en alcanzar el objetivo general.

Se desarrollará por medio de un conjunto de actividades individuales y en grupo, pero para ello es importante primero saber qué es un taller.

5.5.1 Concepto de Taller

El taller implica, como su nombre lo indica, un lugar donde se trabaja y se lleva a la práctica diversas actividades establecidas o diseñadas para un cierto grupo de individuos.

Un taller pedagógico es una reunión donde se unen los participantes en pequeños grupos para hacer aprendizajes prácticos según los objetivos que se

proponen y el tipo de organización que se tenga. Puede desarrollarse en un espacio cerrado o también al aire libre.

No se concibe un taller donde no se realicen actividades prácticas, manuales o intelectuales. Es por eso que este tipo de taller resulta ser el más adecuado para formar, desarrollar y perfeccionar hábitos, habilidades y capacidades que permiten cambiarse a sí mismo.

Es decir, es una forma de enseñar y aprender mediante la realización de algo desde lo vivencial; se trata entonces de un aprender haciendo, donde los conocimientos se adquieren a través de una práctica concreta. El trabajo tiende a la interdisciplinariedad y que la realidad no se presenta fragmentada.

La utilización de este método tiene como cometido dar respuesta a preguntas planteadas, teniendo en cuenta la opinión de todos los miembros del grupo, para llegar a una toma de decisiones colectiva.

Además, promueve el desarrollo de varios saberes como el saber escuchar, planificar con otros, tolerar las opiniones de los demás, aprender a coordinarse con otros, tomar decisiones de manera colectiva, etcétera.

Se basa en la experiencia de los participantes, tiene procesos intelectuales y afectivos, está centrado en los problemas e intereses comunes del grupo, implica una participación activa de los integrantes y se pueden utilizar diversas técnicas.

Así también permite analizar los problemas de la práctica y encontrar soluciones, adapta el aprendizaje de acuerdo a las experiencias de los participantes, respeta diversas características del aprendizaje, utiliza la experiencia profesional de los participantes y se focaliza en problemas pertinentes.

5.5.2 Formas de Diseñar un Taller

Según diversos autores, para poder llevar a cabo un taller con un determinado grupo de individuos primero se tiene que tener claro el objetivo, los sujetos a

quienes se les aplicará, el método u enfoque que se utilizará, y el diseños de las actividades apropiadas para conseguir el objetivo planteado previamente y sobre todo causar curiosidad e interés de los sujetos para que haya participación activa de los mismos, tener claros los objetivos específicos, el escenario, la temporalidad, el presupuesto y recursos para llevarlo a cabo.

5.5.3 Objetivo General

Concientizar a los docentes que imparten la clase de tutoría de la Escuela Secundaria Diurna No. 36 “Cuauhtémoc” en la alcaldía de Xochimilco del turno vespertino respecto a sus competencias emocionales, en específico el autoconocimiento y la autorregulación, así como el impacto que estas representan en su rol como tutores.

Se utilizarán estrategias didácticas mediante la implementación de una serie de sesiones lúdicas en un horario extraescolar aplicado a final del ciclo escolar.

5.5.4 Destinatarios

La población que se tomará para realizar la propuesta de intervención está conformada por los profesores que ejercen un rol como tutor (10 docentes) de la Escuela Secundaria Diurna No.36 “Cuauhtémoc” del turno vespertino en la alcaldía de Xochimilco.

La razón por la cual fue dirigida la propuesta de intervención a dicha población de profesores se debe a que son los encargados de manejar el ámbito socioemocional que se implementó en el Nuevo Modelo Educativo, en específico en el documento expedido por la Secretaría de Educación Pública (SEP) denominado “Aprendizajes Clave: para la Educación Integral”, que asigna una carga de trabajo extra para el profesorado que ejerce dicha tarea, por otro lado, se tiene en cuenta que estos tutores carecen de autoconocimiento y autorregulación lo que los lleva a un estrés laboral.

Las competencias emocionales juegan un papel primordial para sobrellevar dicha labor, por lo que el autoconocimiento de las mismas ayudará a aspectos socio-personales, por ejemplo, mayor motivación, autoconfianza, autocontrol, paciencia, autonomía, control de estrés, asertividad, responsabilidad, capacidad de la toma de decisiones, mayor empatía, capacidad de prevención y solución de conflictos, entre otros.

5.5.5 Planes de Sesión

A continuación, se presenta la secuencia didáctica que se llevará a cabo con los profesores tutores por medio de 20 sesiones, con una duración de 60 minutos cada una de ellas, en un horario extraescolar ya una vez finalizando el ciclo escolar en curso.

Se eligió de esta manera, ya que los docentes tendrán mayor tiempo y disponibilidad para llevar a cabo de manera colaborativa dicha propuesta, les servirá como distracción y relajación de la carga de trabajo que tuvieron durante todo el ciclo escolar y se cumplirá el propósito previamente establecido.

La mayor parte de las sesiones se llevará a cabo en el aula de “Matemáticas” por tener con un espacio amplio y con condiciones favorables para el desarrollo de las secuencias, contando así con buena iluminación, bancas para poder realizar las actividades y con un pizarrón verde para escribir con gises, y ocasionalmente se llevará a cabo determinadas sesiones en el patio escolar, ya que ambos espacios favorecerán el desarrollo de las estrategias didácticas, permitiendo aplicarlas sin necesidad de adecuar el lugar.

Se presenta en un primer momento de manera general, abarcando el propósito, contenidos y actividades que se realizará en cada sesión, así como los recursos que en su totalidad se utilizarán a lo largo del programa.

Taller: ¿Sabes quién eres? ¡Conócete!

Escuela Secundaria Diurna No. 36 "Cuauhtémoc"		C.C.T. 09DES0036W		Turno vespertino
Enfoque: Autoconcepto y Conciencia Corporal				
Propósito general: Concientizar a los docentes que imparten la clase de tutoría de la Escuela Secundaria Diurna No. 36 "Cuauhtémoc" en la alcaldía de Xochimilco del turno vespertino respecto a sus competencias emocionales, en específico el autoconocimiento y la autorregulación, así como el impacto que estas representan en su rol como tutores.				
Sesión 1	Sesión 2	Sesión 3	Sesión 4	Sesión 5
<p>"¡Vamos a conocernos!"</p> <p>Propósitos: Lograr expresar el reconocimiento de uno mismo Fomentar la interacción interpersonal</p> <p>Contenidos: Convivencia Autoconfianza</p> <p>Actividades: Bienvenida y presentación de la secuencia didáctica. "Director de la orquesta" "Acentuar lo positivo"</p>	<p>"¿Ese eres tú?"</p> <p>Propósitos: Fomentar la confianza entre compañeros. Demostrar el efecto Pigmalión</p> <p>Contenidos: Efecto Pigmalión Confianza Autorregulación Empatía</p> <p>Actividades: "¡Tú vales!" "Lazarillo"</p>	<p>"Caricias por escrito"</p> <p>Propósito: Reconocer las distintas emociones que sentimos</p> <p>Contenidos: Autoconocimiento Asertividad Emociones</p> <p>Actividad: "Brújula de las emociones"</p>	<p>"Dímelo sin palabras"</p> <p>Propósito: Expresar de manera facial y corporal determinadas emociones</p> <p>Contenidos: Emociones Expresión corporal</p> <p>Actividad: "¡Patata!"</p>	<p>"¿Qué nos limita?"</p> <p>Propósito: Comprender qué son los límites y cómo influyen en nuestros resultados</p> <p>Contenidos: Autoconocimiento</p> <p>Actividad: "Mis límites"</p>
Recursos: Hojas de papel, bolígrafos, bancas, antifaces, diez monedas y una cartulina con un círculo pintado en medio, hoja con la rosa de los vientos, colores, fichas con las emociones escritas, cartulinas, mesas, platos vasos, cubiertos, platillos que traerá cada participante.				
Evaluación: Rúbrica (se anexa al final de las secuencias didácticas)				

Escuela Secundaria Diurna no. 36 "Cuauhtémoc"		C.C.T. 09DES0036W		Turno vespertino	
Enfoque: Autoconcepto y Conciencia Corporal					
Propósito general: Concientizar a los docentes que imparten la clase de tutoría de la Escuela Secundaria Diurna No. 36 "Cuauhtémoc" en la alcaldía de Xochimilco del turno vespertino respecto a sus competencias emocionales, en específico el autoconocimiento y la autorregulación, así como el impacto que estas representan en su rol como tutores					
Sesión 6	Sesión 7	Sesión 8	Sesión 9	Sesión 10	
<p>"SOMOS UN EQUIPO"</p> <p>Propósitos: Fortalecer la competencia social. Generar confianza entre los docentes</p> <p>Contenidos: Competencia social habilidades para la vida</p> <p>Actividad: "El aislamiento"</p>	<p>"LA MUSICA Y MIS EMOCIONES"</p> <p>Propósito: Comprender y verbalizar las emociones</p> <p>Contenidos: Habilidades para la vida Asertividad Autoconocimiento</p> <p>Actividad: "Esa canción no me gusta, esa canción si me gusta"</p>	<p>"PORQUE ME QUIERO"</p> <p>Propósito: Fortalecer la motivación y reconocer el trabajo personal</p> <p>Contenidos: Motivación Autoestima Conciencia emocional</p> <p>Actividad "Me consiento y me quiero"</p>	<p>"QUE QUIERO Y QUE ESTOY HACIENDO"</p> <p>Propósito: comprender el porqué y el para qué de sus acciones</p> <p>Contenidos: Autoconocimiento</p> <p>Actividad: "Acción, reacción"</p>	<p>"TELA DE ARAÑA"</p> <p>Propósito: Fortalecer la habilidad de resolver problemas en un grupo</p> <p>Contenidos: Resolución de conflictos Autorregulación</p> <p>Actividad: "Como arañas"</p>	
Recursos: Hojas de papel, bolígrafos, bancas, un pastel, un lazo o cuerda, bocinas, baraja de habilidades					
Evaluación: Rúbrica (se anexa al final de las secuencias didácticas)					

