



# UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO



FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES  
ACATLAN



**“REESTRUCTURACION Y APLICACION DEL DIPLOMADO EN  
DESARROLLO HUMANO, MODULO I Y II QUE SE IMPARTE  
EN EL CECyT No. 2 MIGUEL BERNARD PERALES”**

**INFORME DE PRACTICA PROFESIONAL  
DE SERVICIO A LA COMUNIDAD  
QUE PARA OBTENER EL TITULO DE:  
LICENCIADO EN PEDAGOGIA  
P R E S E N T A :  
VERONICA DEL CARMEN DIAZ LOPE**

ASESORA: LIC. MONICA ORTIZ GARCIA

ENERO 2004



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## **AGRADECIMIENTOS**

*A Dios por la oportunidad  
de vivir y ser feliz.*

*A ti papi, por tu paciencia,  
apoyo y amor que siempre me  
brindas. Por todo lo que me  
has enseñado y ayudado.*

*A mis sobrinas Tere y Ale,  
por darme una lección de vida  
y amor cada día. Por la alegría  
que me contagian, gracias por  
su amor y ternura.*

*A mis cuñados Beto y Felipe,  
por ser parte de mi familia y  
se que cuento con  
ustedes en todo momento.*

*A ti mami, por tu inmenso amor,  
por la ternura, comprensión,  
apoyo y ejemplo con que guías mis  
pasos. Por escucharme,  
aconsejarme y estar conmigo  
siempre. Eres mi inspiración y  
admiración para seguir adelante.*

*A mis hermanas Tere y Any,  
porque hemos compartido tantos  
momentos importantes, por estar  
conmigo en las buenas y en las  
malas incondicionalmente.*

*A ti Edgar, por todo tu amor,  
apoyo, comprensión y sobre todo  
por compartir conmigo tantos  
sueños e ilusiones. Eres un gran  
hombre y compañero, te admiro y  
te amo.*

*A mis amigos: Edith, Toño,  
Sarita y Sol, por sus consejos,  
apoyo, cariño y sobre todo su  
amistad.*

*Ing. Eduardo García Araiza,  
por el apoyo y las facilidades  
para la realización de este  
proyecto. Gracias por la confianza  
y oportunidad que tuve de  
pertenecer a la familia ITAE.*

*Lic. Cecilia García Sánchez,  
por apoyarme y darme la  
oportunidad de formar parte de su  
equipo de trabajo.*

*A ti Yuriko, por impulsarme,  
por compartir conmigo tus  
conocimientos y experiencias.*

*Un especial agradecimiento a la  
maestra Mónica Ortiz, por el  
tiempo dedicado a mi trabajo, por  
sus consejos y conocimientos que  
me brindó para la realización de  
esta meta.*

*A las profesoras: Tere, Mariona,  
Amine, Estela y Mónica, por sus  
comentarios y observaciones para  
el enriquecimiento de mi trabajo.*

## Índice

	Pág.
Introducción	1
APARTADO I. Descripción del Programa de Servicio Social.	2
1. Programa de Servicio Social Profesional.	3
1.1 Programa de Orientación Juvenil.	3
1.1.1 Antecedentes.	3
1.1.2 Datos de identificación del Programa de Orientación Juvenil.	5
1.1.3 Objetivos del Programa de Orientación Juvenil.	6
1.1.4 Logros.	7
1.1.5 Proyectos.	8
APARTADO II. Seguimiento de la problemática detectada.	12
2. Contextualización de la problemática	13
2.1 Estrategias de solución	14
2.1.1 Marco de referencia	15
2.1.2 El Modelo Educativo del CECyT	16
2.1.3 El Modelo Integral de Orientación Juvenil	20
2.1.4 La población estudiantil del Plantel Miguel Bernard Perales	32
2.2 Objetivos del trabajo	41
2.2.1 Objetivo general	41
2.2.2 Objetivos específicos	41
2.3 Metodología	41
2.4 Población beneficiada	42
2.5 Ejecutores del plan de trabajo	43
2.6 Recursos materiales	43
2.7 Estrategias de evaluación	44
2.8 Alcances	45
2.9 Limitaciones	45

APARTADO III. Sustento teórico metodológico de la práctica profesional	46
3. Marco Teórico	46
3.1 Desarrollo Humano	47
3.1.1 Desarrollo Físico	48
3.1.2 Desarrollo Psicosocial	49
3.1.3 Desarrollo Cognoscitivo	49
3.2 El Enfoque de la Orientación Educativa	51
3.2.1 El Proceso de Orientación	51
3.2.2 Orientación Educativa	52
3.2.3 Tipos de Orientación Educativa	53
3.2.4 Orientación Juvenil	55
3.2.5 Perfil del Orientador(a)	56
3.3 Corriente psicológica con la que se concibe al adolescente	57
3.4 Fundamento Pedagógico del Diplomado en Desarrollo Humano	59
3.4.1 Piaget	60
3.4.2 Vigotsky	61
3.4.3 Ausubel	62
3.5 Fundamento Filosófico del Diplomado en Desarrollo Humano	64
3.5.1 La Educación Humanista	67
3.5.2 Concepto de Aprendizaje	68
3.5.3 Papel del Maestro	69
3.5.4 Concepción del Alumno	70
3.6 Fundamento Sociológico del Diplomado en Desarrollo Humano	71
3.7 Intervención	73
3.7.1 Características de la intervención	73
3.7.2 Unidad de intervención	74
APARTADO IV. Diplomado en Desarrollo Humano	75
4.1 Antecedentes	75
4.1.1 Importancia	78
4.1.2 Definición	78
4.1.3 Características	79
4.1.4 Objetivos	80
4.1.5 Metodología	81
4.1.6 Evaluación	83
4.1.7 Seguimiento	85

APARTADO V. Desarrollo del Programa Diseñado para el Diplomado en Desarrollo Humano Módulo I y II.	86
5. Manual del Orientador	86
UNIDADES DIDÁCTICAS	92
ANEXOS <u>ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS</u>	135
CONTENIDO TEÓRICO DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS	200
APARTADO VI. Resultados obtenidos	251
6.1 Éxitos alcanzados y metas no obtenidas	251
6.1.1 Problemas Institucionales	253
6.1.2 Problemáticas en la aplicación de los objetivos	254
6.2 Beneficios proporcionados a la comunidad	255
6.3 Desempeño personal en la Institución (Autoevaluación)	256
APARTADO VII. Observaciones	259
1.- Observaciones respecto al mejoramiento del plan de estudios de la carrera	259
2.- Otras observaciones dignas de mencionar	262
APARTADO VIII. Conclusiones	264
APARTADO IX. Bibliografía	268
Datos al final del informe	274

## INTRODUCCIÓN

En el mundo actual, a pesar del aumento de población, el joven cada vez está más solo. Los medios de comunicación, los cambios socioeconómicos y culturales que se presentan a nivel mundial influyen en el desarrollo del país y en especial en los jóvenes, que representan un gran porcentaje de la población quienes se enfrentan a problemas como la desintegración familiar, la violencia, la drogadicción y la delincuencia; lo que ocasiona el abandono de las aulas, el fracaso escolar entre otros.

La orientación es punto de partida del proceso educativo, ya que sus acciones están encaminadas a la atención de las dimensiones que estructuran la personalidad de los alumnos: cognitiva, afectiva, emotiva, valoral, profesional y social con la finalidad de proporcionar realmente una formación integral.

En apoyo al proceso formativo, el Programa de Orientación Juvenil de la Institución que presenté mi servicio social CECyT No. 2, contempla la orientación vocacional y educativa con el objetivo de proporcionar al estudiante elementos que impulsen su desarrollo integral permitiéndole conformar su proyecto de vida y su inserción al mundo social y productivo.

El interés por prestar servicio social en área de **Orientación Educativa** fue principalmente por una problemática muy común que se da en nivel medio superior que es el alto índice de reprobación y deserción, el cual me motivó a investigar y a tener un acercamiento con los alumnos para tratar de brindar una solución a dicho problema, proponiendo estrategias pedagógicamente innovadoras de intervención.

Por lo tanto la finalidad de este trabajo es exponer de una manera sistemática los principales puntos que atañen a la labor que desempeñé como orientadora participando en la reestructuración y aplicación del **Diplomado en Desarrollo Humano** módulo I Y II que se imparte en este plantel, haciendo una descripción del programa de Orientación Juvenil y el análisis de la problemática, la intervención y los resultados.



## **APARTADO I**

### **DESCRIPCIÓN DEL PROGRAMA DE SERVICIO SOCIAL PROFESIONAL EN EL DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN JUVENIL.**

#### **1. Programa de Servicio Social Profesional.**

La Universidad Nacional Autónoma de México, a través de la Facultad de Estudios Superiores Campus Acatlán, dentro del programa de la licenciatura de Pedagogía, se ha establecido la modalidad de titulación del Servicio Social Profesional, a través de un Informe de Práctica Profesional de Servicio a la Comunidad con el fin de apoyar la formación de sus egresados y al mismo tiempo brindarles la oportunidad de realizar una práctica profesional, abordando problemáticas específicas en condiciones reales, vinculándolas con un servicio de entorno social.

El Servicio Social Profesional dentro del Programa de Orientación Juvenil tiene como propósito:

Fundamentar y reestructurar desde el enfoque de calidad total, las acciones de los proyectos del programa de orientación juvenil del CECyT No. 2, con la finalidad de mejorar el rendimiento académico y evitar la deserción.

Dentro de las funciones de los prestadores de Servicio Social Profesional están:

1. Realizar investigación entorno a las actividades de Orientación Juvenil y su impacto.
2. Evaluar las actividades desarrolladas en el Programa de Orientación Juvenil.
3. Revisar la fundamentación pedagógica del área de Orientación Juvenil, de sus proyectos y hacer el análisis y las modificaciones pertinentes para obtener mejores resultados.
4. Desarrollar actividades de intervención en Orientación Juvenil.

5. Reestructurar de manera integral el **Diplomado en Desarrollo Humano**, así como cada uno de los proyectos, desde un enfoque pedagógico actual, su metodología didáctica y su evaluación, de tal manera que se obtenga una propuesta innovadora bajo el enfoque de calidad total.
6. Brindar propuestas alternativas que den atención a la problemática de reprobación y deserción en el nivel medio superior.
7. Atención pedagógica y diagnóstico educativo.
8. Proponer actividades para los diferentes proyectos.
9. Asesoría pedagógica a docentes.
10. Elaboración de material didáctico.

## **1.1 Programa de Orientación Juvenil**

### **1.1.1 Antecedentes**

El IPN bajo la preocupación de atender las necesidades de los alumnos adolescentes crea la Dirección de Apoyo a Estudiantes en octubre de 1997, con el propósito de fortalecer y vincular los servicios ofrecidos a los jóvenes e implementar programas que contribuyan al desarrollo integral del estudiante, siendo el Programa de Orientación Juvenil una de las alternativas a ofrecer. En él se establecen los lineamientos generales y las estrategias necesarias para poder implementar y desarrollar los proyectos que lo integran en los planteles de Nivel Medio Superior y Nivel Superior, los cuales cuentan con una población estudiantil cuya edad varía desde 15 a 24 años, en el que se ubican adolescentes y adultos jóvenes, que merecen ser tratados con respeto y ser apoyados para encontrar soluciones a los problemas propios de su edad, de su vida académica, de su ámbito familiar y social.

“... una de las características fundamentales del P.O.J. es la flexibilidad lo que permite que cada escuela realice las adecuaciones pertinentes para que se de respuesta a las peculiaridades de sus estudiantes en cuanto a edad, intereses, necesidades reales, lo cual se relaciona con el concepto de calidad, entendido como la toma de decisiones que tiene

el orientador para adaptar y diseñar estrategias que respondan a las demandas de los jóvenes”.(1).

La orientación es punto de partida del proceso educativo ya que sus acciones están encaminadas a la atención de las dimensiones que estructuran la personalidad de los alumnos: cognitiva, afectiva, emotiva, valoral, profesional y social con la finalidad de proporcionar realmente una formación integral.

Es por eso que en apoyo al proceso formativo, el Programa de Orientación Juvenil, contempla la orientación vocacional y educativa, además de tratar los problemas propios de la adolescencia. Su objetivo general es:

“Proporcionar al estudiante elementos que impulsen su desarrollo integral permitiéndole conformar su proyecto de vida, su inserción al mundo social y productivo en el marco de la cultura y valores del Instituto Politécnico Nacional”.(2).

Orientación Juvenil con el deber de ayudar a la formación integral de los estudiantes, desarrolla el programa formado por 5 proyectos que a través de acciones coordinadas pretende cimentar un auto concepto positivo que impregne al conjunto de su vida personal, escolar e institucional.

(1) Programa Institucional de Orientación Juvenil 1998-2000 p.4

(2) Ibid. p.5

### **1.1.2 Datos de identificación del Programa de Orientación Juvenil.**

#### **NOMBRE DEL PROGRAMA**

- Investigación e intervención pedagógica en el Programa de Orientación Juvenil del CECyT No. 2.

#### **INSTITUCIÓN**

- Instituto Politécnico Nacional

#### **DEPENDENCIA**

- Centro de Estudios Científicos y Tecnológicos No. 2 Miguel Bernard

#### **DOMICILIO**

- Av. Nueva Casa de la Moneda No. 133 Col. Lomas de Sotelo

#### **DÍAS DE ATENCIÓN**

- Lunes a Sábado

#### **HORARIOS DE ATENCIÓN**

- Lunes a Viernes 7:00 a 13:00 hrs. y 14:00 a 20:00 hrs.
- Sábado 8:00 a 14:00 hrs.

#### **TELÉFONO**

57-29-63-00 Extensión 67053

RESPONSABLE DEL PROGRAMA DE ORIENTACIÓN JUVENIL Y DEL  
PROGRAMA DEL SERVICIO SOCIAL PROFESIONAL

- Lic. Cecilia Esperanza García Sánchez

**1.1.3 Objetivos del Programa de Orientación Juvenil.**

OBJETIVO GENERAL:

Proporcionar al estudiante elementos que impulsen su desarrollo integral permitiéndole conformar su proyecto de vida, su inserción al mundo social y productivo en el marco de la cultura y valores del Instituto Politécnico Nacional.

OBJETIVOS:

- Propiciar en los alumnos el descubrimiento y el desarrollo de sí mismos como un proceso continuo de encuentro y confrontación individual y colectiva, a partir de su propia responsabilidad y toma de decisiones congruentes.
- Desarrollar en los alumnos una personalidad equilibrada que les posibilite vivir con plenitud en la sociedad y en su momento histórico.
- Propiciar en los alumnos el desarrollo de las habilidades necesarias para aprender y encontrar soluciones a problemas con creatividad y razonamientos autónomos.
- Guiar a los alumnos en su vida escolar para el logro de sus metas y las de la institución.
- Desarrollar la conciencia de los alumnos para el ejercicio pleno de su proyecto personal de vida.
- Prevenir los posibles problemas y reducir los factores de riesgo en el contexto escolar.

- Concienciar a los alumnos sobre los obstáculos y posibilidades en su vida personal, escolar, profesional y laboral que genera el contexto en el logro de sus objetivos.
- Promover relaciones éticas que favorezcan en los alumnos la solidaridad, la equidad, la justicia, la fraternidad y la responsabilidad.

#### 1.1.4 Logros

El Programa de Orientación Juvenil, a través de sus proyectos se ha ido consolidando al presentar los siguientes avances:

- Se ha incorporado más personal al Programa de Orientación Juvenil con la apertura de Servicio Social para cubrir la demanda de actividades que desempeña este Departamento.
- Hay un amplio interés por reestructurar pedagógicamente los proyectos existentes dirigiéndolos al enfoque de calidad total, por lo que hay una persona a cargo de realizarlo en cada proyecto.
- El **Diplomado en Desarrollo Humano** muestra mayor impacto e interés al reportar un mejoramiento en cuanto a la asistencia y participación por parte de los alumnos.
- El proyecto de escuela para padres que se imparte los Sábados ha registrado un aumento en la asistencia comparada con el ciclo escolar anterior.

Asistencia ciclo 2002 – 2003 54%

ciclo 2003 – 2004 86%

Cabe mencionar que hay padres de familia que sus hijos son egresados ya de la Institución y sin embargo, por el interés y la motivación que encuentran en el curso de padres, siguen participando en éste.

- En el proyecto profesor – tutor se han involucrado más profesores que les interesa participar, orientando a un grupo y han aceptado tener cursos de actualización docente.

### 1.1.5 Proyectos

Los proyectos que coordina el Programa de Orientación Juvenil son los siguientes:

**Atención grupal:** Incluye una hora a la semana de clase de orientación con un programa de **Diplomado en Desarrollo Humano**.

**Profesor tutor:** Cada grupo tiene asignado un maestro tutor, quien es el enlace entre su grupo de tutoría y las autoridades correspondientes.

**Asesor estudiante:** Es la participación de alumnos que realizan servicio social brindando asesorías en determinadas materias a alumnos de semestres anteriores.

**Escuela para padres:** Se ofrece en sesiones sabatinas y en ellas tratan temas con la dinámica padres e hijos.

**Atención especializada:** este proyecto es flexible, pues ofrecen atención especializada en áreas de psicología, pedagogía o vocacional a todos aquellos jóvenes y padres de familia que soliciten el servicio.

El programa de orientación juvenil contempla su labor en los siguientes enfoques:

INFORMATIVO  
PREVENTIVO  
CORRECTIVO  
REMEDIAL

Maneja los distintos niveles de intervención:

INDIVIDUAL  
GRUPAL  
MASIVA

En esta institución la orientación se caracteriza por:

Ser un proceso educativo tendiente a construir en los alumnos formas de vida satisfactorias.

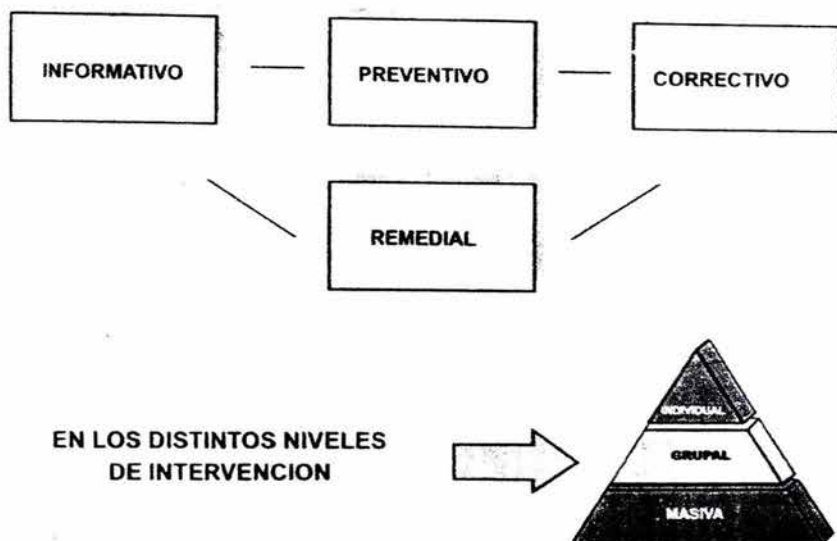
Considerarse como un proceso que se funda en el análisis, la reflexión y la participación responsable y crítica.

Poseer un carácter psicopedagógico con múltiples aplicaciones.

Construir un proceso grupal pedagógico, democrático que fortalece la posibilidad de convivir en términos de experiencias vividas.

Ser ética.

### EL PROGRAMA DE ORIENTACIÓN JUVENIL CONTEMPLA SU LABOR EN LOS DISTINTOS ENFOQUES COMO:



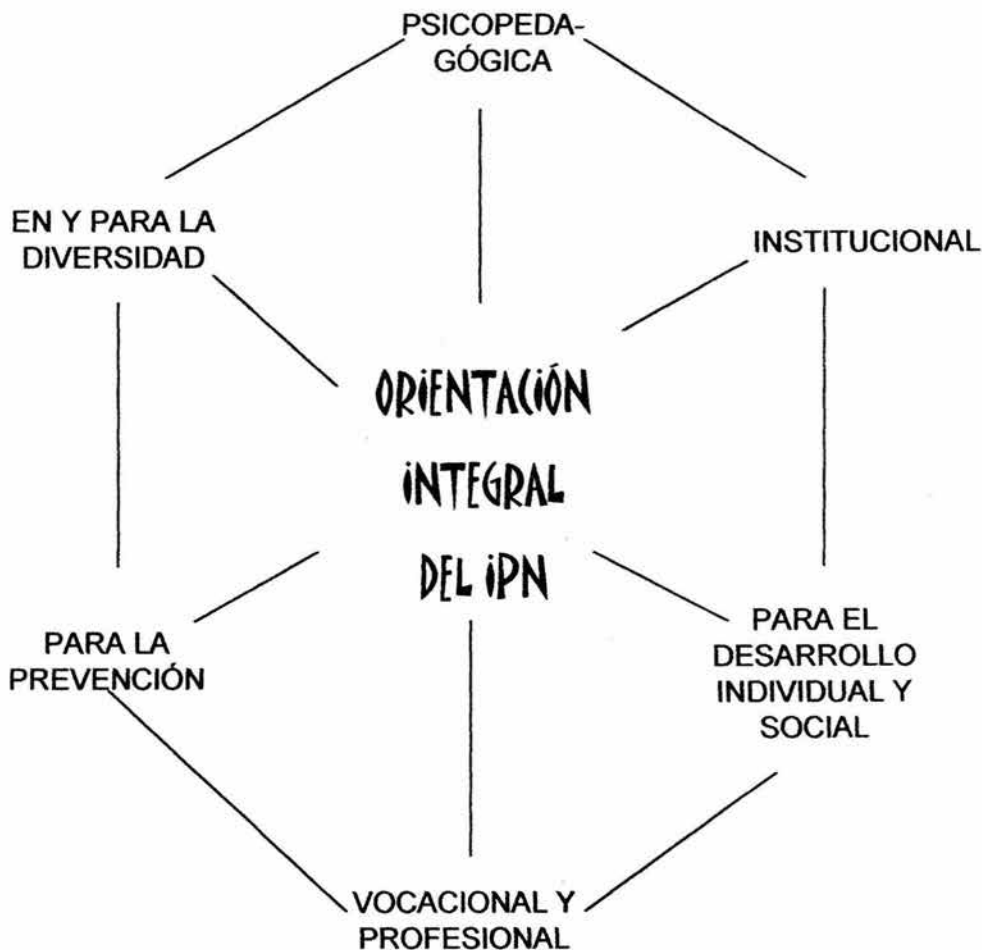
Datos retomados del Programa Institucional de Orientación Juvenil. 1998-2000.



**Se ordena en seis dimensiones:**

- Institucional
- Psicopedagógica
- Vocacional y profesional
- Para el desarrollo individual y social
- Para la prevención
- En y para la diversidad

## DIMENSIONES DE ORIENTACIÓN INTEGRAL DEL IPN



## APARTADO II

### **Seguimiento de la problemática detectada.**

Como se mencionó en el apartado anterior, el Programa de Orientación Juvenil se ha propuesto suministrar atención en el tratamiento de diversas problemáticas educativas, insistiendo principalmente en atender el bajo rendimiento académico y el alto índice de deserción en los alumnos.

Dentro de los proyectos que se desempeñan, se encuentra el Diplomado de **Desarrollo Humano**, iniciado a partir del año 1995. Este proyecto surgió como respuesta a la manifestación de los mismos orientadores, de crear una estrategia para involucrar a los estudiantes a participar de una manera activa en la materia de **Orientación Educativa**, ya que ésta tiene carácter cocurricular, por lo que no hay una evaluación numérica asentada en la boleta y esto provoca el desinterés de los alumnos. Al proponer la materia de Orientación como un Diplomado, se les entrega un documento al finalizar su sexto semestre y es obligatorio obtenerlo para egresar, de tal manera que ahora se ven más obligados a cumplir con la asignatura. Sin embargo, el **Diplomado en Desarrollo Humano** no cuenta con un diseño curricular pedagógico, ya que tiene su objetivo y una propuesta de temas a abordar en cada semestre, pero sin un sustento teórico metodológico ni didáctico, por lo que el equipo de orientadores al iniciar cada semestre decide los temas que se verán y comentan algunas actividades, sugiriendo bibliografías y técnicas vivenciales, por lo que no hay una estructuración pedagógica bien delimitada del **Diplomado en Desarrollo Humano** que principalmente, a través de éste, se pretende concientizar al alumnado a valorar la oportunidad de estudiar, motivándolo a tener un mejor aprovechamiento académico y evitar la deserción, además de brindar una formación integral que los ayude en su desarrollo personal en todos los ámbitos: personal, familiar, académico y social.

Debido a todo lo anterior, en el presente proyecto se realiza la fundamentación pedagógica del Diplomado, dando también una propuesta de trabajo para el módulo I y II.

## 2. Contextualización de la problemática.

Al hacer un diagnóstico de las necesidades del Departamento de Orientación en el periodo 1996-1997 se hacen ver los siguientes aspectos, que en referencia, son necesidades vigentes que la institución demanda sean atendidas:

- El personal de Orientación Juvenil es insuficiente para cubrir las funciones del departamento.
- La materia de orientación cuenta con un número de horas insuficientes para poder cubrir todos los proyectos encomendados (una hora a la semana por grupo).
- El presupuesto que se asigna al área de Orientación, depende de la Subdirección Administrativa y el ejercicio de los recursos, de la justificación y planeación de las diferentes actividades.
- La materia de orientación tiene carácter cocurricular, lo que hace que al no aparecer una evaluación numérica en un documento (boleta o historial académico) se conciba entre los jóvenes como materia voluntaria de tomar y es uno de los grandes motivos de la deserción en orientación.
- Los proyectos del departamento requieren ser renovados, atractivos y eficientes para cumplir sus propósitos con mejores resultados.

Teniendo como referencia todas las necesidades que el departamento de Orientación Juvenil demanda, cabe aclarar que el servicio social prestado ahí se centró en mejorar el **Diplomado en Desarrollo Humano**, que como los demás proyectos del departamento, pretende atender en específico el problema de alto índice de reprobación y deserción que actualmente vive el plantel.

Los adolescentes, por la etapa que están viviendo y por las condiciones de la materia de orientación, al ser una materia sin valor curricular, ven el Diplomado como un espacio para jugar, hacer actividades de otras materias o simplemente como una hora libre, por lo que la labor del equipo de orientación es más fuerte al pretender que los alumnos tomen las mejores decisiones y entren por su propio interés al **Diplomado en Desarrollo**

**Humano**, además de sacarle provecho a lo que en la materia se habla y aconseja para que tengan resultados favorables en todo su historial académico y también en su desarrollo personal.

## 2.1 Estrategias de solución

La metodología a seguir en el desarrollo del servicio social que se prestó en la institución fue básicamente participar en la operatividad del **Diplomado en Desarrollo Humano** estructurando una serie de actividades encaminadas a generar el análisis y la reflexión sobre las alternativas existentes para que los alumnos conformen su proyecto de vida.

El trabajo grupal se debe realizar en forma dinámica y vivencial proporcionando el conocimiento de si mismo y su desarrollo integral, siendo la participación activa de los estudiantes la que proporcione aprendizajes más significativos.

Para llevar a cabo lo anteriormente mencionado durante mi servicio social profesional desempeñé las siguientes actividades como parte de las estrategias de solución para el mejoramiento del aprovechamiento académico y evitar la deserción, haciendo una labor constante que lleve a los alumnos a tener una actitud favorable ante sus estudios.

- Reestructurar el **Diplomado en Desarrollo Humano**, módulo I y II en cuanto a objetivos, contenidos, estrategias y formas de evaluación.
- Fundamentar bajo la teoría de cognitivismo y constructivismo el Diplomado.
- Investigar qué debe saber un adolescente sobre **Desarrollo Humano**.
- Buscar técnicas que fomenten el hábito al estudio.
- Definir los temas que se deben abordar en el módulo I y II del **Diplomado en Desarrollo Humano** que se imparte en el CECyT No. 2.
- Definir las estrategias didácticas e instrumentación para su aplicación.
- Relacionar los temas elegidos con técnicas, estrategias y hábitos de estudio.
- Trabajar con un grupo piloto aplicando la propuesta. El trabajo de investigación y la aplicación con el grupo piloto se lleva a cabo de manera simultánea.

- Realizar las cartas descriptivas de las sesiones.
- Recabar información a través de un instrumento de investigación (cuestionario) para verificar el impacto de la materia de orientación con respecto a su aprovechamiento académico; es decir, que si lo que se abordó en la materia y la forma fueron parte de su motivación para pasar sus materias o si fue ésta indiferente.
- Realizar las conclusiones del trabajo realizado.
- De acuerdo a los resultados verificar, enriquecer y modificar los aspectos que sean necesarios en el presente proyecto.

### 2.1.1 Marco de referencia

El proyecto que se trabajó tiene por título:

“Reestructuración y aplicación del **Diplomado en Desarrollo Humano** Módulo I y II que se imparte en el CECyT No. 2 Miguel Bernard Perales”.

El Departamento de Orientación Juvenil imparte un **Diplomado en Desarrollo Humano** con el objetivo de coadyuvar al desarrollo personal del educando proporcionando situaciones donde experimente, crezca y aprenda a manejar adecuadamente problemáticas que se le presenten en sus ámbitos personal, familiar, académico o social. Está dirigido a toda la población estudiantil, ya que se imparte desde el primer semestre hasta el sexto. El trabajo se realiza en forma dinámica y vivencial propiciando el conocimiento de uno mismo y de su desarrollo integral, siendo la participación activa de los estudiantes la que desencadene los aprendizajes significativos.

Antes de seguir hablando de las características del Diplomado, es necesario presentar un marco de referencia que permita conocer el Centro de Estudios Científicos y Tecnológicos donde se aplica dicho proyecto, su modelo y filosofía educativa.

También es importante conocer el Departamento de Orientación Juvenil, sus proyectos y objetivos, por ser éste el responsable de impartir y dar seguimiento al **Diplomado en Desarrollo Humano**.

Por último se hablará acerca de algunas características y aspectos socioeconómicos de la población estudiantil que ingresa a esta Institución, ya que el Diplomado mencionado, pretende incidir en la trayectoria académica de estos adolescentes.

Por lo tanto, el marco referencial tendrá tres puntos a tratar:

- a) El modelo educativo de CECyT.
- b) El modelo integral de Orientación Juvenil.
- c) La población estudiantil en el plantel Miguel Bernard Perales.

### **2.1.2 El Modelo Educativo del CECyT**

El Centro de Estudios Científicos y Tecnológicos, es una dependencia del Instituto Politécnico Nacional.

En 1932 surgió la idea de integrar y estructurar un sistema de enseñanza técnica, proyecto en el cual destacaron el Licenciado Narciso Bassols y los Ingenieros Luis Enrique Erro y Carlos Vallejo Márquez.

Sus conceptos cristalizaron cuando el Instituto Politécnico Nacional es fundado en 1936 por instrucciones del entonces presidente Lázaro Cárdenas del Río, quien se dio a la tarea de hacer realidad los postulados de la Revolución Mexicana. Por tal motivo, fue fundado con el propósito de contar con una institución educativa que permitiera el acceso a la educación técnica y superior a jóvenes de escasos recursos económicos para convertirlos en recursos humanos, cuya preparación sustentaría el desarrollo industrial de la nación.

“Actualmente el IPN es una de las instituciones educativas con mayor reconocimiento nacional, que da alojamiento a una población estudiantil de 165,341 alumnos” (3). Para ello, cuenta con 16 Escuelas de nivel Medio Superior, 23 de nivel Superior, 14 Centros de Postgrado e Investigación y un Centro de Investigación y Estudios Avanzados.

Toda institución educativa, sustenta su trabajo en una serie de valores y concepciones que se reflejan en las características de su oferta educativa y en los aspectos que se enfatizan en la formación profesional.

El modelo educativo de IPN promueve una formación que cumpla con las características de alta calidad, como son: equidad, pertinencia, relevancia, eficiencia y eficacia. Con procesos educativos que tengan una mayor correspondencia entre los contenidos y resultados de quehacer académico, con las necesidades y expectativas de la sociedad y de los estudiantes.

El modelo educativo del IPN considera los siguientes elementos:

- Centrado en el aprendizaje
- Que promueva una formación integral y de alta calidad científica, tecnológica y humanística y combine equilibradamente el desarrollo de conocimientos, actitudes, habilidades y valores.
- Que proporcione una sólida formación y facilite el aprendizaje autónomo.
- Que se exprese en procesos flexibles, innovadores, que permita el tránsito de los estudiantes entre niveles educativos y cuente con múltiples espacios de relación con el entorno.
- Que forme bajo diferentes enfoques culturales y capacite a los individuos para su incorporación y desarrollo en un entorno internacional y multicultural.
- Que permita que sus egresados sean capaces de cambiar la teoría y la práctica y contribuyan al desarrollo sustentable de la nación.

(3) Guía para el alumno del IPN p 5



El Nivel Medio Superior es el nivel educativo posterior a los estudios de secundaria. “Su objetivo es desarrollar en el alumno dentro de un proceso formativo: conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes en los campos científicos y tecnológicos, que le permitan la comprensión de su sociedad y de su tiempo histórico, el acceso a la educación superior y la posibilidad de incorporarse al trabajo productivo”. (4)

En el IPN el nivel Medio Superior lo integran los Centros de Estudios Científicos y Tecnológicos (CECyT), que se caracterizan por ofrecer una formación bivalente, esto es que los egresados de este nivel obtienen el certificado de estudios de bachillerato tecnológico, lo que les posibilita para continuar estudios del nivel licenciatura, además tienen opción de titularse como técnicos en la carrera que hayan estudiado e incorporarse al sector productivo de bienes y servicios.

## **FILOSOFÍA INSTITUCIONAL.**

El Politécnico se constituye en la institución educativa rectora de la educación tecnológica en México con espíritu y filosofía propios, que han contribuido de manera notable al desarrollo industrial del país, aportando recursos humanos especializados en diversas ramas del conocimiento, realizando investigaciones para la nación, lo que ha quedado comprobado con su participación efectiva en momentos clave para el país, como la expropiación petrolera, la nacionalización de los ferrocarriles y la industria eléctrica.

El IPN responde a necesidades muy concretas de nuestra sociedad, con un solo compromiso: México; por lo que tiene la obligación de tener una plataforma ideológica sustentada en el espíritu de servicio como única y fundamental inspiración de realización integral, a través de la crítica y la reflexión de nuestra realidad nacional, para que con pensamiento científico se adecuen las acciones al momento histórico que vivimos, refrendando el compromiso del Instituto Politécnico Nacional y honrando su lema:

**“LA TÉCNICA AL SERVICIO DE LA PATRIA”**

(4) Agenda Politécnica CECyT “Miguel Bernard Perales” 2003 p4

## **MISIÓN DEL CECyT.**

“Coadyuvar a que la Institución mantenga su rectoría en la educación tecnológica del país, mediante la generación de profesionistas técnicos de elevados valores humanos, altamente competitivos y con una producción de servicios de enseñanza, difusión de la cultura e investigación acordes a las necesidades de México”. (5)

El CECyT tiene una concepción de alumno como ser humano en proceso de formación, participativo con capacidad para generar sus propios conocimientos y cultura, con oportunidad de ser autónomo en su aprendizaje y en su vida personal.

Con esta concepción se pretende formar alumnos responsables, críticos, propositivos, analíticos, creativos e independientes.

## **VISIÓN DEL CECyT.**

Poseer:

- Un sistema de educación de alto nivel académico sustentado por profesores con estudios de postgrado debidamente capacitados en técnicas pedagógicas.
- Un sistema de investigación mayoritariamente enfocado al soporte de las necesidades nacionales.
- Libros de texto elaborados principalmente por el profesorado del Instituto.
- Un sistema educativo que rebase las aulas, adecuándose a las necesidades de los demandantes; sistema abierto, educación a distancia vía satélite, educación virtual, entre otras. Una administración de puertas abiertas, con calidad: humana, eficaz y eficiente en todas sus funciones y procesos.
- Una comunidad politécnica sustentada en elevados valores de respeto, con gran sentido de responsabilidad en todas sus funciones y con el ideal continuo de mejorar cada día.

(5) Agenda Politécnica CECyT “Miguel Bernard Perales” 2003 p4

En el CECyT No. 2 Miguel Bernard Perales, Institución en la cual se realiza el servicio social e investigación para el desarrollo del presente trabajo, los alumnos pueden estudiar las siguientes carreras técnicas del área de ciencias fisicomatemáticas:

Técnico en máquinas con sistemas automatizados.

El alumno egresado de esta carrera estará preparado con los conocimientos y habilidades para preparar, poner en marcha y mantener la maquinaria.

Técnico en metalurgia.

El egresado de esta carrera estará capacitado para apoyar los procesos de fundición, transformación y tratamiento de metales ferrosos y no ferrosos de las diferentes ramas de la metalurgia.

Técnico en dibujo asistido por computadora.