Escuela Secundaria Diurna no. 36 "Cuauhtémoc"		C.C.T. 09DES0036W		Turno vespertino
Enfoque: Autoconcepto y Conciencia Corporal				
Propósito general: Concientizar a los docentes que imparten la clase de tutoría de la Escuela Secundaria Diurna No. 36 "Cuauhtémoc" en la alcaldía de Xochimilco del turno vespertino respecto a sus competencias emocionales, en específico el autoconocimiento y la autorregulación, así como el impacto que estas representan en su rol como tutores.				
Sesión 11	Sesión 12	Sesión 13	Sesión 14	Sesión 15
<p>"NO AGUANTAS NADA"</p> <p>Propósito: Fortalecer la autorregulación</p> <p>Contenidos: Regulación emocional Asertividad</p> <p>Actividades: "Dime más"</p>	<p>"ESTE SOY YO"</p> <p>Propósito: Fortalecer la confianza en sí mismos</p> <p>Contenidos: Autoconocimiento Motivación</p> <p>Actividad: "Me amo y me acepto"</p>	<p>"JUEGEMOS A LOS ROLES"</p> <p>Propósito: Fomentar la empatía entre los participantes.</p> <p>Contenidos: Empatía Asertividad</p> <p>Actividad: "Rol playing"</p>	<p>"VAMOS A DARLE LA VUELTA"</p> <p>Propósito: Desarrollar tolerancia a la frustración Fomentar la capacidad de resolver problemas</p> <p>Contenidos: Resolución de conflictos Asertividad, Resiliencia</p> <p>Actividad: "la sabana"</p>	<p>"EL SÍ Y EL NO"</p> <p>Propósito: Aprender a escuchar las opiniones de los demás</p> <p>Contenidos: Convivencia Asertividad</p> <p>Actividades: "Sí y no"</p>
Recursos: Hojas de papel, bolígrafos, bancas, billetes didácticos, una caja de zapatos, dulces, espejo, una sábana.				
Evaluación: Rúbrica (se anexa al final de las secuencias didácticas)				

Escuela Secundaria Diurna no. 36 "Cuauhtémoc"		C.C.T. 09DES0036W		Turno vespertino	
Enfoque: Autoconcepto y Conciencia Corporal					
Propósito general: Concientizar a los docentes que imparten la clase de tutoría de la Escuela Secundaria Diurna No. 36 "Cuauhtémoc" en la alcaldía de Xochimilco del turno vespertino respecto a sus competencias emocionales, en específico el autoconocimiento y la autorregulación, así como el impacto que estas representan en su rol como tutores.					
SESIÓN 16	SESIÓN 17	SESIÓN 18	SESIÓN 19	SESIÓN 20	
<p>"LO QUE QUIERAS SABER DE MÍ"</p> <p>Propósitos: Fortalecer la integración del grupo Interesarse por los demás.</p> <p>Contenidos: Convivencia Competencia social</p> <p>Actividad: "Pregúntame"</p>	<p>"TU CUERPO TAMBIÉN HABLA DE EMOCIONES"</p> <p>Propósito: Fortalecer la empatía</p> <p>Contenidos: Empatía, competencia social,</p> <p>Actividad: "luz, cámara acción"</p>	<p>"YO SOY"</p> <p>Propósito: Distinguir fortalezas personales</p> <p>Contenidos: Autoestima Autoconocimiento</p> <p>Actividad: "Te compro"</p>	<p>"EL CONFLICTO"</p> <p>Propósito: Permitir que cada persona exprese su forma de resolver el conflicto utilizando lo visto a lo largo del taller</p> <p>Contenidos: Resiliencia</p> <p>Actividad: "La imaginación y los problemas"</p>	<p>"EL QUE PARTE Y COMPARTE, SE LLEVA LA MEJOR PARTE"</p> <p>Propósitos: Aprender nuevas vías de expresar las emociones Compartir Autorregular frente a una situación de convivencia</p> <p>Contenidos: Convivencia Autorregulación</p> <p>Actividades: Arte-terapia Convivio</p>	
Recursos: Hojas de papel, bolígrafos, bancas, mesas, platos vasos, cubiertos, platillos que traerá cada participante.					
Evaluación: rúbrica (se anexa al final de las secuencias didácticas)					

A continuación, de manera particular se presentan las sesiones, su inicio, desarrollo y cierre de cada una de ella, así como recursos y tiempo específico para cada actividad.

Sesión 1 “Vamos a conocernos”

Escuela Secundaria Diurna no. 36 “Cuauhtémoc”	C.C.T. 09DES0036W	Turno vespertino
Propósito específico: Lograr expresar el reconocimiento de uno mismo Fomentar la interacción interpersonal		
Contenidos: - Convivencia: interacción. - Autoconfianza: seguridad y reconocimiento de uno mismo.		
<p>Inicio (15 min.): Se dará la bienvenida a los profesores y se les dará una breve cápsula teórica de qué son las emociones y cuáles son las seis emociones principales (miedo, tristeza, alegría, amor, asco, enojo).</p> <p>Desarrollo (35 min.): Todos los profesores se colocarán en círculo y se les pedirá a los participantes que cada uno diga su nombre y la emoción que estén teniendo en ese momento. Los demás profesores tendrán que estar atentos a cada uno de sus compañeros.</p> <p>Terminado lo anterior se les pedirá a los participantes que eleven sus brazos a la altura del pecho y junten las palmas. En esta posición de señalamiento se dirigirá a otro participante diciendo su nombre y la emoción que expresaron.</p> <p>Cuando al participante llegue al puesto del otro esté saldrá haciendo lo mismo y así sucesivamente.</p> <p>Solo estarán dentro del círculo (moviéndose) tres personas.</p> <p>La actividad “Director de orquesta” termina cuando uno de los participantes verbalice la emoción de los demás profesores y su nombre.</p> <p>Una vez logrado un ambiente de confianza entre compañeros, se continuará con la actividad “Acentuar lo positivo” se les pedirá que se sienten en parejas.</p>		

Cada uno deberá decirle a su compañero: Dos cosas físicas o de personalidad que le guste de su compañero(a). Posteriormente escribirán en una hoja dos cualidades que le gustan sobre sí mismos.

DATO: NO SE ADMITIRÁN LOS COMETARIOS NEGATIVOS

Cierre (10 min.):

Para cerrar la actividad, se dará un momento de reflexión con todos los docentes en el que se analice si se han sentido cómodos hablando sobre si mismos de manera positiva y si la emoción que expresaron en un principio sigue siendo la misma.

Así hasta finalizar el tiempo restante de la sesión 1 denominada “¡Vamos a conocernos!”.

Recursos: Hojas de papel, bolígrafos, bancas.

Evaluación: Rúbrica (se anexa al final de las secuencias didácticas).

Sesión 2 ¿Ese eres tú?

Escuela Secundaria Diurna no. 36 "Cuauhtémoc"	C.C.T. 09DES0036W	Turno vespertino
<p>Propósito específico: Fomentar la confianza entre compañeros Demostrar el efecto Pigmalión.</p>		
<p>Contenidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Efecto Pigmalión: creencia que tiene una persona sobre otra que puede influir en el. Rendimiento de esta última - Confianza: esperanza y seguridad - Autorregulación: dominio sobre las emociones. - Empatía: participación afectiva. 		
<p>Inicio (10 min.):</p> <p>Se les explicará a los profesores las instrucciones de cada dinámica y el objetivo. Se les repartirá un antifaz que utilizarán para cubrirse los ojos.</p> <p>Desarrollo (35 min.):</p> <p>Para poder comenzar con la actividad "Lazarillo" se les pedirá que se coloquen por parejas (diferente con la que trabajaron en la sesión anterior). Una vez que estén hechas las parejas uno de los integrantes se tapaná los ojos de tal manera que no vea nada.</p> <p>Las coordinadoras mostraran unos letreros con instrucciones como "ve derecho", "a la izquierda", "salta", etcétera.</p> <p>La persona que no tiene los ojos tapados, deberá guiar a su compañero en función de eso letreros y en ningún momento podrá tocar a su compañero. Sólo se podrá dirigir a él, hablándole.</p> <p>Pasado un tiempo, se cambian los roles. En este punto, es importante que el coordinador cambie las órdenes o las repita de manera desordenada para que ninguno se espere lo que debe ir haciendo.</p> <p>Después de que ya hayan participado cada uno de los integrantes en la actividad, se les pedirá descubrirse los ojos y que pasen dos voluntarios que deberán abandonar la sala para así, dar paso a la actividad "¡Tú vales!".</p> <p>Se dividirá el grupo en dos subgrupos:</p>		

El grupo 1 debe animar y motivar al primer voluntario. Al segundo voluntario lo tratarán de manera indiferente.

El grupo 2 ha de actuar de una manera neutra ante el primer voluntario y desanimar al segundo.

Entra el primer voluntario y se le pide que lance las monedas intentando que éstas entren en el círculo de la cartulina que se encuentra a unos 2 metros de distancia.

Se repite con el segundo voluntario.

Cierre (15 min.):

Se les pide a todos los integrantes sentarse en grupo y se llevará a cabo una reflexión SOBRE primera actividad, en la que expresarán cómo se sintieron y si han confiado en su compañero.

Posteriormente se hablará de la segunda actividad, sobre el resultado y cómo se han sentido los voluntarios. Se introducirá el efecto Pigmalión, explicación del mismo y se debatirá hasta finalizar el tiempo restante de la sesión.

Se les pedirá traer plumas y colores para la siguiente sesión.

Recursos: Antifaces, diez monedas y una cartulina con un círculo pintado en medio.

Evaluación: Rúbrica (se anexa al final de las secuencias didácticas)

Sesión 3 “Caricias por escrito”

Escuela Secundaria Diurna no. 36 “Cuauhtémoc”	C.C.T. 09DES0036W	Turno vespertino
--	-------------------	------------------

Propósito específico: Reconocer las distintas emociones que sentimos

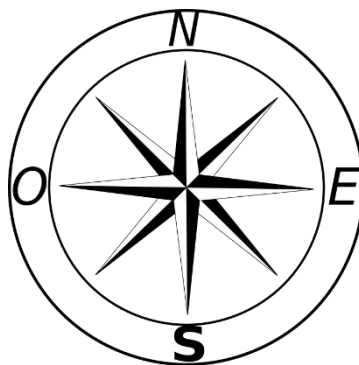
Contenidos:

- Autoconocimiento: conocimiento de uno mismo.
- Asertividad: manera de expresar de manera correcta y respetuosa las ideas.
- Emociones: sensaciones afectivas.

Inicio (10 min.):

Para comenzar con la actividad “Brújula de las emociones” se les dará instrucciones de la actividad a todos los profesores pidiéndoles que se sienten en el lugar y de la manera que más les agrade (todo dentro del aula).

Una vez seguida la indicación se les repartirá una hoja con la rosa de los vientos (como la que se muestra a continuación):



Se les pedirá que saquen sus plumas y colores que se les pidió la sesión anterior.

Desarrollo (15 min.):

Se les indicará que pintaremos la alegría al norte y reflexionamos sobre la pregunta: ¿Qué he logrado?

Al sur, reflejamos la respuesta y responderemos ¿Qué he perdido?

Entre ambas emociones, situaremos el logro que hemos conseguido, o bien el fracaso. Es importante hacer una lectura positiva.

En el este, pondremos el enfado. Pensaremos qué me ataca o me hace sentir en una situación de riesgo.

En el lado oeste, situamos el miedo. En este punto, reflexionaremos cuáles son nuestros miedos.

Unimos al enfado y al miedo a través de la amenazada y reparamos en identificar las amenazas que tenemos presentes.

En el resto de puntos, podemos situar otras emociones que estén presentes.

(20 min más tarde)

Se dará la instrucción de qué en un cuarto de hoja escriban mínimo tres cualidades positivas de cada uno de sus compañeros.

Después cada uno de los docentes les dará la hoja a sus diferentes compañeros.

Cierre (15 min.):

Se llevará a cabo un debate acerca de qué son las emociones, qué sintieron al momento de realizar la actividad, y si alguno de los integrantes lo desea podrá compartir sus emociones con sus compañeros.

Recursos: Hojas en las que está pintada la rosa de los vientos, plumas, colores, bancas.

Evaluación: Rúbrica (se anexa al final de las secuencias didácticas).

Sesión 4 “Dímelo sin palabras”

Escuela Secundaria diurna no. 36 “Cuauhtémoc”	C.C.T. 09DES0036W	Turno vespertino
Propósito específico: Expresar de manera facial y corporal determinadas emociones.		
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> - Emociones: sensaciones afectivas. - Expresión corporal: utilizar el cuerpo para representar ideas, sentimientos, sensaciones. 		
<p>Inicio (15 min.):</p> <p>Para comenzar con la actividad “¡Patata!” se les pedirá a todos los profesores que se acomoden en su banca formando media luna, se retomará el tema de las emociones que se vio en la sesión anterior y posteriormente se les dará las instrucciones de la actividad que se llevará a cabo en esa sesión.</p> <p>Desarrollo (30 min.):</p> <p>Una de las coordinadoras pedirá un voluntario que tendrá que salir a representar la emoción que aparezca en la ficha que tome.</p> <p>Los compañeros deben adivinar de qué emoción se trata. Entre todos, pueden caracterizarla e, incluso, acompañarla de la comunicación verbal y no verbal que la acompaña. Además, pueden contar en qué momento se sintieron de esa manera.</p> <p>El coordinador seguirá pidiendo voluntarios para caracterizar las distintas emociones que aparezcan en las fichas.</p> <p>Así sucesivamente hasta que todos los integrantes participen.</p>		

Cierre (15 min.):

Se llevará a cabo una reflexión sobre cómo se sintieron con la actividad y a qué conclusión llegan respecto al tema de emociones.

Recursos: Bancas, fichas en las que aparezcan escritas las emociones.

Evaluación: Rúbrica (se anexa al final de las secuencias didácticas)

Sesión 5 “¿Qué nos limita?”

Escuela Secundaria Diurna no. 36 “Cuauhtémoc”	C.C.T. 09DES0036W	Turno vespertino
Propósito específico: Comprender qué son los límites y cómo influyen en nuestros resultados”		
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> - Autoconocimiento: conocimiento de uno mismo 		
<p>Inicio (15 min.):</p> <p>Se empezará dando una breve introducción de que es el autoconocimiento.</p> <p>Para comenzar con la actividad “Mis límites” se solicitará a todos que tomen una hoja en blanco y un lápiz. Deberán seguir las indicaciones de las coordinadoras. Es importante informar que si no llegan a cumplir con una indicación, no se preocupen. Deben empezar con la orden siguiente.</p> <p>Desarrollo (25 min.):</p> <p>Se dirán en voz alta cada una de las siguientes instrucciones</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Escribir su nombre en la parte superior de la hoja 2. Volver a escribir el nombre, pero con la otra mano 3. Escribir cinco nombres de animales (dar sólo cinco segundos) 4. Escribir cinco nombres de mujeres importantes de la historia (dar sólo cinco segundos) 5. Hacer un avión <p>Al finalizar, se comparte lo escrito por cada persona y se reflexiona sobre los resultados, entre ellos.</p> <p>Cierre (20 min.):</p> <p>Se llevará a cabo una reflexión sobre cómo se sintieron con la actividad, qué emociones experimentaron y se les hablará sobre los límites, ya sea que se ponen ellos mismos o por factores externos.</p>		
Recursos: Bancas, fichas en las que aparezcan escritas las emociones.		
Evaluación: Rúbrica (se anexa al final de las secuencias didácticas)		

Sesión 6 “Somos un equipo”

Escuela Secundaria Diurna no. 36 “Cuauhtémoc”	C.C.T. 09DES0036W	Turno vespertino
Propósito específico: Fortalecer la competencia social Generar confianza entre los docentes.		
Contenidos: - Competencia social - Habilidades para la vida		
<p>Inicio (5 min.): Para comenzar con la actividad “El aislamiento” se dará la bienvenida y las coordinadoras pedirán a los participantes que se coloquen, formando un círculo</p> <p>Desarrollo (35 min.): De manera aleatoria, se seleccionará a una persona y la meterán al centro del círculo. Se le pedirá que no mueva su cuerpo y que le deje que le coloque la postura que debe adoptar. Se pondrá, mirando a la pared, con las piernas semi-abiertas y los brazos cruzados.</p> <p>Se preguntará a él cómo se siente en relación al grupo. Después, le pregunta al grupo cómo perciben a su compañero.</p> <p>La persona mirará a sus compañeros y se le repetirá la pregunta. Primero a él y luego a sus compañeros. Tras esto, la persona volverá a su sitio dentro del círculo.</p> <p>Las coordinadoras pedirán que los miembros del grupo se cojan muy fuerte las manos y que cierren los ojos. Y se le pondrá música relajante, después se repite la acción con otro compañero en el centro, pero esta vez uno de los participantes tendrá de contar una anécdota que haya tenido en alguna clase.</p> <p>Para finalizar se les pedirá que abran los ojos y se suelten las manos.</p>		

Cierre (20 min.):

Se les pedirá a los dos docentes que fueron aislados que cuenten su experiencia, qué sintieron y cómo percibieron a sus compañeros. Después se les solicitará a los docentes del círculo que hagan lo mismo.

Las coordinadoras les hablarán sobre que es la conciencia emocional al terminar de hablar los docentes

Para la siguiente sesión: Se les pedirá a los docentes que anoten en una hoja, que pasarán las coordinadoras, una canción que les guste mucho y otra canción que no les guste. Cuando todos anoten sus dos canciones, las coordinadoras recogerán la hoja.

Recursos: Bocinas.

Evaluación: Rúbrica (se anexa al final de las secuencias didácticas)

Sesión 7 “La música y mis emociones”

Escuela Secundaria Diurna no. 36 “Cuauhtémoc”	C.C.T. 09DES0036W	Turno vespertino
Propósito específico: Que los docentes comprendan sus emociones y las verbalicen		
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> - Habilidades para la vida - Asertividad: habilidad para ser claros, francos y directos, sin herir los sentimientos de los demás, ni menospreciar a los otros - Autoconocimiento: reconocimiento de sí mismo 		
<p>Inicio (5 min.):</p> <p>Para comenzar con la actividad “Esa canción no me gusta, esa canción si me gusta” se dará la bienvenida y las coordinadoras pedirán a los participantes que se sienten frente a una mesa de manera individual y coloquen frente a ellos una hoja blanca y un bolígrafo</p> <p>Desarrollo (30 min.):</p> <p>Las coordinadoras explicarán que es el asertividad y la importancia de esta. A continuación, se dará la instrucción de que dependiendo lo que vayan escuchando escriban la emoción que les genera esa canción. (Nota: las canciones serán las mismas que los docentes anotaron el día anterior) y en un costado por qué les genera esa emoción.</p> <p>Se pondrán las canciones con una duración de minuto y medio cada una.</p> <p>Cierre (25 min.):</p> <p>Todos los docentes verbalizarán lo que han escrito y compartirán su experiencia al estar realizando la actividad. Las coordinadoras revelarán el hecho de que “x” canción que le gustó a alguna persona, era la favorita de algún otro integrante del grupo y preguntarán como se sintieron al ver que a alguien más le causó malestar esa canción.</p> <p>Se dará una retroalimentación con más situaciones de la vida cotidiana.</p>		
Recursos: Hojas blancas, bolígrafos o lápices, bocinas.		
Evaluación: Rúbrica (se anexa al final de las secuencias didácticas).		