El técnico egresado de esta carrera estará capacitado para apoyar los procesos de elaboración y supervisión de planos y dibujos técnicos, artísticos y publicitarios por métodos manuales y computacionales en las áreas industriales, comerciales y de servicio.

### **2.1.3 El Modelo Integral de Orientación Juvenil**

<p>El modelo integral de orientación pretende coadyuvar a la formación integral de los alumnos, desplegando todas las dimensiones que conforman su persona, mediante acciones idóneas y coordinadas tendientes a cimentar un autoconcepto positivo de su valía, que impregne al conjunto de su vida personal, escolar, institucional, laboral – productiva y social.</p>
--

**Un modelo educativo está determinado por:**

- EL MARCO FILOSÓFICO que contempla los aspectos: ontológicos, epistémicos y axiológicos.
- EL MARCO TEÓRICO – CONCEPTUAL que hace referencia a los tópicos teóricos disciplinarios que sustenta a la práctica.
- EL MARCO CONTEXTUAL que se refiere a los aspectos sociohistóricos que nos sitúan en un lugar y en una situación concreta.

**POR TRATARSE DE UN PROCESO DINÁMICO QUE PARTE Y SE  
ORGANIZA EN FUNCIÓN DE PERSONAS EN EDUCACIÓN:  
NO EXISTEN MODELOS ABSOLUTOS**

### **MARCO FILOSÓFICO**

El marco filosófico en el que se sustenta el Modelo Integral de Orientación es comprender al ser humano como:

**Digno:** ya que posee dignidad sólo por el hecho de ser persona, lo cual lo ubica como el ser más valioso de la naturaleza. La dignidad humana es la que otorga el valor a todo aquello que rodea la vida de los seres humanos.

**Libre,** ontológica y psicológicamente: por la inteligencia que posee, ya que primero piensa lo que hay que hacer y después ejecuta lo pensado y por su autodeterminación electiva.

**Ético:** ya que posee la capacidad de crear y practicar valores. Por los valores perfecciona su ser y crece individual y socialmente con base en la justicia.

**Consciente:** porque determina su esquema valoral.

**Diferenciado:** por poseer una identidad que adquiere a través del proceso de socialización y culturalización en la interacción con la diferencia.

**Creador:** por proyectar su vida y su autorrealización a partir de elementos contextuales y culturales, así como de sus experiencias vividas.

### **Producto y productor de cultura.**

Percibe y conoce el mundo a través de la relación que se establece entre la dinámica y articulación de las percepciones, del lenguaje y del aparato conceptual. En todo este proceso interviene de manera primordial la educación, ya que se considera, el medio de transmisión de la experiencia social.

Es a través del conocimiento que el ser humano realiza una actividad transformadora de la realidad aprendida; así, la comprensión de lo real conlleva la toma de conciencia crítica.

## **MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL**

La educación es un proceso sociocultural permanente, orientado a la formación integral de las personas y al perfeccionamiento de la sociedad. Como tal, la educación contribuye a la socialización de las nuevas generaciones y las prepara para que sean capaces de transformar y crear cultura y de asumir sus roles y responsabilidades como ciudadanos. La educación es función esencial de la familia y la comunidad; pero en sociedades complejas, gran parte de la misma es asumida por las instituciones escolares.

Los procesos educativos intencionales se concretan en la relación pedagógica del aula, en la que encontramos alumnos y docentes en interacción. En la escuela se desarrolla el saber explicitado en planes y programas y se desarrollan relaciones sociales a través de

pautas y modelos de relación social (implícito). Además, a través de la interacción de los autores de proceso educativo, existe también una transformación cultural y mensajes sociales no expresados.

La didáctica es la disciplina que aborda el Proceso Enseñanza – Aprendizaje y va más allá de la mera instrumentación, ya que contempla el método y rebasa los problemas de carácter técnico.

Aprender es elaborar el conocimiento (en un proceso de interacción colectiva) y aceptar la transformación de pautas de conducta. Es a través del análisis de éste que se desarrolla la capacidad crítica y la conciencia de los sujetos.

El Proceso Enseñanza – Aprendizaje se caracteriza por ser dinámico y grupal, brindando espacios de reflexión con fundamento, con capacidad de escuchar y dialogar para encontrar alternativas que mejoren la cotidianeidad en el pensar y en el actuar, a través de constatar diferentes experiencias.

Dentro del Proceso Enseñanza – Aprendizaje se establece la relación pedagógica entre educador, educando, educandos e institución, con la finalidad de promover y facilitar el aprendizaje de competencias, motivaciones, aptitudes y cualidades de los sujetos.

Esta relación tendrá como función crear situaciones educativas en donde se posibilite:

- a) Recuperar la experiencia
- b) Brindar diferentes posibilidades para la subjetivación a través de nuevas experiencias.
- c) Conformar nuevas adquisiciones en las áreas cognitivas, emocionales y sociales.

## MARCO CONTEXTUAL

El siglo XXI empieza con cambios radicales que suceden a gran velocidad en todos los ámbitos de nuestra realidad; la economía, las finanzas, la cultura, la comunicación, el arte, el deporte y la sociedad en su conjunto.

Por globalización entendemos una gran variedad de conceptos, como pueden ser: ideas sobre la desaparición o superación de las fronteras; el poder de algunas empresas con presencia mundial; el imparable avance de la tecnología; los movimientos migratorios; y una multitud de hechos que no están completamente definidos. Lo que sí encontramos es un proceso de creciente internacionalización del capital financiero, industrial y comercial, nuevas relaciones políticas internacionales y el surgimiento de nuevos procesos productivos, distributivos y de consumo deslocalizados geográficamente y una expansión y uso intensivo de la tecnología sin precedentes.

La globalización no es sólo económica, también es: política, tecnológica, cultural y educativa e influye tanto en la vida diaria como en los acontecimientos que suceden a escala mundial.

La globalización no involucra equitativamente y no es totalmente benigna en sus consecuencias, ya que se corre el riesgo de crear un mundo de ganadores y perdedores, con unos pocos en el camino rápido hacia la prosperidad y la mayoría condenada a una vida de miseria y desesperación.

La sociedad mexicana no está ajena a este proceso y también vive un proceso de transición en todos los órdenes.

### En lo económico:

- La economía es el detonador de una nueva configuración mundial.

- Los países se agrupan en bloques regionales para obtener mayor ventaja en la competencia internacional, pero segmentada entre países pobres y países ricos.
- En los últimos tres lustros se buscó la incorporación de México a los mercados mundiales, el aumento de la competitividad de la planta productiva y la modernización de las unidades económicas.

#### **En lo político:**

El país ha ampliado su vida democrática con la consolidación de la estructura de partidos y asociaciones políticas, la alternancia en el poder y la emergencia de nuevos actores en el seno de la sociedad civil.

#### **En lo social:**

- Hay un reclamo de democracia, libertad y pluralidad.
- Hay una distribución de la riqueza menos equitativa, en la que millones de personas han pasado a engrosar el segmento de la población en pobreza extrema.
- La sociedad mexicana muestra una profunda crisis axiológica.
- Se apunta la conformación de una sociedad más urbana y moderna, pero al mismo tiempo, se tienen amplias regiones del país, sectores y grupos sociales que no participan de los beneficios del crecimiento económico.

#### **En lo cultural:**

- La educación juega un aspecto protagónico, ya que están apareciendo nuevos fenómenos.
- Avance acelerado de los conocimientos científicos, humanísticos y tecnológicos.
- Creciente escolaridad de la población en los niveles de educación básica.
- Avances en la información y la comunicación.



### **Ciencia y tecnología:**

La competitividad está relacionada con el desarrollo de la ciencia y la tecnología, ya que han revolucionado la organización de los procesos productivos.

Muchos afectan nuestro desarrollo como personas, independientemente de donde vivamos y de lo privilegiados o marginados que seamos.

### **EL PAPEL DE LA ORIENTACIÓN**

La orientación es punto de partida del proceso educativo, ya que sus acciones están encaminadas a la atención de las dimensiones que estructuran la personalidad de los alumnos: cognitiva, afectiva, emotiva, valoral, profesional y social con la finalidad de proporcionar realmente una formación integral.

La orientación integral es un proceso psicopedagógico continuo, dinámico y sistemático de carácter multicausal, ya que cualquier situación incide en la totalidad de la persona, por lo tanto su intervención integra diversos aspectos que tienen que ver con lo intelectual – conceptual, moral – ético, profesional – ocupacional, psicosocial y con la construcción de significados existenciales. Todos ellos, elementos fundamentales para el logro de la calidad educativa.

Su objetivo primordial es promover el desarrollo integral y social de las personas, que sus acciones van desde favorecer el desarrollo del individuo hasta promover la participación eficaz en la construcción social.

La orientación integral gesta cambios en los individuos y en su contexto, a través de integrar procesos de aprendizaje en donde el análisis, la reflexión, la comunicación y la participación son elementos fundamentales para el logro de la apropiación activa en la adquisición del saber, del conocimiento de sí mismo y de su responsabilidad consciente para enfrentar las necesidades sociales.

**LA ORIENTACIÓN EN EL IPN Y EN ESPECÍFICO EN CECyT No. 2 TIENE LAS SIGUIENTES CARACTERÍSTICAS:**

- Ser un proceso educativo tendiente a construir en los alumnos formas de vida satisfactoria.
- Considerarse como un proceso que se funda en el análisis, la reflexión y la participación responsable y crítica.
- Poseer un carácter psicopedagógico con múltiples aplicaciones.
- Construir un proceso grupal dialógico democrático que fortalece la posibilidad de convivir en términos de experiencias vividas.
- Ser ética.

**SE ORDENA EN SEIS DIMENSIONES**

- INSTITUCIONAL
- PSICOPEDAGÓGICA
- VOCACIONAL O PROFESIONAL
- PARA EL DESARROLLO INDIVIDUAL Y SOCIAL
  - PARA LA PREVENCIÓN
  - EN Y PARA LA DIVERSIDAD

Formando una unidad indisoluble que no pueden ni deben ser tratadas por separado.

## **DIMENSIÓN INSTITUCIONAL**

Esta dimensión se enfoca al proceso de integración de la comunidad a la identidad y cultura politécnica. Además, hace especial referencia al papel y compromiso que la institución desempeña como rectora de la educación tecnológica en el contexto nacional.

## **DIMENSIÓN PSICOPEDAGÓGICA**

Esta dimensión hace referencia al ámbito del Proceso – Aprendizaje.

La intervención psicopedagógica va más allá de lo técnico e instrumental, ya que implica el análisis y reflexión de la práctica educativa cotidiana, con la finalidad de potencializar la significación de los aprendizajes, valora el trabajo cooperativo como factor propiciador entre los sujetos involucrados en el proceso educativo.

Se desarrollan competencias que promueven el aprender a pensar; la solución a problemas; y el desarrollo de la creatividad, ejercitando habilidades cognitivas y metacognitivas a través de estrategias de aprendizaje.

Estos elementos no sólo brindan beneficios a esta área, porque desarrollan habilidades sociales y afectivas que facultan a los estudiantes a enfrentar constructivamente su vida de manera autónoma.

También se realizan tareas compensatorias, a los sujetos con desventajas o dificultades en el proceso de aprendizaje, encaminadas a identificar el problema y los requerimientos de ayuda según sea necesario.

## **DIMENSIÓN VOCACIONAL Y PROFESIONAL**

Es una dimensión que conforma el proceso de orientación, encaminando sus acciones a que los alumnos mismos tomen su decisión de manera responsable, a partir de la comprensión de las diferentes dimensiones, que deben ser tomadas en cuenta en la elección profesional.

Este proceso comprende el análisis, la reflexión y la acción con respecto al concepto de sí mismo (autoconocimiento) de sus posibilidades, capacidades, aptitudes, intereses, potencialidades y rasgos de personalidad, posibilitando la identidad personal y el proyecto de vida, tomando en cuenta el contexto social, familiar y personal pasando del *qué hacer al quién ser* y definiendo *quien no ser*.

Este proceso también implica otorgar asesoramiento e información, para conocer y reconocer competencias, preferencias, oportunidades y valores que cada quien tiene, para ser aprovechadas en su elección y decisión.

En el campo de influencia de esta área se desarrollan competencias que favorecen la inserción en el mercado laboral.

## **DIMENSIÓN PARA EL DESARROLLO INDIVIDUAL Y SOCIAL**

Esta dimensión se refiere al proceso formativo permanente que posibilita cambios en la estructura de los sujetos, en sus diferentes dimensiones, desembocando en cambios de actitud donde los sujetos se realizan como seres transformadores de sí mismos y de la sociedad en la que interactúan, dando sentido a su vida y a la historia.

En este proceso, la intervención radica en reflexionar críticamente sobre la experiencia, la interacción con otros, actuando creativamente para realizar transformaciones encaminadas a preparar el futuro deseable y dar un sentido existencial a la vida.

Los propósitos a lograr son: el desarrollo de valores; la responsabilidad; la competencia personal; la asertividad; el conocimiento y aceptación de sí mismo; el aprendizaje en la toma de decisiones; el desarrollo de la autoconciencia de sentimientos, pensamientos, emociones, deseos y acciones; el desarrollo de la autoconfianza, autoestima, respeto personal y a los demás; el aprendizaje de proceso de valoración y su aplicación a la vida; la autoconciencia de una calidad de vida y; la conciencia ecológica.

El logro de estos propósitos conlleva a mantenerse en proceso formativo permanente, tanto en el desarrollo personal dignificado, autónomo, crítico y creativo, como en el aspecto social en el ejercicio y respeto de los derechos humanos para la construcción de una sociedad democrática.

### **DIMENSIÓN PARA LA PREVENCIÓN**

Esta dimensión profundiza en la comprensión y promoción de las potencialidades humanas individuales y sociales, con la finalidad de desarrollar actividades dirigidas a prevenir la aparición de actitudes y comportamientos obstaculizadores del desarrollo integral.

### **DIMENSIÓN EN Y PARA LA DIVERSIDAD**

En esta dimensión se promueve el reconocimiento y respeto a la individualidad y diferencia de las personas, contribuyendo a dar una respuesta apropiada a la diversidad del alumnado en relación a las dimensiones que le constituyen.

En el aspecto cognitivo es necesario comprender que cada persona posee ritmos diferentes en su proceso de aprendizaje.

En el aspecto afectivo – social se reconoce que las aptitudes, motivaciones, cualidades y preferencias son diferentes en cada persona, aceptando que cada quien hace lo mejor que puede desde lo que es y siente.

Futuro. Los esfuerzos de esta área se reflejan en la construcción de una sociedad libre y democrática en la que se promueva el respeto y la equidad de género.

El equipo de orientación juvenil trabaja para:

- Integrar lo intelectual y lo afectivo
- Impulsar la dinámica participativa que permita poner en práctica sistemas de cooperación, reflexión personal y colectiva, para propiciar el cambio de roles de las personas involucradas en el proceso educativo, estableciendo responsabilidades individuales y colectivas.
- Crear condiciones de libertad y conformación de límites que favorezcan y estimulen los éxitos, señalando dificultades individuales y colectivas.
- Propiciar la polémica a partir de la confrontación de diferentes puntos de vista, en la búsqueda de soluciones a los problemas y al desarrollo académico.
- Propiciar la construcción y significatividad de los propios aprendizajes, planteando que sólo es posible el aprendizaje significativo si se relacionan los nuevos conocimientos con los que ya posee el sujeto.
- Dar integridad a los aprendizajes a través de su aplicación a los diferentes aspectos de la vida.
- Promover, desarrollar y respetar la responsabilidad de todos los integrantes de la comunidad educativa en cada uno de los procesos participativos en los que intervienen.

#### **2.1.4 La población estudiantil del plantel Miguel Bernard Perales**

De acuerdo a una investigación realizada en el ciclo escolar 2001-2002, (última que se ha realizado), sobre estilos de vida de los alumnos se reflejaron los siguientes datos:

“Se denomina estilos de vida (Rodríguez Marín, 1995) a las actitudes, comportamientos, formas de afrontar la vida, a las normas y expectativas de las personas que se expresa como un conjunto de actividades cotidianas”. (6)

El objetivo principal de la investigación realizada fue: describir cómo las condiciones socioeconómicas y de género afectan las conductas de riesgo en comunicación familiar, trastornos en la alimentación, comportamientos pro-ambientales, sexualidad y adicciones en estudiantes de nuevo ingreso del ciclo escolar 2001-2002.

La encuesta “estilos de vida y factores de riesgo” fue aplicada por la Dirección de Apoyo a Estudiantes y constó de 126 preguntas distribuidas en las siguientes secciones:

- Datos generales
- Acerca de mi familia
- Hábitos alimenticios y de salud
- Deporte, recreación y cultura
- Preocupación y acciones por el medio ambiente
- Seguridad personal
- Comunicación familiar
- Sexualidad
- Adicciones

(6) Estilos de vida 2001-2002. Investigación del IPN p. 12

## A. DATOS SOCIECONÓMICOS

### Edad:

37% tienen 14.

50% de los estudiantes de nuevo ingreso tienen 15 años.

13% tienen 16 años o más.

### Sexo:

63% sexo masculino

37% sexo femenino

### Trabajo:

7% trabaja

93% no trabaja

### Tiempo de estudio fuera de la escuela:

34% menos de 2 horas a la semana

48% de 2 a 4 horas

18% más de 4 horas





Turno en que estudié el nivel anterior:

80% matutino

19% vespertino

Años en que cursó el año anterior:

97% en 3 años

3% 4 años o más

Con quién vive:

78% ambos padres

Máximo de estudios del padre y madre.

**PADRE:** 21% primaria con nivel máximo

29% estudios de secundaria

22% bachillerato

19% licenciatura o postgrado

**MADRE:** 29% primaria como nivel máximo

37% secundaria

19% bachillerato

11% licenciatura o postgrado



Nivel laboral del padre y madre.

**PADRE:** 2% no trabajan

16% son jubilados o pensionados

29% tienen trabajo sin ingreso estable

53% tienen trabajo con ingresos estables

**MADRE: 46% no trabajan**

**4% son jubiladas o pensionadas**

**26% tienen trabajos sin ingresos estables**

**23% tienen trabajos con ingresos estables**



**Indicador de ingesta de frutas, verduras, leguminosas y cereales.**

De acuerdo a las respuestas obtenidas se construyó un índice de raciones semanales que va de 0 a 12 e indica el número de raciones consumidas a la semana.

**3% consume 6 raciones semanales**

**7% hasta 7 raciones semanales**

**15% 8 raciones semanales**

**22% 9 raciones semanales**

**24% 10 raciones semanales**

**20% 11 raciones semanales**

**7% 12 raciones semanales**

Indicador de ingesta de carnes, leche y derivados:

12 % consume menos de 3 raciones semanales

24% 4 raciones semanales

38% 5 raciones

26% 6 raciones

Malos hábitos alimenticios.

Este indicador incluye aspectos que tienen que ver con los alimentos en la calle, las golosinas; si no desayuna o come antes de asistir a clase, si adiciona azúcar o sal extra a los alimentos, o si evita el consumo de alimentos que engordan.

1% no consume ninguna ración de malos hábitos alimenticios

7% una ración semanal

8% 2 raciones semanales

18% 3 raciones

24% 4 raciones

21% 5 raciones

14% 6 raciones

8% hasta 7 raciones

4% 8 raciones

2% 9 o más raciones a la semana de malos hábitos alimenticios



Indicador de dedicación al deporte:

13% practica deporte 2 veces a la semana

23% practica 3 veces

27% practica 4 veces

24% practica 5 veces

11% practica 6 veces



Deporte:

54% practica un deporte a la semana

26% 2 deportes

13% 3 deportes

5% 4 deportes

Por cuál medio me informo de noticias:

98% se informa de noticias por radio y/o TV.

Preocupación por problemas sociales:

7% poca preocupación hacia los problemas ambientales

17% actitud favorable

76% actitud muy favorable ante los problemas ambientales.

### Problemática de comunicación familiar entre padres e hijos

7% no existen problemas de comunicación generados por los padres

7% ocasionalmente tienen problemas de comunicación

20% problemas frecuentes de comunicación generado por los padres

66% muy frecuentes problemas de comunicación generada por los padres.

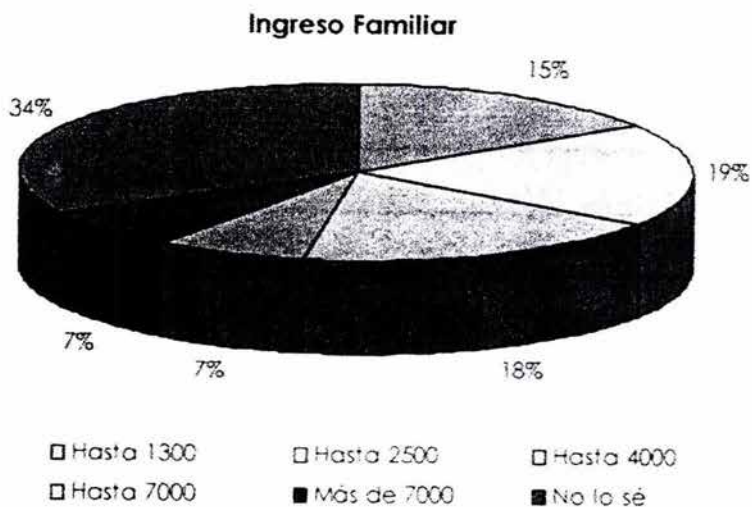
### Ingreso mensual familiar:

34% ganan menos de 2500 pesos

18% ganan entre 2500 y 4000 pesos

14% obtienen ingresos familiares superiores a 4000

34% reportó que no lo sabía



**Anticoncepción:**

De la población con vida sexual activa.

89% utiliza condón

11% otros métodos.

**Contagio:**

Población que no se protege, tiene varias parejas y ha tenido infección de transmisión sexual

67% de la población sexualmente activa se encuentra en bajo riesgo de contagio

33% se encuentra en alto riesgo de contagio sexual



**Conductas riesgosas relacionadas con el consumo de alcohol:**

73% tiene muy pocas conductas riesgosas bajo alcohol

24% pocas conductas riesgosas

3% alta conducta riesgosa relacionada con el consumo de alcohol.

Conductas riesgosas relacionadas con drogas:

67% de la población nunca presenta conductas riesgosas relacionadas con drogas

23% ocasionalmente presenta conductas riesgosas con drogas

9% frecuentemente presenta conductas riesgosas con drogas.

1% muy frecuentemente presenta conductas riesgosas con drogas.



Considero peligroso fumar:

14% de la población esta en desacuerdo en que es peligroso.

Considero peligroso tomar:

15% de la población esta es desacuerdo que es peligroso tomar alcohol.

Considero peligroso consumir drogas:

10% de la población esta en desacuerdo en que es peligroso consumir drogas.

## **2.2 Objetivos del trabajo**

### **2.2.1 Objetivo general del trabajo a realizar como servicio social profesional en el departamento de orientación juvenil:**

Implementar el proyecto de **Diplomado en Desarrollo Humano** Módulo I y II de Orientación Juvenil del CECyT No.2, con la finalidad de mejorar el rendimiento académico y evitar la deserción.

#### **Objetivo general del Diplomado en Desarrollo Humano:**

Coadyuvar al desarrollo personal del educando proporcionando situaciones donde experimente, crezca y aprenda a manejar adecuadamente problemáticas que se presenten en sus ámbitos personal, familiar, académico o social.

#### **2.2.2 Objetivos específicos.**

- Investigar qué es **Desarrollo Humano** y qué debe saber un adolescente sobre **Desarrollo Humano**.
- Proponer estrategias de estudio para adolescentes.
- Reestructurar pedagógicamente y de manera integral el proyecto de **Diplomado en Desarrollo Humano**.
- Elaborar e intervenir en una estrategia permanente de atención al alumnado con riesgo de deserción y reprobación.
- Evaluar el **Diplomado en Desarrollo Humano** y efectuar los ajustes pertinentes en su estructura pedagógica.

## **2.3 Metodología**

El proyecto se llevó a cabo partiendo de la necesidad de brindar un sustento – metodológico al **Diplomado en Desarrollo Humano**, promoviendo estrategias didácticas innovadoras, con la intención de fomentar aprendizajes significativos en pro de actitudes favorables para el desarrollo integral del alumnado.



La metodología consistió en los siguientes pasos:

- **Elaboración de una investigación documental para fundamentar el Diplomado en Desarrollo Humano.**
- Estructuración de los planes de sesión del Diplomado con objetivos a cumplir por sesión.
- Ejecución del Diplomado módulo I y II, en donde se enriqueció el conocimiento teórico con la experiencia vivencial, al tener contacto directo con los alumnos en edad adolescente.
- Elaboración de la evaluación a través de un cuestionario, con el fin de analizar la aplicación del Diplomado y obtener propuestas para mejorarlo.

#### **2.4 Población beneficiada.**

La población beneficiada con la ejecución de este proyecto fue directamente los adolescentes y de cierta manera se beneficia su familia, los profesores, la institución y la sociedad misma por la influencia e impacto que pueda tener la materia de Orientación, por lo que queda claro la responsabilidad y reto de presentar una propuesta de calidad.

El Programa de Orientación Juvenil se beneficia al poderse apoyar en el proyecto, teniendo la flexibilidad de adoptarlo y enriquecerlo de acuerdo a las necesidades de cada grupo orientador.

El entorno familiar y social se verá beneficiado con adolescentes con mejor aprovechamiento académico y mostrando actitudes favorables para la realización de un proyecto de vida positivo.

Los profesores y la institución se beneficia al tener alumnos con mejores resultados académicos y menor deserción estudiantil.

## **2.5 Ejecutores del plan de trabajo**

APOYO ACADÉMICO Y ASESORÍA EN EL PROGRAMA DE ORIENTACIÓN JUVENIL:

Lic. Cecilia Esperanza García Sánchez

ASESORA DEL PROYECTO DE TITULACIÓN:

Lic. Mónica Ortiz Garcia

PRESTADORA DEL SERVICIO SOCIAL PROFESIONAL Y EJECUTORA DEL PROYECTO:

Verónica del Carmen Diaz Lope

## **2.6 Recursos materiales**

- Recursos bibliográficos
- Investigación via Internet
- Equipo didáctico:
  - Proyector de acetatos
  - Acetatos
  - Pizarrón
  - Láminas

- Papelería  
Hojas blancas y de color  
Lápices  
Papel  
Plumones para pizarrón  
Cinta adhesiva  
Marcadores
- Equipo de cómputo  
Computadora  
Impresora  
Escáner  
Software

## **2.7 Estrategias de evaluación**

A continuación presento algunas estrategias que sirvieron para evaluar mi desempeño profesional durante mi participación en el Programa de Orientación Juvenil, al impartir el **Diplomado en Desarrollo Humano** módulo I y II.

La evaluación fue por medio de:

- Los informes mensuales de mis actividades.
- Un documento elaborado, en donde presento la información recopilada para el sustento teórico del Diplomado y el plan de trabajo y ejecución del mismo.
- Un sondeo por medio de una evaluación a través de un cuestionario.

## 2.8 Alcances

- Ingresar a la institución para realizar servicio social, asignándome grupos para impartir la materia de Orientación.
- Cubrir el programa del **Diplomado en Desarrollo Humano** con los grupos a mi cargo.
- Sentir aceptación y buena participación en el desarrollo de las clases, por parte de los alumnos en su mayoría.
- Cumplir con el objetivo del presente trabajo de servicio social y el cronograma de actividades.
- Enriquecerme de bibliografía para el buen desempeño de las clases y para que cada tema estuviera bien fundamentado, además de seleccionar las técnicas o estrategias vivenciales, procurando que los contenidos se dieran de una manera más significativa.
- Adquirir experiencia en el manejo de grupos con adolescentes.
- Recabar información para realizar la investigación y redactar el reporte de “Informe de práctica profesional de servicio a la comunidad”, buscando así la titulación.
- Elaboración del trabajo final.

## 2.9 Limitaciones

- La indiferencia de algunos alumnos por la materia, inclusive mostrando poca asistencia a clase.
- Esperar que los alumnos con el **Diplomado en Desarrollo Humano** disminuyan el número de materias reprobadas y aumenten su promedio, lo cual en la realidad, los alumnos siguen mostrando alto índice de reprobación y deserción.
- Seguir siendo Orientación una materia extracurricular, lo cual provoca cierto desinterés o falta de compromiso para los alumnos que solo esperan ver una calificación numérica en la boleta.

### APARTADO III

#### SUSTENTO TEÓRICO-METODOLÓGICO DE LA PRÁCTICA PROFESIONAL.

#### 3. MARCO TEÓRICO.

Al iniciar el trabajo en el proyecto **Diplomado en Desarrollo Humano**, surgió la inquietud de establecer el marco teórico que fundamentaría la labor realizada en dicho programa, y así mismo aparecieron algunas interrogantes que permitieron puntualizar los temas que se revisarían y que servirían como base para la presentación de este apartado. A continuación se presentan las preguntas realizadas, los temas seleccionados y los apartados que se desarrollarán posteriormente para profundizar el tema.

PREGUNTAS	TEMAS
	¿Qué es <b>Desarrollo Humano</b> ?
¿Qué?	¿Qué características tiene el desarrollo del adolescente?
	¿Para qué es necesario revisar este tema con los estudiantes del CECyT y qué fines tiene?
¿Para qué?	¿A quién va dirigido este programa y qué características tiene esta población?
¿Para quién?	¿De qué manera se debe impartir el <b>Diplomado en Desarrollo Humano</b> para cumplir con los Objetivos del programa?
¿Cómo?	¿Dónde se desarrollará dicho <b>Diplomado</b> y bajo qué condiciones?

a) **Desarrollo Humano**

b) El enfoque de la **Orientación Educativa y su Formación Integral**.

c) **Corriente Psicológica** con la que se concibe al adolescente

d) **Fundamento Pedagógico, Filosófico y Sociológico del Diplomado en D.H.**

e) **Intervención**

### 3.1 DESARROLLO HUMANO.

Complejo y rico, lleno de retos e interrogantes, el proceso de desarrollo del hombre es producto de muchos hilos: la mezcla de lo biológico y lo cultural, lo entretreído de pensamientos y sentimientos, la unión de las agitaciones internas y la presión exterior. El proceso inicia con la concepción y continua durante toda la vida, tiene tantos cursos como gente hay en el mundo, pues cada ser humano se desarrolla en forma única, sumergido en el contexto de su propio medio.

De acuerdo con Grace J. Craig, “El termino desarrollo se refiere a los cambios en el tiempo de estructura, pensamiento o conducta del individuo debidos a influencias biológicas y ambientales”.(7).

“Desde el nacimiento, el organismo humano manifiesta un impulso activo hacia el crecimiento, es decir: a la extensión, diferenciación e interrogación dentro de si mismo y en relación con el medio externo”.(8).

Por lo que el concepto de desarrollo, entendiéndolo como la serie de modificaciones que tienen los seres humanos en busca de lo mejor, se aplica a lo psíquico y a lo corporal.

Algunos procesos de desarrollo, como el crecimiento prenatal, son ante todo biológicos, mientras otros dependen principalmente del medio como aprender un idioma estando en un país extranjero. Sin embargo, casi ningún desarrollo puede ser categorizado con claridad como biológico o ambiental pues conlleva la interacción de ambos.

El curso de la vida del hombre presenta fases características y específicas que han sido estudiadas por diversos autores, los cuales tienen puntos que coinciden y algunos otros puntos son variables.

(7) CRAIG, Grace J. Desarrollo Psicológico. Ed. Prentice Hall p 56

(8) DORSCH, Friedrich. Diccionario de psicología. Ed. Herder. p 233

Por lo que este trabajo se decidió clasificar el desarrollo en tres áreas: física, cognoscitiva y psicosocial.

Es importante que por ser el objeto de estudio la etapa adolescente, se tome en cuenta todos los aspectos de su desarrollo para tener una visión integral de las características que debe tomar en cuenta el orientador por tener contacto directo con los jóvenes y ser parte de su formación en esta etapa.

Por lo tanto a continuación se puntualizan las principales características del desarrollo adolescente en cada una de sus áreas:

### 3.1.1 DESARROLLO FÍSICO.

En la mujer:

- Desarrollo de las características sexuales primarias:
- Comienza la menstruación
- Maduración de los órganos reproductores
- Desarrollo de las características sexuales secundarias:
  - Senos
  - Vello púbico
  - Vello axilar
  - Aumento del ancho y la profundidad de la pelvis
  - Crecimiento del cuerpo
  - Aumento de la producción de las glándulas sebáceas y sudoríparas (el cual puede producir acné)

En el hombre:

- Desarrollo de las características sexuales primarias:
- Presencia de espermatozoides en los varones
- Maduración de los órganos reproductores
- Desarrollo de las características sexuales secundarias:
  - Vello púbico
  - Vello axilar
  - Vello facial
  - Cambios en la voz y la piel
  - Ensanchamiento de la espalda
  - Crecimiento del cuerpo
  - Aumento de la producción de la glándulas sebáceas y sudoríparas (el cual puede producir acné)

### **3.1.2 DESARROLLO PSICOSOCIAL.**

Los cambios físicos de la adolescencia tienen muchas manifestaciones psicológicas como:

- Buscan su identidad, se preguntan ¿quién soy?. Según Eric Erikson, la crisis psicosocial de la adolescencia es la confusión de identidad. Se da un conflicto entre el anhelo de los jóvenes por hallar su propia identidad, para expresarse como seres únicos y el deseo de ser iguales a sus amigos o sus amigas.
- La sexualidad de los adolescentes influye en el desarrollo de su identidad. La masturbación y las ocasionales experiencias homosexuales a temprana edad son comunes.
- Las actitudes y los comportamientos sexuales son más liberales en la actualidad que en el pasado.
- Las relaciones entre los padres no siempre son las mejores porque en esta edad encuentran fallas en las figuras de autoridad.
- Los adolescentes pasan mucho tiempo con sus compañeros, quienes tienen un rol fundamental en su desarrollo. Las amistades se tornan más estrechas y se desarrollan relaciones con parejas del otro sexo.
- La presión de los compañeros influyen mucho en el comportamiento de los adolescentes.
- A esta edad se interesan más por su apariencia que por cualquier otro aspecto de sí mismos. Muchos de ellos se encuentran a disgusto con su físico y presentan un desequilibrio en la autoestima, se llegan a dar problemas de anorexia y bulimia nerviosa.

### **3.1.3 DESARROLLO COGNOSCITIVO**

De acuerdo a Piaget el adolescente se encuentra en la etapa de las operaciones formales, lo cual se caracteriza por la habilidad para pensar en forma abstracta.



Es decir, si lo comparamos con un niño, el adolescente es un individuo que construye sistemas y teorías.

En esta etapa las personas pueden aplicar el razonamiento hipotético deductivo. Pueden pensar en términos de posibilidades, tratar problemas de manera flexible y probar hipótesis.

Según Piaget los cambios internos y externos en la vida del adolescente se combinan para llegar a la madurez cognitiva.

Hacia los once y los doce años, la construcción de los sistemas que caracterizan la adolescencia se hace posible: las operaciones formales aportan al pensamiento un poder nuevo, que equivale a desligarlo de lo real para permitirle realizar reflexiones teóricas, la inteligencia formal marca la libertad de reflexionar espontáneamente sobre la vida misma, la religión, la política, la familia, la sexualidad, entre otros temas de interés para esta edad, construyendo sus propias teorías y conclusiones.

Piaget dice en su texto, seis estudios de psicología, que existe un egocentrismo intelectual en la adolescencia que se manifiesta a través de la creencia en la reflexión todopoderosa, como si el mundo tuviera que someterse a los sistemas y no los sistemas a la realidad.

El egocentrismo adolescente encuentra poco a poco su corrección en una reconciliación entre el pensamiento formal y la realidad, el equilibrio se alcanza cuando la reflexión comprende que la función que le corresponde no es contradecir, sino anticipar e interpretar la experiencia.

El orientador y en específico en el presente proyecto es importante contar con esta información para sensibilizarse y conocer de manera mas profunda a las personas a quien se dirige el **Diplomado en Desarrollo Humano**, pues así podremos visualizar al adolescente en su desarrollo integral al tomar en cuenta todos sus aspectos o áreas de manera conjunta que simultáneamente van creciendo y forman la personalidad de cada

uno de los adolescentes, quienes se pretende beneficiar en el programa de Orientación Juvenil con sus diversos proyectos y en este caso en específico el Diplomado.

### **3.2 EL ENFOQUE DE LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA Y SU FORMACIÓN INTEGRAL.**

El **Diplomado en Desarrollo Humano** es un proyecto que se lleva a cabo desde que ingresan los alumnos de primer semestre hasta el sexto semestre, bajo la responsabilidad del equipo de Orientación Juvenil por ser este departamento el que tiene como objetivo primordial brindar **Orientación Educativa** a los estudiantes de esta institución.

Hablar de una **Orientación Educativa** como tal es difícil, por que actualmente lo que existe son enfoques de la Orientación. Esto ha llevado a los orientadores a fijarse en distintas corrientes psicológicas o pedagógicas para desarrollar su trabajo que finalmente se puede describir como más práctico que teórico, ya que atiende problemas inmediatos.