Sesión 8 “Porque me quiero”

Escuela Secundaria Diurna no. 36 “Cuauhtémoc”	C.C.T. 09DES0036W	Turno vespertino
Propósito específico: Fortalecer la motivación y reconocer el trabajo personal.		
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> - Motivación - Autoestima: valor que una persona se da a sí misma. - Conciencia emocional: capacidad de tomar conciencia de las propias emociones, las de los demás y del contexto 		
<p>Inicio (5 min.):</p> <p>Para comenzar con la actividad “Me consiento y me quiero” se dará la bienvenida y las coordinadoras pedirán a los participantes que se sienten frente a una mesa de manera individual y se les repartirá una rebanada de pastel con la indicación que aún no pueden comérselo.</p> <p>Desarrollo (30 min.):</p> <p>Las coordinadoras irán mostrando una a una las tarjetas con habilidades y las irán diciendo (como en el juego de la lotería).</p> <p>Con cada habilidad que sí tengan podrán, comer una cucharada del pastel y de las que carezcan deberán anotarlas en una hoja blanca con un bolígrafo negro.</p> <p>Al terminar de decir las habilidades, deberán de comparar la cantidad de pastel que les queda y los puntos que tiene en la hoja</p> <p>Cierre (25 min.):</p> <p>Todos los docentes verbalizarán lo que han escrito y compartirán su experiencia al estar realizando la actividad.</p>		

Las coordinadoras darán una reflexión de cómo generalmente se presta más atención a las críticas negativas que a lo positivo, haciendo mención de que la mayoría casi terminó su pastel o en caso de que no sea así se omitirá esto último y se hablará de consentirse de vez en cuando con aquello que les resulte rico y no puedan hacer/comer diario.

Recursos: Un pastel o rosca, baraja de habilidades.

Evaluación: Rúbrica (se anexa al final de las secuencias didácticas).

Sesión 9 “Que quiero y que estoy haciendo para lograrlo”

Escuela Secundaria Diurna no. 36 “Cuauhtémoc”	C.C.T. 09DES0036W	Turno vespertino
Propósito específico: Que los docentes comprendan el por qué y para que de sus acciones.		
Contenidos: - Autoconocimiento: reconocimiento de sí mismo		
<p>Inicio (5 min.):</p> <p>Para comenzar con la actividad “Acción, reacción” se da la bienvenida y las coordinadoras pedirán a los participantes que se sienten frente a una mesa de manera individual. Todos deberán de tener una hoja blanca y un bolígrafo.</p> <p>Desarrollo (30 min.):</p> <p>Las coordinadoras darán la instrucción de escribir en su hoja una meta profesional en la esquina superior derecha y una meta personal en la esquina superior izquierda. A continuación, van a escribir aquello que están haciendo actualmente para lograrlo</p> <p>Después, más abajo en la hoja, escribirán aquello que aún no han hecho para lograr dicha meta-</p> <p>Posteriormente, en la parte céntrica de la hoja pondrán a qué le están dando más prioridad actualmente, si a lo laboral o a lo personal, e incluso si existe un balance entre las dos.</p> <p>Cierre (25 min.):</p> <p>Los docentes verbalizarán lo que han escrito y compartirán su experiencia al estar realizando la actividad.</p> <p>Las coordinadoras darán una reflexión de lo importante que es el autoconocimiento además de la importancia de lograr un equilibrio entre lo laboral y profesional.</p>		
Recursos: Bolígrafos, hojas blancas.		
Evaluación: Rúbrica (se anexa al final de las secuencias didácticas).		

Sesión 10 “Tela de araña”

Escuela Secundaria Diurna no. 36 “Cuauhtémoc”	C.C.T. 09DES0036W	Turno vespertino
Propósito específico: Fortalecer la habilidad de resolución de problemas en un grupo		
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> - Resolución de conflictos - Autorregulación 		
Inicio (5 min.): Para comenzar con la actividad “Como arañas” las coordinadoras darán la introducción a la actividad y formarán dos equipos.		
Desarrollo (30 min.): Se dará la indicación de que pueden empezar con la actividad y ambos equipos tendrán que atravesar de un lado a otro de la tela de araña sin tocarla ni moverla. Se puede recrear contando una historia sobre qué se encuentran en una cueva y ésta es la única salida que tienen para llegar al exterior. (Se les darán 20 minutos)		
Después de que pasen los 20 minutos, se les pedirá que pasen a la tela del otro equipo y así como estás vuelvan a intentar pasarla, pero ahora en 10 minutos		
Cierre (25 min.): Los coordinadores empezarán con la reflexión de cómo se sintieron los docentes en un primer momento, al intentar pasar la tela de araña al otro lado y posteriormente el cómo se sintieron al dejar sus avances e ir a la otra tela.		
Recursos: Cuerda o lazo, patio escolar.		
Evaluación: Rúbrica (se anexa al final de las secuencias didácticas).		

Sesión 11 “No aguantas nada”

Escuela Secundaria Diurna no. 36 “Cuauhtémoc”	C.C.T. 09DES0036W	Turno vespertino
Propósito específico: Fortalecer la autorregulación.		
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> - Asertividad - Regulación emocional 		
<p>Inicio (10 min.):</p> <p>Para comenzar con la actividad “Dime más” las coordinadoras formarán equipos de dos personas y se les repartirán papeles a cada uno de los participantes con las palabras “de acuerdo” y “en desacuerdo”. Se les otorgará una temática de conversación.</p> <p>Desarrollo (35 min.):</p> <p>Una vez que todos tengan entendido su papel comenzarán a hablar sobre el tema que se les asignó con el rol que les corresponda, abriendo así un debate.</p> <p>Después de que pasen 15 minutos, deberán de cambiar de rol de manera sorpresiva, sin poder utilizar los argumentos dados por la otra persona.</p> <p>Se les brindará un tiempo para que, al terminar el debate, le digan a su compañero de equipo lo que más les gustó de su forma de tratar el tema</p> <p>Cierre (15 min.):</p> <p>Se reflexionará con todo el grupo cómo se sintieron y qué fue lo que más les impactó al estar cumpliendo con su rol asignado. (Dependiendo la actitud del grupo se les pedirá que articulen esta actividad con su labor como tutores)</p> <p>Nota: PEDIR UN ESPEJO DONDE SE PUEDAN VER TODO EL ROSTO PARA LA SIGUIENTE SESIÓN</p>		
Recursos: Papeles con los roles asignados, temáticas.		
Evaluación: Rúbrica (se anexa al final de las secuencias didácticas).		

Sesión 12 “Este soy yo”

Escuela Secundaria Diurna no. 36 “Cuauhtémoc”	C.C.T. 09DES0036W	Turno vespertino
Propósito específico: Fortalecer la confianza en sí mismos.		
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> - Autoconocimiento - Motivación 		
<p>Inicio (10 min.):</p> <p>Para comenzar con la actividad “Me amo y me acepto” las coordinadoras darán una pequeña cápsula teórica de que es el autoconocimiento, retomando las sesiones anteriores y dará inicio a la dinámica.</p> <p>Desarrollo (35 min.):</p> <p>Se les pedirá a los docentes que saquen un espejo (que se le pidió la sesión anterior”).</p> <p>Las coordinadoras darán la instrucción de que viéndose al espejo se hablen a sí mismos, expresiones como: “lo estás haciendo bien”, “eres fuerte”, “eres preciosa/o”, “tienes muchas fortalezas”, “eres inteligente”, etcétera.</p> <p>Una vez hayan pasado 15 minutos, todos tomarán su lugar en bancas individuales y se escribirán una carta a sí mismos, donde se digan todo lo bueno y todo en lo que pueden mejorar. Tendrán que expresar aspectos tanto personales como laborales.</p> <p>Cierre (15 min.):</p> <p>Los docentes podrán compartir cómo les hizo sentir la actividad.</p>		
Recursos: Espejo, hojas blancas, plumas de colores.		
Evaluación: Rúbrica (se anexa al final de las secuencias didácticas).		

Sesión 13 “Juguemos a los roles”

Escuela Secundaria Diurna no. 36 “Cuauhtémoc”	C.C.T. 09DES0036W	Turno vespertino
Propósito específico: Fomentar la empatía entre los participantes.		
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> - Empatía - Asertividad 		
<p>Inicio (10 min.):</p> <p>Para comenzar con la actividad “Rol playing” las coordinadoras darán una pequeña cápsula teórica de qué es la empatía.</p> <p>Desarrollo (40 min.):</p> <p>Se dividirá en parejas el grupo</p> <p>Las coordinadoras plantearán a un tutor la situación de que un alumno no fue a la escuela en un día de examen y ya no puede reponerlo. Ahí los docentes, al momento de exponer el caso frente a sus compañeros, tendrán que inventar la historia en sí. Así sucesivamente con las diferentes parejas.</p> <p>Se les darán unos minutos (2-3 min si es necesario) para organizarse con su pareja. Durante la actividad los demás tutores observan y pueden tomar notas.</p> <p>Cuando termina cada una, se realizará un debate en el que los espectadores darán su opinión del tema y sobre como actuó el profesor.</p> <p>Cierre (10 min.):</p> <p>Al finalizar. se retomará el concepto de empatía y se les pedirá que lo articulen a sus opiniones compartidas después de cada rol playing.</p>		
Recursos: Salón, sillas, mesas.		
Evaluación: Rúbrica (se anexa al final de las secuencias didácticas).		

Sesión 14 “Vamos a darle la vuelta”

Escuela Secundaria Diurna no. 36 “Cuauhtémoc”	C.C.T. 09DES0036W	Turno vespertino
Propósito específico: Desarrollar tolerancia a la frustración y fomentar la capacidad de resolver problemas.		
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> - Asertividad - Resolución de conflictos - Resiliencia 		
<p>Inicio (10 min.):</p> <p>Para comenzar con la actividad “La sabana” se recibirá a los docentes en el aula regular (aula de matemáticas) y se les pedirá que salgan al patio para poder comenzar con la actividad.</p> <p>Desarrollo (40 min.):</p> <p>Una vez que estén todos en el patio, las coordinadoras pondrán una sábana en el suelo y pedirán a todos los integrantes que se coloquen en lo alto de ésta. Deberán ocupar la mitad del espacio, Si no caben, se realizará la actividad por subgrupos.</p> <p>Cuando estén colocadas, se les explicará que entre todos deben darle la vuelta a la sábana sin que nadie se baje de la misma, ni pisar el suelo.</p> <p>Cierre (10 min.):</p> <p>Al finalizar, se promoverá un debate en el que se identifiquen la(s) estrategia(s) que han seguido, cómo han llegado a la solución, si han tenido que cambiar de plan a lo largo de la actividad, etc.</p>		
Recursos: Una sábana blanca, patio escolar.		
Evaluación: Rúbrica (se anexa al final de las secuencias didácticas).		

Sesión 15 “SI y NO”

Escuela Secundaria Diurna no. 36 “Cuauhtémoc”	C.C.T. 09DES0036W	Turno vespertino
Propósito específico: Aprender a escuchar las opiniones de los demás.		
Contenidos: - Convivencia - Asertividad		
<p>Inicio (10 min.):</p> <p>Para comenzar con la actividad “Si y No” se recibirá a los docentes en el aula regular (aula de matemáticas) y se les pedirá que salgan al patio para poder comenzar con la actividad.</p> <p>Desarrollo (30 min.):</p> <p>Los carteles del SÍ y el NO, se colocarán en el aula enfrentados. Es importante que el aula esté despejada.</p> <p>Todos los participantes se colocarán en el centro del aula. A continuación, las coordinadoras dirán una frase y cada persona deberá de irse a un punto del aula en función de si están de acuerdo, o no, con la frase.</p> <p>Cuando todas las personas se encuentren situadas, deberán, uno a uno, argumentar sus motivaciones para haberse posicionado en ese lugar.</p> <p>Se repetirá nuevamente con otra frase y así hasta que se agote el tiempo que se haya reservado para la realización de la dinámica.</p> <p>Nota: A lo largo de la actividad, las personas, si cambian de opinión, podrán moverse libremente por el aula y cambiarse de lugar.</p> <p>Cierre (10 min.):</p> <p>Al finalizar, se les preguntará ¿Por qué no cambiaron de lugar? O ¿por qué cambiaron de lugar? Y se reflexionará sobre esto.</p>		
Recursos: Dos cartulinas grandes en las que esté escrito en una “SÍ” y en la otra, “NO”.		
Evaluación: Rúbrica (se anexa al final de las secuencias didácticas).		

Sesión 16 “Lo que quieras saber de mí”

Escuela Secundaria Diurna no. 36 “Cuauhtémoc”	C.C.T. 09DES0036W	Turno vespertino
Propósito específico: Fortalecer la integración del grupo y que se interesen por los demás.		
Contenidos: - Convivencia - Competencia social		
<p>Inicio (5 min.):</p> <p>Para comenzar con la actividad “Pregúntame” las coordinadoras darán instrucción de que en esta actividad es importante que abran sus emociones lo más que puedan, para que de esta manera se pueda llevar a cabo de una manera más efectiva la dinámica.</p> <p>Desarrollo (45 min.):</p> <p>Los docentes formaran parejas y se les dará la indicación de que deben de contar a sus compañeros una anécdota que les haya hecho sentir feliz, enojado, triste, amado o con miedo, una anécdota para cada sentimiento.</p> <p>Después de 20 minutos se cambiará, el docente que estaba escuchando, ahora relatará sus experiencias con esas cinco emociones.</p> <p>Cierre (10 min.):</p> <p>Al finalizar, se les preguntará cómo se sintieron al escuchar las anécdotas de sus compañeros, si ya las conocían, etcétera.</p>		
Recursos: Mesas, sillas.		
Evaluación: Rúbrica (se anexa al final de las secuencias didácticas).		

Sesión 17 “Tu cuerpo también habla de emociones”

Escuela Secundaria Diurna no. 36 “Cuauhtémoc”	C.C.T. 09DES0036W	Turno vespertino
Propósito específico: Fortalecer la empatía		
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> - Empatía - Competencia social 		
Inicio (10 min.): <p>Para comenzar con la actividad “Luz, cámara acción” se explicará brevemente la importancia del cuerpo con relación a las emociones.</p> <p>Desarrollo (30 min.): Los docentes se sentarán en círculo en el centro del salón y todos deberán tener los ojos tapados con sus antifaces.</p> <p>Las coordinadoras les pondrán música de diferentes géneros y se les pedirá que extiendan las manos y se les colocará un pedazo de fruta o u dulce con chile y se les dará la indicación de que se lo coman, mientras tiene los ojos vendados. Se les estará tocando en los hombros o cabeza.</p> <p>Finalmente, algunos se les pondrán algún animal de plástico para que lo toquen mientras que a otros se les darán bolitas de algodón.</p> <p>Se les dará la instrucción de quitarse las vendas y de ver lo que tienen en las manos</p> <p>Cierre (10 min.): Al finalizar, se les preguntará qué sintieron durante toda la actividad y también cuándo descubrieron que era lo que comieron y lo que sostuvieron en las manos.</p>		
Recursos: Dulces con chile, trozos de fruta, antifaces.		
Evaluación: Rúbrica (se anexa al final de las secuencias didácticas).		

Sesión 18 “Yo soy”

Escuela Secundaria Diurna no. 36 “Cuauhtémoc”	C.C.T. 09DES0036W	Turno vespertino
Propósito específico: Distinguir fortalezas personales.		
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> - Autoestima - Autoconocimiento 		
<p>Inicio (10 min.):</p> <p>Para comenzar con la actividad “Te compro” las coordinadoras harán una breve introducción acerca de lo que se entiende por autoestima.</p> <p>Después se repartirá a cada persona una hoja blanca, en la que pondrán en la parte superior la frase YO SOY..., y en la parte izquierda del folio la misma frase, escrita 20 veces. Quedará en forma de lista.</p> <p>Desarrollo (30 min.):</p> <p>Se les indicará las siguientes instrucciones: “Van a escribir características de ustedes que consideren que sean positivas (cualidades, logros, destrezas, conocimientos, capacidades...).</p> <p>A continuación, por parejas, se van a vender a ustedes mismos. Uno hará el papel de vendedor y otro de comprador, y después cambiarán los papeles. El vendedor expondrá las razones por las que al comprador le conviene adquiriros.</p> <p>Finalmente, una de las coordinadoras preguntará a las parejas las dificultades que han tenido a la hora de completar las frases de yo soy, y a la hora de venderse y las irán anotando en grande en una hoja aparte, para después irlas mostrando.</p> <p>Explicar a los docentes que a la mayoría de personas nos es difícil reconocer cualidades positivas que poseemos en algunos momentos, y que esto ocurre porque las personas elegimos un modelo</p>		

con el que compararnos; y depende de con quién nos comparemos, nos evaluamos más positiva o más negativamente.

De lo que se trata es de hacer una comparación lo más verosímil posible, para que el resultado sea ajustado a la realidad, y así nuestra autovaloración no se verá afectada.

Cierre (10 min.)

Se les dará la palabra a los docentes para que expresen como han vivido la dinámica y que fue lo que más le impacto.

Recursos: Bolígrafos, hojas blancas.

Evaluación: Rúbrica (se anexa al final de las secuencias didácticas).

Sesión 19 “El conflicto”

Escuela Secundaria Diurna no. 36 “Cuauhtémoc”	C.C.T. 09DES0036W	Turno vespertino
Propósito específico: Permitir que cada persona exprese su forma de resolver un conflicto utilizando lo visto a lo largo del taller		
Contenidos: - Resiliencia		
<p>Inicio (10 min.):</p> <p>Para comenzar con la actividad “La imaginación y los problemas” se les explicará que deben de estar muy concentrados en las instrucciones y en la narrativa que se les darán, posteriormente se les pide que tomen asiento para comenzar con la dinámica.</p> <p>Desarrollo (30 min.):</p> <p>Ya que todos los docentes se encuentren sentados, las coordinadoras introducirán la siguiente fantasía:</p> <p>“Te encuentras caminando por la calle y ves, a lo lejos, a una persona que te resulta familiar. De repente, te das cuenta de que esa persona es con la que mayores conflictos tienes. Cada vez os encontráis más cerca y no sabes cómo reaccionar cuando te cruces con ella, se te ocurren distintas alternativas... Decide ahora cuál eliges y tómate unos minutos para recrear en tu imaginación cómo transcurriría la acción.”</p> <p>Pasados unos minutos, el instructor volverá con estas palabras: “Ya ha pasado, esta persona se ha ido. ¿Cómo te sientes?, ¿cuál es tu nivel de satisfacción con la manera en la que te has comportado?”</p> <p>A continuación, se les dejará 15 minutos para que reflexionen las siguientes cosas:</p> <p>Las alternativas que consideraron para actuar. Cuál escogieron y por qué. El nivel de satisfacción que alcanzaron con el resultado de la fantasía.</p>		

Se dejarán unos minutos para que, en grupos de 3 personas, discutan la actividad y una de esas personas actuará como portavoz de cara al debate del grupo completo.