En nuestros días la **Orientación** se lleva a cabo en diversos ámbitos y bajo diferentes perspectivas, con la finalidad de coadyuvar a la **formación integral** de los alumnos, brindándoles elementos que impulsen sus potencialidades y desarrollo en todas sus áreas: cognitiva, emotiva, afectiva, profesional y social.

Sin embargo, a continuación se profundiza un poco más acerca del proceso de **Orientación Educativa**.

#### **3.2.1 El Proceso de Orientación**

"La orientación como tal es un proceso de ayuda técnica y humana dirigida al individuo para que alcance autonomía personal y madurez social". (9)

La orientación se vale de recursos y técnicas específicas con el propósito de conseguir su cometido, la labor fundamental es realizada por un orientador y el proceso de la

(9) Diccionario de las Ciencias de la Educación Tomo I, p. 1072

orientación se basa en los siguientes principios:

- Es de carácter procesal.
- Respeta las diferencias individuales.
- Es para todos los sujetos.
- Tiene un carácter preventivo.

En 1965 Mollenhannuer afirmó que la orientación es un aspecto importante de la educación y que por ello, necesita una base teórica que manifieste y contribuya como un proceso de orientación sociopedagógico y no solo psicológico, clínico o terapéutico.

Hablando sobre la dimensión social de la orientación, actualmente se *ha dejado de* considerar a ésta como un proceso centrado en *el educando* (orientación vocacional), sino que se le da un nuevo enfoque de solución o prevención al abarcar el desarrollo de todo sujeto, tanto en lo personal, como en lo social y en la mejoría de sus relaciones familiares.

### 3.2.2. Orientación Educativa

“La **Orientación Educativa** se concibe como una práctica universal ejercida en su expresión sencilla, por el hombre que mediante la palabra guía a otro; que establece con su interlocutor una relación ética o pedagógica y el conocimiento de la realidad, con el propósito de lograr su ubicación oportuna en ella, y en ese sentido, cuente con los elementos para desarrollar su proyecto de vida”. (10)

Martiniano Arredondo afirma que la **Orientación Educativa** se presenta como uno de los medios más importantes de la educación para adaptarlo y dirigirlo hacia la autorrealización.

“La **Orientación Educativa** es un proceso educativo individualizado de ayuda al educando en su progresión y realización personal; lograda a través de la libre asunción de valores, y el ejercicio intencionadamente *por* los educadores en situaciones diversas que entrañen comunicación y la posibilidad”. (11)

(10) DOROE. Documento rector de **Orientación Educativa**. p.7

(11) GORDILLO, María Victoria. La Orientación en el Proceso Educativo. p. 106

La **Orientación Educativa** tiene, entre otras, las siguientes características:

- Es un proceso educativo activo
- Debe mantener una relación de ayuda, comunicación y apoyo mutuo
- Involucra al orientador, profesores, padres de familia y al individuo objeto de la orientación.
- Se desarrolla en situaciones diversas como: clases, reuniones informales y escuela para padres, entre otras.

La **Orientación Educativa**, puede ejercerse en el ámbito escolar en sus diferentes niveles, pero también en la industria, servicios gubernamentales u organismos sociales.

Con base en lo anterior se puede afirmar que el fin primordial de la **Orientación Educativa** es ayudar a los individuos a tener un mejor desarrollo, realización personal, social, educativa y profesional: es un complemento de la educación que actúa de acuerdo con los objetivos que marca.

### **3.2.3 Tipos de Orientación Educativa**

En la labor de la **Orientación Educativa** se enmarcan los siguientes tipos:

- Orientación Escolar
- Orientación Profesional ----Laboral / Vocacional
- Orientación Personal

La Orientación Escolar se define como el proceso de ayuda al alumno en cuestiones relacionadas con su proceso educativo formal, para que, a lo largo de su recorrido, realice elecciones acordes con sus intereses, capacidades y situación personal. El tipo de ayuda que la orientación escolar ofrece, reviste características distintas. Según el nivel escolar del alumno, la orientación entonces abrirá el abanico de posibilidades a sus apetencias y fortalecerá las actitudes de apertura y los hábitos de trabajo y

comportamiento. La orientación apoyará la exploración del alumno, sin singularizar capacidades o trabajos y estimulará el desarrollo de conductas integradas y abiertas que reduzcan las inadaptaciones. La orientación escolar incidirá también en el conocimiento de los distintos estudios y especialidades y su situación laboral presente y futura, estimulando la definición personal.

La Orientación Profesional es un proceso de ayuda al sujeto para la decisión, formación y ubicación profesional que trata de integrar las exigencias personales con las necesidades sociales.

Los factores esenciales que se interrelacionan en este proceso son:

- Personales
- Profesionales
- Socioeconómicos
- De preparación pre-profesional

Orientación Personal es el Proceso de ayuda a un sujeto en el conocimiento de sí mismo y de la sociedad en que vive para que alcance su propia autonomía personal y una madura integración social.

El contenido específico de ésta es la vida íntima de la persona: valores, creencias, actitudes, sentimientos, etc.

El objetivo es lograr que cada orientador elabore y ponga en práctica un proyecto personal de vida. El centro de la orientación personal es la persona.

### 3.2.4 Orientación Juvenil

La Orientación Integral de la Institución, donde presenté mi Servicio Social, aborda las siguientes dimensiones:

**Institucional:** Se enfoca al proceso de integración de la comunidad a la identidad y cultura politécnica.

**Psicopedagógica:** Hace referencia al ámbito del proceso de enseñanza-aprendizaje.

**Vocacional y profesional:** Implica el asesoramiento e información para conocer y reconocer competencias, preferencias, oportunidades y valores que cada quien tiene para ser aprovechadas en su elección y decisión profesional.

**Desarrollo individual y social:** Se refiere al proceso formativo personal en cuanto a valores, responsabilidad, autoconocimiento, autoconciencia de sentimientos, pensamientos, emociones, deseos y acciones, autoestima, toma de decisiones, etc.

**Prevención:** Para evitar dificultades que obstaculicen el desarrollo integral.

**Dimensión en y para la diversidad:** En esta dimensión se promueve el reconocimiento y respeto a la individualidad y diferencia de las personas, contribuyendo a dar una respuesta apropiada a la diversidad del alumnado.

Es el departamento de Orientación Juvenil que bajo estas dimensiones pretende “contribuir a través de sus diversos proyectos a la formación de hombres con un gran sentido de identidad personal, institucional y nacional, con las suficientes habilidades y destrezas para asegurar su permanencia en el IPN, conformando así un desarrollo armónico e integral, del que aprenda a elegir de una serie de alternativas, un estilo de vida del que se sienta orgulloso”. (12)

(12) Programa Institucional de Orientación Juvenil 1999-2000 p.6

Para que se logren los objetivos de la Orientación se deben planear acciones y realizarse de manera constante, desde el ingreso del estudiante a la institución educativa y durante su permanencia en ella, sensibilizando no solo al individuo sino a sus grupos cercanos. Así el compromiso de cada institución es brindar a los estudiantes actividades que permitan auto conocerse e identificar sus intereses y valores, para alcanzar sus metas y al mismo tiempo lograr una formación integral conjuntamente con sus asignaturas curriculares.

### **3.2.5 Perfil del Orientador (a)**

Se puede decir que el papel de la Orientación es en sí una actividad muy ambiciosa al pretender formar adolescentes bajo todas sus áreas de desarrollo, de una manera integral y tomando en cuenta todo su entorno que también influyen en este proceso de formación como la familia, los grupos sociales y los medios de comunicación, por lo que es fundamental tener claro qué características deben tener las personas encargadas de desempeñar la labor tan importante de orientación.

En el Modelo Integral de Orientación del IPN, se describe el perfil del orientador(a) que a continuación describo:

El perfil contempla competencias, motivaciones, aptitudes y cualidades que el/la orientador/a deben tener y/o bien ir conformando dentro de su desarrollo personal y profesional.

El orientador(a) debe ser:

- Empático, comprensivo y asertivo.
- Comprometido con su formación y crecimiento personal.
- Respetuoso de las diferencias personales.
- Informado en el acontecer nacional y mundial.
- Responsable ética y socialmente.

- Abierto para aceptar la libertad de pensamiento.
- Reflexivo y crítico ante su tarea.
- Abierto a los cambios.
- Capaz de promover el aprendizaje.
- Asumirse como agente socializador.
- Dominar su disciplina y con amplios conocimientos del quehacer docente.
- Actualizado en el conocimiento y ejercicio pedagógico y de comunicación.
- Ser proclive al uso de materiales educativos y nuevas tecnologías.
- Interesado e involucrado en el campo de la investigación.
- Capacitado para la formación, coordinación y el trabajo en equipos interdisciplinarios.
- Poseer tolerancia, humildad, integridad ética, paciencia, alegría de vivir, amorosidad y justicia.
- Ser líder.
- Saber escuchar.

La finalidad de hacer una reflexión de la labor de la Orientación y del orientador que se desarrollan en el CECyT No. 2, es con la finalidad de analizar qué se entiende y qué se quiere lograr al brindar este servicio de Orientación Juvenil, para así poder definir bajo qué línea se quiere y se debe trabajar un proyecto de orientación como lo es el **Diplomado en Desarrollo Humano**, además de conocer las características que una persona debe tener o desarrollar al desempeñarse como orientador (a).

### **3.3 Corriente Psicológica con la que se concibe al adolescente.**

Es necesario investigar las características principales de la adolescencia, ya que el proyecto está dirigido a estudiantes que atraviesan esta etapa.

Se retoma la teoría de Eric Erikson “Teoría epigenética de la identidad”, quien piensa que el desarrollo del ser humano es influido no solo por lo hereditario y lo genético, sino por diversos aspectos como la cultura, la familia, la economía, los cambios tecnológicos y el



propio individuo que al ir conociendo e interpretando sus experiencias adquiere gradualmente su identidad.

La teoría de Jean Piaget, quien estudió las teorías del pensamiento desde el nacimiento hasta la adolescencia, lo que nos permite conocer los cambios ocurridos en el pensamiento del joven en esta etapa.

La adolescencia es una etapa de transición entre la niñez y la edad adulta, “su punto de partida es la pubertad, que desencadena una verdadera revolución biológica, psicológica y social en los individuos” (13) en donde el adolescente debe luchar por construir una personalidad única y asumir las riendas de su vida.

A continuación se describen las características psicológicas de la adolescencia temprana y mediana que Peter Bloos establece, ya que en estas etapas se encuentran los jóvenes de primer y segundo semestre del CECyT No. 2.

La adolescencia temprana se ubica entre los 14 y 15 años, en ella hay una confusión y desorganización del autoconcepto, que lentamente se va desentrañando para buscar la identidad. En esta etapa los muchachos tienen dos tareas de maduración: la aceptación de los cambios físicos y biológicos y la pérdida de los padres de la infancia.

Esta confusión y desorganización se da porque los adolescentes pierden su niñez y con ella distintos aspectos como sus juegos, juguetes, privilegios y su rol dentro de la familia, entre otras cosas.

Ante esta situación el adolescente rompe convencionalismos, reglas, costumbres de sus padres y maestros generalmente.

(13) MERINO, Gamiño Ma. Del Carmen. La adolescencia y su conflicto social. Pp. 19

En cuanto a su pensamiento Piaget explica que no hay capacidad hipotética-deductiva, el adolescente de esta etapa sólo vive su presente y su futuro está lleno de fantasía.

Los muchachos requieren el apoyo en la toma de decisiones y en sus responsabilidades.

Los adolescentes que ingresan al CECyT se encuentran entre los 15 y 17 años, en la fase de la adolescencia mediana.

Esta etapa se caracteriza porque el joven tiene una participación más activa en la vida en grupos, los cuales le brindan la oportunidad de jugar distintos roles, donde serán aceptados, rechazados, admirados y criticados. Esta participación permitirá conocer y cimentar valores tales como la lealtad, amistad, noviazgo, etc. Que servirán como base para el autoconcepto. Su elaboración será la raíz de su identidad.

El proceso de identidad para el adolescente se caracteriza por la necesidad de ser el mismo, de alcanzar su sentido de autonomía y de tomar sus propias decisiones.

Piaget ubica al adolescente de esta etapa en el estadio de las operaciones formales en la cual, el muchacho ya no actúa solamente entre los objetos, puesto que elabora reflexiones y teorías y es capaz de razonar correctamente sobre proposiciones en las que no cree.

En el ambiente escolar los adolescentes se ven obligados a manejar su pensamiento abstracto, al mismo tiempo que éste les ofrece un ambiente de relativa libertad, la cual no todos saben manejar, por lo que los jóvenes requieren de límites y normas claras que les permitan saber hasta donde pueden llegar.

#### **3.4 Fundamento Pedagógico del Diplomado en Desarrollo Humano**

Se retomó la corriente del Cognitivismo y Constructivismo porque ambas son una síntesis de varias teorías psicológicas de la educación en las que destaca: la teoría genética de **Piaget**, la teoría del origen sociocultural y de los procesos psicológicos superiores de **Vigotsky**, y de la teoría del aprendizaje significativo de **Ausubel**.

### 3.4.1 Piaget.

Según Piaget, la inteligencia consiste en la capacidad de mantener una constante adaptación de los esquemas del sujeto al mundo en que se desenvuelve. Los esquemas son las representaciones del mundo que rodea al sujeto, contruidos por éste.

Para lograr esa adaptación se pasa por un mecanismo básico que consiste en un proceso de equilibrio, con dos componentes interrelacionados de asimilación y acomodación. La asimilación se refiere a la incorporación de nueva información a los esquemas que ya posee y la acomodación a la modificación de dichos esquemas.

Estos dos procesos (asimilación y acomodación) permiten que los esquemas del sujeto se encuentren siempre adaptados al ambiente, y permite el continuo crecimiento.

La equilibración es una tendencia innata de los individuos a modificar sus esquemas de forma que les permita dar coherencia a su mundo percibido. Es importante recordar que Piaget nos explica cómo aprende el niño, pero no especifica la forma en que ha de ser instituido, por lo que al hacer un análisis de su teoría podemos deducir que el rol de la educación consistiría en promover las oportunidades y los materiales para que los educandos puedan aprender activamente y formar sus propias concepciones, ya que Piaget atribuye a la acción un rol fundamental en el aprendizaje al decir: “el niño aprende lo que hace, la experiencia y manipulación del niño de los objetos le permitirá abstraer sus propiedades, cualidades y características” (14).

El aprendizaje es una actividad conformada por los procesos de asimilación y acomodación, el equilibrio resultante le permite a la persona adaptarse activamente a la realidad, lo cual constituye el fin último del aprendizaje.

(14) “Enciclopedia práctica para el docente”. Cultural S.A., Madrid España 2002. pp. 275

Otros aspectos importantes de la teoría de Piaget son:

- Las acciones mentales se crean mediante la manipulación de objetos; es decir, es inevitable la necesidad de una manipulación física sobre el medio.
- El aprendizaje en cualquier edad necesita del contacto con la realidad concreta.
- Para que el desarrollo se produzca tiene que darse intercambio de pensamiento y cooperación con los demás.
- El lenguaje también juega un papel importante en el crecimiento mental.

### 3.4.2 Vigotsky

La concepción de Vigotsky sobre el aprendizaje es de una actividad integrada en las actividades sociales de los miembros de una comunidad.

El conocimiento y su relación con el aprendizaje plantea que el conocimiento existe por las personas y la comunidad que lo construye, lo define, lo extiende y hace uso significativo de ello con el fin de resolver problemas y entender su contexto sociocultural.

En esta teoría la cultura juega un papel importante ya que ésta provee al ser humano las herramientas necesarias para transformar su entorno, adaptándose activamente a él.

La cultura está constituida básicamente por sistemas de signos o símbolos que median nuestras acciones. El sistema de signos más usado es el lenguaje hablado, pero hay muchos otros como la aritmética, la lectoescritura, etc.

De acuerdo al pensamiento de Vigotsky la adquisición de conocimiento comienza siendo intrapersonal: “En el desarrollo cultural del niño, toda función aparece dos veces: primero entre personas (interpsicológica) y después en el interior del propio niño (intrapicológica)”. (15)

(15) Ibid pp.282

Para Vigotsky el aprendizaje supone un carácter social determinado y un proceso por el cual los niños se introducen, al desarrollarse, en la vida intelectual de aquellos que los rodean. Así la comprensión y adquisición del lenguaje y los conceptos se realizan por el encuentro con el medio físico y sobretodo por la interacción entre las personas.

En esta teoría se distingue dos niveles en el desarrollo: el desarrollo real que indica lo alcanzado por el individuo y el desarrollo potencial, que muestra lo que el individuo puede hacer con la ayuda de los demás. La zona de desarrollo próximo (ZDP) es la distancia entre el nivel real de desarrollo y el nivel de desarrollo potencial.

“...Vigotsky afirma: La zona de desarrollo próximo no es otra cosa que la distancia entre el nivel de desarrollo actual, determinado por la capacidad de resolver individualmente un problema y el nivel de desarrollo potencial, determinado a través de la resolución del mismo problema bajo la guía de un adulto o en colaboración con un compañero más capaz”. (16)

### **3.4.3 Ausubel**

Ausubel propone la teoría del proceso de aprendizaje según el punto de vista cognoscitivo, pero tomando en cuenta además factores afectivos tales como la motivación. Para él, el aprendizaje significa la organización e integración de información en la estructura cognoscitiva del individuo. El concepto más importante de la teoría de Ausubel es el aprendizaje significativo que ocurre cuando la nueva información se enlaza con las ideas que ya existen en la estructura cognoscitiva del que aprende.

En esta teoría básicamente las nuevas ideas pueden ser totalmente aprendidas sólo en la medida en que puedan relacionarse a conceptos existentes en la estructura cognoscitiva, los cuales proporcionan enlaces adecuados. Si el nuevo material no puede ser relacionado con dicha estructura por no existir conceptos integradores, entonces no puede ser retenido ni aprendido. Para evitar esto el profesor debe organizar la secuencia del conocimiento de

(16) Ibid pp. 284

tal manera que de no existir dichos conceptos, ellos puedan ser contruidos. El aprendiz por su parte debe tomar parte activa en este proceso y buscar las ideas que existen en su mente donde pueda incluir la nueva información además de desarrollar el aprendizaje por descubrimiento.

Las teorías mencionadas se aglutinan en lo que denominamos aprendizaje significativo y las podemos relacionar entre sí, siguiendo los principios psicopedagógicos que deben tener cualquier modelo de enseñanza aprendizaje expuestos por César Coll en Psicología genética y aprendizaje escolar.

#### 1.- El nivel de desarrollo del alumno.

- a. De acuerdo con los estudios de Psicología evolutiva es preciso partir en todo momento del nivel de desarrollo en que se encuentra.
- b. Según los principios del constructivismo, la actividad educativa debe estar condicionada por los conocimientos previos que posee el alumno, puesto que el inicio de un nuevo aprendizaje se da a partir de los conceptos, representaciones y conocimientos que el alumno ha construido en el transcurso de sus experiencias previas.

#### 2.- Significatividad y funcionalidad del aprendizaje.

La práctica educativa debe asegurar la construcción de aprendizajes significativos de contenidos. El aprendizaje presenta dos exigencias:

- a. Que los contenidos impartidos sean significativos.
- b. Que exista una actitud favorable para aprender significativamente; es decir que el alumno esté motivado para relacionar lo que aprende con lo que ya sabe.

### 3.- Aprender a aprender y memorización comprensiva.

Toda intervención educativa debe, además de tratar que los alumnos realicen aprendizajes significativos por si solos, tratar de que sean capaces de aprender a aprender.

### 4.- Aprendizaje significativo y esquemas de conocimiento.

La intervención educativa debe dirigirse hacia la modificación de esquemas de conocimiento, como consecuencia del aprendizaje, la aparición de un nuevo conocimiento supone romper el equilibrio conceptual en el que el sujeto está instalado, superado el desequilibrio se logra la adaptación y así sucesivamente este proceso que llega a un aprendizaje funcional.

### 5.- Actividad, interactividad y aprendizaje significativo.

Para lograr un aprendizaje significativo se requiere por parte del alumno una actividad fundamentalmente interna y una interacción con todo y todos los que le rodean.

## **3.5 Fundamento filosófico del Diplomado en Desarrollo Humano.**

Se retoma al **Humanismo** porque comparte con la filosofía existencialista la visión del **hombre como un ser creativo, libre y consciente**. Los humanistas ponen énfasis en indagar y dilucidar los fines últimos de la existencia humana, parten del hecho de que los humanos somos seres finitos, mortales. Por lo tanto, si estamos aquí por un tiempo limitado, qué significado le damos a nuestra existencia. Los humanistas responden que el sentido de nuestra vida es buscar la autorrealización, definida como realización creciente de las potencialidades, capacidades y talentos; como cumplimiento de un destino o vocación, como conocimiento y aceptación más plenos de la naturaleza intrínseca propia y como tendencia constante hacia la unidad de integración, dentro de los límites de una misma persona.

Algunos de los principios de la ética humanista, descritos por Maslow (1970) y elaborados por Bugental (1971), son:

- Aceptar la responsabilidad de las propias acciones.
- Reciprocidad en las relaciones: reconocer la perspectiva del otro.
- Una perspectiva existencial o del aquí y del ahora, acentuando que siempre se vive sólo en el presente.
- Reconocimiento de emociones tales como el dolor, conflicto, duelo, rabia y culpa es parte de la experiencia humana, que hay que comprender e incluso valorar, en vez de eliminarlos u ocultarlos; expresar las emociones revela una experiencia significativa en la vida de la persona.

La autorrealización es, de acuerdo con Carl Rogers “un proceso y no un estado del ser, una dirección y no un destino” (17). La persona autorrealizada se caracteriza por:

- Desear promover la autenticidad en las relaciones humanas, libres de hipocresías y falsedades.
- Manifestar un cierto escepticismo hacia la ciencia y la tecnología que pretenden la conquista y el control de la naturaleza y de los seres humanos; pero apoyando la ciencia y la tecnología que promuevan la autoconciencia y el autocontrol.
- Vivir el aquí y el ahora, valorar el momento presente; concibe cada experiencia como nueva y con ello cada instante sirve para enriquecer la vida.
- Oponerse a la burocratización, deshumanización e inflexibilidad de las instituciones y de la vida social.
- Regir su conducta por la autoridad interna y no externa.
- Confía en sus propios criterios y experiencias y desconfía de las imposiciones externas.
- Despegarse de los bienes materiales. El dinero y el status social no son sus objetivos de vida; por eso valora más el “ser” que el “tener”.

(17) ROGER, Carl. El proceso de convertirse en persona. Méx., Paidós, 2001. pp.121



Podemos distinguir algunos postulados fundamentales y comunes a la gran mayoría de los humanistas:

- a) El hombre es una totalidad que excede a la suma de sus partes. Para explicar y comprender al ser humano debemos estudiarlo en su totalidad y no haciendo fragmentaciones artificiales en una serie de procesos psicológicos moleculares.
- b) El hombre tiende en forma natural hacia su autorrealización. Existe una tendencia autoactualizante o formativa en el hombre que hace que, aún cuando se encuentre en condiciones desfavorables de la vida, se autodetermine, autorrealice y trascienda.
- c) El hombre es un ser en un contexto humano. Vive en relación con otras personas y esto constituye una característica inherente a su naturaleza.
- d) El hombre es consciente de sí mismo y de su existencia. Las personas se conducen en el presente de acuerdo con lo que fueron en el pasado y preparándose para vivir el futuro.
- e) El hombre tiene facultades para decidir. Tiene la libertad y conciencia propia para elegir y tomar sus propias decisiones. Por lo tanto, es un ente activo y constructor de su propia vida.
- f) El hombre es intencional. Los actos volitivos o intencionales de la persona se reflejan en sus propias decisiones o elecciones. El hombre, a través de sus intenciones, propósitos y actos volitivos, estructura una identidad personal que lo distingue de los demás.

Por lo expuesto anteriormente, la corriente humanista centra su atención y todos sus esfuerzos en la persona, contribuyendo a su autorrealización y trascendencia, así sea un criminal, profesional, niño, adulto, hombre, mujer, etc., buscando en él el lado rescatable para que a partir de ello, conducirlo al camino de su superación integral.

La persona está entendida en el sentido “ser existente”, aquella que ha descubierto su yo auténtico que ha dejado de lado las falsedades y máscaras y ha decidido ser el sí que uno realmente es. Quien ha removido la máscara que ha perturbado su yo real, es porque

posee libertad de sentir, pensar y ser; y con ello, ha dejado de ser alguien diferente de sí mismo.

### **3.5.1 La Educación Humanista.**

La función última de la educación humanista es la de promover la “autorrealización, la educación debe estimular las potencialidades de los individuos para que lleguen hasta la altura máxima que la especie humana puede alcanzar. El propósito final de la educación es ayudar a que las personas logren lo mejor de lo que son capaces.

Para Rogers, la educación tiene el importante papel de enseñar a las personas a vivir en paz, evitando las guerras, adiestrarlas en el cuidado del medio ambiente y sobretodo ayudar a los individuos a vivir en un mundo en perpetuo cambio, donde lo más importante no es adquirir conocimientos sino aprender a aprender.

Los humanistas hacen énfasis en los aspectos éticos y morales porque consideran que una buena educación debería convertir a las personas en seres altruistas, generosos, creativos; con una fuerte conciencia social, respetuosos de las necesidades, derechos e intereses de los demás. La autorrealización y tolerancia son virtudes que toda educación debe promover.

Una meta de la educación es ver que las necesidades psicológicas básicas (seguridad, pertenencia, dignidad, amor, respeto y estima) del individuo se satisfagan.

Hacernos más sensibles y conscientes de lo importante de la vida. Dado que en la actualidad y gracias al ritmo acelerado de vida, al bombardeo publicitario y comercial, nos hemos hecho insensibles para apreciar las cosas que realmente son importantes.

No debemos permanecer pasivos, alienados, sino activos, participativos, tendientes hacia el autodesarrollo.

### 3.5.2 Concepto de Aprendizaje.

La **psicología humanista** propone como **aprendizaje ideal el aprendizaje significativo o experiencial**. Define al aprendizaje como el proceso que modifica la percepción que los individuos tienen de la realidad, derivado de la reorganización del yo.

“El niño aprende de una manera que para él tiene sentido y significación, aprendizaje éste que avanza a un ritmo veloz en extremo” (18)

El aprendizaje significativo es de tipo total y abarca a toda persona porque combina lo cognoscitivo y lo afectivo. Este aprendizaje debe ser autopromovido para ser duradero y profundo.

Para Rogers el aprendizaje significativo es un aprendizaje penetrante que no consiste en un simple aumento de conocimientos, sino que entreteteje cada aspecto de la existencia del individuo.

Aprender significativamente equivale a asimilar un contenido o un hábito de tal manera que efectivamente se incremente el “ser” del sujeto y no el “tener”. “Este aprender implica integración con conocimientos anteriores, y además, una cierta proyectabilidad en el futuro, de acuerdo con la orientación básica de la intencionalidad del sujeto”. (19)

Para que el aprendizaje significativo se logre, es necesario que sea autoiniciado y que el alumno vea el tema, los contenidos o conceptos a aprender como importantes para sus objetivos individuales y útiles para su desarrollo y enriquecimiento personal. Otro factor importante, es que eliminen las situaciones amenazantes. En lugar de ello, es necesario un ambiente de respeto, comprensión y apoyo para los alumnos.

(18) ROGERS, Carl y Jerome Freiberg. Libertad y creatividad en la educación. 3ª ed. Barcelona, Paidós. 1996. pp.69

(19) ROGERS, Carl. El proceso de convertirse en persona. P.246.

### 3.5.3 Papel del Maestro.

En la educación humanista el profesor debe partir siempre de las potencialidades y necesidades individuales de los estudiantes y con ello fomentar un clima social para que sea exitosa la comunicación de la información académica y emocional. Debe aceptar al alumno y ayudarlo a descubrir qué tipo de persona es, ayudarlo a reconocer sus propias aptitudes y limitaciones.

El papel del profesor debe ser de facilitador del aprendizaje proporcionándoles las condiciones para que el proceso enseñanza-aprendizaje se de en forma autónoma. “No podemos enseñarle a otra persona directamente; sólo podemos facilitar su aprendizaje” (20). Además de hacer conscientes a sus estudiantes de la importancia de aprender las distintas asignaturas.

Hay tres condiciones importantes para que el maestro facilite el aprendizaje y todas se relacionan con su forma de ser. La primera es la de comportarse auténticamente en el sentido de mostrarse ante los alumnos tal como es sin poses ni dobleces. La segunda, es la de crear un clima de aceptación, estima y confianza en el salón de clase de tal manera que exista un mutuo respeto entre profesores y alumnos donde todos se sientan que son importantes y que no se les va a criticar o enjuiciar. La última condición es la de tener una comprensión empática tratando de comprender sus relaciones íntimas, sólo así podrá ayudarles a superar las dificultades a las que se enfrentan y convertir estas experiencias en un vehículo de crecimiento personal.

En resumen las tareas del educador según Rogers tendrán que ser:

- Crear un clima inicial en el que las experiencias de grupo y clase se vean posibilidades.

(20) ROGERS, Carl. Psicoterapia centrada en el cliente. Buenos Aires, Paidós. 1972 p.333

- Comunicar a todo el grupo su confianza básica en la clase como tal y en cada uno de sus integrantes.
- Facilitar el esclarecimiento de los objetivos individuales, así como de los propósitos del grupo.
- Otorgar plena confianza a la fuerza motivacional básica del individuo.
- Suministrar todo tipo de recursos de aprendizaje.
- El facilitador se esfuerza por llegar en convertirse en un miembro más del grupo, intentando intervenir en plano de igualdad con todos los demás integrantes.
- Presentará especial atención a las expresiones de sentimientos personales profundos.

#### **3.5.4 Concepción del alumno.**

Si partimos de la definición de Rogers de que el ser humano tiene la capacidad, latente o manifiesta, de comprenderse a sí mismo, de resolver sus problemas de modo suficiente para lograr la satisfacción y la eficacia necesaria a un funcionamiento adecuado debería estar centrada en ayudar a los alumnos para que decidan lo que son y lo que quieren llegar a ser. Para que se desarrolle dicha capacidad, se necesita un ambiente favorable en donde prevalear las relaciones humanas positivas, de confianza y amor, ausentes de amenazas y exigencias diferentes a las que se plantea el propio individuo.

Es necesario ayudar a los estudiantes a explorar y comprender más adecuadamente el conocimiento de su persona y los significados de sus experiencias vivenciales.

Los alumnos son vistos como seres con iniciativa, con necesidades personales de crecer, capaces de autodeterminación y con la potencialidad de desarrollar actividades y solucionar problemas creativamente.

### 3.6 Fundamento Sociológico del Diplomado en Desarrollo Humano.

Para dar fundamento sociológico al Diplomado, se analizó la obra del Pedagogo brasileño Paulo Freire, quien expresa que la práctica de libertad sólo encontrará expresión adecuada en una pedagogía en que el oprimido tenga condiciones de descubrirse y conquistarse, reflexivamente como sujeto de su propio destino histórico.

Desde sus inicios Freire refleja la necesidad de una escuela democrática centrada en el educando y a través de una práctica pedagógica; se plantea pasar de la conciencia mágico-ingenua a la conciencia crítica fomentadora de transformaciones sociales.

En su libro “la educación como práctica de libertad”, quiere que el oprimido adquiera una **conciencia crítica**: parte de una propuesta dialógica y antiautoritaria.

Dice que las personas han nacido para comunicarse entre ellas. Esto es posible mediante una pedagogía para la libertad. Para ello, se necesita una sociedad con unas condiciones favorables, sociales, políticas y económicas. Se precisa una filosofía de la educación que piense como el oprimido y no para el oprimido.

La pedagogía de Freire podría denominarse como de la conciencia. Recoge temas como la cultura del silencio y plantea que **la educación debe concebirse como una acción cultural dirigida al cambio.**

En “Pedagogía del Oprimido” dice que existen dos tipos de educación: La domesticadora y la libertadora.

- La domesticación consiste en transmitir una conciencia bancaria de la educación: se impone el saber al educando, que permanece pasivo, sin derecho a opinión.
- La libertadora sigue la misma línea que la concientizadora.

“Las personas deben aprender a pronunciar sus propias palabras y no repetir las de otras personas. Por medio de la comunicación auténtica, a través del diálogo, el individuo se transforma en creador y sujeto de su propia historia”. (21)

El sistema educativo debe ayudar a que el sujeto contribuya al cambio social al proveer al educando de los instrumentos contra el desarraigo, pues la educación es la decisión, la responsabilidad social y política sustituye la anterior pasividad por nuevas pautas de participación.

Plantea que el proceso educativo no es neutral, sino que implica una acción cultural para la liberación o para la dominación. Si es para ésta última, estamos ante la educación bancaria, proceso educativo rígido, autoritario y antididáctico.

Crítica la concepción bancaria de la educación: “...el educador es el que sabe, los educandos los que no saben; el educador es el que piensa, los educandos los objetos pensados; el educador es el que habla, los educandos los que escuchan dócilmente...”(22)

Dice que la educación bancaria es necrófila, pues termina por archivar al hombre, sirviendo para su domesticación y su pasiva adaptación.

Freire plantea que la educación es un proceso a través del cual todas las personas implicadas en él educan y son educadas al mismo tiempo.

Este pensamiento de la **educación libertadora** es el concepto que maneja el modelo, haciendo que el niño **tome del mundo que le rodea la información que enriquece su bagaje cultural, desmitificando su realidad, reconstruyendo sus propias ideas y comunicando a los demás sobre éstas, logrando una libertad de pensamiento reflexivo.**

(21) FREIRE, Paulo. Pedagogía del Oprimido. Ed. Siglo XXI, Mex.1975 pp.77

(22) Ibid pp.85

### **3.7 Intervención**

La intervención es un procedimiento que es aplicado a comunidades tales como: grupos, organizaciones e instituciones, donde un profesional, en este caso el orientador, interviene con un equipo o grupo para instalar un dispositivo que comprende cierto número de sesiones, de horarios, de contenidos y de procedimientos, para producir un material que debe ser interpretado a través de una evaluación. De esta manera en la intervención se encuentran reunidas la investigación y la práctica. El interviniente será entonces un investigador-práctico, habilidad que debe desarrollar todo orientador o bien toda persona que se desenvuelva en cualquier área de la práctica educativa.

La modalidad de intervención del Modelo Integral de Orientación se realiza a través de programas, ya que permite la integralidad del proceso.

La intervención por programas incluye intervenciones individuales, grupales y masivas.

Los programas parten del análisis para detectar necesidades y favorecer una intervención orientadora de promoción, prevención y desarrollo, que permita el cambio de actitudes y la formación permanente.

#### **3.7.1 Características de la intervención**

LA INTERVENCIÓN SE CARACTERIZA POR SER UN PROCESO:

- Contextualizado
- Participativo-activo que implica a todos los agentes educativos
- Motivador
- Lúdico
- Integrador
- Reflexivo-crítico
- Creativo



- Funcional
- Flexible y abierto
- Individual, grupal y masivo (niveles de intervención)
- De promoción, preventivo y de desarrollo.

### 3.7.2 Unidad de intervención

GRUPAL- La clase para todos los alumnos es el ámbito de experiencia fundamental, tanto del Proceso Enseñanza-Aprendizaje como el proceso de socialización.

Es en grupo donde se presenta el **Diplomado en Desarrollo Humano**, durante la clase de **Orientación Educativa** que se imparte una hora a la semana durante todos los semestres.

La intervención grupal a través del Diplomado, es de carácter flexible y abierto, conforme a las necesidades detectadas al proceso de los alumnos y al proceso de evaluación y de la experiencia.

## APARTADO IV

### 4. Diplomado en Desarrollo Humano

El **Diplomado en Desarrollo Humano** en educación media superior, específicamente en el CECyT No. 2, estructura una serie de actividades encaminadas a generar el análisis y la reflexión sobre las alternativas existentes, para conformar su proyecto de vida.

El trabajo se realiza en forma dinámica y universal, propiciando el conocimiento de sí mismo y su desarrollo integral, siendo la participación activa de los estudiantes, la que promueve aprendizajes significativos.

#### 4.1 Antecedentes

A partir de que el Programa de Orientación Juvenil (1995-1997), se establece como estrategia básica el instrumentar un modelo educativo orientador, que complemente e incremente la eficiencia y la eficacia de la orientación en el IPN, se inician una serie de actividades que tienen como fin detectar las necesidades de los jóvenes y responder a sus demandas. Es entonces que se convoca a los coordinadores de las escuelas a trabajar en la conformación e implementación del **Diplomado en Desarrollo Humano**, cuya operación inicia en los planteles del nivel medio superior; sin embargo, la desigualdad, espacios, personal de orientación y recursos materiales, dio como resultado una acentuada heterogeneidad.