Se procederá al debate del grupo grande. Se podrá proceder a dividir las alternativas en distintos grupos.

Cierre (10 min.):

Al finalizar, se escogerán a unos 3 o 4 voluntarios para que hablen de su experiencia con la dinámica.

Se les pedirá que para la siguiente sesión lleven el platillo que **más** les gusta, su favorito. Para compartir con sus demás compañeros.

NOTA: DEBEN LLEVAR SU PLATO, CUBIERTO Y VASO

Recursos: Hojas blancas, bolígrafos.

Evaluación: Rúbrica (se anexa al final de las secuencias didácticas).

Sesión 20 “El que parte y comparte, se lleva la mejor parte”

Escuela Secundaria Diurna no. 36 “Cuauhtémoc”	C.C.T. 09DES0036W	Turno vespertino
<p>Propósito específico: Aprender nuevas vías para expresar las emociones, compartir y autorregular frente a una situación de convivencia.</p>		
<p>Contenidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Autorregulación: control de acciones. - Convivencia: interacción. 		
<p>Inicio (10 min.):</p> <p>Para comenzar con la actividad “Arte-terapia convivio” Dejarán en una mesa todos los platillos que cada uno trajo y se les pedirá que se sienten en una banca junto con su mesa. Se le repartirá a cada uno una cartulina y colores.</p> <p>Desarrollo (20 min.):</p> <p>Se dará la indicación a los docentes de que se sienten alrededor frente a una banca. Se les repartirá una cartulina y plumones. En la cartulina deberán de escribir por qué trajeron esa comida y qué hace que sea su comida favorita, además pueden dibujar el platillo.</p> <p>Al terminar se les pedirá, que peguen su cartulina al frente del salón,</p> <p>Cierre (20 Min)</p> <p>Una vez terminada la actividad, se les indicará que pasen con su plato y cubierto para degustar los platillos de preferencia de cada uno de ellos, con la condición de que prueben todos los que quieran excepto el suyo.</p> <p>Cierre (10 min.):</p> <p>Se realizará una reflexión acerca de cómo se sintieron al momento de no poder comer aquello que trajeron y sobre la actividad realizada. Para finalizar, se les agradecerá su activa participación en las actividades de cada sesión y se dará cierre con un aplauso grupal.</p>		
<p>Recursos: Cartulinas, colores, bancas, mesas, platos, vasos, cubiertos, platillos que traerá cada uno de los participantes.</p>		
<p>Evaluación: Rúbrica (se anexa al final de las secuencia didácticas).</p>		

Rúbrica de evaluación

CRITERIOS	5	4	3	2	1	0	OBSERVACIONES
PUNTUALIDAD POR PARTE DE LOS DOCENTES EN CADA SESION DE DIDÁCTICA.							
COOPERACIÓN EN LA EJECUCIÓN DE CADA UNA DE LAS ACTIVIDADES.							
EMPATÍA ENTRE COMPAÑEROS.							
LOGRARON CADA UNO DE LOS PROPÓSITOS ESPECÍFICOS QUE SE PLANTEARON EN CADA UNA DE LAS SECUENCIAS.							
RESPONSABILIDAD EN EL CUMPLIMIENTO DEL MATERIAL QUE SE LES SOLICITABA.							
COLABORACIÓN ENTRE COMPAÑEROS.							
SE LLEVABA A CABO RETROALIMENTACIÓN.							
TOMARON EN CUENTA EL PUNTO DE VISTA DE LOS DEMÁS.							

ESCALA: 5= EXCELENTE 4= MUY BUENO 3= BUENO 2= DEFICIENTE 1= MALO 0= MUY MALO

CONCLUSIONES

La Educación Emocional es, quizá, una de las tareas más importantes a desarrollar dentro de las instituciones educativas, puesto que es un proceso educativo, continuo y permanente que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales, tanto en profesores como en alumnos y administrativos, con la finalidad de obtener un bienestar personal y social.

Así se aprecia a la Educación Emocional como un proceso continuo que desarrolla una personalidad integral en el individuo. Por tanto, se trata de una educación para la vida. Con base en la investigación, sus principales objetivos se pueden concretar en:

- Adquirir un mejor conocimiento de las emociones propias e identificar las emociones de los demás.
- Desarrollar la habilidad de regular las propias emociones
- Desarrollar la habilidad de la asertividad
- Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.

Las emociones forman parte esencial del ser humano y, no obstante, resulta que no está permitido mostrarlas, que debemos esconder aquello que sentimos para no incomodar a otros o causar molestia. Así, tan naturales como resultan ser las emociones, nos vemos en la obligación social de no “sentir demasiado”. En la sociedad está bien sonreír, pero no reír a carcajadas, puesto que resulta molesto para las personas que están cerca. Llorar está bien, mientras estés solo en casa o con alguien de confianza, pero no cuando hay gente alrededor, porque podrías incomodarlos. En fin, en la sociedad actual resulta que los seres humanos aprenden a controlar sus emociones y no a regularlas.

El ser humano está recibiendo constantemente estímulos que le producen tensión emocional, los cuales son provocados por la excesiva carga de trabajo: conflictos familiares, noticias desafortunadas, problemas económicos, pérdidas familiares o pérdidas materiales y en su debido caso padecimiento de alguna enfermedad.

Estas tensiones emocionales pueden provocar irritabilidad, falta de equilibrio emocional, ansiedad, estrés, depresión, problemas físicos, enfermedades, etcétera.

Es así como se comienzan a desencadenar enfermedades emocionales, de tanto guardar el dolor, el miedo y el enojo que se llega a un punto en el cual ya no sabes cómo reaccionar, si puedes decir lo que piensas o si tienes que guardar tus opiniones por miedo a ser criticado. Es ahí donde se encuentra la necesidad de saber ser asertivo, decir aquello que piensas o sientes sin afectar a los otros. Pero si bien es cierto que no es sencillo, no es imposible y se puede aprender.

Ahora bien, como se ha explicado con anterioridad, en la educación secundaria se ha implementado la educación emocional como uno de los ejes principales a tratar en la clase de tutoría, sin embargo, como se puede observar en la gráfica número 6, no se les brinda a los docentes una preparación para ser tutores, sin embargo, se les exige que enseñen sobre educación emocional sin tener el conocimiento en sí mismos de lo que abarca esta dimensión emocional.

Como se ha podido observar, las competencias emocionales son indispensables para la formación como tutores de los docentes de nivel secundaria y los mismos docentes reconocen la necesidad de adquirirlas, ya que en ninguna escuela formadora de docentes se tiene en la malla curricular una materia específica y obligatoria en la que se impartan los temas que deberán de tratar como tutores, ni se les da la preparación para hacer frente a los diferentes problemas que tienen sus alumnos.

Esta falta de conocimiento comienza a afectarles de manera personal, puesto que se ven envueltos en situaciones que no saben cómo resolver, se preocupan y estresan sin saber cómo regular sus emociones y, aunque en realidad les parezca importante atender su salud emocional, reconocen que no lo hacen por falta de tiempo.

Sumado a lo anterior, el docente resulta ser minimizado dentro del contexto escolar, siendo degradado a simplemente impartir el contenido de su asignatura,

sin tomar en cuenta que, al igual que todo, es un ser humano que siente, piensa y opina. No se le da la oportunidad de relacionarse de manera personal con su trabajo, simplemente se le pide que desarrolle su papel en lo más esencial.

En otras palabras, el profesor debe atender una doble faceta. Por un lado, debe formar a los alumnos en competencias socioemocionales y, por otro lado, debe autoformarse para cumplir con su misión, para sentirse mejor y para educar a sus alumnos, a fin de que éstos se sientan mejor. Y un profesor emocionalmente competente podrá ayudar de mejor manera a desarrollar en sus alumnos las competencias socioemocionales necesarias para que se genere un clima de trabajo efectivo y de plena convivencia.

Esto resulta ser una limitante para que el docente se desarrolle completamente, porque no se le da la oportunidad de involucrarse directamente con los problemas de sus alumnos ni de innovar en su clase. El docente se ve, hasta cierto punto, limitado a un rol secundario en la vida escolar de sus estudiantes y como docente tutor. Esto resulta más complicado, porque aun con esas limitantes se le pide que se involucre y resuelva los problemas de sus estudiantes de los cuales no tiene el conocimiento total de por qué está sucediendo.

Para los docentes, ser tutor quiere decir que es tener una mayor responsabilidad con sus estudiantes. Les puede resultar cansado e incluso estresante y sin embargo asumen el rol y se fuerzan en investigar y prepararse para dar sus clases de tutoría de acuerdo al programa, aun si nadie les otorgó la preparación necesaria o les aclaró dudas sobre los temas de la dimensión emocional.

No obstante, la mayoría de los docentes, como se puede ver en la gráfica número 5, considera que su papel como tutores es importante, puesto que, gracias a esto, pueden estar más cerca de sus estudiantes y desarrollar una relación más profunda con ellos; una en la que existe confianza y puedan hablar con el docente de sus emociones, problemas escolares y problemas familiares.

La mayoría de los docentes, como se puede ver reflejado en la gráfica número 7 afirma que no se les brindan las herramientas necesarias para cumplir con las exigencias educativas y, aun así, se les exige que los alumnos tengan un alto aprovechamiento, lo cual desencadena estrés por querer cumplir lo que se les pide, pero también por lograr que sus estudiantes aprendan el contenido y la importancia de su materia, sin tomar en cuenta sus propias emociones o sentimientos al respecto.