A pesar de las inconveniencias, el **Diplomado en Desarrollo Humano** dio sus primeros avances operando en Nivel Medio Superior de forma cocurricular, “de acuerdo con los datos proporcionados por DEMS, en el periodo 1995-1996, se atendieron 34303 alumnos de 43202 inscritos y en el periodo 1996-1997 se presentó un incremento, atendándose 39412 alumnos de 53652 que se inscribieron” (18)

(18) Programa Institucional de Orientación Juvenil 1998-2000 p. 36

Para 1997 se generaron algunos cambios en los contenidos del proyecto del diplomado, como resultado de la segunda reunión de Planeación y Evaluación efectuada con los coordinadores, proponiendo ajustes y modificaciones de acuerdo con las observaciones señaladas por los orientadores.

**Actualmente el Diplomado tiene el siguiente temario por semestre:**

<b>DIPLOMADO EN DESARROLLO HUMANO NIVEL MEDIO SUPERIOR</b>		
<b>MÓDULOS</b>	<b>CONTENIDO TEMÁTICO</b>	<b>SEMESTRE</b>
I.- Crecimiento Humano	Ser persona Valores Autoestima Asertividad	1er. semestre
II.- La importancia de la toma de decisiones	Toma de decisiones Carreras técnicas Materias optativas	2° semestre
III.- Enamoramiento y amor	Educar para la efectividad La amistad como valor Enamoramiento y noviazgo Importancia de la sexualidad Embarazo no deseado Prevención de las enfermedades de transmisión sexual	2° semestre
IV.- Abriendo el equipaje	Equipaje Patrones familiares repetitivos Etapas de mi vida	3er. semestre
V.- Equilibrio entre la razón y la emoción	Razón y emoción Manejo de tiempo libre Prevención de las adicciones	3er. semestre
VI.- ¿Qué puedo hacer ante	El problema y su detección	4° semestre

los problemas?	Alternativas de solución Elaboración de propuestas	
VII.- Decidiendo tu futuro	Búsqueda de un modelo de vida Proyecto de vida Elección de carrera a nivel superior	5º semestre
VIII.- Inducción al mercado laboral	Oferta y demanda en el mercado Mecanismos para la búsqueda de empleo Compromiso y responsabilidad en el trabajo ¿Cómo ser un profesional? Trabajando en equipo	6º semestre

A pesar de tener este planteamiento temático, como se mencionó anteriormente, es un proyecto flexible que puede tener modificaciones y ajustes de acuerdo a las características y necesidades muy particulares de la institución, cada semestre hay una semana de planificación en la cual el equipo que conforma el programa de Orientación comenta sus experiencias y valoran el trabajo que se ha desarrollado y sobretodo los resultados que se manifiestan a través del aprovechamiento académico de los estudiantes además de observar sus actitudes ante el estudio, su grupo social, etc. Es en esa planificación donde se define qué temas se abordarán en cada semestre modificando así los módulos, esperando abordar los contenidos temáticos que en esos momentos atiendan las necesidades de los alumnos, preparando estrategias innovadoras y acordes a cada situación de la práctica de la orientación. Sin embargo, a pesar de que el proyecto de **Diplomado en Desarrollo Humano** se ha llevado a la práctica junto con los otros proyectos que coordina Orientación Juvenil, no ha sido suficiente para mejorar las estadísticas de aprovechamiento académico, ya que se presenta un alto índice de reprobación y deserción.

#### 4.1.1 Importancia

El **Diplomado en Desarrollo Humano** ha cobrado importancia, tanto como un recurso de prevención e información, para reforzar el papel y la importancia de ser estudiantes activos.

Es un espacio que brinda la oportunidad de reflexión, análisis, comunicación e interacción de orientadores hacia alumnos para autoconocerse y aceptarse como seres humanos, para conocer diferentes caminos que los lleven a la realización de sus metas, valorando las actitudes que los conlleven al éxito en todos los ámbitos: personal, familiar, estudiantil y social.

Con el tiempo se le ha ido dando mayor valor e importancia a la materia de Orientación, ya que si se cumplen los requerimientos durante todos los semestres, al finalizar sus estudios de nivel medio superior, se les otorga un Diploma por haber cursado el **Diplomado en Desarrollo Humano**, el cual tiene valor curricular y en un futuro les puede servir, es por ello que se tiene mejor asistencia y participación en las sesiones actualmente.

#### 4.1.2 Definición

El término Diplomado, queda entendido como estudio que recibe un reconocimiento (Diploma), al término satisfactorio del mismo.

El Diploma es un reconocimiento oficial que establece un privilegio, tiene valor curricular al hacer válido un estudio o preparación recibida en algún área específica.

**Desarrollo Humano** se refiere a los cambios que va teniendo cada individuo en el tiempo de estructura, pensamiento o conducta, debidos a influencias biológicas o ambientales.

Por lo tanto, **Diplomado en Desarrollo Humano**, es el estudio que se imparte a través de la materia de **Orientación Educativa**, con la finalidad de coadyuvar a entender esos cambios que van teniendo los alumnos, sobre todo en esta etapa de adolescencia, propiciando situaciones donde experimente, crezca y aprenda a manejar adecuadamente problemáticas que puedan darse en un ámbito familiar, personal, académico o social.

Al término de su preparación de Nivel Medio Superior, se otorga el Diploma como constancia de que cursaron el **Diplomado en Desarrollo Humano**.

#### 4.1.3 Características

El **Diplomado en Desarrollo Humano** considera las siguientes características:

- **Carácter colectivo.** Al impartirlo de manera grupal permitiendo un espacio de comunicación, reflexión e interacción al compartir experiencias y puntos de vista diversos. La suma de las individualidades da un resultado mayor en donde todos aprendemos algo de todos en la relación:

Orientador – alumno

Alumno – alumno

Alumno – orientador.

- **Carácter instrumental.** El diplomado es un medio para conseguir mejorar las condiciones de vida de los alumnos, desde el ámbito personal, familiar, académico y social, promoviendo un proyecto con calidad de vida.
- **Carácter contextualizado.** El Diplomado debe basarse en aquellas circunstancias, realidades y condiciones que actúan sobre el desarrollo del adolescente. Es importante conocer las características de la población estudiantil a la que va dirigido, por lo que se retoma los estudios de investigación sobre estilos de vida,

en donde se expresan datos de edad, sexo, familia, ingresos, hábitos de estudio, hábitos alimenticios, estudios socioeconómicos, entre otros.

- **Carácter abierto.** En el sentido de ser flexible, enriquecido y adaptado a las circunstancias de cada grupo.

Debe permitir ser favorecido con la colaboración de personas que puedan aportar experiencias, conocimientos y opiniones útiles para el desarrollo del Diplomado.

Dirigido: a los alumnos de educación media superior.

Lineamientos de trabajo: Se desarrolla a través de reflexión y análisis durante seis semestres, una hora a la semana (cocurricular).

#### **4.1.4 Objetivos**

El **Diplomado en Desarrollo Humano** busca cumplir con los siguientes objetivos:

- Desarrollar el auto-conocimiento y auto-concepto a través de una toma de conciencia de sí mismo.
- Identificar aspectos de su historia personal para realizar una reflexión sobre su autoestima y el valor de sí mismo.
- Revisar el proceso de comunicación interpersonal desde un enfoque humanista.
- Vivenciar dinámicas que permitan al participante un aprendizaje significativo.
- Adquirir herramientas para identificar y expresar necesidades y sentimientos.
- Propiciar la creación de su proyecto de vida.

- Adquirir conciencia en la toma de decisiones, tanto en situaciones cotidianas como en situaciones determinantes, como la elección de carrera.
- Informar y prevenir ante problemáticas sociales comunes, como las adicciones y embarazos no deseados.
- Promover la participación activa y conciente de los miembros del grupo en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

#### **4.1.5 Metodología**

Se puede afirmar que la metodología empleada en las sesiones de formación es una cuestión fundamental para que ésta cobre sentido respecto a sus objetivos y su grado de utilidad.

**Orientación Educativa** no puede pretender propiciar la formación de sus asistentes teniéndolos como meros receptores de información, sino que tiene que optar claramente por metodologías activas y participativas.

La única manera de recoger y trabajar sus necesidades, dudas y problemas es convirtiéndolos en los protagonistas de su propio aprendizaje, facilitando, a través, de la metodología empleada, que puedan expresarse estas cuestiones y convertirse con toda intención en un foco de conocimiento.

Debemos retornar operativamente el carácter colectivo y participativo del Diplomado convirtiendo la participación tanto en un fin de la formación como en uno de sus instrumentos más útiles.

El elemento que define básicamente un modelo metodológico participativo es el de dar un rango de especial importancia a la producción y el trabajo grupal de los asistentes.



Esto debe ser tanto una voluntad explícita por parte de los orientadores como una manifestación constante en la distribución de objetivos y técnicas en las sesiones.

En este sentido el manejo de técnicas grupales activas y participativas se convierte en un recurso imprescindible para la dinamización del Diplomado. Quiero aquí recordar que cuando hablamos de técnicas activas y participativas no tomamos los dos términos como sinónimos, no toda técnica activa es participativa. Son activas aquellas técnicas que movilizan desde una perspectiva física, cognitiva o afectiva. Las participativas son, además de activas, coherentes con esa implicación de los asistentes y permiten que exista una elaboración colectiva de las aportaciones individuales y grupales. Aquello que se produce a través de una técnica participativa transforma en distinto grado las experiencias y conocimientos de los asistentes en un proceso en el que ellos participan activamente.

Una técnica activa es una actividad estimulante, puede poner en movimiento a todos los participantes de una sesión haciéndolos saltar, hablar rápidamente o simplemente levantándolos de sus asientos. Con las técnicas participativas implicamos y movilizamos a los asistentes para que ellos, con sus aportaciones, sus análisis y sus reflexiones enriquezcan la percepción del tema propuesto o abran nuevas vías de trabajo.

Las técnicas grupales, activas y participativas son herramientas de gran utilidad para alcanzar un alto grado de aprendizaje. Los modelos de formación participativos promueven en el grupo la comunicación horizontal. Junto a otro tipo de informaciones que pueden provenir de expertos o de materiales escritos o audiovisuales utilizados en el proceso formativo, facilitan que los alumnos conozcan y compartan experiencias, conocimientos y opiniones de otros que pueden resultar de gran utilidad para todos los asistentes.

Otra ventaja que acompaña la utilización de este tipo de técnicas es que resultan altamente motivadoras para los asistentes. La implicación, la proximidad, el enriquecimiento personal y el sentimiento de pertenencia a un grupo, son aspectos fundamentales para considerar exitosa la tarea formativa realizada en un **Diplomado en**

**Desarrollo Humano.** Los cuatro atributos son alcanzables a través de una utilización correcta de las técnicas activas y participativas.

La motivación es un elemento importante para el buen funcionamiento en el trabajo con adolescentes, si se tiene en cuenta todos los elementos que caracterizan a esta edad.

Esta motivación dependerá de una serie de factores, entre los que podemos destacar que los temas abordados sean interesantes para los participantes, que correspondan a sus necesidades y expectativas; que la información transmitida lo sea en un nivel y un código adecuado para ellos, sin que se decoren las cuestiones abordadas con excesivos tecnicismos, ni se traten de forma superficial y que la participación activa de los alumnos permita percibir cómo el trabajo grupal y el intercambio de experiencia, los convierte en uno de los ejes básicos.

#### **4.1.6 Evaluación**

En todo proceso educativo se debe considerar la evaluación como un instrumento que nos ha de acompañar permanentemente.

Evaluar no es otra cosa que poder conocer qué ocurre donde fijamos nuestra atención y cuáles son las consecuencias de nuestra acción. Se dice que evaluar no es otra cosa que dar argumentos para la toma de decisiones.

Cuando sondeamos a los asistentes de un centro, sobre sus necesidades formativas, sus inquietudes y sus problemas ya estamos «midiendo» esa parte de nuestra realidad sobre la que deseamos intervenir. Esta evaluación previa al desarrollo *de* una acción y que pretende conocer la realidad para poder actuar sobre ella, es denominada evaluación inicial. Por lo tanto a continuación se describe el **diagnóstico del Diplomado en Desarrollo Humano**, exponiendo la situación previa al trabajo realizado:

Al decidir reestructurar el Diplomado en Desarrollo Humano, se partió de la necesidad de fundamentarlo, ya que éste solo contaba con un temario, sin ningún fundamento teórico, ni enfoque pedagógico, psicológico, filosófico, ni sociológico, por lo que el diseño curricular del curso resultaba muy ambiguo y sin ninguna relación entre el objetivo planteado y la práctica en cada sesión; es decir había un desfase entre lo que se ideaba lograr con este Diplomado y la práctica real, ya que el equipo de orientadores en una reunión previa al inicio de cada semestre deciden los temas que se verán y se comparten e intercambian estrategias de trabajo, dejando de lado la formalidad que debe tener un curso como este. Es por esto que al tener un acercamiento al Programa de Orientación juvenil y hacer una valoración de sus diferentes proyectos se decidió llevar el servicio social reestructurando el Diplomado en Desarrollo Humano módulo I y II, con el propósito de elaborar un manual para el orientador como producto final, siendo éste una propuesta de trabajo fundamentado, llevado a la práctica y flexible para ser enriquecido.

A lo largo de las sesiones del **Diplomado en Desarrollo Humano** se debe emplear coordinadamente diversos recursos para evaluar. Tener conocimiento continuo de cómo se desarrollan en sus distintos aspectos las sesiones de formación, es un requisito indispensable para que el Diplomado cumpla correctamente sus objetivos. Se trata de la llamada evaluación de proceso.

La evaluación diaria del trabajo formativo puede realizarse por diversos medios. Por *un lado de, forma* sistematizada y periódica, preguntando a los asistentes por distintos aspectos del Diplomado utilizando cuestionarios breves que sintetizen y permitan cuantificar variables significativas *de* la formación que van desde el interés por el tema, el grado de cumplimiento de expectativas personales, cuestiones temáticas, organizativas o metodológicas.

El último tipo de evaluación aplicable a una tarea es la evaluación de producto o evaluación final. Ésta se realiza una vez concluidas las sesiones del Diplomado y permite conocer cómo se ha desarrollado la totalidad del proyecto, así como cuáles han sido sus resultados.

#### **4.1.7 Seguimiento.**

Siendo que el presente proyecto se trabajó bajo la característica de Servicio Social, considero pertinente que el seguimiento que se le de al mismo sea en base a la observación de actitudes del alumnado, por lo que los siguientes prestadores de servicio social a través del programa: Investigación e Intervención Pedagógica en el Programa de Orientación Juvenil del CECyT No.2 y el mismo equipo de orientadores de la Institución puedan hacerle las modificaciones apropiadas para el enriquecimiento de la propuesta, adaptándose siempre a las características de la población a quien se dirige.

Se pueden retomar del presente proyecto los resultados que de su aplicación se obtuvieron, haciendo un análisis de los alcances y limitaciones para partir de ahí en las siguientes propuestas de trabajo, por lo que mi aportación al Programa de Orientación Juvenil con mi participación, en el Diplomado en Desarrollo Humano y en la elaboración del manual para el orientador, queda flexible y abierto como una herramienta de apoyo para que sea retomado, aplicado, modificado y mejorado cuando el orientador lo requiera cubriendo sus propias necesidades y las de sus alumnos.

## APARTADO V

### DESARROLLO DEL PROGRAMA DISEÑADO PARA EL DIPLOMADO EN EL DESARROLLO HUMANO MÓDULO I Y II.

#### 5. Manual del orientador

El **Diplomado en Desarrollo Humano** que desempeña el Programa de Orientación Juvenil, se respalda por el diseño de un manual para el orientador, con el propósito de que queden plasmados los contenidos del Módulo I y II y pueda aplicarse la propuesta que presento dentro de la Institución las veces que sea necesario. A continuación se muestra:

“REESTRUCTURACIÓN Y APLICACIÓN DEL **DIPLOMADO EN DESARROLLO HUMANO**, MÓDULO I Y II QUE SE IMPARTE EN EL CECyT No. 2 MIGUEL BERNARD PERALES.”

#### PRESENTACIÓN

Esta propuesta de “Reestructuración y aplicación del **Diplomado en Desarrollo Humano** Módulo I y II”, pretende ofrecer una serie de actividades didácticas que promuevan el análisis, reflexión y comprensión de la importancia de desarrollarnos en todas nuestras potencialidades como seres humanos.

Lograr el perfil de los alumnos que se quieren formar implica esfuerzo, tiempo, dedicación y paciencia, el pretender fomentar actitudes positivas ante la vida misma y el estudio, es un proceso a largo plazo que requiere esfuerzo, energía y constancia para todos los involucrados: alumnos, profesores y por supuesto padres de familia.

El Diplomado pretende beneficiar de manera directa a los alumnos adolescentes, generando un crecimiento personal a través de sus temas y actividades, propiciando la creación de un proyecto de vida claro y positivo, en donde reconozcan que el eje

principal son ellos mismos, de tal manera que al reconocerse, valorarse y aceptarse como seres únicos e importantes reconozcan, valoren y acepten que la oportunidad que tienen de estudiar es imprescindible para la vida, por lo que deben aprovechar y mejorar su rendimiento académico.

## JUSTIFICACIÓN

Educar procede del latín educare, que significa encaminar, llevar hacia fuera, por tanto puede decirse que educación es el proceso que tiende a dirigir a una persona hacia un estado de madurez, que lo capacite para enfrentar conscientemente la realidad y actuar en ella de manera eficiente y responsable, a fin de atender las necesidades y aspiraciones personales y colectivas.

Como orientadora, he interactuado con adolescentes y me he podido percatar a través de sus conductas y comentarios, la falta de una formación integral que tenga impacto en cuanto a su crecimiento personal, sobretodo tratándose de autoestima, valores, toma de decisiones, hábitos de estudio, comunicación asertiva, entre otros.

Ven la materia de Orientación como una hora de relajamiento, de tiempo para hacer tareas de otras materias o como hora libre, sin entrar a las sesiones, por lo que se registra mucha deserción y desinterés.

Por todo esto, surge la inquietud de buscar estrategias innovadoras y esenciales para reforzar a la materia de Orientación, haciendo del **Diplomado en Desarrollo Humano** un espacio que favorezca la vida de nuestros alumnos adolescentes, despertándoles el interés y la motivación para asistir a las sesiones y que de cada una de ellas se lleven una reflexión que siembre aspectos de provecho, para tener una vida con mayor calidad, plenitud, independencia y sobretodo feliz.

La propuesta de actividades pretende ser también un material de apoyo para los orientadores, con la intención de brindar siempre una orientación de calidad que responda

a las necesidades de los alumnos, llenando sus expectativas, por lo que es flexible y abierto a enriquecerlo con el intercambio de opiniones y experiencias del equipo de orientadores.

### **Metodología para el Orientador**

Cada módulo consta de 20 sesiones, cada uno con duración de 60 minutos.

La metodología propuesta para el desarrollo de las sesiones, es la de **Diplomado en el** entendido de que para cada sesión cumpla su propósito y considerando lo valioso que resulta escuchar a los alumnos cada sesión contempla dos procesos:

- El primero, compartir con los alumnos con base en la investigación teórica para este proyecto, conocimientos con una base científica que sustenten la propuesta del mismo y conlleven a un análisis y reflexión de los temas que se abordan.
- El segundo, lograr una aproximación afectiva con base en el ejercicio de técnicas de integración, lecturas de reflexión, comunicación de experiencias, intercambios de puntos de vista, colaboración en los ejercicios de reflexión propuestos, todo con el propósito de enriquecer el Diplomado, lograr que ellos se sientan como la parte más importante de este proyecto.

Las actividades que contempla el proyecto son:

- Técnicas para romper el hielo
- Técnicas de integración
- Lecturas comentadas
- Lecturas para reflexión
- Trabajo en equipo
- Plenarias de discusión

En cada Unidad Didáctica se indica los contenidos de cada tema y las actividades a realizar, con los tiempos y los recursos didácticos necesarios.

Además se incluye un apartado denominado “Anexos, Estrategias Didácticas” que contiene las lecturas, el desarrollo de las técnicas, los cuadros que auxiliarán al orientador a impartir cada una de las sesiones, entre otros materiales.

Es importante aclarar que crear un ambiente de confianza, discreción, franqueza, sinceridad y camaradería en el grupo, es de vital importancia, no hay que olvidar que el orientador llega a compartir con los alumnos información para enriquecerles, pero nunca a imponer estrategias o conocimientos, pues todas las personas tienen algo que dar a los demás y todos tenemos la capacidad de aprender algo de los otros. Se sugiere para esto, colocar las sillas en semicírculo con el fin de establecer una relación de igualdad entre el orientador y el participante.

Es conveniente también dar la misma oportunidad a todos de participar, esto permitirá manifestarle al orientador los diversos puntos de vista y al mismo tiempo servirá de retroalimentación para comprobar si el mensaje impartido está recibiendo correctamente.

Hay que recordar que los alumnos requieren de una teoría que facilite la adquisición progresiva de conocimientos, que refuerce sus motivaciones interiores, hacia el logro de sus objetivos educativos y que adecue a su naturaleza psicobiológica, las situaciones de aprendizaje para alcanzar un rendimiento óptimo.



# **PRIMER MÓDULO DEL DIPLOMADO EN DESARROLLO HUMANO.**

Este Módulo se titula “Ser persona”.

Se imparte a los alumnos del primer semestre del nivel medio superior y los temas que se abordan son los siguientes:

- Ser persona
- Valores
- Autoestima
- Asertivida

En la siguiente hoja se presenta la dosificación semestral de los temas.

### Programa del Módulo I para las sesiones

Número de sesión	TEMA
1	Presentación y encuadre
2	Integración grupal
3	Autobiografía
4	Autoconocimiento
5	Autoestima
6	Valores
7	Manejo de tiempo libre
8	Compromiso conmigo mismo
9	Tipos de estudiantes
10	Asertividad
11	Yo, el aprendizaje y lo que espero
12	Autonomía
13	Nivel de autonomía y dependencia
14	Plenitud de la vida
15	Pensamientos positivos
16	Comunicación
17	Canales de comunicación
18	Lo que mis compañeros piensan de mi
19	Integración de los temas del Módulo I
20	Evaluación del Diplomado – sesión de cierre

**UNIDADES**

**DIDÁCTICAS**

Número de sesión: 1

Tema: Presentación y encuadre

Objetivo: Dar a conocer los lineamientos de trabajo en el **Diplomado en Desarrollo**

**Humano**

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Bienvenida	* Se dará la bienvenida al Diplomado, presentación del orientador y propondrá la técnica "las lanchas" (Anexo 1) con el propósito de romper el hielo	* Técnica grupal "las lanchas"	30 min
Presentación del Diplomado y Objetivo general	* A través de dos acetatos (Anexo 2) se explicará de manera general el propósito, los objetivos y metodología a seguir en el curso.	* Acetatos y retroproyector	15 min
Lineamientos	* De manera oral se explicarán los lineamientos de participación, asistencia, y discreción que se manejarán en el Diplomado, con el propósito de dejar establecidas las reglas desde el inicio del mismo		15 min

Número de sesión: 2

Tema: Integración grupal

Objetivo: Lograr la integración y sentido de pertenencia dentro del grupo

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
- Integración y confianza grupal	* Se comentará la importancia de integrarse y tener confianza dentro del grupo.	* Plenaria	15 min
	* Técnica: "Circuitos de integración" (Anexo 3) Con la finalidad de entablar una conversación con diferentes miembros del grupo.	* Grabadora música * Círculos de integración	45 min

Número de sesión: 3

Tema: Autobiografía

Objetivo: Recordar aspectos importantes de su vida

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Autobiografía	* Se expondrá el concepto de autobiografía y la importancia de reconocer las situaciones que marcan nuestras vidas	* Plenaria	15 min
Mi vida	* Realizarán la técnica de visualización para recordar imágenes de su vida	* Técnica: “Visualización” (Anexo No 4) grabadora y música	15 min
	* Escribirán su autobiografía a manera de cuadro sinóptico (Anexo No 5)	* Cuaderno de orientación	30 min

Número de sesión: 4

Tema: Autoconocimiento

Objetivo: Adquirir un mayor conocimiento de si mismos al descubrir diversos aspectos de su propia persona

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Autoconocimiento Y aspectos del YO	*Comentarios de la importancia de conocerse a uno mismo	* Plenaria	10 min
	* Mostrar y exponer lámina de aspectos del "YO"	* Lámina (Anexo 6)	10 min
	* Formar equipos con su grupo de amigos de confianza para comentar aspectos de su propia persona : a) Su yo físico b) Su yo privado c) Su yo familiar d) Su yo estudiante e) Su yo espiritual f) Su yo social	* Conformación de equipos	20 min
	* Realizar mapa mental con los aspectos anteriores	* Mapa mental (Anexo 7)	20 min

Número de sesión: 5

Tema: Autoestima

Objetivo: Tener un conocimiento de si mismo

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Cosas en las que soy bueno	<p>* Pedir que reflexionen sobre todas aquellas cosas que saben hacer bien y que les hacen sentir seguros</p>		15 min
	<p>* En hojas blancas realizarán la vivencia “Soy bueno para ...”</p> <p>a) Dibujar un círculo</p> <p>b) Poner al círculo un pico por cada cosa que saben hacer bien para formar una estrella.</p> <p>c) En cada pico escribir o dibujar una de las cosas para lo que son buenos. (Anexo 9)</p>	<p>* Hojas blancas plumones colores * “Soy bueno para ...” (Anexo 8)</p>	45 min



Número de sesión: 6

Tema: Valores

Objetivo: Analizar los diferentes valores de una persona a otra

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Valores	* Comentarán qué son valores y cuáles consideran que practican.	* Lluvia de Ideas	15 min
	* Platicarles la historia de catástrofe en la tierra	* Catástrofe en la tierra (Anexo 10)	30 min
	* Pedirles que escojan a 5 personas para abordar la nave		
	* Formar equipos para que discutan los puntos de vista de cada uno, haciendo hincapié que deben llegar a un acuerdo.		
	* Comentar qué aspectos tomaron en cuenta para llegar a su decisión.		
	* Dibujar un pastel mostrando con porcentajes los valores que se tienen. (Anexo 11)	* hojas y Colores	15 min

Número de sesión: 7

Tema: Manejo de Tiempo Libre.

Objetivo: Conocer la forma de cómo el alumno maneja su tiempo libre

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Tiempo Libre	* Realizar comentarios sobre qué es tiempo libre y en qué se ocupa ese tiempo.		10 min
	* Contestar el test. “Diagnóstico del manejo del tiempo”	* Test. “Diagnóstico del manejo del tiempo” (Anexo 12)	30 min
	* Comentar qué se dieron cuenta con este test.		10 min
	* Realizar un cronograma de actividades por mes bajo un formato. (Anexo 13)		10 min

Número de sesión: 8

Tema: Compromiso conmigo mismo

Objetivo: Identificar una meta a corto, mediano y largo plazo

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Mi futuro	<ul style="list-style-type: none"><li>* Realizar en media hoja cómo se visualizan en un futuro corto.</li><li>* Realizar en la otra media hoja cómo se visualizan en un futuro lejano, con la finalidad de plantearse metas que para lograrlas deberán tomar buenas decisiones.</li><li>* Exponer los diferentes tipos de decisiones:</li></ul>	* hojas y colores	20 min
Toma de Decisiones	<ul style="list-style-type: none"><li>a) Por impulso</li><li>b) Por presión</li><li>c) Sin futuro</li><li>d) Por terceros</li><li>e) Al azar</li><li>f) Razonadas y fundamentadas</li><li>* Comentar qué tipo de decisiones les ayudan a cumplir sus metas y escribirán en una carta compromiso con ellos mismos lo que quieren lograr y a qué se comprometen.</li></ul>	* Pizarrón y plumón	20 min
		* Carta compromiso (Anexo 14)	20 min

Número de sesión: 9

Tema: Tipos de estudiantes

Objetivo: Identificar qué tipo de estudiante son cada uno.

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Logros en su historia como estudiante	* Técnica de coctel de frutas.	* Técnica : Coctel de frutas	10 min
	* Comentar en equipos logros que han tenido en su historia de estudiantes y cómo se sintieron.		15 min
Tipos de estudiantes	* Presentar y exponer acetato de tipos de estudiantes.	* Acetato de tipos de estudiantes (Anexo 15)	20 min
	* Elaborar un resumen de lo más relevante	* Cuaderno de orientación	15 min

Número de sesión: 10

Tema: Asertividad

Objetivo: Diferenciar entre persona agresiva, pasiva y asertiva

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Personas agresivas pasivas y asertivas	* Diferenciar actitudes y características entre persona agresiva, pasiva y asertiva.	* Plenaria	15 min
	* Caminar y comportarse como cada tipo de persona		
	* Explicar qué es ser asertivo		15 min
	* Contestar dos cuestionamientos. a) Para ser una persona más asertiva y un estudiante orientado al dominio yo: b) Para lograrlo voy a hacer lo siguiente:	* Cuaderno de orientación	20 min
	* Leer copia llamada "Tomar riesgos" y comentar conclusiones	* Copia (Anexo 16)	10 min

Número de sesión: 11

Tema: Yo, el aprendizaje y lo que espero

Objetivo: Practicar soluciones a problemas que pudieran enfrentar en su vida respecto a la planeación o el desarrollo de sus estudios.

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Oportunidad de Estudiar	* Formar equipos		
	* Entregar situación a cada equipo, que describe una problemática u obstáculo para continuar con sus estudios.	* Copia de planteamientos (Anexo 17)	5 min
	* Las comentarán y darán propuestas de solución.		25 min
	* Pasarán a actuar la situación problemática y su alternativa de solución como si viviera en realidad ese planteamiento	* Representación	30 min

Número de sesión: 12

Tema: Autonomía

Objetivo: Mostrar sus características como persona autónoma e independiente.

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Ser autónomo	* Presentar la actividad “Supervivencia en las montañas rocosas”	* Copia de: “supervivencia en las montañas rocosas”	10 min
	* En equipos conversar y ponerse de acuerdo qué elementos van a llevar durante la actividad.	(Anexo 18)	40 min
	* Comentar quiénes del equipo se mostraron más independientes.		10 min

Número de sesión: 13

Tema: Nivel de autonomía e independencia

Objetivo: Practicar mediante un problema creado, estrategias que le permitan trabajar colaborativamente con un equipo, sin sacrificar ni imponer su estilo autónomo e independiente.

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Trabajo en equipo, moderando ser autónomo	* Formar equipos	* Copia del planteamiento: Carrera de autos	45 min
	* Presentarles actividad "Carreras de autos" (Anexo 19)		
	* Responder cuestionario de manera individual	* Cuestionario en cuaderno	15 min
	1.- ¿Quién consideras que fue el líder del equipo?		
	2.- ¿Cómo fue la conducta de esta persona?		
	3.- En cuanto a tu aportación cómo te consideras: apoyas decisiones, tomas decisiones, o aceptas decisiones.		
	4.- ¿Qué nivel de autonomía consideras que tienes? Muy autónomo, autónomo, poco autónomo, nada autónomo y ¿Por qué?		



Número de sesión: 14

Tema: Plenitud de vida

Objetivo: Conocer aspectos que hacen nuestra vida más plena

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Inteligencia emocional	* Mostrar y exponer lámina de inteligencia emocional. (Anexo 20)	* Lámina	20 min
	* Lluvia de ideas sobre cada punto que anuncia la lámina que se les presenta.	* Lluvia de ideas	20 min
Plenitud de vida	* Realizar cuadro genético, (Anexo 21), en donde deberán poner en cada célula o molécula lo que ellos aportan a los demás	* Cuadro genético	20 min

Número de sesión: 15

Tema: Pensamientos positivos

Objetivo: Reconocer que los pensamientos influyen en nuestra conducta

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Ser positivo	<ul style="list-style-type: none"><li>* Describir un día de su vida</li><li>* Enlistar las cosas agradables que hacen en un día común.</li></ul>	* Cuaderno	15 min
Ser pesimista	<ul style="list-style-type: none"><li>* En equipos presentar casos en los que la interpretación pesimista tuvo diversos tipos de efectos</li><li>* Cambiar pensamientos pesimistas a positivos</li><li>* Concluir los efectos que puede tener una persona al actuar como un ser positivo o pesimista</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>* Copia de casos de la vida real (Anexo 22)</li><li>* Plenaria</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>30 min</li><li>15 min</li></ul>

Número de sesión: 16

Tema: Comunicación

Objetivo: Reconocer el proceso de la comunicación como punto importante en las relaciones interpersonales

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Comunicación	* Realizar técnica de PNL.	* Técnica de PNL (Anexo 23)	15 min
Proceso de la comunicación	* Explicar qué es comunicación y su proceso	* Exposición oral, pizarrón y plumones	15 min
	* Escribir detalladamente lo que recuerden de haberse subido a un camión público, para detectar qué canal de comunicación utilizan más al expresarse	* Cuaderno de orientación	15 min
Canales de comunicación	* Exponer los tipos de comunicación que hay a través del lenguaje inconsciente (visual, auditivo y sensorial)	* Acetato de: lenguaje inconsciente (Anexo 24)	15 min

Número de sesión: 17

Tema: Canales de comunicación

Objetivo: Identificar los tres canales de comunicación a través de una sola actividad

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Canales de comunicación: visual auditivo sensorial	* Entregar material didáctico	* Revistas papel bond, tijeras, resistol, plumines, colores	5 min
	* En equipo realizar un collage que represente los temas vistos en el diplomado.	* Collage	20 min
	* Exponer su collage	* Exposición oral	20 min
	* Conclusiones comentando que con una actividad muy sencilla se aplican los tres canales de comunicación Visual: imágenes, recortes, colorido... Auditivo: al intercambiar opiniones para decidir qué poner y expresar en el collage. Sensorial: al colaborar con los compañeros y manipular material		15 min

Número de sesión: 18

Tema: Lo que mis compañeros piensan

Objetivo: Expresar cualidades y emociones entre compañeros

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Cualidades de Las personas	<p>* Sentados en círculo saldrán dos compañeros del salón, mientras que el grupo se pondrá de acuerdo en identificarlos con un animal por sus cualidades y virtudes. Pasarán las personas que salieron y se expondrá lo que opinan sus compañeros. Así sucesivamente con todos.</p>	* Plenaria	50 min
	<p>* Comentarán sus sentimientos al enterarse de lo que sus compañeros piensan de cada uno, después de haber convivido un semestre juntos.</p>		10 min

Número de sesión: 19

Tema: Integración de los temas del módulo I

Objetivo: Recuento de los temas vistos durante el primer módulo

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Temas del módulo I	* Con una bolsa de papel realizarán un títere que les represente como personas únicas y valiosas	* Bolsas de papel * Diversos papeles, pegamentos, plumones, colores ...	20 min
	* En equipos representarán breve diálogo con algún tema de los que se vieron expresando qué mensaje les dejó y la importancia de llevar a la práctica lo que se aborda en la materia de orientación con el diplomado.	* Representación “Teatro guiñol”	40 min

Número de sesión: 20

Tema: Evaluación del Diplomado, sesión de cierre

Objetivo: Comentar los alcances y limitaciones del Diplomado

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Evaluación del módulo I del <b>Diplomado en Desarrollo Humano</b>	* Se cuestionará a los alumnos si se cumplieron o no sus expectativas durante el desarrollo del Diplomado.	* Plenaria	10 min
	* Se pedirá que contesten el formato de una evaluación (Anexo 25) con el propósito de conectar sus opiniones sobre el desarrollo del diplomado y las sugerencias para su mejora.	* Formato de evaluación	20 min
	* Se realizará el cierre de las actividades con un pequeño convivio	* Convivio	30 min

# **SEGUNDO MÓDULO DEL DIPLOMADO EN DESARROLLO HUMANO.**

Éste módulo se titula “La importancia de la toma de decisiones”. Se imparte a los alumnos del segundo semestre del nivel medio superior y los temas que se abordan son los siguientes:

- Toma de decisiones
- Carreras técnicas

En la siguiente hoja se presenta la dosificación semestral de los temas



## Programa del Módulo II para las sesiones

Número de sesión	TEMA
1	Presentación y encuadre
2	Tipo de decisiones
3	Trascendencia de las decisiones
4	Naturaleza de las decisiones
5	El proceso decisional
6	Decisiones y valores
7	Mis sueños... mis ambiciones
8	La decisión como el medio para cumplir mis metas
9	Las emociones, punto importante al decidir
10	Automotivación
11	Plan de vida
12	Plan de vida
13	Planificación de un día feliz
14	Plan de vida y carrera
15	Carreras técnicas
16	Técnico en Máquinas con Sistemas Automatizados
17	Técnico en Metalurgia
18	Técnico en Dibujo Asistido por Computadora
19	Integración del Módulo II
20	Evaluación del Segundo Módulo, sesión de cierre

Número de sesión: 1

Tema: Presentación y encuadre

Objetivo: Dar a conocer los lineamientos de trabajo en el **Diplomado en Desarrollo Humano** así como los temas que se abordarán durante el semestre

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Bienvenida	* Se dará la bienvenida, se presentará el orientador y se realizará técnica de presentación por parejas	* Técnica: "Presentación por parejas" (Anexo 26)	40 min
Presentación del temario	* Se explicará qué es el Diplomado en Desarrollo Humano y se hará la presentación del temario		10 min
Lineamientos	* Se explicarán oralmente los lineamientos de participación, asistencia, cumplimiento de material, de trabajos y discreción para que queden bien claras las reglas del Diplomado		10 min

Número de sesión: 2

Tema: Tipos de decisiones

Objetivo: Enfocarán la toma de decisiones como un fenómeno cotidiano que se puede traer entre manos cualquier momento y que determina la calidad de vida por que debe ser responsabilidad de cada uno asumir cada decisión.