Ahora bien, recapitulando lo dicho con anterioridad, el lector se puede percatar que el docente no debe verse simplemente como un reproductor de contenidos que se debe limitar a lo que marca su programa, sino que se le tiene que ver como el ser humano que es, con emociones y sentimientos que puede potenciar su práctica como docente o bien afectarla; es por ello que se le deben de dar las herramientas necesarias para autoconocerse y desarrollar las habilidades que tiene o que puede adquirir.

Hablar de emociones no es simplemente saber si estás triste o enojado, va más allá: es un conocimiento de sí mismo que puede dar como resultado el tener un buen nivel de autoestima, sentirse bien consigo mismos, ser personas positivas y optimistas, tener la capacidad de entender los sentimientos de los demás, resistir mejor la presión de sus compañeros así como mejorar la interacción con los mismos, superar sin dificultad las frustraciones, resolver bien los conflictos, ser felices, saludables y tener más éxito, entre otras.

A partir de todo lo anterior, se puede observar que la Educación Emocional juega un papel importante para el desarrollo personal y profesional del docente tutor puesto que, al llevar una relación más cercana con sus estudiantes, se ven más involucrados en sus situaciones emocionales, escolares y personales.

Por otro parte, la propuesta de intervención que se presentó, permite que los docentes tutores puedan adquirir distintos conocimientos y aprendizajes de acuerdo a sus competencias emocionales y el impacto que representa en su rol como tutores y así pueda dar como resultado el fortalecimiento de su Educación

Emocional, implementándose actividades dinámicas e innovadoras donde puede despertar el interés de cada uno de los tutores.

Esta propuesta de intervención se planeó mediante la implementación de un Taller, cuyo eje principal el autoconocimiento y la autorregulación.

Finalmente, con base en este trabajo, se pueden proporcionar líneas de generación de conocimiento que estén relacionadas en cómo afectan las emociones del docente en las emociones de los estudiantes. Como pueden contribuir a la reprobación o deserción de los mismos y cómo se puede incluir la Educación Emocional en la formación docente.

REFERENCIAS

- Bausela, E. (2004). Modelo de Orientación e Intervención Psicopedagógica: Modelo de Intervención por Servicios. *Revista Iberoamericana de Orientación* , 1,2.
- Bausela, E. (2006). Áreas, contextos y modelos de la orientación en intervención psicopedagógica. *Revista electrónica diálogos educativos*, 16-28.
- Benger, Y. (1987). *Psicología de la adolescencia*. Barcelona: Paidós
- Bisquerra, R. (1998). *Modelos de Orientación e Intervención Psicopedagógica para la Prevención y el Desarrollo*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona : Praxis.
- Bisquerra, R. (2001). *¿Qué es la educación emocional? Temáticos de la escuela española*. Barcelona: Cisspraxis.
- Bisquera, R. (2004). *Metodología de la investigación educativa*. Madrid: La muralla.
- Bisquerra, R. (2005). Marco conceptual de la orientación psicopedagógica. *Revista Mexicana de Orientación Educativa* , 2.
- Bisquerra, R. (2007). *Las competencias emocionales*. Barcelona: Educación XXI.
- Camacho, G. (2006). Malestar Docente y formación inicial del profesorado. *Revista inter universitaria de formación del profesorado*, 209-230.
- Cayetano, I. (1999). *Modelos y tendencias de la Formación Docente* . Lima, Perú: OEI.
- Cerecero, I. (2016). *Práctica Reflexiva Mediada*. Madrid: Académica Española .
- Clares, P. M. (2002). Modelos de intervención Psicopedagógica. En P. M. Clares, *La orientación psicopedagógica: modelos y estrategias de intervención* (págs. 107-120). Madrid: Editorial eos instituto de orientación psicológica asociados.
- Coronado, J. (2007). *Escalas de Medición*. Bogotá: SIIU.

- Delors, J. (1996). Los cuatro pilares de la educación . En UNESCO, *La educación Encierra un tesoro* (págs. 91-103). Madrid: Santillana.
- Dewey, J. (2004). *Experiencia y educación*. Madrid: Biblioteca nueva.
- Diccionario de la Lengua Española*, Madrid 1970.
- Escudero, J. (1992). Sistemas de apoyo y procesos de asesoramiento: Enfoques teóricos. En J.M. Escudero y J.M. Moreno. *El asesoramiento a centros educativos. Estudio evaluativo de los equipos psicopedagógicos de la Comunidad de Madrid*. (pp. 50- 96). Madrid. Consejería de Educación y Cultura de la Comunidad de Madrid.
- Esteve, J. (1987). *El malestar docente*. Barcelona: Laia.
- Forbes Staff. (21 de Diciembre de 2017). *Mexicanos, los más estresados del mundo por su trabajo*. Obtenido de Mexico Forbes: <https://www.forbes.com.mx/mexicanos-los-mas-estresados-del-mundo-por-su-trabajo/>
- Gardner, H. (1993). *Inteligencias múltiples*. Nueva York: Paidós.
- Giménez, M. G. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos: propuesta de un modelo integrador. *Espiral. cuadernos del profesorado*, 44-50.
- Goleman, D. (2004). *Inteligencia Emocional*. Ciudad de Mexico: Vergara.
- Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica. (2019). Rafael Bisquerra. Obtenido de Educacion Emocional, Oobjetivos de la educacion emocional: <http://www.rafaelbisquerra.com/es/educacion-emocional/objetivos-educacion-emocional.html>
- Herreras, E.B (2006). Áreas, Contextos y Modelos de la Orientación en Intervención Psicopedagógica. *Revista electrónica diálogos educativos*, 16-18.
- Hervàs. (2006). *inefop.org.uy*. Obtenido de Definiciones de Orientación : <http://www.inefop.org.uy/docs/Definiciones-de-Orientacion.pdf>
- ICB Editores . (2015). *ineligencia emocional. Control del estre*. Málaga: ICB editores.

- ICB Editores. (2012). *Actualización en inteligencia emocional*. Madrid: ICB Editores.
- INEGI. (2015). *Encuesta Intercensal 2015*. Ciudad de México: INEGI.
- Lazaro, A. A. (1987). LA TUTORÍA. En L. J. A, *MANUAL DE ORIENTACION ESCOLAR Y TUTORIA* (pág. 50). Madrid: Narcea.
- Lella, C. D. (1999). *Modelos y tendencias de la Formación Docente*. Lima: Organización de Estados Iberoamericanos.
- López B,(2014). *Redalyc.org*. Obtenido de Empatía: desde la percepción automática: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79929780004>
- Maria de Ibarrola,(2014). *Tutoría en escuelas secundarias: un estudio cualitativo*. México, D.F.: INEE.
- Martín, E. e. (2000). La orientación educativa y profesional den la educación secundria. En E. e. Martín, *La orientación educativa y profesional den la educación secundria* (pág. 16). Barcelona: Horsori.
- Masón de Brussa et al. (2001). *La función tutorial: una revisión de la cultura institucional escolar*. Rosario – Santa Fe : Homo Sapiens.
- Mexicanos Primero . (2014). *Mexicanos Primero*. Obtenido de Sólo la Educación de Calidad Cambia a México: <http://www.mexicanosprimero.org/index.php/actua-c-parte-del-camino/por-los-buenos-maestros/decalogo-del-buen-maestro>
- Mimenza, O. C. (S.F). *Psicología y mente*. Obtenido de Amígdala cerebral: estructura y funciones: <https://psicologiaymente.com/neurociencias/amigdala-cerebral>
- Narvárez, E. (2006). *Una mirada a la escuela nueva*. Caracas: Universidad Central de Venezuela Caracas.
- Nieto, D. e. (2000). *Perfil de la educación en México* . México: SEP.
- Olmeda, G. (14 de febrero de 2011). *file:///C:/Users/Dany/Downloads/Dialnet*. Obtenido de Funciones De La Educacion Secundaria En La Sociedad Actual:file:///C:/Users/Dany/Downloads/Dialnet-FuncionesDeLaEducacionSecundariaEnLaSociedadActual-3721957.pdf

- Orlandini. (2012). *El estrés: qué es y como evitarlo*. México, D.F.: Fondo de Cultura Económica .
- Parras, A. e. (2009). *Orientación educativa: fundamentos teóricos, modelos institucionales y nuevas perspectivas*. Madrid: ministerio de Educación, cultura y deporte.
- Prieto, M. e. (2006). Contexto laboral y malestar docente en una muestra de profesores de Secundaria. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones* , 49.
- Sampieri, R. (2010). *Metodología de la investigación*. Ciudad de México: McGrawHill.
- Santana Vega L.E y Santana Bonlla, P. (1998). El modelo de consulta/asesoramiento en orientación. *Revista de Integración Educativa* , 69.
- Silberman, M. (2001) *Inteligencia Interpersonal: una nueva manera de relacionarse con los demás*: Paidós Plural.
- SEP. (2000). Programa de Desarrollo Educativo 1995-2000. *Perfil de la educación en México*, 17-23.
- SEP. (2010). *Plan de estudios 1999 Licenciatura en Educación Secundaria*. México: SEP .
- SEP. (2016). *Propuesta Curricular para la Educación Obligatoria*. Ciudad de México: SEP.
- SEP. (2017). *Aprendizajes clave: tutoría y educación socio-emocional*. Ciudad de México: SEP.
- SEP. (2017). *Plan de Acción Tutorial*. Ciudad de México: SEP.
- SEP. (2017). *Programa Nacional de Convivencia Escolar*. Ciudad de México: SEP.
- SEP. (20 de Enero de 2018). *Secretaría de Educación Pública*. Obtenido de Subsecretaría de Planeación, Evaluación y Coordinación: <http://www.servicioprofesionaldocente.sep.gob.mx>

- SEP. (2019). *gob.mx*. Obtenido de Centro Virtual de Innovación Educativa Superior para Profesionales de la Educación: <https://www.cevie-dgespe.com/index.php/planes-de-estudios-2018/114>
- Tonon, G. El síndrome de burnout. Calidad de vida y desgaste profesional: una mirada al síndrome de burnout (pág. 40). Buenos Aires: Espacio.
- Vexler, I. (2004). *Informe sobre la Educación Peruana, Situación y perspectivas*. Lima: CEPAL.
- Vivas, M. (2003). La educación emocional: conceptos fundamentales . *Revista Universitaria de Investigación* .
- Zaccagnni, J. L. (2004). *Ineligencia emocional*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Zeichner, K. M. (2012). Practicareflexiva.pro. Obtenido de El maestro como profesional reflexivo: <https://www.practicareflexiva.pro/wp-content/uploads/2012/04/Org-El-maestro-como-profesional-reflexivo-de-Kenneth-M.-Zeichner.pdf>.
- Zorrilla, M. (2004). La educación secundaria en México: al filo de su reforma. *REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 2.