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Concepto de decisión	* Comentar qué es decisión y tipos de decisiones dando ejemplos de cada tipo:	* Plenaria	10 min
Tipos de decisiones	a) Por impulso b) Bajo presión c) Al azar d) Por terceros e) Razonadas y Fundamentadas	Lámina de tipos de decisión (Anexo 27)	15 min
Ser persona decisiva o indecisiva	* Formarán parejas en selección mutua y responderán ante el compañero la pregunta: ¿Me considero una persona decidida o indecisa?. Explicarán sus puntos de vista y las características de cada uno		35 min

Número de sesión: 3

Tema: Trascendencia de las decisiones

Objetivo: Reconocer que las decisiones sean buenas o malas traen una consecuencia que en su momento puede ser trascendente en la vida del individuo

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Asumir las consecuencias de las decisiones	* Se formarán tríos		5 min
	* Identificarán una decisión que haya sido trascendental en su vida	* Trabajo en equipo favoreciendo la comunicación e integración grupal	10 min
	* Platicarán y comentarán analizando cómo les afectó: a) A ellos mismos b) A su familia c) A otras personas		35 min
	* La decisión trascendental pudo haber sido con consecuencias positivas o negativas a las que tuvieron que enfrentarse con responsabilidad		
	* Realizarán comentarios con todo el grupo y concluirán que la toma de decisión es la oportunidad de realizar acciones que pueden marcar la vida de cada quien con una trascendencia buena e importante o lo contrario	* Plenaria	10 min

Número de sesión: 4

Tema: Naturaleza de las decisiones

Objetivo: Distinguir los procesos cognoscitivos, los emotivos y los volitivos en el acto de decidir.

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Proceso cognoscitivo, emotivo y volitivo en la toma de decisión	* Exposición por parte del coordinador sobre el proceso en la toma de decisión, al relacionar aspectos de razonamiento, las emociones y la voluntad.	* Exposición oral	15 min
	* Explicar que para tomar una decisión debe haber un equilibrio sobre éstas y no llevarse sólo por la emoción o la voluntad sino que debe entrar el razonamiento de las circunstancias para tomar una buena decisión.		
	* En equipos realizarán la técnica: el campamento, para identificar qué aspectos toman en cuenta para tomar una decisión ante una problemática planteada, si con uso del razonamiento o solo con lo emotivo.	* Técnica: "El campamento" (Anexo 28)	30 min
	* Expondrán sus decisiones ante la técnica	* Plenaria	15 min

Número de sesión: 5

Tema: El proceso decisional.

Objetivo: Familiarizarse con cada una de las etapas de la toma de decisión

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
El proceso decisional, sus fases y etapas	* Exponer las etapas del proceso decisional apoyándose con una lámina	* Lámina: Proceso decisional (Anexo 29)	20 min
	* En equipos resolverán la situación planteada en la técnica: “Supervivencia en las montañas rocosas”	* Supervivencia en las montañas rocosas (Anexo 18)	30 min
	* Comentarán si con la técnica se cumplieron cada etapa del proceso decisional	* Plenaria	10 min

Número de sesión: 6

Tema: Decisiones y valores

Objetivo: Que los participantes descubran los valores como los resortes, muchas veces ocultos, de los procesos decisionales

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Papel de los valores en la toma de decisiones	* Proporcionar material de lectura.	* Lectura: valores subyacentes (Anexo No 30)	20 min
	* Comentar en grupo la lectura guiando la participación hacia el papel que desempeñan los valores en las decisiones y muchas veces sin darse uno cuenta de la influencia de ellos.	* Plenaria	20 min
	* Comentarán qué valores tomaron en cuenta para escoger el CECYT como escuela y cómo eso se convirtió en una meta y objetivo que cumplir.  * Contestarán hoja con una serie de problemas que deben solucionar recordando que la fuerza que guía sus actos reside en sus valores	* Ejercicio a resolver (Anexo 31)	20 min

Número de sesión: 7

Tema: Mis sueños ... mis ambiciones .

Objetivo: Identificar metas personales que los lleven a tomar la decisión de lograrlas

<b>CONTENIDO</b>	<b>ACTIVIDADES</b>	<b>RECURSOS DIDÁCTICOS</b>	<b>TIEMPO</b>
Objetivos personales	- A manera de lluvia de ideas expresarán qué es objetivo.	- Lluvia de ideas (Anexo No. 32)	10 minutos
	- Escribirán sus sueños y ambiciones en diferentes áreas: <ul style="list-style-type: none"><li>• Física</li><li>• Afectiva</li><li>• Laboral</li><li>• Social</li><li>• Espiritual</li></ul>	- Cuestionario (Anexo No. 33)	30 minutos
	A través de un cuestionario:  Comentarán qué pueden hacer para cumplir sus sueños.	- Plenaria	10 minutos
	- Trazarán una línea del tiempo donde se vaya registrando el logro de sus metas poco a poco como consecuencia de sus buenas decisiones.	- Línea del tiempo	10 minutos



Número de sesión: 8

Tema: Las decisiones como el medio para cumplir mis metas.

Objetivo: Reconocer que tener una actitud decisiva lleva a la realización de los objetivos personales.

<b>CONTENIDO</b>	<b>ACTIVIDADES</b>	<b>RECURSOS DIDÁCTICOS</b>	<b>TIEMPO</b>
Metas	- Se pedirá a los alumnos plantearse proyectos, objetivos o metas a corto plazo.	- Cuaderno de orientación	15 minutos
	- Comentarán las estrategias para lograr sus metas.	- Plenaria	10 minutos
	- Contestarán hoja de ejercicio donde expresen metas en diversos ámbitos, identificando también sus temores.	- Hoja de ejercicio METAS (Anexo No. 34)	
	- Expresarán sus conclusiones, reforzándoles que las estrategias a seguir son las acciones que encaminaron las decisiones tomadas	- Plenaria	25 minutos  10 minutos

Número de sesión: 9

Tema: Las emociones, punto importante al decidir.

Objetivo: Reconocer que las emociones influyen en nuestra manera de actuar.

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Inteligencia Emocional.  Componentes de la inteligencia emocional	- Exponer concepto de inteligencia emocional a través de un acetato	Acetato Inteligencia Emocional (Anexo No. 35)	5 minutos
	- Mostrar los componentes de la inteligencia emocional como aspectos que debemos practicar para el cumplimiento de nuestras metas.	Componentes de la Inteligencia Emocional (Anexo No. 36)	10 minutos
	- En equipos, dramatizarán una situación de las siguientes: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedir permiso a mamá para pasar la Navidad con tus amigos.</li> <li>• Pedir a tu jefe un aumento de sueldo.</li> <li>• Terminar a tu novio (a) porque ya no estás a gusto.</li> <li>• Decirle a tu maestro que tu calificación es injusta.</li> </ul>	Dramatizaciones	30 minutos
	Actuarán comunicándose de manera enojada y agresiva, posteriormente controlando las emociones, comunicándose asertivamente. - Conclusiones en una lámina.	- Papel bond, plumines - Lámina de conclusiones. (Anexo No. 37)	15 minutos

Número de sesión: 10

Tema: Automotivación

Objetivo: Identificar la automotivación como base para lograr lo deseado.

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Mis cualidades	<ul style="list-style-type: none"><li>- Realizarán la técnica de "autógrafos"</li></ul>	Copia de la vivencia "autógrafo" (Anexo No. 38)	20 minutos
Motivación	<ul style="list-style-type: none"><li>- Comentar qué sintieron de darse cuenta de sus cualidades dentro del grupo</li><li>- Explicar qué es motivación y sus dos tipos: interna y externa</li><li>- Realizar lista de los aspectos que los motivan, de manera interna y externa</li><li>- Conclusiones, guiando al grupo para comprender que es fundamental, tener una motivación interna, estable y segura, para no permitir que lo externo, en algún momento provoque un desequilibrio.</li></ul>	Lámina (Anexo No. 39)  Sus motivaciones (Anexo No. 40)  Plenaria	10 minutos  20 minutos  10 minutos

Número de sesión: 11

Tema: Plan de vida

Objetivo: Que el estudiante reflexione sobre su propia vida al punto de empezar a cultivar lo que quiere hacer con ella.

<b>CONTENIDO</b>	<b>ACTIVIDADES</b>	<b>RECURSOS DIDÁCTICOS</b>	<b>TIEMPO</b>
Plan de vida y carrera, ¿qué es?  Diagnóstico Personal	<ul style="list-style-type: none"><li>- Comentar qué es para ellos planear, ¿qué cosas pueden planear y qué entienden por plan de vida y carrera?</li><li>- Se explicará qué llamamos plan de vida y carrera cuando cada persona es capaz de decidir qué quiere hacer con su vida y luego realizarlo</li><li>- Para iniciar una buena planificación, se parte de un diagnóstico de lo que se quiere planificar, en este caso se pretende planificar la propia vida, por lo que contestarán cuestionario respecto a aspectos de uno mismo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Plenaria</li></ul>	15 minutos
	<ul style="list-style-type: none"><li>- Se hará el análisis con los resultados del cuestionario, apoyándose de un acetato</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Cuestionario de autoconcepto (Anexo No. 41)</li></ul>	20 minutos
			<ul style="list-style-type: none"><li>Acetato (Anexo No. 42)</li></ul>

Número de sesión: 12

Tema: Plan de vida

Objetivo: Identificar qué aspectos de su vida puede mejorar.

<b>CONTENIDO</b>	<b>ACTIVIDADES</b>	<b>RECURSOS DIDÁCTICOS</b>	<b>TIEMPO</b>
Un análisis profundo de mi autoconcepto	<ul style="list-style-type: none"><li>- Se dará seguimiento al cuestionario de la clase anterior, contestando ahora preguntas abiertas, con la finalidad de que expresen la opinión de ellos mismos en las 5 áreas realizadas: cuerpo, salud, autoestima, familia y responsabilidades</li></ul>	Copia de cuestionario abierto (Anexo No. 43)	20 minutos
	<ul style="list-style-type: none"><li>- Se platicará con el grupo respecto a la información que han obtenido de ellos mismos para inducirlos a sintetizarla a través de un retrato hablado, tratando de describirse lo más detalladamente posible.</li></ul>	Retrato hablado de mí mismo (cuaderno)	40 minutos

Número de sesión: 13

Tema: Planificación de una vida feliz

Objetivo: Desarrollar una estrategia de acción para mejorar aspectos de su vida.

<b>CONTENIDO</b>	<b>ACTIVIDADES</b>	<b>RECURSOS DIDÁCTICOS</b>	<b>TIEMPO</b>
Felicidad	- Con lluvia de ideas expresarán sus conceptos sobre la felicidad, comentarán si se consideran felices y si les hace falta algo	- Lluvia de ideas	15 minutos
	- Leerán una historia y comentarán la moraleja	- Cuento “El círculo del noventa y nueve” (Anexo No. 44)	20 minutos
	- Desarrollarán una estrategia de acción bajo la propuesta de un formato	- Estrategia de acción (Formato Anexo No. 45)	25 minutos



Número de sesión: 15

Tema: Carreras Técnicas

Objetivo: Conocer las carreras técnicas que ofrece su Institución.

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
- ¿Qué es carrera técnica?	- Se explicará qué características y ventajas tiene estudiar en una Institución con Bachillerato Tecnológico	Exposición oral con acetato (Anexo No. 46)	20 minutos
- Carreras que ofrece el CECyT No. 2	- Se formarán 3 equipos, cada uno tomará una tarjeta con el nombre de alguna de las carreras que ofrece su escuela, comentarán todo lo que saben de esa carrera	Intercambio de información por equipos	20 minutos
	- Cada equipo pasará a exponer los datos que juntaron	- Exposiciones	20 minutos
	- De tarea, investigarán de qué tratan las carreras técnicas: * Técnico en máquinas con sistemas automatizados. * Técnico en Metalurgia * Técnico en Dibujo Asistido por Computadora	- Tarea de investigación	



Número de sesión: 16

Tema: Técnico en Máquinas con Sistemas Automatizados

Objetivo: Conocer detalladamente las características de la carrera Técnico en Máquinas con Sistemas Automatizados.

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Técnico en Máquinas con Sistemas Automatizados	<ul style="list-style-type: none"><li>- Se formarán equipos, cada miembro del grupo comentará 1 minuto sobre su tarea de investigación, sobre la carrera de Técnico en Máquinas con Sistemas Automatizados</li> <li>- Los puntos que deberán tratar son:<ul style="list-style-type: none"><li>• Objetivo de la carrera</li><li>• ¿Qué es?</li><li>• ¿Qué hacen?</li><li>• ¿Dónde puede trabajar?</li></ul></li></ul>	Philips 66 (Anexo No. 47)	10 minutos
	<ul style="list-style-type: none"><li>- Se realizará una visita guiada a las instalaciones de esta carrera, con la finalidad de tener un contacto más real de lo que les ofrece en la escuela y para tener contacto con compañeros que ya cursan la carrera.</li></ul>	Visita guiada	50 minutos

Número de sesión: 17

Tema: Técnico en Metalurgia

Objetivo: Conocer detalladamente las características de la carrera Técnico en Metalurgia.

<b>CONTENIDO</b>	<b>ACTIVIDADES</b>	<b>RECURSOS DIDÁCTICOS</b>	<b>TIEMPO</b>
Técnico en Metalurgia	<ul style="list-style-type: none"><li>- En equipos jugarán teléfono descompuesto, con la información de la investigación realizada sobre la carrera</li> <li>• Objetivo</li><li>• ¿Qué es?</li><li>• ¿Qué hace?</li><li>• ¿Dónde puede trabajar?</li></ul>	Juego “Teléfono descompuesto”	10 minutos
	<ul style="list-style-type: none"><li>- Visita guiada a las instalaciones de esta carrera. Podrán hacer preguntas al profesor guía o a compañeros que estén haciendo uso de dichas instalaciones</li></ul>	Visita guiada	50 minutos

Número de sesión: 18

Tema: Técnico en Dibujo Asistido por Computadora

Objetivo: Conocer detalladamente las características de la carrera Técnico en Dibujo Asistido por Computadora

<b>CONTENIDO</b>	<b>ACTIVIDADES</b>	<b>RECURSOS DIDÁCTICOS</b>	<b>TIEMPO</b>
Técnico en Dibujo Asistido por Computadora	Comentarán los datos que obtuvieron sobre la carrera	Plenaria	10 minutos
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Objetivo</li><li>• ¿Qué es?</li><li>• ¿Qué hace?</li><li>• ¿Dónde puede trabajar?</li></ul> <p>- Realizarán visita guiada a las instalaciones de esta carrera.</p>	Visita guiada	50 minutos

Número de sesión: 19

Tema: Integración del Módulo II

Objetivo: Conocer los puntos de vista del grupo respecto a los temas vistos en el Módulo II.

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Temas abordados en el Módulo II	Se realizará la actividad de “Telaraña” con la finalidad de conocer sus opiniones con respecto al desarrollo del curso.	Técnica “Telaraña” (Anexo No. 48)	50 minutos
	Cada integrante dirá: Orientación fue para mí un espacio _____  Lo que me gustó _____  Lo que cambiaría _____  El orientador hará sus comentarios de acuerdo a la experiencia vivida con ese grupo.	Una bola de estambre	10 minutos

Número de sesión: 20

Tema: Evaluación del Segundo Módulo, sesión de cierre

Objetivo: Comentar los alcances y limitaciones del Módulo II del **Diplomado en Desarrollo Humano**.

CONTENIDO	ACTIVIDADES	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
Evaluación del Módulo II del <b>Diplomado en Desarrollo Humano</b>	Comentarán si el Diplomado durante este Módulo cubrió sus expectativas..		10 minutos
	Se pedirá que contesten el formato de una evaluación con el propósito de coleccionar sus opiniones sobre el desarrollo del curso y las sugerencias para su mejora.	Formato de evaluación (Anexo No. 25)	15 minutos
	Se realizará el cierre de las actividades con el juego “Verdad o Castigo”. (Anexo No. 49)	- Tablero con globos.  - Preguntas y castigos en papelitos  - Dardos	35 minutos

**ANEXOS**

**ESTRATEGIAS**

**DIDÁCTICAS**

**ANEXO No. 1**

NOMBRE	LAS LANCHAS
OBJETIVO	Romper el hielo iniciando la integración de un grupo
TIEMPO	30 minutos
MATERIAL	Espacio para desplazarse
PROCESO	<p>Como recurso, se necesita un espacio físico, los participantes y las indicaciones del instructor.</p> <p>Los participantes caminan por dondequiera, mientras el instructor cuenta la siguiente historia:</p> <p>Estamos a bordo de un barco, de repente se suelta una tormenta, cae un rayo, el barco se hunde y sólo salvamos con lanchas de...(se dice el número x de personas), los participantes se agrupan de acuerdo al número que se vaya indicando.</p> <p>El equipo que tenga más o menos personas del número mencionado pierde y el grupo les hace preguntas con la finalidad de irse conociendo.</p> <p>Al finalizar se dice el número total de participantes en el grupo, para que todos agrupados con un abrazo, se reflexione diciendo que todos estamos en el mismo barco, por lo que tenemos que apoyarnos y respetarnos como buenos compañeros.</p>

**ANEXO No. 2**

**“DIPLOMADO DE DESARROLLO HUMANO”.**



**OBJETIVO GENERAL**

Coadyuvar al desarrollo personal del educando propiciando situaciones donde experimente, crezca y aprenda a manejar adecuadamente problemáticas que se le presenten en sus ámbitos personal, familiar, académico o social.



### ANEXO No. 3

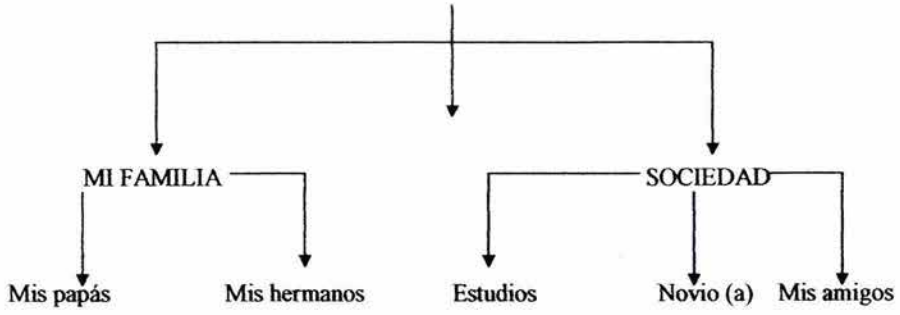
NOMBRE	CÍRCULOS DE INTEGRACIÓN
OBJETIVO	Interactuar con los participantes de un grupo a través del diálogo
TIEMPO	45 minutos
MATERIAL	Espacio para desplazarse
PROCESO	<p>Se forman dos grupos con los participantes, uno dentro del otro para que queden de frente parejas.</p> <p>Se pone música mientras que el círculo que queda afuera rota hacia su derecha y el círculo de adentro hacia su izquierda, cuando se quita la música ambos círculos se paran y comienzan a platicar sobre el tema asignado.</p> <p>Se vuelve a poner música para que los círculos roten, al quitarse la música se detienen para platicar con la persona que quede enfrente y...así sucesivamente.</p>

#### ANEXO No. 4

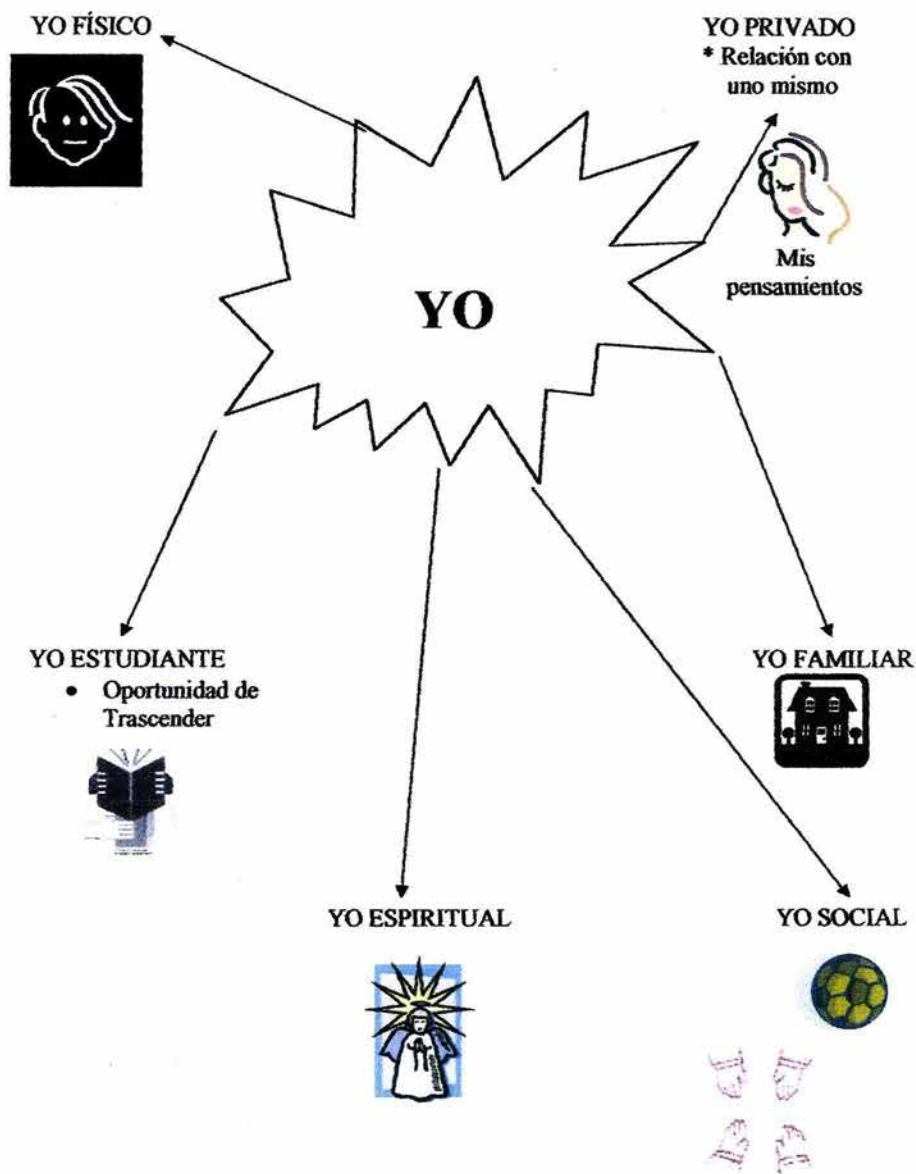
NOMBRE	VISUALIZACIÓN
OBJETIVO	Traer a la mente imágenes
TIEMPO	15 minutos
MATERIAL	Música de fondo
PROCESO	<p>Se pide a los participantes que cierren sus ojos, se pone música bajita de fondo y se induce a que recuperen mentalmente imágenes de momentos importantes de su vida.</p> <p>Se tiene que dar un clima de relajamiento y las palabras del instructor deben ser suaves y utilizando palabras bajo los tres canales: visual, auditivo y sensorial.</p>

**ANEXO No. 5**

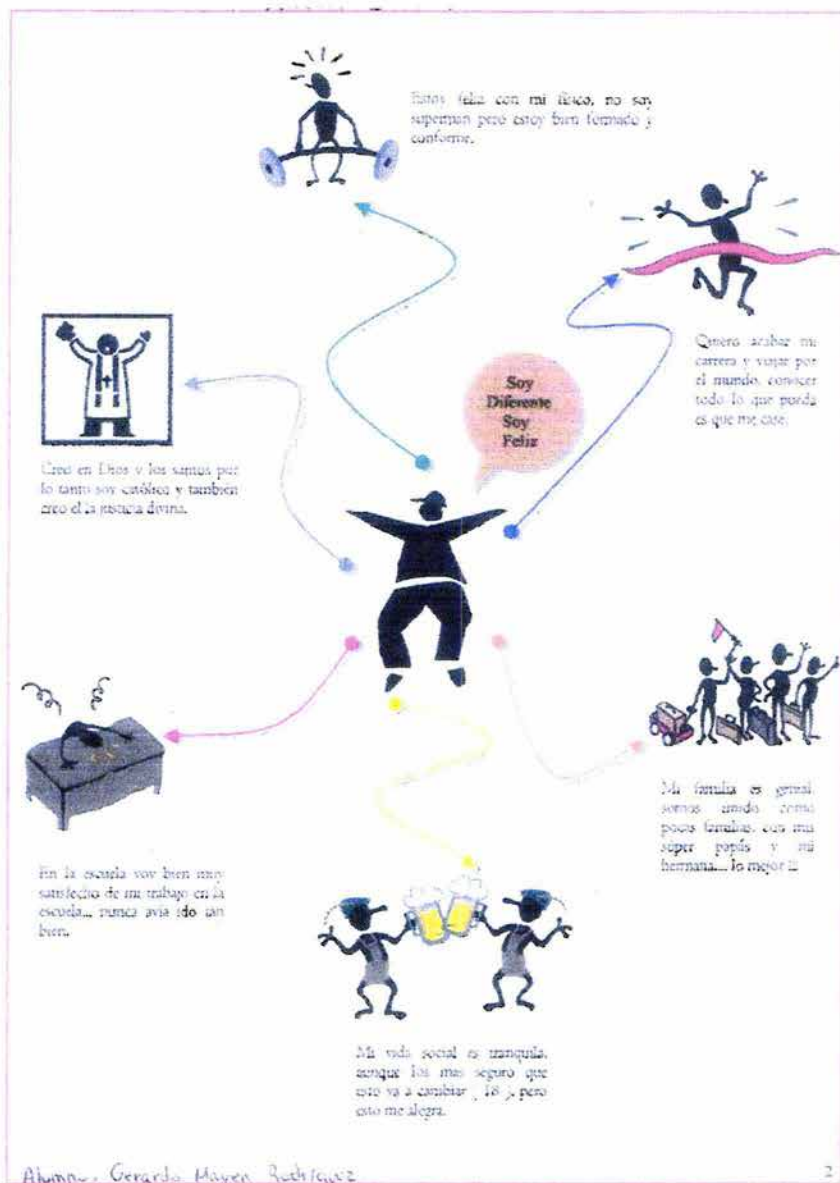
**YO SOY**



ANEXO No. 6



## ANEXO No. 7



ANEXO No. 8

NOMBRE	SOY BUENO PARA...
OBJETIVO	Identificar las cosas que sabemos hacer bien y nos hacen sentir seguros
TIEMPO	45 minutos
MATERIAL	Hojas, colores, plumas...
PROCESO	<p>Se pide a los participantes que reconozcan las actividades que saben hacer bien, puede ser como dibujar, bailar, escuchar, aconsejar, etc.</p> <p>En una hoja dibujan un círculo, por cada actividad que se consideren ser buenos le dibujan un pico para formar una estrella.</p> <p>Se complementa la estrella cuestionando a personas cercanas, como familiares, amigos, compañeros y maestros para qué son buenos</p>



ANEXO No. 10

NOMBRE	CATÁSTROFE EN LA TIERRA
OBJETIVO	Resolver una problemática planteada, anteponiendo los valores personales
TIEMPO	30 minutos
MATERIAL	Pizarrón y plumas
PROCESO	<p>Se comenta la siguiente historia:</p> <p>Acaba de suceder una catástrofe en la Tierra, todo está desapareciendo, únicamente hay una nave que llevará sólo a 5 personas para iniciar una nueva vida en otro planeta, las personas son:</p> <p>(Se ponen en el pizarrón)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juez</li> <li>• Agricultor</li> <li>• Estudiante</li> <li>• Esposo</li> <li>• Maestra</li> <li>• Policía</li> <li>• Señora embarazada</li> <li>• Vedette</li> <li>• Sacerdote</li> <li>• Doctor</li> </ul> <p>En equipo se escogerán a las 5 personas expresando los motivos que tienen para salvarlas, por lo que se da una discusión al defender cada quien sus puntos de vista, resaltando así los valores personales</p>



## ANEXO No. 11

- Los valores hay que practicarlos al 100% siempre, sin embargo los valores principales en mi persona son:



**100% VALORES**

## ANEXO No. 12

### TEST “DIAGNÓSTICO DE MANEJO DEL TIEMPO”

Contesta las siguientes afirmaciones encerrando en un círculo lo que piensas es más característico de tu propio manejo del tiempo. Debes ser honesto al contestar:

1. Cada día tomas un poco de tiempo para planear y pensar acerca de tus estudios

- a) Casi nunca
- b) A veces
- c) Frecuentemente
- d) Casi siempre

2. Elaboras metas específicas, las escribes y les asignas tiempo de ejecución

- a) Casi nunca
- b) A veces
- c) Frecuentemente
- d) Casi siempre

3. Diariamente haces una lista de pendientes, las ordenas en orden de importancia y tratas de hacer lo más importante tan pronto como te sea posible

- a) Casi nunca
- b) A veces
- c) Frecuentemente
- d) Casi siempre

4. Dedicas tu tiempo a efectuar tareas que eres capaz de jerarquizar realizando únicamente los asuntos importantes y productivos.

- a) Casi nunca
- b) A veces
- c) Frecuentemente
- d) Casi siempre

5. Mantienes una agenda flexible y así tienes tiempo para manejar crisis y lo inesperado.

- a) Casi nunca
- b) A veces
- c) Frecuentemente
- d) Casi siempre

6. Delegas todo lo que puedes a otros.

- a) Casi nunca
- b) A veces
- c) Frecuentemente
- d) Casi siempre

7. Tratas de manejar lo que te dejan en la escuela, analizando la información de inmediato.

- a) Casi nunca
- b) A veces
- c) Frecuentemente
- d) Casi siempre

8. Haces una comida ligera para no sentirte somnoliento por la tarde.

- a) Casi nunca
- b) A veces
- c) Frecuentemente
- d) Casi siempre

9. Haces un esfuerzo por evitar las interrupciones (visitas, llamadas telefónicas, etc.)

- a) Casi nunca
- b) A veces
- c) Frecuentemente
- d) Casi siempre

10. Eres capaz de decir que “no” a quienes te requieren, quitándote tiempo para tus asuntos pendientes.

- a) Casi nunca
- b) A veces
- c) Frecuentemente
- d) Casi siempre

Para obtener tu calificación, asigna:

- 3 puntos por cada “casi siempre”
- 2 puntos por cada “frecuentemente”
- 1 punto por cada “a veces”
- 0 puntos por cada “casi nunca”

Suma los puntos obtenidos para sacar tu calificación. Si tu calificación es:

0 – 15 puntos: Debe preocuparte sobre cómo estás manejando tu tiempo, pues lo estás haciendo muy mal.

15 – 20 puntos: Estás manejando bien tu tiempo, pero aún puedes mejorar en su manejo.

20 – 25 puntos: Estás manejando muy bien tu tiempo.

25 – 27 puntos: Estás manejando excelentemente tu tiempo. Sigue así.

ANEXO No. 13

<b>META A CUMPLIR</b>	<b>ACTIVIDADES</b>	<b>FECHA PARA LOGRARLO</b>	<b>LOGROS</b>

#### ANEXO No. 14

¡Hola Anahy...!

Espero y te encuentres bien en todos los aspectos físicos, mental y también socialmente.

Quiero que sepas que hace tiempo que no tienes tiempo para pensar en las cosas que son un poco más importantes, como eres tú, tus amigos y tu familia. Casi siempre te la pasas haciendo la tarea o ayudando en tu casa pero, no te estás dando cuenta que hay personas que te necesitan.

Te escribo esta carta para que sepas que quiero que te comprometas a dar lo máximo de ti, ya que en este departamental reprobaste una materia y creo que eso es preocupante, ya que empiezas a defraudarte a ti misma, que es lo peor.

Quisiera que te entusiasmaras más y vieras que todo es importante y que debes de echarle los kilos no nadamás aquí, sino en todos los aspectos.

Espero y te sirva de escarmiento.

P.D. 1 Yo sé que tú puedes y lo lograrás.

P.D. 2 Comprométete ¡¡ Ya !!...estás a tiempo.

Te quiere Anahy...piénsalo.



## CARTA COMPROMISO

Nicolás Romero EDO de MEX a 23 de septiembre de 2003


Yo Montesinos Ramos Fernando me comprometo a cumplir con todos los trabajos que se me pongan en la escuela, en cualquiera de las materias y maestros. Por la misma razón quedo comprometido a sacar el certificado de educación media superior en esta escuela y a seguir con la carrera que deseo en la escuela superior y luchar por estos objetivos hasta lograr cumplirlos.

ATTE.: Montesinos Ramos Fernando.

Fernando Montesinos R.

NOMBRE  
(FIRMA)

**ANEXO No. 16  
TOMAR RIESGOS**

 <p>Tomar riesgos</p>	 <p>Someter a la gente a las ideas y ponerlos en riesgo.</p>	 <p>Porque el que nada arriesga, nada hace, nada tiene, nada es.</p>
 <p>Reír es correr el riesgo de parecer tonto.</p>	 <p>Amar es correr el riesgo de no ser correspondido.</p>	 <p>¿Al vez pueda Amorrarse sufrimiento y dolor...</p>
 <p>Llorar es correr el riesgo de parecer sentimental.</p>	 <p>Vivir es arriesgarse a morir.</p>	 <p>pero sin de cuentas, no puede entender, ni sentir, ni imaginar, ni crecer, ni amar, ni vivir.</p>
 <p>Acurruntó nuestro ser en el silencio a comprometerse</p>	 <p>En toda oportunidad existe el riesgo del desastre.</p>	 <p>Encadenado por las certidumbres será un esclavo, sacrificado al ser libre...</p>
 <p>Mostrar ambición es arriesgarse a que te conozcan</p>	 <p>En todo momento, el riesgo de fracasar.</p>	 <p>Es sólo arriesgándose a conservar la libertad.</p>
	 <p>Para los atrevidos es fácil de tomar, porque el mayor peligro en esta vida es no arriesgarse a nada.</p>	

**“Correr el riesgo de vivir es ser lo que SOY corriendo el riesgo de ser FELIZ”**



## ANEXO No. 17

Lee las siguientes situaciones y propón alternativas de solución con tu equipo.

- **Situación 1**

Imagina que eres estudiante de preparatoria:

De repente tuviste un accidente automovilístico a mediados del periodo escolar por lo que te ausentaste de la escuela durante dos semanas. ¿Qué harás para ponerte al corriente en las clases? ¿Cómo evitarás reprobar?

- **Situación 2**

Imagina que eres estudiante de preparatoria:

Si eres varón: imagina que tu novia ha quedado embarazada por ti. ¿Qué harás para manejar esta situación? ¿Cómo harás para seguir estudiando?

Si eres mujer: Imagina que has quedado embarazada. ¿Qué harás para seguir estudiando?

- **Situación 3**

Eres un o una estudiante de preparatoria, el grupo te considera una persona “floja” e irresponsable, ya que regularmente no trabajas en el salón cuando se les asignan las tareas colaborativas, si no que esperas que los demás trabajen. Quedas en ir a casa de tus compañeros para hacer una tarea en equipo y por lo general llegas tarde, si es que vas, y no trabajas. Tus calificaciones son realmente mediocres. En tu casa ya no saben como motivarte para que mejore tu situación. De repente un día decides que quieres cambiar esta manera de proceder, así como la percepción que los demás tienen de ti. ¿Qué se te ocurre que puedes hacer?

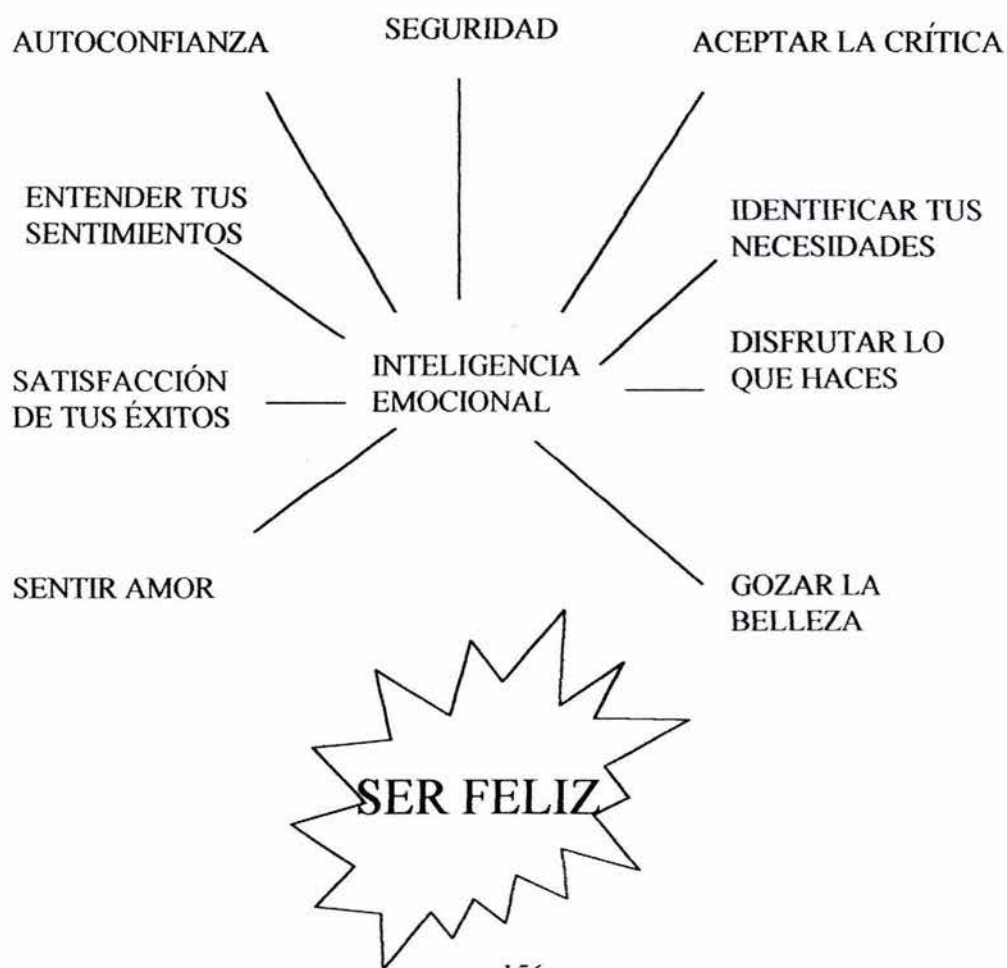
- **Situación 4**

Imagina que de repente tu desempeño en la escuela baja considerablemente. De ser un o una estudiante que tenía calificaciones aceptables, de pronto empiezas a reprobarte exámenes y estás a punto de reprobarte varias materias. Nadie entiende qué te pasa. Te han mandado llamar de la escuela para preguntarte qué te pasa y cómo pueden ayudarte. Por otra parte, tus padres ya han intentado que mejores con consejos, castigos y demás, y no ha funcionado. Sin embargo, te han puesto un ultimátum tanto en la escuela como en la casa: o mejoras o perderás la escuela. ¿Qué harás para recuperarte académicamente? ¿Cuál crees que es la estrategia (pasos a seguir) para entender lo que te pasa? En términos generales, ¿cómo se debe resolver este tipo de situaciones? Propón una alternativa relacionada con qué podrán hacer tus padres para apoyarte. Otra alternativa deberá referirse a qué puede hacer la escuela en ese caso.

- **Situación 5**

Imagina que eres un o una estudiante de segundo año de preparatoria y de pronto tu padre sufre un accidente que le impide volver a trabajar. Lamentablemente todos los ahorros de la familia se destinan a gastos médicos. ¿Qué harás para poder seguir estudiando? Genera por lo menos cinco alternativas distintas para esta situación.

# PLENITUD DE VIDA ES...

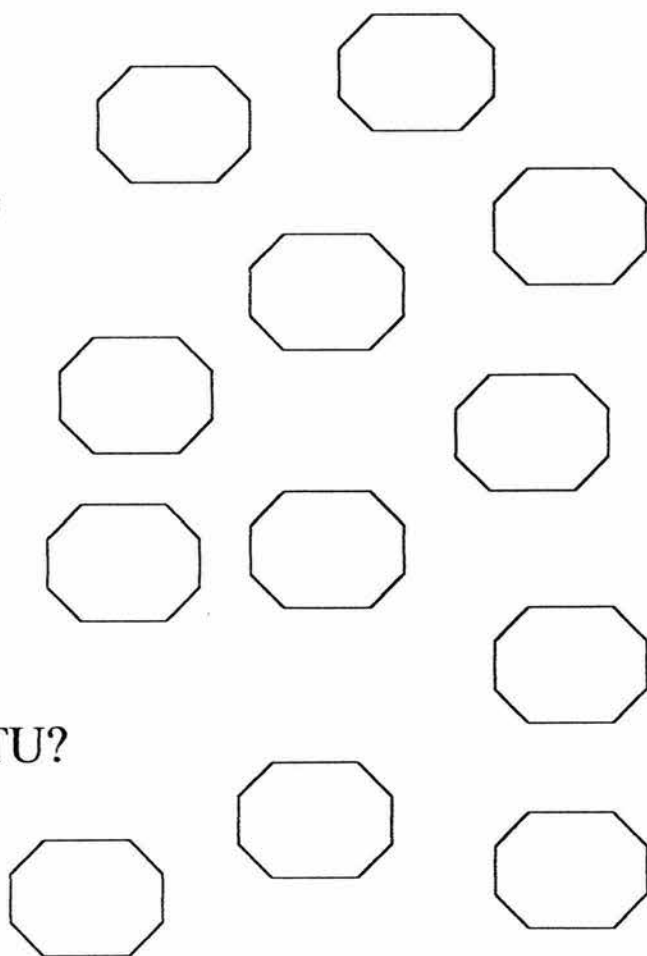


**ANEXO No. 21**

**CUADRO  
GENÉTICO**



**¿QUÉ  
APORTAS TU?**



**Casos  
de la vida  
real**

---

Los siguientes son casos reales en los que la interpretación pesimista tuvo diversos tipos de efectos.

**Ejemplo número 1  
Hablar en público**

Arturo no podía hablar en público, afirmaba que esto era superior a él y argumentaba que le ocurría desde niño. Su primera experiencia fue en primero de primaria cuando, al igual que sus compañeros, tenía que hacer presentaciones de memoria ante los padres de familia en una clase abierta.

Él trabajó durante horas en su tema: "La ballena"; lo conocía perfectamente. Pero, al tocarle su turno, se levantó y dijo: "Mi nombre es Arturo y voy a hablarles sobre la ballena. La ballena es el mamífero más grande del mundo... gracias", y se sentó de inmediato ante el desconcierto del maestro, la sorpresa de los padres y las risas de sus compañeros.

Desde entonces, decía: "Sé que no sirvo para hablar en público. Du-



rante un tiempo, mis compañeros me apodaron 'Ballena', era insufrible. Como resultó demasiado para mí, insistí incansablemente en que mis padres me cambiaran de colegio, hasta que finalmente aceptaron. En la preparatoria y en la universidad, sucedía lo mismo; cuando tenía que hacer presentaciones me atacaba el 'pánico escénico'. Pensaba que olvidaría el tema y se reirían de mí. Me preparaba concienzudamente pero, en efecto, después ¡olvidaba todo!".

Arturo es ahora un brillante ingeniero y, aunque se ayuda con acetatos y otros materiales visuales, evita al máximo hacer presentaciones en juntas. Dada su actividad —es analista de procesos—, muchas veces esto le resulta imposible; entonces, se angustia, le sudan las manos, su voz apenas se escucha y llega a tartamudear ligeramente, a pesar de que domina el contenido de sus presentaciones.

Suele decir: "A mí lo que quieras con dos o tres personas, pero más de tres ya es multitud. ¡No puedo!".

Sus jefes han platicado con él sobre esta limitación que le impide progresar en la empresa; pero él, mortificado, sigue pensando para sus adentros: "Esto me ha pasado desde niño. ¡No se me da!".



## **Ejemplo número 2** **Aquí estoy bien**

Elisa era secretaria del jefe del departamento, gozaba de la estima y reconocimiento de toda la sección por su amabilidad y buen trato. "Aquí estoy bien", decía. Todo marchaba sobre ruedas hasta que, para modernizarse, en su empresa suscituyeron las máquinas de escribir por computadoras. De inmediato, mostró resistencia; decía que eran muy complicadas. Fue de las últimas en inscribirse a los cursos de capacitación y lo hizo cuando ya no le quedó alternativa.

Tomó de mala gana el entrenamiento y lo aprobó con la mínima calificación pero exclusivamente en procesador de textos. Algunas compañeras le recomendaban que tomara también la capacitación gratuita que la empresa ofrecía en hoja de cálculo y programas de dibujo porque —le decían— en el futuro cada vez requeriremos más de las computadoras en el trabajo. Elisa refunfuñaba: "Yo soy secretaria y no ingeniero; de todas maneras, de ellos hay muchos en la empresa. Si quieren que aprenda eso, que me paguen más. Yo fui contratada como secretaria. Con tantos 'comandos', 'respaldos', 'softwares'... ¡a ver quién les sirve el café!".

Dos meses después, su jefe fue promovido a una sección donde se requería el constante uso de la hoja de cálculo y la elaboración de presentaciones. Como Elisa no dominaba estos programas, él optó por darle la oportunidad a otra secretaria que sí se había capacitado en ellos. Además, para sorpresa de Elisa, se colocaron en la empresa máquinas de café y refrescos.

Transferida a la recepción, Elisa se siente tratada injustamente. Su sonrisa y amabilidad habituales han disminuido. No oculta su enojo. Se ha hablado con ella, pero no se ha logrado que cambie su actitud. Su jefe actual está considerando liquidarla.



### **Ejemplo número 3** **Brillante auditor**

José Luis se recibió como contador con excelentes calificaciones. Era dedicado, brillante y suspicaz. Sus jefes en el despacho de contadores para el cual trabajaba desde que era estudiante pronto advirtieron en él grandes cualidades para practicar auditorías. Al capacitarlo en esta área, comprobaron que, en efecto, sus cualidades sobresalían marcadamente en comparación con sus jóvenes colegas.

Debido a su excelente desempeño, se le fueron asignando cada vez más auditorías en empresas de la ciudad y todas las condujo de manera impecable. Las cosas marcharon estupendamente hasta que empezaron los viajes.

A José Luis le daba pánico viajar en avión; pensaba: "En cualquier momento se puede caer y uno no viviría para contarlo...". Se negaba a volar. Cuando se presentaba un nuevo proyecto de auditoría preguntaba: "¿En dónde? ¿Se puede llegar en tren o por carretera? Porque ya saben que en avión ¡nunca!".

Las auditorías abundaban; consecuentándolo, a José Luis sólo se le enviaba a aquellos sitios a donde podía llegar por tierra. Esto demoraba la velocidad de respuesta

que exigían sus clientes, pero “la calidad del trabajo de José Luis lo justificaba”.

Pero un día, una importante cadena hotelera solicitó una compleja auditoría en una ciudad lejana. La importancia del cliente y la urgencia requerían la brillantez de José Luis y los accionistas del despacho lo presionaron de tal manera que éste tuvo que aceptar a regañadientes viajar en avión. A partir de ese momento, se tensionó. La noche anterior a su salida, no durmió por pensar que se estaba jugando la vida. Estaba prácticamente convencido de que no podría controlar su nerviosismo.

Al llegar al aeropuerto, para darse valor tuvo que tomar unos tragos. Ya a bordo del avión, empezó a sudar frío, a cualquier movimiento, literalmente saltaba de su asiento pensando: “¡Ya me lo imaginaba!”... No tuvo un momento de tranquilidad hasta que llegó a su destino.

Durante los dos días siguientes, sufrió una feroz diarrea y dolor de cabeza. Concluyó su trabajo, como siempre con éxito, pero decidió regresar en el transbordador y tomar un autobús para llegar a la ciudad en que trabajaba. Después de tres días de viaje, se presentó y renunció.



#### *Ejemplo número 4* *Falló en la jugada clave*

Roberto llevaba una carrera bastante interesante en su pasión deportiva, el fútbol; iba escalando niveles hasta que debutó como profesional. En ese primer partido, siendo extremo derecho y jugando de manera notable, tuvo la oportunidad de meter un gol, en una de esas jugadas donde “es más fácil anotar que desviar el tiro”, según decía... pero la falló. Este error se le quedó grabado, una y otra vez repasaba el pensamiento de cómo había sido capaz de desperdiciar esa oportunidad. En consecuencia, su temor de no reaccionar bien en las jugadas clave iba creciendo, y llegó a pensar que se convertiría en un fracasado. El fantasma de su error se hizo más grande y en cada encuentro sufría por la posibilidad de volver a fallar. Poco tiempo después, acabó por decidir dedicarse a otras cosas.



### **Ejemplo número 5** **Una carrera en ventas**

Miguel Ángel, joven de 24 años, bien parecido y con facilidad para relacionarse, deseaba cursar una carrera universitaria, lo que no había podido hacer antes por restricciones económicas.

Para ayudar al sostenimiento de su casa, trabajaba en la imprenta de la familia. Era buen técnico pero constantemente tenía que interrumpir sus labores pues, por su "carisma", los clientes preferían ser atendidos por él.

Como el negocio era pequeño y no alcanzaba para toda la familia, decidió hacerse de un dinero extra para poder costear sus estudios. Entró a una compañía de venta directa y, con mucho entusiasmo, empezó a realizar ventas entre familiares y amigos. Cuando estas personas cercanas a él ya le habían comprado, pensó: "Ahora viene lo más difícil, vender a quienes no conozco"; y con esto en mente empezó a ofrecer sus productos pero no obtuvo los mismos resultados. Muchos clientes que él consideraba potenciales le decían que no les interesaban esos productos, le ponían objeciones de precio, de presentación, argumentaban lo difícil de la situación económica, etcétera.

Poco a poco se fue desanimando hasta que concluyó que él no era para las ventas pues "no es lo mismo que te vengas a comprar que salir a vender".

Actualmente, no ha podido aún estudiar la carrera y continúa trabajando en la imprenta familiar.



### **Ejemplo número 6** **Perdió su empleo**

Enrique, de 42 años de edad, esforzado ejecutivo cuya carrera en diferentes empresas había sido exitosa, de pronto sufrió un infarto, su relación matrimonial se complicó hasta terminar en divorcio y, finalmente, "fue invitado" a renunciar a su empleo.

Sorprendido y desconcertado, comentaba que estas experiencias, que no le deseaba a su peor enemigo, equivalían a recibir una descarga de 500 mil kilovatios. Sin embargo, también decía: "Dios aprieta pero no ahorca, y nunca nos deja solos, lo entendamos o no".

Pensó que su infarto había sido un "aviso" lo suficientemente fuerte, pero al mismo tiempo leve pues lo había sobrevivido. Esta llamada de atención, pensó, es una señal imperiosa de que debo cambiar mi ritmo de vida. La presión cotidiana de trabajo y de una relación conyugal destructiva no pronostica nada bueno.

Vefá truncada su carrera organizacional, lo cual lamentaba mucho, pero la decisión de no continuar ahí no dependió de él. Recordaba lo que alguna vez había oído decir de alguien en situación parecida: ¿Se acabó el trabajo en esta empresa o en el mundo? ¡Ánimo! se dijo, "capitalizaré la expe-

riencia que a lo largo de los años he podido acumular y pondré un despacho para dar servicio de consultoría a otras empresas".

Se cambió de ciudad y abrió su firma de consultoría. Ahora está dedicado a lo suyo, lee todo lo que siempre había querido leer, se mantiene activo y actualizado, ha reducido el ritmo frenético de trabajo y se le ve contento...



**Ejemplo número 7**  
**Decidió controlar su vida**

Cuando Mary tenía trece años, sufrió un grave accidente. Descansaba bajo un árbol y unos niños que subieron a sus ramas le cayeron encima, con todo y árbol. Ella quedó paralizada del cuello hacia abajo. Pero no se amilanó. Desde entonces, ha luchado incansablemente, logrando mejorar la movilidad de su cuerpo. En su especialidad, la natación para discapacitados, ha ganado varios campeonatos, entre ellos, el mundial celebrado en Inglaterra. Ella dice: "Cuando me di cuenta de que tenía que poner de mi parte para superar mi enfermedad, que nadie podía hacerlo por mí, tomé la decisión y la responsabilidad de controlar mi vida". Declara que actualmente se considera "feliz en un 95 por ciento promedio". Mary da pláticas de superación a los niños, con el deseo de "que se tengan confianza, que vean que pueden lograr muchas cosas, que la vida está llena de obstáculos que podemos superar".



**ANEXO No. 23**

NOMBRE	COMUNICACIÓN NO VERBAL (PNL)
OBJETIVO	Transmitir un mensaje a través de manifestaciones corporales
TIEMPO	15 minutos
MATERIAL	Espacio físico en silencio
PROCESO	<p>De uno a tres participantes deben ponerse de frente al grupo con los ojos cerrados.</p> <p>El instructor inducirá con un lenguaje visual, auditivo y sensorial a que recuerden un momento muy desagradable en su vida sin que digan nada.</p> <p>Después de un breve tiempo, se pide que abran los ojos y tienen relajación con movimientos para romper el estado que recordaban mentalmente.</p> <p>Vuelven a cerrar los ojos y se induce ahora a recordar un momento especial y bonito en sus vidas, sin que digan absolutamente nada.</p> <p>El grupo actúa de observadores para identificar qué reacciones corporales hay al recordar algo desagradable o agradable.</p> <p>La conclusión es que: “No existe la no comunicación”...siempre estamos expresando algo a los demás.</p>

**COMUNICACIÓN CON LENGUAJE  
INCONSCIENTE:**

*VISUAL*

*AUDITIVO*

*SENSORIAL*

# LENGUAJE INCONSCIENTE

VISUAL



SENSORIAL



AUDITIVO



# LENGUAJE INCONSCIENTE

VISUAL

observar  
mostrar  
claro  
brillante  
perspectiva  
visión  
imagen

SENSORIAL

sentir  
presionar  
intuir  
agarrar  
manejar  
huele  
sabor

AUDITIVO

decir  
contar  
escuchar  
sonido  
mencionar  
hablar  
acento

## ANEXO No. 25

### ORIENTACIÓN JUVENIL

#### EVALUACIÓN DEL **DIPLOMADO EN DESARROLLO HUMANO**.

Con el propósito de seguir ofreciendo calidad en la exposición de los temas, te pedimos nos hagas favor de llenar la siguiente evaluación, aclarando que los datos que de ella emanen serán utilizados para mejorar los servicios que presta el programa de Orientación Juvenil, a través de su Proyecto **Diplomado en Desarrollo Humano**.

No hay respuestas correctas o incorrectas, lo importante es que contestes con veracidad para enriquecer el proyecto.

#### POR FAVOR NO ESCRIBAS TU NOMBRE

#### SUBRAYA LA RESPUESTA QUE CONSIDERES CORRECTA.

1.- ¿El contenido del Diplomado te ha parecido?

Muy interesante                      Interesante                      Poco interesante

2.- En general, las sesiones te han parecido:

Excesivamente cortas              Cortas                                  Muy largas

3.- Respecto a los temas tratados en las sesiones, te han parecido:

Muy interesante                      Interesante                      Poco interesante

4.- Para mejorar tu estilo de vida, el contenido del Diplomado ha resultado:

Muy útil                                  Útil                                      Nada útil

5.- ¿Pones en práctica lo tratado en clase?

Sí    A veces                                  No

6.- ¿Cómo te has sentido con los demás miembros del grupo?

A gusto                                      Regular                                      Muy incómodo

7.- ¿Crees que el intercambio de comentarios y experiencias con tus compañeros te ha aportado algo?

Sí    No estoy seguro                                      Nada

8.- El ambiente dentro del grupo ha sido:

Excelente                                      Bueno                                      Malo

9.- ¿Qué te ha parecido el material usado en la sesión?  
(Fotocopias, acetatos, láminas)

Bueno    Regular                                      Malo

10.- ¿Lees el material entregado en las sesiones?

Sí    A veces                                      Nunca

11.- ¿Comprendes bien lo que el material dice?

Muchas veces                                      A veces                                      Nunca

12.- ¿El coordinador del grupo ha explicado bien los temas?

La mayoría de las veces                                      A veces                                      Nunca

13.- ¿Te has sentido atendido y comprendido por el coordinador del grupo?

Siempre    La mayoría de las veces                                      Pocas veces

14.- ¿El coordinador del grupo te ha ayudado a la comprensión de los temas mediante ampliaciones, ejemplos, etc.?

La mayoría de las veces                                      A veces                                      Nunca



15.- El aula donde se ha desarrollado el Diplomado ha sido

Agradable

Poco agradable

Muy desagradable

16.- La forma de exponer los temas por parte del coordinador te ha parecido

Buena

Regular

Mala

17.- ¿Qué te ha parecido la duración del curso?

Muy largo

Largo

Corto

18.- ¿Recomendarías este curso a otros compañeros?

Sí

Es posible

No

19.- Evalúa globalmente el curso de 0 a 10

Calificación: \_\_\_\_\_

20.- ¿Te interesaría algún otro tema? \_\_\_ Escribe el tema que te gustaría abordar.

---

---

---

---

---

**GRACIAS POR TU VALIOSA COOPERACIÓN**

## ANEXO No. 26

### PRESENTACIÓN POR PAREJAS

#### I. OBJETIVO: PRESENTACIÓN, ANIMACIÓN.

#### II. DESARROLLO:

Los coordinadores dan la indicación de que nos vamos a presentar por parejas y que éstas deben intercambiar determinado tipo de información que es de interés para todos, por ejemplo: el nombre, el interés que tiene por el curso, sus expectativas, información sobre su trabajo, su procedencia y algún dato personal.

La duración de esta dinámica va a depender del número de participantes por lo general se da un máximo de tres minutos por pareja para la presentación en plenario.

#### III. RECOMENDACIONES:

- Siendo una técnica de presentación y animación debe intercambiarse aspectos personales como por ejemplo: algo que al compañero le gusta, si tiene hijos, etc.
- La información que se recoge de cada compañero, se expresa en plenario de forma general, sencilla y breve.
- El coordinador debe estar atento para animar y agilizar la presentación.

#### IV. CUANDO SE UTILIZA:

Su utilización es específica para el inicio de un taller o jornada educativa.



Por impulso

Al azar



Bajo presión



**Tipos de  
decisiones**

No  
Sé

!Ándale!  
Demuestra  
tu amor

Razonadas y  
fundamentadas

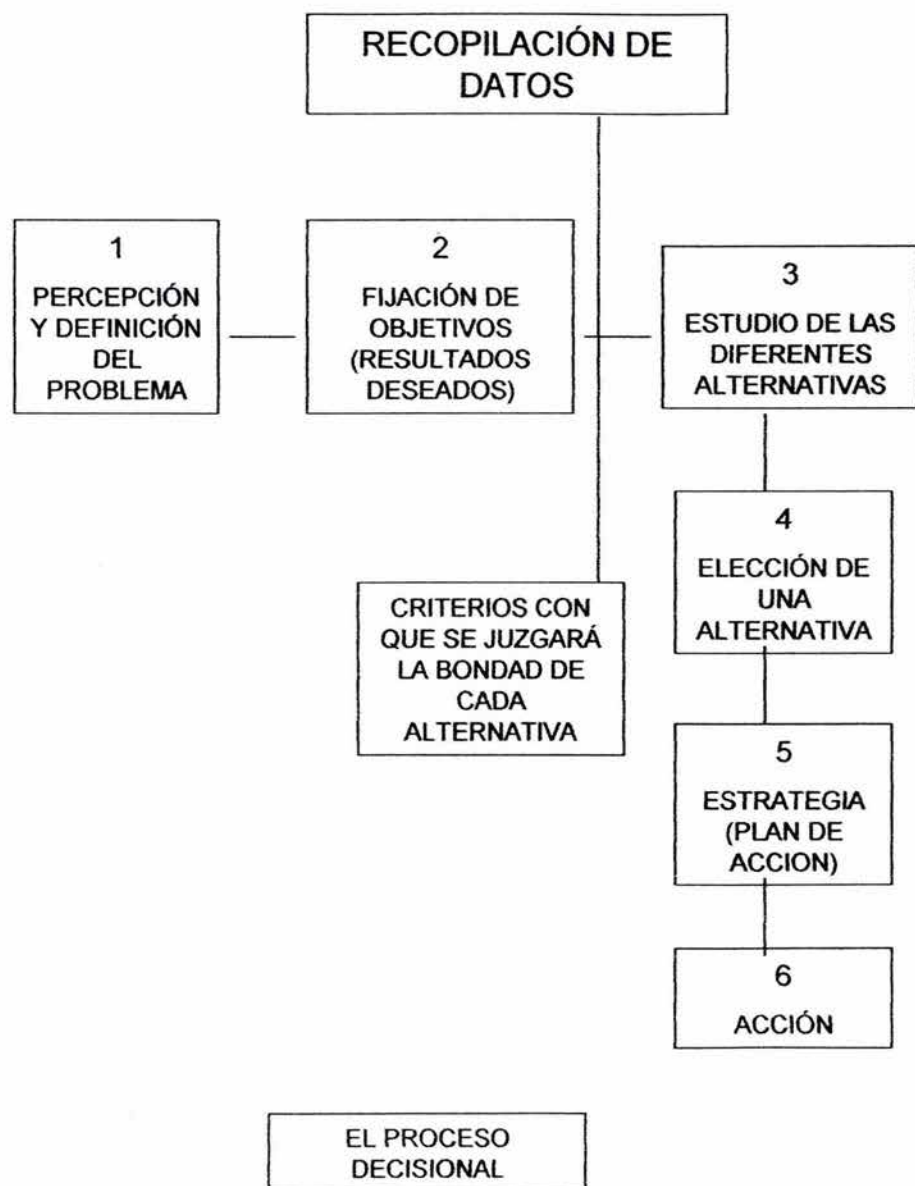


Pensaré bien  
Lo que  
tenga que  
Hacer

### ANEXO No. 28

NOMBRE	EL CAMPAMENTO
OBJETIVO	Identificar qué aspectos toma en cuenta para tomar una decisión
TIEMPO	45 minutos
MATERIAL	Hojas y bolígrafos
PROCESO	<p>Se forman equipos y se les cuenta la siguiente historia:</p> <p>Van con sus amigos a un campamento, al poner las casas de campaña no se dan cuenta que están sobre un nido de víboras venenosas. En la noche las víboras pican a todos, en el botiquín hay el antídoto justo para salvar a una sola persona, no tienen ningún medio de comunicación ni de transporte, el poblado más cercano está a 10 kilómetros y tienen que decidir a quién del equipo escogen para ponerle el antídoto y vaya a pedir ayuda.</p> <p>Tienen que argumentar el por qué de su elección a ese compañero y no a otro. Intercambiando puntos de vista e identificando si su decisión fue tomada por el razonamiento o por lo emotivo</p>

## ANEXO No. 29



## ANEXO No. 30

### Valores subyacentes

Si alguien nos presenta dos sobres cerrados para que escojamos uno, informándonos que ambos contienen dinero, pero en diferente cantidad, 10 veces más el uno que el otro, es casi seguro que quisiéramos elegir el de la mayor suma, si bien la falta de información haría que nuestra elección fuera a ciegas. En este caso es claro que lo que está de por medio es un valor homogéneo: el dinero, y que si se conocieran las cantidades la decisión sería sencillísima.

Pero pongamos casos de decisión mucho más complejos, aunque sean sobre alternativas bien conocidas:

- Un ejecutivo llega a Nueva York y necesita un hotel para una semana. Se plantea dos alternativas: el Waldorf Astoria y el Holiday Inn.  
Hacia el primero le atraen los valores de comodidad, prestigio, buena comida, elegancia, probabilidad de encontrarse con amigo...  
Hacia el segundo lo mueven otros valores que también pueden ser muy significativos: ahorro, cercanía del aeropuerto, tal vez la tranquilidad, y el deseo y posibilidad de pasar inadvertido.
- Un católico considera la alternativa de ir a misa en un domingo frío y lluvioso. Los valores en pro son la devoción, miedo a una ley que le han enseñado que lo obliga bajo pecado mortal a oír misa los domingos o tal vez el temor de dar mal ejemplo a la hija que estudia en un colegio de monjas. En contra hablan los valores de la comodidad de quedarse calentito en su casa, el miedo a un resfriado, el deseo de sentir y practicar la libertad de conciencia...
- Una mujer casada se debate entre las angustias de una relación conyugal imposible y ve en el divorcio valores como poner punto final al fastidio de convivir con quien le molesta, la oportunidad de expresar su hostilidad, la perspectiva de lograr un estilo de vida más independiente; pero también la alternativa contraria encarna algunos valores: respeto a una ley religiosa que le enseñó que el divorcio es anticristiano y siempre prohibido; el miedo a las repercusiones negativas del divorcio sobre los hijos, a caer en problemas económicos, a ser condenada por la parentela religiosa *conservadora*.

**ANEXO No. 31**

A CONTINUACIÓN SE TE PRESENTAN UNA SERIE DE PROBLEMAS QUE DEBES SOLUCIONAR.

RECUERDA QUE LA FUERZA QUE GUÍA TUS ACTOS RESIDE EN TUS VALORES.

a) Luis tiene habilidad para las matemáticas y la física, aunque en sus ratos libres compone música y escribe cuentos cortos. Ahora se encuentra indeciso. ¿Qué valores le ayudarán a tomar una decisión?

---

b) Pedro y Ana son novios desde hace tiempo. Han platicado sobre sus deseos de casarse, a pesar de que no han iniciado sus carreras profesionales. Si se casan ahora, ¿qué valores estarían teniendo en cuenta y qué consecuencias y obstáculos?

---

Si deciden estudiar antes de casarse, ¿qué valores fundamentarían su decisión?

---

c) Eduardo es introvertido, tímido, observador, sumamente organizado y muy inteligente aspira a que su profesión le brinde prestigio, mercado de trabajo y seguridad económica. ¿Qué carrera consideras podría brindarle lo que desea y por qué?

---

d) ¿Qué valores tomas en cuenta para escoger la carrera que deseas estudiar?

---

---

---

**ANEXO No. 32**

<b>NOMBRE:</b>	LLUVIA DE IDEAS
<b>OBJETIVO:</b>	Promover la participación activa de todos los miembros del curso y obtener en poco tiempo las opiniones de todos los integrantes.
<b>TIEMPO</b>	Varia de 10 a 30 minutos
<b>MATERIAL</b>	Pizarrón y gises
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<p>El orientador pedirá que los participantes expresen sus ideas respecto al tema que se va a tratar. Las veces que sea necesario durante un lapso de 10 minutos, durante los siguientes 10 minutos el orientador guiará la sesión para llegar a un consenso de los siguientes puntos de vista de los participantes. Para finalizar esta técnica, se les darán 10 minutos más para llegar a una conclusión del tema.</p> <p>El tiempo puede variar de acuerdo a los temas.</p>



### ANEXO No. 33

Mis sueños... mis ambiciones

INSTRUCCIONES. Escribe cuáles son tus sueños y tus ambiciones en relación con las siguientes áreas:

Área física: salud, ejercicio, bienes materiales...

---

---

Área afectiva: amistades, amor, matrimonio, familia...

---

---

Área laboral: educación, profesión, metas...

---

---

Área social: comunidad, asociaciones...

---

---

Área espiritual: valores, ideales, religión...

---

---

En conclusión, lo que más me importa en la vida es:

---

---

## ANEXO 34

Metas

INSTRUCCIONES. Escribe las metas que te propones lograr y las formas como piensas que puedes conseguirlas. Por último, indica cuáles son los miedos y temores que te impiden lograr tus objetivos.

Como persona: \_\_\_\_\_

Pienso lograrlo: \_\_\_\_\_

Temo: \_\_\_\_\_

Mi familia: \_\_\_\_\_

Pienso lograrlo: \_\_\_\_\_

Temo: \_\_\_\_\_

Mi escuela: \_\_\_\_\_

Pienso lograrlo: \_\_\_\_\_

Temo: \_\_\_\_\_

La sociedad en que vivo: \_\_\_\_\_

Pienso lograrlo: \_\_\_\_\_

Temo: \_\_\_\_\_

## **MANEJO DE LAS EMOCIONES**

“Llamamos **Inteligencia Emocional** la manera intencional e inteligente de utilizar las propias emociones. Las emociones deben ser un factor que ayude a conducir nuestras conductas y a pensar de manera que podamos mejorar nuestros resultados”



## **RECORDATORIO**

**¡"Inteligencia emocional es la capacidad de elegir y medir las emociones a voluntad"!**

## **Componentes de la Inteligencia Emocional:**

- Autoconocimiento emocional
- Autocontrol emocional
- Automotivación
- Reconocimiento de emociones ajenas
- Relaciones interpersonales

## ANEXO No. 37

### Conclusiones

Antes de tomar una decisión, debemos tener claro:

1.- Un objetivo – una meta

- Tener claro qué queremos

2.- Saber qué estrategia realizar.

- Tener claro cómo lo vamos hacer.

3.- Actuar controlando las emociones.

- Tener actitudes que nos hagan sentir bien con nosotros mismos; ya que al actuar con inteligencia, logramos nuestros objetivos, tomando las mejores decisiones.

Nota: Con los comentarios de los alumnos se realizó esta lámina con papel bond al finalizar la sesión No. 9.

ANEXO No. 38

“Autógrafos”

INSTRUCCIONES: Pide la firma a los compañeros que consideres tienen estas cualidades o características.

Guapo (a) \_\_\_\_\_

Te quiero conocer más \_\_\_\_\_

Responsable \_\_\_\_\_

Sabe escucharme \_\_\_\_\_

Tierno (a) \_\_\_\_\_

Me aconseja \_\_\_\_\_

Confiable \_\_\_\_\_

Risueño (a) \_\_\_\_\_

Buen amigo (a) \_\_\_\_\_

Amable \_\_\_\_\_

Me puede ayudar \_\_\_\_\_

Trabajador (a) \_\_\_\_\_

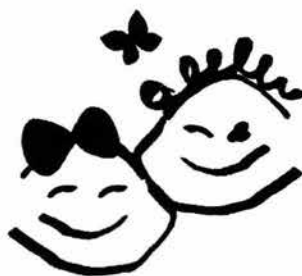
Alegre \_\_\_\_\_

Me brinda su amistad \_\_\_\_\_

Carismático (a) \_\_\_\_\_

Exitoso (a) \_\_\_\_\_

Estudioso (a) \_\_\_\_\_



**ANEXO No. 39**

**Interna**



Lo que tú te  
Dices a tí mismo

Lo que crees y  
Piensas que eres

**Externa**



Lo que los demás  
piensan y hablan de ti  
(+ ó -)

**Motivación**

**IMPORTANTE: Motivación Interna al 100%**

**Motivación externa: Si es positiva...tómala,**

**Si es negativa...deséchala**



## ANEXO No. 40

ALUMNA: ALDAMA NAVARREYTE ESMERALDA LIZETH

# MOTIVACION

LO QUE  
PIENSO DE  
MI:

SOY  
AMISTOSA Y  
AMIGABLE, A  
PESAR DE  
QUE ME  
GUSTA  
ESTAR  
SIEMPRE  
SOLA,  
CUANDO ME  
ENOJO SOY  
AGRESIVA,  
YA QUIE CASI  
TODO ME  
MOLESTA

ALDAMA  
NAVARREYTE  
ESMERALDA  
LIZETH

LO QUE ME MOTIVA ES  
SABER QUE CUENTO  
CON EL APOYO DE LAS  
PERSONAS A LAS QUE  
MAS APRECIO Y ENTRE  
ELLAS .

MI FAMILIA

ALDAMA  
NAVARREYTE  
ESMERALDA  
LIZETH

LO QUE LAS  
PERSONAS  
PIENSAN DE  
MI:

ME  
CONSIDERAN  
DE UN  
CARÁCTER  
MUY  
AMIGABLE,  
PERO  
CUANDO ME  
ENOJO  
SUELO SER  
DEMASIADO  
AGRESIVA,  
ADEMÁS  
SABEN QUE  
PUEDEN  
CONFIAR EN  
MI POR QUE  
ME GUSTA  
AYUDAR A  
LOS DEMÁS

# MOTIVACIONES

**INTERNA**

**EXTERNA**

**MOTIVACION**

YO PIENSO Y  
CREO DE MI

LO QUE PIENSAN  
DE MI LOS DEMÁS.

MIS HABILIDADES ¿PARA QUÉ  
SOY BUENO?

ME CONSIDERO UNA PERSONA  
LLENA DE OPORTUNIDADES.  
CREO FIRMEMENTE EN MI  
PERSONA Y DE QUE TODO LO  
QUE ME PROPONGA REALIZAR  
LO LLEVARÉ ACABO  
SATISFACTORIAMENTE, Y  
CONSIDERO QUE ES MI MAYOR  
HABILIDAD (MI DETERMINACIÓN  
Y COMPROMISO CONMIGO  
MISMA). SE QUE NO TODO SE  
ME VA A FACILITAR, PERO AUN  
ASI INTENTO DAR MI MEJOR  
ESFUERZO AUNQUE BUSCO  
DESEMPEÑARME EN LO QUE SE  
ME FACILITE COMO EL DIBUJO,  
LA ARITMÉTICA, LA  
COMPUTACIÓN, MI CAPACIDAD  
INVENTIVA, MI GUSTO POR LA  
LECTURA Y EL ESTUDIO.