ANEXOS

Anexo 1



“La imposibilidad del aislamiento: Educación Emocional y tutoría en docentes de secundaria”

Lista de cotejo

Género: (F) (M)

Edad: (20-40) (41-60) (61-Màs)

Indicadores	Siempre	Mucha Veces	Nunca
La clase resulta entretenida			
El docente muestra una actitud positiva			
El docente se muestra expresivo en clase			
Domina los conceptos del ámbito socioemocional			
Logra un vínculo con sus alumnos			
La clase es lúdica			

Se relaciona con sus compañeros profesores			
Tiene autoridad			
La actitud del profesor es tímida			
Cuando está molesto alza la voz (grita)			
Los alumnos le tienen confianza			
El docente tiene control de grupo			
Los alumnos lo respetan			
Demora mucho tiempo para empezar su clase			
Es kinestésico			
Cuando habla directamente con un alumno lo ve a los ojos			
El profesor refleja su gusto por la docencia			

Los alumnos tienen una actitud positiva en la clase			
Se percibe un ambiente de clase agradable			
Modula su voz a lo largo de la clase			
Los alumnos le tienen miedo			
El profesor tiene una actitud entusiasta			
Se cumplió con lo que estaba planeado para esa sesión			

Anexo 2



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD AJUSCO – 092

CUESTIONARIO PARA DOCENTES TUTORES

Alumnas: Yunuen Acevedo y Daniela Islas

Fecha: _____

Somos estudiantes de la UPN y deseamos su colaboración contestando este cuestionario de la manera más sincera y verídica posible, el cual nos proporcionará datos de suma importancia para continuar con nuestro proyecto de investigación, basado en la Educación Emocional para docentes. Recalcamos que toda información obtenida será manejada de manera confidencial y sin fin de prejuicios.

DATOS GENERALES

Sexo: (F) (M)

Nº de alumnos en tutoría: _____

Edad: a) De 30 a 40 años b) De 41 a 50 años c) De 51 a 60 años d) Más de 61

INDICACIONES

A continuación, encontrará una serie de preguntas, las que son abiertas le pedimos conteste de acuerdo a su experiencia y las de opción múltiple deberá marcar con una “x” la opción que considere más adecuada.

1.- ¿Los ingresos que obtiene como docente le son suficientes para cubrir todas sus necesidades básicas, por ejemplo, alimentación, vivienda, vestimenta y servicios del hogar?

Sí () No ()

2.- ¿Cuenta con algún tipo de seguro médico?

Sí () No ()

3.- Considera que una clase práctica (lúdica) es más efectiva que una teórica?

Sí () No ()

4.- ¿Tuvo alguna preparación para ejercer su rol como tutor?

Sí () No ()

5.- ¿Cuenta con un espacio con el cual pueda compartir experiencias con sus colegas?

Sí () No ()

6.- ¿La relación con sus alumnos de tutoría resulta agradable?

Sí () No ()

7.- ¿Considera importante el ser tutor?

Sí () No ()

8.- ¿Adecua sus clases (de tutoría) de acuerdo a las necesidades del grupo?

Sí () No ()

9.- ¿Considera que la Institución le proporciona las herramientas necesarias para las nuevas exigencias en el ámbito educativo?

Sí () No ()

10.- ¿Le gusta ponerse metas a corto, mediano y largo plazo respecto a su labor como tutor?

Sí () No ()

11.- ¿Expresa sus emociones y pensamientos en el momento en el que los siente, tomando en cuenta a las personas que le rodeen en ese momento?

Sí () No ()

12.- ¿Considera que los “Aprendizajes Clave” enriquecen su labor como tutor?

Sí () No ()

13.- ¿El tiempo que le proporcionan para su clase le es suficiente para cubrir toda su planeación?

Sí () No ()

14.- ¿Tiene familiares que practiquen la docencia?

Sí () No ()

15.- ¿Tarda más de una hora y media en su traslado de la secundaria a su hogar?

Sí () No ()

16.- ¿Vive en casa propia?

Sí () No ()

17.- ¿En dónde y qué estudio?

18.- ¿Cuántos años lleva laborando?

19.- ¿En qué niveles educativos ha trabajado?

20.- Cuéntenos como es su rutina antes de llegar a la escuela.

21.- ¿Usualmente que hace los fines de semana?

22.- ¿Con que seguro médico cuenta? Si no ¿Cuál?

23.- ¿Con qué regularidad asiste al médico?

24.- ¿Explique cómo se siente cuando la carga de trabajo es excesiva?

25.- ¿Para usted que significa ser tutor?

26.- ¿Cuál diría que es la diferencia entre el grupo del cual es tutor con los demás a los que les da clase?

27.- ¿En algún momento de su vida profesional ha tenido algún conflicto con algún colega?

28.- Si en algún momento, un alumno de su grupo de tutoría es expulsado ¿cómo se sentiría?

29.- ¿Qué es de lo que más disfruta de ser tutor?

30.- ¿En qué es en lo primero que piensa cuando escucha Educación Emocional?

Le agradecemos el tiempo que se tomó para contestar este cuestionario, así como la honestidad que nos brindó.

Anexo 3



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD AJUSCO – 092

ENTREVISTA PARA DOCENTES TUTORES

Detalles de la entrevista:

Institución: Escuela Secundaria Diurna N°36 “Cuauhtémoc”

Fecha: _____ Hora: _____

Nombre del entrevistado: _____

Grado del grupo del que es tutor: _____

Presentación

Hola, buenas tardes, mi nombre es Yunuen Acevedo y mi compañera es Daniela. Somos estudiantes de la Universidad Pedagógica Nacional, estamos haciendo nuestro proyecto de titulación sobre cómo ustedes como maestros se sienten respecto a todos los continuos cambios en el currículo, además de cómo se sienten respecto a su labor como tutores, todo esto basándonos en la Educación Emocional.

Rubros	Aspectos	Preguntas de la entrevista
<p>Docente</p>	<p>-Origen del malestar docente, salario, jornada laboral, salud</p> <p>- Hablar de vocación: Formación, didáctica.</p>	<p>- ¿Cómo se llama?</p> <p>- ¿Cuántos años tiene?</p> <p>- ¿tiene hijos?</p> <p>- ¿Tiene familia en provincia?</p> <p>- ¿Cuánto tiempo se tarda de traslado de su casa a la escuela y viceversa?</p> <p>- ¿Usualmente que hace antes de llegar a la escuela?</p> <p>- ¿Cómo pasa lo fines de semana?</p> <p>- ¿Cómo planea sus clases?</p> <p>- ¿Cuántas veces al mes visita al médico y que especialidad frecuenta más?</p>

<p>Orientación</p>	<p>Tutoría: Acción tutorial, acompañamiento, motivación, toma de decisiones.</p> <p>Convivencia: inquietudes, relaciones interpersonales, experiencias cotidianas, responsabilidad</p>	<p>- ¿La escuela le proporciona una preparación antes de darle el rol de tutor?</p> <p>- ¿Para usted que significa ser tutor?</p> <p>- ¿Cuál diría que es la diferencia entre el grupo del cual es tutor con los demás a los que les da clase?</p> <p>- ¿Nos podría contar alguna anécdota que paso con sus alumnos de tutoría?</p> <p>- ¿Si alguno de sus alumnos tiene un problema de conducta ¿Cómo interviene?</p> <p>- ¿Considera que los contenidos del PNCE le han ayudado a resolver los problemas?</p>
--------------------	--	---

<p>Educación Emocional</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Competencias emocionales -Emociones -Sentimientos - Afectos -Empatía -Afinidades 	<ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué haces para sentirte mejor cuando tiene una situación de estrés? - ¿En algún momento de su vida profesional ha tenido algún conflicto con algún colega? - ¿Le gustaría contar con un espacio específico donde los tutores pudieran compartir sus experiencias? - ¿Cómo le gustaría que fuera ese espacio? - ¿Consideras que las situaciones de la vida personal pueden llegar a influir en la práctica docente? - ¿Le gusta convivir con los demás docentes? - Además de la escuela ¿convives con tus compañeros en otros espacios?
----------------------------	--	---

<p>Currículo</p>	<p>Aprendizajes clave, cursos, evaluación, planeaciones, número de alumnos, espacio, tiempo</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ¿Nos puede contar como ha vivido la implementación del nuevo modelo educativo? - ¿Cómo le ayuda el ámbito socioemocional para el desenvolvimiento en la escuela? - ¿Considera que la escuela le brinda los materiales suficientes para llevar a cabo las exigencias del ámbito socioemocional? - ¿Cuántas horas al día trabaja? - ¿Qué piensa sobre la Educación Emocional?
------------------	---	---