MIS HABILIDADES ¿PARA QUÉ  
PIENSAN LOS DEMÁS QUE SOY  
BUENO?

LOS DEMÁS PIENSAN QUE SOY  
BUENA PARA EL ESTUDIO, PARA  
INVENTAR HISTORIAS, PARA SER  
ARTISTA, YA QUE DICEN QUE SOY  
MUY DELICADA, ORDENADA,  
METÓDICA Y EXIGENTE.

TAMBIÉN DICEN QUE SOY MUY  
BUENA OBSERVADORA Y CRÍTICA,  
QUE SOY CONCRETA Y OBJETIVA,  
ADEMÁS DE QUE SERIA BUENA  
MAESTRA U ORADORA PORQUE  
CONSIDERAN QUE SOY CONCRETA  
Y OBJETIVA, RESPONSABLE Y  
EMPREDEDORA LO QUE ME HACE  
MULTIFACÉTICA.

## ANEXO No. 41

ENUNCIADOS	SÍ (3)	(DUDA (2)	NO (1)
t. Me siento a gusto con mi cuerpo.	( )	( )	( )
2. Tengo el color de piel y cabello que me gusta.	( )	( )	( )
3. Mi cuerpo funciona bien.	( )	( )	( )
4. Me siento ágil para el deporte o el baile.	( )	( )	( )
5. Considero que mi cuerpo es más atractivo que el del promedio de las personas.	( )	( )	( )
6. No me duele nada.	( )	( )	( )
7. Casi nunca me enfermo.	( )	( )	( )
8. Me considero inteligente.	( )	( )	( )
9. Creo que tengo suerte para relacionarme con la gente que quiero.	( )	( )	( )
I O. A lo largo de mi vida, he tenido buena suerte porque casi todo me sale bien.	( )	( )	( )
I I. Me considero una persona sencilla y agradable.	( )	( )	( )
12. Tengo amigos en quienes confío y me siento correspondido.	( )	( )	( )
13. Mis padres me entienden.	( )	( )	( )
14. Creo que mis padres se quieren mucho.	( )	( )	( )
15. Mis dos padres viven.	( )	( )	( )
16. Mis dos padres están juntos y conmigo.	( )	( )	( )
17. Tengo hermanos y/o hermanas.	( )	( )	( )
18. Me llevo bien con mis hermanos.	( )	( )	( )
19. Me siento afortunado(a) de tener una familia como la que tengo.	( )	( )	( )
20. Me gusta ir a la escuela.	( )	( )	( )
21. Nunca he reprobado en la escuela.	( )	( )	( )
22. Me gusta estudiar (me gusta ser estudiante).	( )	( )	( )
23. Hasta ahora he sido un (una) estudiante aplicado(a).	( )	( )	( )
24. Mi promedio de calificaciones ha sido arriba de 80 sobre 100.	( )	( )	( )
25. Rara vez tengo problemas con los maestros.	( )	( )	( )
26. Nunca he tenido problemas graves con mis compañeros de la escuela.	( )	( )	( )
27. Asisto casi todos los días a mis clases.	( )	( )	( )
28. Tengo la costumbre de tomar apuntes en mis clases.	( )	( )	( )
29. Además de asistir a la escuela, trabajo y me pagan por ello.	( )	( )	( )
30. Me considero económicamente independiente.	( )	( )	( )
31. Ayudo económicamente a mi familia.	( )	( )	( )
32. Me considero una persona responsable.	( )	( )	( )

## ANEXO No. 42

### Cuestionario de autoconcepto

- Puntaje máximo 96 puntos → indica que “Nada puede mejorar”
- Puntaje menor → indica que puede seguir aprendiendo de sí mismo y lograr niveles más satisfactorios de vida.

Subraya los enunciados con puntuaciones menores a 3.

### Autoconcepto.

Ítems	Área
1 al 5	I.- Cuerpo
6 y 7	II.- Salud
8 al 12	III.- Autoestima
13 al 19	IV.- Familia
20 al 32	V.-Las responsabilidades

Localiza los enunciados subrayados y clasifica según las áreas para identificar cuáles son posibles cambiar al aplicar un plan de mejoramiento.

### ANEXO NO. 43

“Cuestionario abierto de autoconcepto”.

Contesta detallada y sinceramente las siguientes preguntas:

<p>De acuerdo con estas cinco áreas que se han delimitado, ¿en cuáles tienes más necesidad de desarrollo?, ¿cuáles tienes mejor desarrolladas?</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>¿Te gusta leer? _____ ¿Cuántos libros completos has leído hasta ahora? _____</p> <p>¿Cuál de ellos es tu preferido?</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
<p>¿Crees poder mejorar sólo o requieres de ayuda para hacerlo? En caso de requerir ayuda, ¿qué tipo de ayuda sería la adecuada para ti?</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>¿Qué revistas acostumbras leer?</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
<p>En las cuestiones de responsabilidad o más exactamente, en cuanto al desempeño escolar, conviene plantear otras preguntas que complementen el cuestionario realizado.</p> <p>¿Por qué estás en esta escuela?</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>¿Cuál es tu lectura preferida?</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
<p>¿Para qué te va a servir seguir estudiando?</p> <p>_____</p>	<p>¿Cada cuándo lees el periódico?</p> <p>_____</p>
<p>¿La decisión de continuar los estudios fue tuya o de otras personas?</p> <p>_____</p>	<p>¿Qué sección del periódico es la que te gusta más leer?</p> <p>_____</p>
<p>¿Qué es lo que más te gusta de ser estudiante?</p> <p>_____</p>	<p>En este segundo grupo de preguntas, ¿qué descubriste?</p> <p>_____</p>
<p>¿Qué es lo que menos te gusta de la vida de un estudiante?</p> <p>_____</p>	<p>_____</p>

## ANEXO No. 44

### “EL CÍRCULO DEL NOVENTA Y NUEVE”

Había una vez un rey muy triste que tenía un sirviente, que como todo sirviente de rey triste, era muy feliz.

Todas las mañanas llegaba a traer el desayuno y despertaba al rey cantando y tarareando alegres canciones de juglares. Una sonrisa se dibujaba en su distendida cara y su actitud para con la vida era siempre serena y alegre.

Un día el rey lo mandó llamar.

- Paje- le dijo-,¿cuál es el secreto?

- ¿Qué secreto, Majestad?

- ¿Cuál es el secreto de tu alegría?

- No hay ningún secreto, Alteza.

- No me mientas, paje. He mandado cortar cabezas por ofensas menores que una mentira.

- No le miento, Alteza, no guardo ningún secreto.

- ¿Por qué estás siempre alegre y feliz?, ¿eh?, ¿por qué?

- Majestad, no tengo razones para estar triste. Su Alteza me honra permitiéndome atenderlo. Tengo mi esposa y mis hijos viviendo en la casa que la corte nos ha asignado, somos vestidos y alimentados y además su Alteza me premia de vez en cuando con algunas monedas para darnos algunos gustos, ¿cómo no estar feliz?

- Si no me dices ya mismo el secreto, te haré decapitar -dijo el rey-. Nadie puede ser feliz por esas razones que has dado.

- Pero, Majestad, no hay secreto. Nada me gustaría más que complacerlo, pero no hay nada que yo esté ocultando...

- Vete, ¡vete antes de que llame al verdugo!

El sirviente sonrió, hizo una reverencia y salió de la habitación.

El rey estaba como loco. No consiguió explicarse cómo el paje estaba feliz viviendo de prestado, usando ropa usada y alimentándose de las sobras de los cortesanos. Cuando se calmó, llamó al más sabio de sus asesores y le contó su conversación de la mañana.

-¿Por qué él es feliz?

-Ah, Majestad, lo que sucede es que él está fuera del círculo.

-¿Fuera del círculo?

-Así es.

-¿Y eso es lo que lo hace feliz?

-No Majestad, eso es lo que no lo hace infeliz.

-A ver si entiendo, estar en el círculo te hace infeliz.

-Así es.

-¿Y cómo salió?

-¿Nunca entró?

-¿Qué círculo es ése?

-El círculo del 99.

-Verdaderamente, no entiendo nada.

- La única manera de que entienda, sería mostrártelo en los hechos.
- ¿Cómo?
- Haciendo entrar a su paje en el círculo.
- Eso, obliguémoslo a entrar.
- No, Alteza, nadie puede obligar a nadie a entrar en el círculo.
- Entonces habrá que engañarlo.
- No hace falta, su Majestad. Si le damos la oportunidad, él entrará solito, solito.
- ¿Pero él no se dará cuenta de que eso es su infelicidad?
- Sí se dará cuenta.
- Entonces no entrará.
- No lo podrá evitar.
- ¿Dices que él se dará cuenta de la infelicidad que le causará entrar en ese ridículo círculo y de todos modos entrará en él y no podrá salir?
- Tal cual, Majestad. ¿Está dispuesto a perder un excelente sirviente para poder entender la estructura del círculo?
- Sí.
- Bien, esta noche te pasaré a buscar. Debe tener preparada una bolsa de cuero con 99 monedas de oro, ni una más ni una menos. ¡99!
- ¿Qué más? ¿Llevo los guardias por si acaso?
- Nada más que la bolsa de cuero, Majestad. Hasta la noche.
- Hasta la noche.

Así fue. Esa noche el sabio pasó a buscar al rey. Juntos se escurrieron hasta los patios de palacio y se ocultaron junto a la casa del paje. Allí esperaron el alba. Cuando dentro de la casa se encendió la primera vela, el hombre sabio agarró la bolsa y le pinchó un papel que decía:

**Este tesoro es tuyo. Es el premio por ser un buen hombre. Disfrútalo y no cuentes a nadie como lo encontraste.**

Luego ató la bolsa con el papel en la puerta del sirviente, golpeó y volvió a esconderse. Cuando el paje salió, el sabio y el rey espiaban desde atrás de unas matas lo que sucedía. El sirviente vio la bolsa, leyó el papel, agitó la bolsa y al escuchar el sonido metálico se estremeció, apretó la bolsa contra el pecho y miró hacia todos lados de la puerta. Se arrimaron a la ventana para ver la escena. El sirviente había tirado todo lo que había sobre la mesa y dejado sólo la vela. Se había sentado y había vaciado el contenido en la mesa. Sus ojos no podían creer lo que veían. ¡Era una montaña de monedas de oro! Él, que nunca había tocado una de estas monedas, tenía hoy una montaña de ellas para él. El paje las tocaba y amontonaba, las acariciaba y hacía brillar la luz de la vela sobre ellas. Las juntaba y desparramaba, hacía pilas de monedas.

Así jugando y jugando empezó a hacer pilas de 10 monedas. Una pila de diez, dos pilas de diez, tres pilas, cuatro, cinco y seis... y mientras sumaba 10, 20, 30, 40, 50, 60... hasta que formó la última pila: ¡¡¡ 9 monedas!!!

Su mirada recorrió la mesa primero, buscando una moneda más. Luego el piso y finalmente la bolsa. “No puede ser”, pensó. Puso la última pila al lado de las otras y confirmó que era más baja.

-Me robaron – gritó - , me robaron. ¡¡ Malditos ¡!

Una vez más buscó en la mesa, en el piso, en la bolsa, en sus ropas, vació sus bolsillos, corrió los muebles , pero no encontró lo que buscaba.

Sobre la mesa, como burlándose de él , una montañita resplandeciente le recordaba que había 99 monedas de oro, “solo 99”, “99 monedas . Es mucho dinero”, pensó. Pero me falta una moneda. “ Noventa y nueve no es número completo pero noventa y nueve, no.”

El rey y su asesor miraban por la ventana. La cara del paje ya no era la misma, estaba con el ceño fruncido y los rasgos tiesos, los ojos se habían vuelto pequeños y arrugados y la boca mostraba un horrible rictus, por el que se asomaban los dientes.

El sirviente guardó las monedas en la bolsa y mirando para todos lados para ver si alguien de la casa lo veía, escondió la bolsa entre la leña.

Luego tomó papel y pluma y se sentó a hacer cálculos. ¿Cuánto tiempo tendría que ahorrar el sirviente para comprar su moneda número cien?

Todo el tiempo hablaba solo, en voz alta.

Estaba dispuesto a trabajar duro hasta conseguirla. Después quizá se necesitaba trabajar más.

Con cien monedas de oro, un hombre puede dejar de trabajar.

Con cien monedas de oro un hombre es rico.

Con cien monedas se puede vivir tranquilo.

Sacó el cálculo. Si trabajaba y ahorra su salario y algún dinero extra que recibía, en once o doce años juntaría lo necesario. “ Doce años es mucho tiempo.” Pensó.

Quizá pudiera pedirle a su esposa que buscara trabajo en el pueblo por un tiempo. Y él mismo, después de todo, él terminaba su tarea en palacio a las cinco de la tarde, podría trabajar hasta la noche y recibir una paga extra por ello.

Sacó las cuentas: sumando su trabajo en el pueblo y el de su esposa, en siete años reuniría el dinero.

¡¡¡Era demasiado tiempo ¡!!

Quizás pudiera llevar al pueblo lo que quedaba de comidas todas las noches y venderlo por unas monedas. De hecho, cuanto menos comieran, más comida habría para vender.



Vender...

Vender...

Estaba haciendo calor. ¿Para qué tanta ropa de invierno?

¿Para qué más de un par de zapatos?

Era un sacrificio, pero en cuatro años de sacrificio llegaría a su moneda cien.

El rey y el sabio, volvieron al palacio.

El paje había entrado en el círculo del 99...

Durante los siguientes meses, el sirviente siguió sus planes tal como se le ocurrieron aquella noche.

Una mañana, el paje entró a la alcoba real golpeando las puertas, refunfuñando de pocas pulgas.

-¿Qué te pasa?- preguntó el rey de buen modo.

- Nada me pasa, nada me pasa.

-Antes, no hace mucho, reías y cantabas todo el tiempo.

-Hago mi trabajo, ¿no? ¿Qué querría su Alteza, que fuera su bufón y su juglar también?

No paso mucho tiempo antes de que el rey despidiera al sirviente.

No era agradable tener un paje que estuviera siempre de mal humor.

Esta perspectiva sobre la vida y la felicidad está ampliamente arraigada entre nosotros, al punto de considerar que vive en el error quien se aparta de estas ideas. Basta leer un anónimo sudamericano que dice: "Los blancos deben estar locos: creen que se piensa con la cabeza." La tentación sería pensar "Pobres indígenas, les falta cultura, aún no están civilizados", en lugar de explorar más su visión y tratar de enriquecer la propia con la de ellos.

Unos a otros tendemos a descalificarnos y sólo aceptamos como razonable el pensamiento de aquél que se acerca al propio. Un amigo me decía que "en toda razón existe una sinrazón" y ahora empiezo a ver que hay mucho de cierto en eso, puesto que cada razón ignora a la contraria. Si empezamos a darnos cuenta de lo poco que sabemos sobre la naturaleza y sobre nosotros mismos, abandonaríamos estas posturas inocentes. Asumiríamos una actitud más humilde y sensata que nos posibilitaría aprender más de quienes piensan distinto a nosotros. Si el protagonista del cuento simplemente hubiera aceptado contento lo que tenía, sin dar tanto peso a sus carencias, con seguridad hubiera vivido más feliz que antes.

**ANEXO No. 45**

“Planificación de una vida feliz”

Estrategia de acción:

PARA MEJORAR MI:

I.- Cuerpo

II.- Salud

III.- Autoestima

IV.- Familia

V.- Trabajo (responsabilidades)

(Escribir área que se quiere trabajar)

**YO**

¿Qué quiero o necesito?	Actividades para hacerlo	Fecha para realizarlo	Registro de logros

## ANEXO No. 46

### **Bachillerato tecnológico**

- Esta modalidad es bivalente, ya que se puede estudiar el bachillerato al mismo tiempo que una carrera de técnico.
- Las materias propedéuticas que se cursan son prácticamente las mismas que en el bachillerato general, por lo que se prepara para estudiar una carrera profesional del nivel superior.
- Adicionalmente, el plan de estudios incluye materias tecnológicas que se cursan junto con las antes mencionadas y que preparan como técnico de nivel medio superior en algunas de las especialidades que ofrece esta modalidad de bachillerato.
- Cuando se concluyen los tres años de estudio se puede ingresar a la educación superior en instituciones universitarias o tecnológicas.
- Al concluir los estudios, obtienes el certificado de bachillerato y una carta de pasante; una vez cubiertos los requisitos correspondientes, obtienes el título y la cédula profesional de la carrera que cursaste, registrados ante la Dirección General de Profesiones de la Secretaría de Educación Pública.

**ANEXO No. 47**

<b>NOMBRE:</b>	PHILIPS 66
<b>OBJETIVO:</b>	Obtener en un tiempo corto las ideas de un grupo grande de participantes, sobre un determinado tema, buscando la participación de todos.
<b>TIEMPO:</b>	10 minutos
<b>MATERIAL</b>	Lápices y papeletas
<b>DESCRIPCIÓN</b>	Se pide a los participantes que se dividan en grupos de 6 personas. Cada grupo nombra un coordinador que dirigirá la discusión y si es necesario, a un relator. Se plantea una pregunta o un tema de discusión sobre el que cada grupo deberá discutir y llegar a una conclusión en 6 minutos. Pasado el tiempo, los coordinadores o relatores informarán al plenario el resultado de su discusión. Puede modificarse el número de personas por grupo y el tiempo, teniendo como máximo 10 minutos, con el fin de que la discusión al final no sea tan larga.

**ANEXO No. 48**

NOMBRE	TELARAÑA
OBJETIVO	Conocer opiniones del otro en proceso de interacción
TIEMPO	50 minutos
MATERIAL	Una bola de estambre
PROCESO	<p>Como recurso, se necesita un espacio físico, los participantes y una bola de estambre. Los participantes se colocarán en círculo, uno de ellos toma la punta del estambre por la punta de la hebra, eligiendo a una persona (sin importar el lugar donde se encuentre dicha persona), dirá: orientación fue para mi..., en seguida arrojará la bola de estambre a la persona elegida, sosteniendo la punta de la hebra, así sucesivamente hasta que pasen todos los participantes. La última persona que opinó regresará la bola de estambre a la que se lo mandó, repitiendo lo que dijo la persona contraria al dar su opinión y... así sucesivamente, hasta formar de nuevo la bola de estambre.</p>

**ANEXO No. 49**

NOMBRE	VERDAD O CASTIGO
OBJETIVO	Animación e integración al iniciar o finalizar un curso
TIEMPO	30 minutos
MATERIAL	Tablero con globos, preguntas y castigos impresos y dardos
PROCESO	<p>Cada integrante del grupo pasa a romper un globo con el dardo, dentro de cada globo hay una pregunta o un castigo que deberá de realizar o contestar.</p> <p>Las preguntas se podrán relacionar con los puntos vistos de un curso, para tener una retroalimentación, o bien, de acuerdo al objetivo para el cual se implementa esta técnica</p>

***CONTENIDO  
TEÓRICO DE LAS  
UNIDADES  
DIDÁCTICAS***

# DIPLOMADO EN DESARROLLO HUMANO

## MÓDULO I

### TEMAS GENERALES:

SER PERSONA  
VALORES  
AUTOESTIMA  
ASERTIVIDAD

En el siguiente apartado se encuentra un resumen de los temas abordados en el primer y segundo módulo.



## SER PERSONA

### **Ser persona.**

Este punto hace referencia a que como seres humanos, vivimos momentos de todo, difíciles, agradables, importantes, felices, etc., que principalmente van marcando nuestra forma de ser y reaccionar ante esas situaciones a través de nuestro desarrollo y crecimiento humano.

A lo largo de la vida pasamos por distintas etapas importantes en nuestro desarrollo que implican cambios y adaptaciones. En la infancia niños y niñas empiezan a conocer el mundo y a relacionarse con lo que le rodea. Más tarde en la adolescencia se dan cambios ante los cuales cada persona se adapta de diferente manera y aprende a enfrentarlos. Esta etapa es mucho más que una simple transición entre la infancia y la edad adulta. Implica cambios físicos y emocionales, es decir, en los gustos, en los intereses, la manera de percibir las cosas, así mismos y a los demás; cambios en los ideales, en los estados de ánimo, en las actividades y en las formas de relacionarse con la gente. La mayoría de las veces existe consenso entre los adultos con relación a lo que es un adolescente. Lo describen como un individuo inmaduro, impulsivo, rebelde, irresponsable, caprichoso, conflictivo, que tiene dificultades para comunicarse efectivamente, indisciplinado, entre otras cosas. Muchos adolescentes esperan con terror la llegada de esta etapa de la vida, la gente que rodea a los adolescentes espera muchas veces que éstos se comporten de acuerdo a su apariencia física, les exigen mayores responsabilidades aunque, por otro lado los consideran demasiado chicos para asumirlas. Hay contradicciones en las expectativas que se tienen hacia ellos. Hay contradicciones también en lo que ellos necesitan: más independencia y al mismo tiempo más apoyo y cariño.

Es necesario recordar que los cambios que se van dando paulatinamente y que no necesariamente coinciden las transformaciones físicas con las emocionales.

### **Autoconocimiento**

Por lo anteriormente expresado, al trabajar con adolescentes un **Diplomado en Desarrollo Humano** es importante iniciar dándoles elementos para tener un mejor autoconocimiento que los haga sentir y reflexionar lo siguiente.

Cada uno de nosotros somos seres integrales, compuestos por diversas áreas que interactúan entre sí:

- Física: soy alto, bajo, grueso, delgado...
- Emocional: soy alegre o serio, soy ansioso o despreocupado...
- Social: Soy introvertido o extrovertido, solitario o me gusta estar con la gente, prefiero estar callado o me gusta estar con los demás...

Una vez que hayamos analizado nuestras características principales, es importante preguntarnos cuáles de ellas nos agradan y cuales nos molestan: Entonces podremos trabajar para modificar aquello que nos desagrada para manejarnos en beneficio de nuestro desarrollo y crecimiento personal.

Conocernos a nosotros mismos es muy importante para desarrollarnos en cualquier actividad o para relacionarnos con quienes nos rodean. Mientras no sepamos comprender quiénes somos, cómo somos, por qué somos así, qué queremos, que no queremos, etc., no podremos establecer vínculos con los demás.

### **Autobiografía.**

Muchas veces uno piensa que se conoce a sí mismo y que incluso, conoce a la gente más cercana; hasta solemos decir: ¡Te conozco tan bien como a la palma de mi mano!. Sin embargo se dice que siempre tenemos algo que aprender de nosotros mismos y esto es cierto. La vida es movimiento y el ser humano tiende a transformarse todo el tiempo. El viaje del propio descubrimiento no se acaba nunca, ni hay una tierra prometida a la que se

llegue en esta aventura. Por lo tanto podemos imaginar que si consideramos difícil conocerse a uno mismo lo será mucho más conocer a los demás.

La autobiografía, es la biografía (historia) de una persona escrita por ella misma; es una estrategia que los orientadores pueden utilizar para que los adolescentes describan aquellas cosas que les parecen claves en su vida, en diferentes aspectos como familia, escuela, entorno social (novio (a), amigos, religión...).

Las personas al darse un tiempo para escribir acerca de ellos mismos es una forma de descubrir cosas de uno mismo y de los demás que anteriormente no se había detenido a reflexionar. El recordar anécdotas y experiencias importantes en la vida personal, hace valorar cómo fuimos en algún momento y ante una circunstancia específica, nos permite revivir momentos en los cuales se demuestran puntos de nuestra personalidad y cómo vamos creciendo y madurando con el tiempo.

### **Manejo del tiempo libre.**

Cuando uno es joven suele pensar que le queda mucho tiempo por delante o simplemente no se pone a pensar en este asunto. Toda decisión llevada a la práctica determina el futuro de una vida...no es exageración.

Cada momento exige de nosotros una toma de decisiones e ignorar nuestra responsabilidad ante lo que va ocurriendo es ya una decisión. El tiempo no vuelve atrás, nada se repite aunque a veces tengamos la impresión de que los días transcurren igual. Aunque nos parezca que hay tiempo de sobra, lo cierto es que aunque el tiempo siga nuestra vida es limitada. Los seres humanos vivimos un tiempo limitado, cuando más cien años y cien años son pocos para aprender apenas a vivir.

Poniendo las cosas de este modo, ¿qué quieres hacer en el tiempo que tengas de vida? Porque nadie tiene segura una larga vida. No obstante, por ahora estamos vivos y debemos utilizar el tiempo en algo de provecho para nosotros y para los demás.

Ha llegado el momento de tomar las riendas de la vida propia y hacerse cargo de ella.

Parte del conocimiento de uno mismo es detenernos a reflexionar sobre lo que nos gusta hacer con nuestro tiempo y el manejo mismo que le damos al tiempo libre que tenemos.

El concepto de tiempo libre se refiere al tiempo ausente de la obligación escolar. Se trata del tiempo residual, de aquel que sobra una vez cumplido el tiempo escolar. Sin embargo, el tiempo libre no es tan libre como muchas veces uno quisiera, ya que la escuela no es la única obligación que la vida le impone al ser humano, sino que además de ella tiene que satisfacer necesidades biológicas tales como dormir, comer, asearse y otras como acatar obligaciones familiares, sociales y políticas; cumplir deberes religiosos, morales y de otra naturaleza. Además, uno debe restar a su tiempo libre el que invierte en transportarse de casa a la escuela y viceversa, etc.

El tiempo residual del que uno puede disponer se llama ocio, que es el margen temporal para –por libre elección- realizar todas aquellas actividades que se quiere.

Una segunda categoría de actividades comprendidas en el tiempo libre corresponde a aquellas llamadas semiocio, porque a pesar de haber sido elegidas libremente no son deseables por sí mismas sino en razón de un fin lucrativo o de prestigio, como es el caso del aprendizaje de idiomas, de trabajos manuales, etc.

Por tanto, tiempo libre es el conjunto de ocupaciones a las cuales el individuo se entrega con plena aceptación para descansar, divertirse o desarrollar su información y su formación desinteresada y su participación social voluntaria, después de ser liberado de las obligaciones.

Tener tiempo, nos hace tener la facultad de decidir lo que queremos hacer con él, es decir, en qué lo vamos a aprovechar, por lo que se recomienda primeramente tener bien

claro nuestras prioridades de actividades para así determinar en qué momentos y cuánto espacio vamos a disponer para cada actividad.

Una propuesta para aprovechar mejor el tiempo es el siguiente método.

1.- Planificar. Hacer lista de objetivos por cumplir.

2.- Priorizar. Decidir cuáles objetivos son los más importantes para que encabecen la lista.

3.- Agendar. Determinar cuándo se hará cada uno de los puntos.

4.- Hacer el seguimiento. Hacer las cosas de acuerdo con lo planeado y verificar los pasos de cada objetivo.

### **Compromiso conmigo mismo.**

Meta, es llegar al fin de nuestros deseos, para ello el ser humano tiene que identificar sus anhelos y sobre todo fijarse los objetivos necesarios para alcanzar la realización de ellos.

Los objetivos pueden determinarse a corto, mediano o largo plazo, lo importante es tenerlos bien definidos y las estrategias de acción para llegar a las metas que uno mismo se forja.

Estar comprometidos con uno mismo significa estar conscientes de que las cosas en la vida no son fáciles siempre, se debe de luchar, ser constantes, trabajadores y

emprendedores para llegar a la cima del éxito. El tener un compromiso con nuestra vida y nuestro propio crecimiento personal conlleva a fortalecer todo lo que nosotros como seres humanos somos, ya que al ir escalonando hacia el logro de lo que nosotros mismos nos proponemos vamos adquiriendo satisfacciones, experiencias y seguridad.

Una persona puede tener claro lo que quiere en la vida, pero quizá no esté comprometido consigo mismo para realizarlo, por lo que no es coherente entre lo que piensa, dice y hace. Un caso así no vale la pena, debemos estar conscientes que tenemos todo para lograr lo que queremos en la vida y si eso implica trabajo y responsabilidad, lo más satisfactorio es afrontarlo con amor y gusto.

### **Tipos de estudiantes**

Un punto importante a trabajar con los alumnos como parte de su autoconocimiento, es el concepto que ellos mismos se dan como estudiantes.

A continuación se presentan las características de tres tipos de estudiantes:

\* Orientados al dominio \* Los que aceptan el fracaso \* Los que evitan el fracaso

Esta información permitirá a los alumnos concienciar el tipo de estudiantes que son, para contrastar con algunos comportamientos que les convendrían erradicar en sus vidas como estudiantes.

A continuación se presentan una serie de conductas escolares que de poseerlas o manifestarlas llevarán a los alumnos a fracasar como estudiantes tarde o temprano. Es importante aclararles a los adolescentes que este tipo de conductas no les permitirán

aprender pues invierten su energía en una serie de estrategias que los lleva a “salirse del foco”, porque finalmente son conductas de autoengaño.

ESTRATEGIAS (conductas realizadas)

Significado real

Tener una participación mínima en el salón  
clases.

No se fracasa pero tampoco se  
sobresale.

Retardar o demorar la realización  
de una tarea.

Como buscará realizarla hasta el  
último momento, si fracasa lo  
atribuirá a que no tuvo suficiente  
tiempo y no a su falta de capacidad  
u organización.

No hacer ni el intento de realizar  
la tarea.

Aquí el fracaso es menos importante  
que poner en juego el saber si es  
capaz o no.

Sobreesforzarse, copiar en los exámenes  
y el gusto por las tareas difíciles.

Si fracasa podrá decir que no estuvo  
en su control ya que era demasiado  
difícil.

El gusto por tareas fáciles.

Es para asegurar el éxito.

### **Ser autónomo e independiente.**

Lo que caracteriza a las personas independientes y autónomas es un sentido de creencias y valores personales que les da una sólida convicción para establecer ligas con conceptos como pensamiento independiente, autorresponsabilidad y control sobre las acciones de aprendizaje.

En el libro *Habilidades para desarrollar la autodirección en el aprendizaje*, citan a Candy (1991), quien comenta que la autonomía no está separada del contexto; son cuatro las variables que al parecer influyen principalmente en si el estudiante es autónomo e independiente en situaciones de aprendizaje:

1.- Sus habilidades técnicas con respecto al proceso de aprendizaje: utilizan con acierto las técnicas de estudio y metodologías que han aprendido a lo largo de su vida; dependiendo de la situación a enfrentar echarán mano de ellas para facilitar su manejo.

2.- Su grado de familiaridad con el tema de estudio: inmediatamente buscarán tener claro qué tanto saben acerca de lo que hay que estudiar o aprender: En términos generales, podrán con la tarea encomendada si les es familiar o si forma parte de sus intereses.



3.- Su sentido personal de competencia como aprendices: normalmente están muy seguros de sus capacidades e intentan tomar el liderazgo en tareas en grupo; también muestran un adecuado autoconcepto.

4.- Su compromiso de aprender en este momento de su vida: están lo suficientemente motivados internamente, tienen el deseo genuino de aprender y conocer más, valoran el aprendizaje.

Como parte de su autoconocimiento, debemos orientar a los adolescentes para que definan su propio concepto como personas y estudiantes, identificando su grado de autonomía e independencia, para la toma de decisiones y logro de metas.

### **Valores.**

#### **¿Qué son los valores?**

Como seres **humanos somos** responsables de nuestras propias vidas. Nuestra conducta está en función de **nuestras elecciones**. Lo que obtenemos en la vida, el éxito, la felicidad, el amor, la armonía, la paz y la plenitud, es producto de las decisiones que tomamos. El **valor** está en la importancia que le damos a las cosas y las elecciones que hacemos están en relación a este valor.

Es importante **saber elegir** correctamente a favor de nosotros mismos, por eso es importante primero reconocer a qué le damos valor.

## **LOS VALORES SON:**

1. La capacidad que tenemos para otorgar calidad a ciertas cosas y convertirlas en guías de nuestro éxito personal.
2. Un producto de la conciencia, puesto que los seres humanos somos en función de los valores que tenemos.
3. El fundamento de la excelencia personal de todo ser humano.
4. El núcleo de cultura de toda comunidad humana. La grandeza de los pueblos está en los valores que ejercen.

Cuando no obtenemos la satisfacción y la plenitud que buscamos es porque hemos confundido el valor con el anti-valor.

Valor: Elecciones a favor de nosotros mismos, lo que nos lleva a sentirnos personas de bien, merecedoras de lo mejor que ofrece la vida.

Anti-valor: Elecciones en contra de nosotros mismos.

**Una vida en anti-valor nos lleva a ser seres humanos pequeños e infelices.**

## **Influencias en los valores.**

Los valores que tenemos son producto de tres influencias básicas:

### 1. NUESTRA CULTURA:

Todos somos fruto de la educación que hemos tenido. Y la educación la recibimos directamente de nuestros padres en primer lugar, después de la escuela y finalmente del medio donde nos desarrollamos. De ellos hemos aprendido que existen cosas en la vida que son valiosas para nosotros y seguimos eligiendo estos valores aunque no tengamos conciencia de cuáles son realmente y si son importantes para la calidad de vida que queremos tener.

### 2. LA MANERA CÓMO VEMOS LA VIDA Y LO QUE ESPERAMOS DE ELLA:

Todos los seres humanos finalmente **queremos ser felices** y buscamos la felicidad a través de nuestras decisiones y actos. Cuando no la obtenemos nos sentimos mal, porque intuimos que algo hicimos que no teníamos que haber hecho y que fue la causa de nuestra infelicidad, de nuestro dolor.

El problema no es la acción que hiciéramos mal sino el **valor que elegimos** para llevar adelante la acción.

Cuando nos equivocamos de valor los resultados son negativos. La falta de amor, de seguridad, de tranquilidad, de reconocimiento, etc. Son consecuencia de un valor mal elegido.

### 3. CÓMO PENSAMOS OBTENER SATISFACCIÓN PERSONAL.

La manera de obtener satisfacción, es decir, sentirnos bien en toda la extensión de la palabra, sentir que la vida está a favor de nosotros, que realmente es una suerte estar vivos y gozar de la existencia, es **eligiendo los valores correctos**, los valores que nos otorgarán el estado deseado donde realmente queremos estar.

#### **Virtudes que brindan los valores.**

Los valores son las virtudes que llevan a hombres y mujeres a:

- 1.- **Desarrollar su potencial** a favor de sí mismos y de los demás.
- 2.- A contribuir a que la humanidad sea mejor.
- 3.- A lograr la felicidad plena.
- 4.- Ofrecer a la vida la justa contribución por haberla merecido.

#### **El origen del valor.**

El origen del valor se relaciona, por un lado, con las cualidades que las personas o las cosas poseen, y por otro, con la capacidad que tenemos para valorar, esto es darle valor a lo que nos rodea. Esto ubica el asunto de los valores en su verdadera dimensión humana, en el terreno de la libertad, de la conciencia, pues no se trata de algo por completo

objetivo, ni tampoco de algo meramente subjetivo. Como muchas otras cosas, los valores tienen el sello característico, exclusivo, del ser humano.

En sentido pleno, los valores aparecen como tales cuando son descubiertos por el hombre.

Pertencen a la esfera humana, son producto de su conciencia, de la existencia, de su relación con la naturaleza, de la convivencia humana, de la experiencia e incluso de la geografía. Los valores se agrupan y organizan en cada pueblo, en cada grupo humano, creando conglomerados o sistemas. Son el núcleo de la cultura de todo grupo humano y la base del carácter de toda persona. Por tanto, desde cualquier tipo de perspectiva, los valores siempre deberán referirse al hombre mismo, pues constituyen el corazón de la vida humana y la clave para alcanzar la propia excelencia o calidad como personas. Los valores requieren de nosotros para ser descubiertos, para adquirir vida, para ser reales y significativos. Y nosotros necesitamos de ellos para realizarnos, para ser personas en crecimiento permanente.

Dónde están los valores:

- Los valores son **factores de la vida cotidiana**.
- Las culturas tienen “**sus valores propios**” y se repiten de generación en generación.
- El **significado de nuestra vida** depende de los valores que tengamos.
- Se encuentran en **cada decisión que tomamos**, en el logro de nuestras **metas** y de nuestra **realización** como personas.

**¡Lo más importante!**

- Los valores **requieren de nosotros mismo para ser descubiertos**, para adquirir vida, para ser reales y significativos.
- Y nosotros **necesitamos de ellos** para realizarnos, para ser personas en crecimiento permanente.

**La persona es valiosa en sí misma:**

Todo ser humano por el hecho de serlo es **valioso en sí mismo**.

Nuestro valor está en el **potencial que tenemos**:

- **La voluntad de elegir.**
- **La fe**
- **El autoconocimiento**
- **La capacidad de desarrollarse**
- **La voluntad independiente**
- **La capacidad intelectual**
- **La experiencia**
- **La creatividad...etc.**

**Valores: sus pruebas de fuego.**

La opción por los valores, la posibilidad de elegir conscientemente nuestro estado deseado de excelencia o calidad humana, no está exenta de ciertos riesgos o pruebas, ante los cuales debemos tener las mejores actitudes humanas, acordes con nuestra condición de seres perfectibles.

Ante los valores, y en consecuencia ante nosotros mismos y ante los demás, debemos encarar y superar las siguientes pruebas o riesgos potenciales:

1. Considerar los elementos externos, ajenos a nosotros; tal vez como algo digno, respetable, parte de la tradición, “reliquias de familia”, pero extraños a nosotros. Mantenernos a distancia, no interiorizarlos en verdad.
2. Pregonarlos “de dientes para afuera”. Decir una cosa y hacer otra. No ser congruente con ellos.
3. Aferrarnos a unos cuantos valores y excluir a todos los demás. Ignorar que existen muchas cosas o cualidades que son valiosas, aunque no lo sean ahora para nosotros.
4. Dedicar nuestra vida entera a un solo valor, ignorando o menospreciando otros muchos valores importantes para el equilibrio vital.
5. Practicar valores sólo por imitación, por conveniencia o como reglas sociales, pero sin realizar un trabajo personal consciente, sin hacer una elección y una práctica propia y personal de los valores (normas de vida).
6. Juzgar a todo el mundo de acuerdo con nuestra escala de valores; erigirnos en jueces de los demás. Denunciar, criticar, repudiar.
7. Excluir al débil, al malo, al mediocre, al derrotado (según nuestro punto de vista), porque no son como nosotros. Considerarnos superiores o mejores que los demás.

8. Querer imponer nuestros valores a los demás; tratar de obligarlos a ser como queremos que sean.

## AUTOESTIMA

El hombre tiene la necesidad de sentirse valioso desde la infancia. De esta forma, el individuo requiere de experiencias que le prueben que es más importante y que se le ama, con lo cual se va matizando su autoconcepto. Este determinará en gran medida la autoestima del individuo.

### ¿Qué es autoestima?

Es el valor que se da uno mismo, reconociéndose como ser humano que es, definiéndose, valorándose, aceptándose y evaluándose.

La autoestima puede definirse como el sentimiento de aceptación y aprecio hacia uno mismo, que va unido al sentimiento de competencia y valía personal. El concepto que tenemos de nosotros mismos no es algo heredado, sino aprendido de nuestro alrededor, mediante la valoración que hacemos de nuestro comportamiento y de la asimilación e interiorización de la opinión de los demás respecto a nosotros. La importancia de la autoestima radica en que nos impulsa a actuar, a seguir adelante y nos motiva para perseguir nuestros objetivos.

La autoestima se puede clasificar como alta o baja.



AUTOESTIMA:

- \* Actitud favorable o desfavorable que un individuo tiene hacia sí mismo.
- \* Una autoestima alta significa encontrarte con un punto de tu experiencia, en el que te sientes confortable contigo, esto ocurre cuando has aprendido a aceptarte a ti mismo.
- \* La falta de autoestima es una deficiencia de nuestra capacidad para aceptarnos.

AUTOESTIMA ----- Sólo puedo amar cuando me he amado a mí mismo.

AUTORRESPECTO ----- La autoestima es un silencioso respeto por sí mismo.

AUTOACEPTACIÓN ----- Hay que reconocer y aceptar todas las partes de mí mismo sólo así podré cambiar lo que sea susceptible de ello.

AUTOEVALUACIÓN ----- El sentirme devaluado e indeseable en la mayoría de los casos la base de los problemas humanos.

AUTOCONCEPTO ----- Son las creencias que tengo de mí mismo y se manifiestan en mi conducta. Si creo

que soy tonto acabaré actuando como  
tonto, si creo que soy listo acabaré  
actuando como tal.

### **Autoestima alta y baja.**

Muchas veces es más fácil que reconozcamos y tengamos bien identificados nuestros defectos; esto es importante pues con empeño, esfuerzo y verdadera intención podemos hacer algo por mejorarlos; sin embargo, no debemos quedarnos en ello pues sería destructivo, es igual de importante conocer nuestras virtudes, para qué somos buenos y lo que nos gusta de nosotros mismos, pues de esta manera podremos reconocernos, aceptarnos y ser mejores.

Quienes tienen una autoestima alta se cuidan y respetan a sí mismos, reconociendo su propia dignidad y valor. Por el contrario quienes tienen una baja autoestima se valoran poco y se sitúan por debajo de los demás .

### **AUTOESTIMA ALTA.**

\* El comportamiento de una persona con alta autoestima:

- 1.- Su rostro, modalidad, forma de hablar y moverse proyectan la felicidad de estar vivo, una simple fascinación por el hecho de ser.

- 2.- Es capaz de hablar de logros o equivocaciones de forma honesta y directa.
- 3.- Se siente cómodo al ofrecer o recibir halagos.
- 4.- Está abierto a la crítica y no tiene problema a la hora de reconocer los errores.
- 5.- Sus palabras y movimientos evidencian tranquilidad y espontaneidad.
- 6.- Existe armonía entre lo que dice, hace, su apariencia, modo de hablar y de moverse.
- 7.- Exhibe una actitud de apertura y curiosidad frente a nuevas ideas, experiencias y posibilidades en la vida.
- 8.- Es capaz de ver y disfrutar los aspectos humorísticos de la vida, en sí mismo y en los demás.
- 9.- Muestra un comportamiento asertivo.
- 10.- Conserva una actitud de armonía y dignidad incluso en situaciones de estrés.

## AUTOESTIMA BAJA.

\* El comportamiento de una persona con baja autoestima.

- 1.- Su rostro, modalidad, forma de hablar y moverse proyectan infelicidad, insatisfacción.
- 2.- Tiene falta de credibilidad en sí mismo, muestra inseguridad.
- 3.- Desciende el rendimiento.
- 4.- No alcanza a cumplir las metas que se propone.
- 5.- Muestra falta de habilidades sociales adecuadas para resolver situaciones conflictivas (personas sumisas o agresivas)
- 6.- Tiene incremento de los temores y del rechazo social, y por lo tanto, inhibición para participar activamente en las situaciones.

“El peor de los males que le puede suceder al hombre es que llegue a pensar mal de sí mismo.”

Es importante saber que la barrera que representa el mayor obstáculo para los logros y el éxito no es la falta de talento o habilidad, sino más bien, el hecho de que aquellos, llegado a cierto punto, se vean excluidos del autoconcepto, la propia imagen de quiénes somos y qué es apropiado para nosotros. La mayor de las barreras para el amor es el secreto temor de no ser digno de ser amado. La peor barrera para la felicidad es la indescriptible sensación de que la felicidad no es el destino adecuado para nosotros. Es en esto, donde reside la gran importancia de la autoestima.

La autoestima elevada puede entenderse como:

## **Confianza + respeto de sí mismo**

### **¿Cómo mejorar la autoestima?**

Es necesario conocer cómo funcionamos, es decir, cuáles son nuestras fortalezas y aspectos positivos y cuáles son nuestras limitaciones.

A partir de esta valoración, decidiremos qué aspectos deseamos mejorar y cuáles reforzaremos. El plan de acción para cambiar determinadas características debe ser realista y alcanzable en el tiempo (por ejemplo, la edad que tenemos es inamovible, la altura es otro factor poco variable a determinadas edades, etc.) Es decir, tenemos características que tendremos que aceptar y con la que convivir, intentando sacar partido y ver su aspecto positivo.

## CONSEJOS PRÁCTICOS PARA MEJORAR NUESTRA AUTOESTIMA.

El hecho de querernos más y mejor está en nuestras manos, no en las de los demás. Todo reside en la cabeza y nosotros somos quienes debemos intentar cambiar nuestro autoconcepto.

Acéptate tal y como eres, en tus cualidades y defectos. Todos tenemos defectos, nadie es perfecto ni pretende serlo.

Desarrolla el sentido del humor, no des tanta importancia a cosas que no las tienen, ni a los posibles comentarios de los demás. Seguramente en la mayoría de ocasiones nos hacemos montañas innecesariamente, la gente no está siempre pendiente de lo que hacemos o decimos, todo está en nuestra imaginación.

Préstate más atención, dedícate tiempo a hacer aquello que te haga feliz y te satisfaga.

No temas a las responsabilidades o a tomas de decisiones, si algo sale mal aprende de tus errores y ten coraje para volver a intentarlo. Nadie está libre del error en esta vida y a veces hay que ver la cara positiva de los fracasos, piensa que aunque se cierren unas puertas, luego se abrirán otras que pueden ser incluso mejores.

**¡ Recuerda, tú eres quien mejor puede  
decidir qué es un logro para ti !**

### **Reconocimiento de mi autoestima.**

Yo soy yo, en todo el mundo no hay nadie como yo, hay personas que tienen algo de común conmigo, pero nadie es exactamente como yo, por lo tanto, todo lo que surge de mí es verdaderamente mío, porque yo solo lo escogí.

Soy dueño de todo lo que concierne: de mi cuerpo, incluyendo todo lo que hace; mi mente, incluyendo todos sus pensamientos e ideas; mis ojos, incluyendo las imágenes de todo lo que contemplan; mis sentimientos, sean los que sean: ira, gozo, frustración, excitación, amor, desilusión; mi boca, y todas las palabras que de ella salen, corteses, tiernas, rudas, correctas o incorrectas; mi voz, fuerte o suave, y todas mis acciones ya sean para otros o para mí mismo.

Soy dueño de mis fantasías, mis sueños, mis esperanzas, mis temores.

Soy dueño de todos mis triunfos y logros, de todos mis fracasos y errores.

Como soy dueño de todo mi yo, puedo llegar a conocerme íntimamente.

Al hacerlo, puedo amarme y ser afectuoso conmigo en todo lo que me forma.

Puedo así hacer posible que todo lo que soy, trabaje por mi provecho.

Se que hay aspectos de mí mismo que me embrollan y otros aspectos que no conozco.

Más, mientras siga siendo afectuoso y amoroso conmigo mismo, valiente y esperanzado, puedo buscar las soluciones a los embrollos y los medios para llegar a conocerme mejor.

Sea cual sea mi imagen visual y auditiva, qué dije y qué hice, piense lo que piense y sienta lo que sienta en un estado del tiempo, ese soy yo. Esto es real y refleja dónde estoy en ese instante del tiempo.

Más tarde, cual era mi imagen visual y auditiva, qué dije y qué hice, qué pensé, qué sentí, quizá resulte que algunas piezas no encajen. Puedo descartar lo que no encaja y conservar lo que demostró que sí encaja, e inventar algo nuevo en vez de lo que descarté.

Puedo oír, ver, pensar, decir y hacer.

Tengo las herramientas para sobrevivir, para estar cerca de otros, para ser productivo y para encontrar el sentido y el orden del mundo formado por la gente y las cosas que me rodean.

Soy dueño de mí mismo y por eso puedo construirme.

Yo soy yo y estoy bien.

**Plenitud de vida.**

**Inteligencia Emocional**

**PLENITU DE VIDA ES:**

**Autoconfianza**

**Seguridad**

**Aceptar la crítica**

**Entender tus sentimientos**

**Satisfacción de tus éxitos**

**Identificar tus necesidades**



**Disfrutar lo que haces**

**Gozar la belleza**

**Sentir amor**

**Ser feliz**

Para disfrutar la vida es satisfactorio aportarte a ti mismo y a los demás, elementos para ser felices.

**Asertividad**

La palabra asertividad se emplea para designar cierto tipo de conducta. Es la conducta que nos ayuda a comunicar de forma clara y segura nuestras necesidades, deseos y sentimientos a otras personas, sin violar de ningún modo sus derechos humanos. Es una alternativa a la conducta pasiva, agresiva y manipulante.

Si queremos ser afirmativos debemos responder a:

- 1.- Decir lo que queremos.
- 2.- Decidir si es justo.
- 3.- Pedirlo con claridad.

- 4.- No tener miedo a asumir riesgos.
- 5.- Estar tranquilos y relajados.
- 6.- Expresar abiertamente nuestros sentimientos.
- 7.- Formular y recibir los cumplidos con sencillez.
- 8.- Formular y recibir otras críticas justas.

No debemos:

- 1.- Andar con rodeos.
- 2.- Actuar a espaldas de la gente.
- 3.- Intimidar.
- 4.- Poner apodos a la gente.
- 5.- Encerrar nuestros sentimientos en una urna.

### **Diferencia entre una persona agresiva, pasiva y asertiva.**

Más pronto o más tarde todo el mundo tiene que enfrentarse a un problema y es la forma en cómo se reacciona frente a él que nos hace diferenciar entre el comportamiento de una persona y el de otra.

Dos reacciones instintivas básicas ante un problema son: huir (pasividad) y luchar (agresividad). No obstante el hombre ha desarrollado una tercera reacción más adecuada para resolver la clase de problemas de relación a que se ha enfrentado en su vida en comunidad. Esta reacción implica el empleo de sus más refinadas habilidades orales e intelectuales. Es su capacidad de hablar, razonar y negociar. Este comportamiento llamado asertividad refiriéndonos a la comunicación es una forma de comunicarnos con nuestro prójimo, que resulta más apropiada y que tiene más éxito.

¡Con cuánta frecuencia nos dejamos engañar por la persona que habla mucho y hace poco o la persona encantadora que siempre consigue que nos sintamos pequeños o inútiles en su compañía!

Mucha gente está confundida en lo referente a las distintas conductas y no se muestran asertivos porque temen que se les considere pasivos o agresivos.

A continuación se presentan algunas señales no verbales y frases de los tres comportamientos:

### **AGRESIVA**

#### **Señales no verbales:**

Voz alta

Gestos vehementes

Señalar con el dedo

Postura acechante

#### **Palabras y frases claves:**

Más te vale...porque si no...

¡Cuidado!

Debes

Mal

¡Estúpido!

¡Tú!

## PASIVA

### Señales no verbales:

Voz suave

Manos apretadas y retorcidas

Arrastra los pies

Mirada hacia el suelo

Estar encorvado

### Palabras y frases claves:

Puede

Supongo

Me pregunto

Te importaría mucho si...

Lo siento...lo siento...

Perdóname, por favor

## ASERTIVA

### Señales no verbales:

Voz tranquila y controlada

Postura relajada

Mirar directamente a los ojos

Ademanos naturales

Postura erguida

### Palabras y frases claves:

Yo

Creo

Me parece

Deseo

Vamos

¿Cómo podemos resolver esto?

¿A ti qué te parece?

Para ser asertivos debemos aprender el arte de la negociación. Ciertamente no necesitamos una depurada formación en diplomado para negociar la solución a los problemas ordinarios de nuestra vida diaria, pero a decir verdad un poco de tacto y de prevención resultarían útiles.

Debemos demostrar empatía por la otra persona, es decir, tratar realmente de comprender qué sería estar en su situación. Si la otra persona está mostrando algún sentimiento, reconocer que está siendo consciente de él. Decir por ejemplo: “comprendo que éste es un asunto importante para ti...”, “veo que estás ocupado...”, “comprendo que no estás de humor”.

La asertividad es una forma de relacionarnos con los demás de manera más efectiva.

### **Comunicación**

Los elementos del proceso de comunicación sabemos que son:

Emisor – transmite un mensaje

Mensaje - lo que se dice a través de un código

Receptor - el que recibe el mensaje.

Después el receptor se vuelve emisor al transmitir un mensaje a quien antes era emisor siendo ahora receptor y así sucesivamente.

Este sencillo proceso es más profundo, ya que la transmisión de un mensaje no solamente se queda ahí, sino que debe darse un entendimiento de dicho mensaje lo cual es un proceso más complejo.

Una de las presuposiciones básicas de la Programación Neurolingüística es:

“ Toda comunicación ocurre en forma verbal y no verbal”.

Cuando nos comunicamos con otra persona ordinariamente lo hacemos comunicándonos en múltiples niveles, a través de todo nuestro lenguaje, verbal y no verbal. Por ejemplo. Al decir. Me agrada la puesta del sol. Lo hacemos utilizando un cierto gesto en nuestra cara, nuestras manos indican parte de este mensaje, nuestro tono de voz, la postura corporal.

De acuerdo con Programación Neurolingüística, tenemos tres canales de comunicación que los llaman sistemas representacionales.

Pensar es hablar contigo mismo, crear imágenes, sentimientos, olores o sabores dentro de tu mente.

Aprendemos a través de los órganos de los sentidos, vista, oído, gusto, tacto, y olfato, y a través de los sistemas representacionales podemos identificar cuál de los cinco sentidos es el dominante en el proceso mental particular dentro de una estrategia. Procesamos la información y la exteriorizamos a través del lenguaje verbal o no verbal.

Existen indicadores externos que nos hacen saber con qué parte del cerebro las personas están operando, y también existen indicadores neurológicos que nos facilitan el saber cómo nuestro interlocutor procesa la información.

Existen una serie de elementos a los que podemos poner atención a fin de determinar cuáles son los procesos neurológicos que intervienen en las actividades que realizamos. Por ejemplo:

- \*Postura corporal
- \*Respiración, voz
- \*Gestos, ademanes
- \*Patrones de lenguaje
- \*Movimientos oculares

Las personas asumimos una postura corporal cuando estamos pensando o aprendiendo. Estas posturas nos pueden indicar en gran medida el sistema representacional que la persona está usando. Así mismo, recurrimos a cierto tipo de representaciones y las manifestamos a través de expresiones faciales, respiración, tonos de voz. También a menudo tocamos, señalamos o usamos gestos indicando el órgano del sentido que estamos usando mientras procesamos información.

Algunos ejemplos típicos son:

**VISUAL:** Postura corporal hacia atrás, hombros y cabeza ligeramente hacia arriba, respiración alta, superficial, voz con entonación alta y velocidad rápida, movimientos de manos de tocar o señalar hacia los ojos, ademanes alrededor de los ojos. Se expresa con palabras como: yo veo..., percibo..., se me prendió el foco..., observa..., etc. Habla rápido.

**AUDITIVO:** El cuerpo inclinado hacia delante, cabeza ligeramente inclinada, hombros hacia atrás, respiración diafragmática, cejas ligeramente fruncidas, tono y velocidad

fluctuantes, señalan hacia cerca de los oídos, se tocan la boca o la mandíbula. Se expresa con palabras como: oigan..., escúchame..., presta atención a los ruidos, a la música, los tonos, etc. Habla rítmicamente y modula la voz.

**KINESTÉSICO (sensorial):** Cabeza y hombros hacia abajo, respiración profunda abdominal, voz grave y profunda, a velocidad lenta, con sus movimientos tocan el pecho o el área del estómago, sus ademanes son hacia abajo del cuello. Se expresa con palabras como: yo siento..., presiento..., intuyo..., hay que hacer...,etc. Habla más despacio y le gusta manipular objetos.

Al comunicarnos podemos identificar con qué canal se está percibiendo la información mediante el lenguaje verbal y no verbal. Por ejemplo a continuación se presenta un pequeño diálogo donde los interlocutores se expresan con diferentes canales de comunicación por lo que el proceso de entendimiento y mutua comprensión se complica.

Maestro. Hoy les **platicaré** sobre los animales ovíparos y vivíparos.

Alumno. ¿Vamos a **ver** animales?

Maestro. No, **escucha**. Los animales vivíparos **nacen** directamente de la mamá y los ovíparos del huevo que pone la mamá.

Alumno. No me queda **claro**, ¿trajo **fotografías**?

Maestro. No, pero te lo acabo de **decir**. Los animales vivíparos **nacen** directamente de la mamá y los ovíparos del huevo, como las tortugas y los pollos.



Alumno. No le **veo** sentido hubiera traído una **película** mejor.

En el ejemplo anterior se comunican utilizando diferentes canales, el maestro es auditivo y el alumno visual.

Se recomienda que al tener ya el conocimiento de los tres canales representacionales nos comuniquemos practicándolos en su conjunto, para que los mensajes que transmitamos sean mejor comprendido por cualquier persona.

### **Pensamientos positivos.**

**Pensar es hablar contigo mismo**, crear imágenes, sentimientos, olores o sabores dentro de tu mente.

Al estar pensando lo que tienes que hacer, lo que te sucedió desagradable o agradable, etc. Sin darnos cuenta manifestamos de manera inconsciente nuestros pensamientos; es decir lo estamos comunicando; por ejemplo, una persona que se le hizo tarde, en el autobús sin decir nada manifiesta su preocupación, por sus gestos, movimientos de ver el reloj y hasta su respiración, de tal forma que la gente que lo observa sin conocerlo se dan cuenta de su problema.

También sucede que cuando alguien recuerda algo desagradable, corporalmente manifiesta el sentimiento que por dentro esta reviviendo, por su rostro, movimientos, respiración, etc.

Es decir, siempre transmitimos algo ya sea con palabras o manifestaciones inconscientes.

Los pensamientos, por lo tanto influyen en nuestro comportamiento.

A veces, sucede que tenemos pensamientos cruciales o pesimistas que no nos permiten dar un paso más en nuestro camino; sin embargo tenemos la capacidad para detectarlos y cambiarlos a positivos para romper la barrera que pueden poner para la realización de nuestras metas.

Dicen que el poder de la mente es muy fuerte y si éstos predominan pesimistas no nos permitirán el desarrollo personal, por lo que cada día debemos ser optimistas, positivos y entender que hasta en los momentos más difíciles y experiencias más desagradables hay cosas buenas y enseñanzas que nos hacen crecer y madurar.

Si tenemos una mente sana, llena de pensamientos positivos tendremos una autoestima estable y actuaremos ante la vida más asertivos.

# DIPLOMADO EN DESARROLLO HUMANO.

## MÓDULO II

### TEMAS:

#### TOMA DE DECISIONES

#### CARRERAS TÉCNICAS:

Técnico en máquinas con sistemas automatizados

Técnico en metalurgia

Técnico en dibujo asistido por computadora

## **Toma de decisiones**

Decidir, no es más que escoger una alternativa de varias que se tengan para darle solución a algo o simplemente poder hacer una actividad, muchas veces no se tienen alternativas sino que se tiene que actuar a riesgo.

Tomar una decisión, es el proceso durante el cual la persona escoge entre dos o más alternativas. Todos y cada uno de nosotros pasamos los días y las horas de nuestra vida teniendo que tomar decisiones. Algunas decisiones tienen una importancia relativa en el desarrollo de nuestra vida, mientras otras son gravitantes en ella.

### **Tipo de decisiones**

Existen muchos tipos de decisiones, pero para poder tomar una decisión es importante tener en cuenta el contexto en que se está, la importancia de la misma y el tiempo que tiene para decidir.

En los adolescentes se dan tipos de decisiones como:

- a) Por impulso
- b) Bajo presión
- c) Al azar
- d) Por terceros
- e) Razonadas y fundamentadas

## **Trascendencia de las decisiones.**

### **Las dos polaridades de la vida humana.**

La vida humana gira en torno a dos polos: los hábitos y las decisiones. Los hábitos representan el mundo del automatismo, la repetición y la rutina, así como los caminos trillados; es la esfera de la inercia, facilidad, seguridad, de las cosas que caen por su propio peso.

Las decisiones son todo lo contrario: el alto en el camino, el lugar de la “y griega” que hace reconsiderar la ruta, el momento de considerar y ponderar las alternativas, el momento dramático de escoger o desechar perspectivas que también atraen y se antojan.

Es cierto que no todo en el mundo de las decisiones es dramático y trascendental. La vida está salpicada de pequeñas decisiones:

- Al llegar a un restaurante me presentan la carta y tengo que decidir ¿qué platillo voy a ordenar?
- El futbolista en determinado punto se cuestiona –tal vez en el relámpago de un instante- ¿tiro a gol o paso el balón a mi compañero Pérez o a López?

Aunque también nos confrontamos con decisiones trascendentales:

- ¿Me caso con Juana o Matilde?
- ¿Me inscribo en la carrera de Química o en la de Administración?

Se llega a dar el caso de que la calidad de vida de una persona depende, para bien o para mal, de una decisión tomada en un momento; por ejemplo, la de elegir pareja o carrera, la de haber aprovechado tal oportunidad o tomado tal riesgo.

Trascendental, por ejemplo, fue la decisión de Cristóbal Colón, aquel 9 de Octubre de 1492, al no doblegarse a las presiones de los marinos que le instaban a admitir el fracaso de su expedición y regresar a Europa.

En cualquier escenario de la vida, cuando las decisiones sistemáticamente se toman bien, se logra con facilidad la satisfacción de todos. De lo contrario, se gestan, desarrollan y proliferan marañas de problemas, resentimientos, pérdida de la motivación e ineficiencia.

Es importante reconocer que la decisión es un tema humano complejo, y es ingenuo enfocarlo como una mera técnica que se puede aprender y dominar en un curso.

La decisión, como toda actividad humana importante, involucra a la persona en su totalidad: determinación, resolución, audacia, disciplina, ponderación, claridad de ideas y propósitos, seguridad, dedicación y compromiso.

#### **Naturaleza de la decisión.**

El diccionario de la real academia define la decisión: “determinación, resolución que se toma o que se da en una cosa dudosa”.

El origen de la palabra decisión nos puede aclarar sus aspectos más esenciales.

Decisión, del latín de-cidere, es un término afín a incisión, precisión, preciso, conciso, cesura, circuncisión, inciso, occiso. Entraña la idea de “cortar y dejar”. Es una metáfora, por supuesto. Supone que un individuo ante dos o más alternativas que tienen algo de apetecible, toma una y deja las otras.

Decisión no es lo mismo que conclusión, la decisión es el término de un proceso de deliberación e implica directamente la voluntad; en tanto que conclusión es el término de un raciocinio e implica la inteligencia.

El acto de decidir implica una conciencia, lo mas clara posible, de las finalidades que se pretende alcanzar a través de la decisión. Si algo hay en la vida humana que, por su misma naturaleza, pide un alto grado de concientización, es la toma de decisiones.

Las tres dimensiones temporales de la vida humana (pasado, presente y futuro) sólo las dos últimas pueden controlarse y modificarse; por tanto sólo en estas dos pueden caber las decisiones. El pasado queda fuera irremisiblemente.

### **El proceso decisional.**

Casi todos los especialistas en toma de decisiones coinciden en que este proceso se desarrolla en seis fases, existiendo factores de comportamiento y ambiente que influyen en la decisión.

El proceso que se debería seguir para tomar una decisión importante y compleja tiene las siguientes características:

- 1.- Se percibe y define un problema.

En este sentido el que decide será capaz de distinguir entre causas y efectos, y síntomas y problemas.

2.- Después de analizar el problema, se determina el resultado a que se debe llegar, pensando tanto en lo que sería ideal como en lo posible de lograr en la situación concreta. Para ello es preciso obtener suficiente información ya que sin ésta la decisión sería casi una adivinanza.

3.- Después de ventilar en forma analítica la información válida y suficiente, se idea el mayor número de soluciones para luego escoger las que se consideren viables.

4.- Se elige la alternativa que elimine el problema, siendo a la vez la que mejor satisfaga esas condiciones y se acerque más al objetivo ideal.

5.- Se elabora el plan de acción de la mejor alternativa; es decir, se diseña una estrategia.

6.- Acción, llevar a la práctica todo lo anteriormente planeado.

Esta última fase de nuestro proceso consiste en traducir la decisión en acción. Una cosa es determinar la decisión y otra es que ésta se aplique y solucione el problema.

### **Decisiones y valores.**

Si alguien nos presenta dos sobres cerrados para que escojamos uno, informándonos que ambos contienen dinero, pero en diferente cantidad 10 veces más el uno que el otro, es casi seguro que quisiéramos elegir el de la mayor suma, si bien la falta de información haría que nuestra elección fuera a ciegas. En este caso es claro que lo que está de por



medio es un valor homogéneo: el dinero, y que si se conocieran las cantidades la decisión sería sencillísima.

Otros ejemplos donde la decisión es mas compleja son:

Un católico considera la alternativa de ir a misa en un domingo frío y lluvioso. Los valores en pro son la devoción, miedo a una ley que le han enseñado que lo obliga bajo pecado mortal a oír misa los domingos o tal vez el temor de dar mal ejemplo a la hija que estudia en un colegio de monjas. En contra hablan los valores de la comodidad de quedarse calentito en casa, el miedo a un resfriado, el deseo de sentir y practicar la libertad de conciencia...

Una mujer casada se debate entre las angustias de una relación conyugal imposible y ve en el divorcio valores como poner punto final al fastidio de convivir con quien le molesta, la oportunidad de expresar su hostilidad, la perspectiva de lograr un estilo de vida más independiente; pero también la alternativa contraria encarna algunos valores: respeto a una ley religiosa que le enseñó que el divorcio es prohibido, el miedo a las repercusiones negativas del divorcio sobre los hijos o a caer en problemas económicos.

**Las decisiones ponen en juego valores, que a menudo son heterogéneos. De hecho, aunque no lo advirtamos, los criterios de nuestras decisiones son los valores.**

Por lo general terminamos adoptando la alternativa más valiosa y descartando la o las que entrañan menos valores. Todo ello, naturalmente desde nuestro punto de vista subjetivo.

Los valores se traducen en metas y éstas en objetivos. Es aquí donde radica la racionalidad de las decisiones: una decisión es razonable en la medida en que es adecuada para lograr los objetivos.

Las personas debemos plantearnos **sueños...ambiciones**, transformarlas en **metas...objetivos**, diseñar la **estrategia...toma de decisión** y llevarlas a la **práctica...acción** para alcanzar el éxito de lo que queremos lograr.

**Las emociones, punto importante al decidir.**

**Inteligencia emocional.**

Llamamos inteligencia emocional la manera intencional e inteligente de utilizar las propias emociones. Las emociones deben ser un factor que ayude a conducir nuestras conductas y a pensar de manera que podamos mejorar nuestros resultados.

“Inteligencia emocional es la capacidad de elegir y medir las emociones a voluntad”

**TÚ ELIGES CÓMO QUIERES VER EL MUNDO:**

- \* Nosotros elegimos nuestros pensamientos**
- \* Nosotros elegimos nuestro estado en el mundo**
- \* Todos somos responsables de nuestras vidas**

## ¿Qué es inteligencia?

Una persona inteligente cuenta con las siguientes capacidades y habilidades:

- \*Capacidad para resolver problemas
- \*Adecuación al medio
- \*Capacidad para transformarlo
- \*Elaboración de productos de utilidad para la comunidad y la cultura
- \*Habilidad de “creer” antes de “ver”
- \*Habilidad de “poner orden” al caos
- \*Crear alternativas

Conceptos erróneos de la Inteligencia Emocional.

- \*No significa simplemente “ser simpático”
- \*Tampoco dar rienda suelta a los sentimientos: “sacando todo afuera”
- \*No existe diferencia de inteligencia entre los sexos
- \*No son los genes quienes determinan el nivel de inteligencia que se tiene, sino la madurez en adquirir la destreza para manejar los propios impulsos.

## **Componentes de la Inteligencia Emocional.**

Los componentes de la Inteligencia Emocional son:

\* Autoconcepto emocional. Reconocer cualidades, virtudes, puntos débiles y todas las características que conforman nuestro ser.

\* Autocontrol emocional. Pensar antes de actuar por el impulso.

\* Automotivación. Fijarnos metas, objetivos, proyecto de vida e impulsarnos a seguir adelante.

\* Reconocimiento de emociones ajenas (empatía). Identificar las emociones de otros a través de su cara, gestos, forma de hablar, etc.

Reconocer las emociones ajenas es el primer paso para entenderlas e identificarnos con ellas.

\* Relaciones interpersonales. Es la relación con los demás.

Es el agrado de sentirme aceptado por otros y yo aceptar a los demás.

Reflexión:

**Las emociones al servicio de sí mismo \_\_\_\_\_ competencias emocionales.**

- Actitud positiva
- Visualización creativa
- Estado deseado
- Fin en mente (sentido de misión)
- Diseño de vida

- Actitud ante la frustración
- Traspasar los propios límites
- Sentimiento de logro (afán de triunfo)
- Estado de alerta (autocontrol)
- Autovaloración
- Motivación
- Disposición
- Compromiso (consigo mismo)
- Escrupulosidad (hacer las cosas bien)

### **Automotivación**

La motivación es entendida como un estado interno que activa las conductas y les da dirección, es el deseo que energiza y dirige las conductas hacia la consecución de nuestras metas. Es así mismo la influencia que nuestros deseos y necesidades dan la dirección e intensidad a nuestros actos.

La motivación puede ser interna y externa.

- a) La motivación interna, es lo que crees y piensas de ti mismo.
- b) La motivación externa, es lo que los demás piensan y dicen de ti.

Es importante tener claro que existen muchos factores que influyen en la motivación, como el desempeño, la autoestima, las habilidades y el esfuerzo que imprimas cuando deseas o quieres lograr un objetivo.

Debemos mantener una motivación interna estable y segura, de tal manera que cuando recibamos un mal comentario, lo tomemos como una crítica para aprender o bien desecharla si no nos sirve, pero no permitir que lo externo desequilibre nuestra motivación.

### **Plan de vida.**

En ocasiones a uno le parece que la vida no se puede planear y hay algo de razón en ello, ya que la vida no depende de la voluntad humana. La persona no influye en el origen de su vida, ni tampoco en su terminación natural. Sin embargo es posible reconocer que los seres humanos en el mejor de los casos viven un ciclo de existencia predecible: niñez, adolescencia, juventud, adultez y vejez. Cuando uno parte del supuesto de que su vida podría tener el ciclo completo, podría prever lo que quiere hacer en ella. Se puede decir que la vida en plenitud empieza cuando uno define lo que realmente quiere de ella. Cada persona es capaz de decidir qué quiere hacer con su vida y luego realizarlo. Esto es lo que ahora llamamos plan de vida y carrera.

El tiempo se divide convencionalmente en tres momentos: pasado, presente y futuro. Las circunstancias (entorno y acciones) del pasado han determinado lo que cada quien es en el presente. El presente es el momento actual, el aquí y ahora, el único tiempo en el que se puede actuar. En este aquí y ahora, cada sujeto tiene la posibilidad de influir en muchos aspectos de su existencia contribuyendo a un futuro más feliz. Presumiblemente todas las personas aspiran a ser felices aunque la felicidad tienen un significado particular (y hasta diferente) para cada persona.

### **¿Qué aspectos de la vida es posible planificar?**

Esencialmente, lo referente a la actividad laboral y parte de la vida afectivo-familiar. En cuanto a lo laboral uno puede decidir a qué se dedicará para ganarse la vida y la forma en

que desempeñará esa actividad. En lo afectivo familiar uno podrá decidir si vivirá solo o si compartirá su vida con otra persona y formará una pareja o familia.

No es posible planificar toda la vida afectiva ya que ésta depende de la relación con otros, pero si es posible prever la mayor parte de ella.

La vida afectiva también depende de condiciones que no pueden planificarse, como la influencia de una enfermedad o de un accidente. Tampoco puede evitarse el sufrimiento que surge de la enfermedad, del envejecimiento, de la pérdida de seres queridos, de temores y la muerte. Existen otros acontecimientos que influyen en el estado de ánimo, por ejemplo, sentirse feo, chaparrito, o desproporcionalmente alto, muy delgado, muy obeso, mal querido, en fin, hay muchas fuentes de sufrimiento. Ante ellas, ¿qué se puede planificar? Ante lo inevitable, sólo nos queda aprender a vivir con ello y verlo desde otra perspectiva menos dolorosa.

Antes de realizar cualquier planificación, para que ésta sea lo más realista posible debe partir de un diagnóstico. Si se trata de planificar la vida, el diagnóstico debe incluir tanto aspectos de la vida como sean posibles. No es fácil hacerlo ya que la vida sería insuficiente para conocerse totalmente, parece infinito el camino del autoconocimiento, sin embargo en la medida en que uno se conoce también se autocorrije o integra.

### **Planificación de una vida feliz.**

La mayoría de las personas suponen que algo les falta para lograr la felicidad y se afanan permanentemente para alcanzarlo, cuando creen haber logrado lo que siempre buscaron, les alegría por poco tiempo y luego...el vacío de siempre y el ciclo recomienza. Siguen en esa loca carrera detrás del viento y hacia ninguna parte, dejando de disfrutar lo que ya tienen.

Hay elementos que contribuyen a la felicidad. La buena salud, por ejemplo, se considera un elemento necesario de una vida feliz. Otra fuente de felicidad son nuestras posesiones materiales o el grado de riqueza que acumulamos. Y también tener amistades o compañeros. Todos reconocemos que, para disfrutar de una vida plena, necesitamos de un círculo de amigos con los que podamos relacionarnos emocionalmente y en los que podamos confiar. Pero para que un individuo pueda utilizar plenamente todos estos elementos con el propósito de disfrutar de una vida feliz y realizada, la clave se encuentra en el **estado de ánimo**, cuanto mayor sea el nivel de calma de nuestra mente, tanto mayor será nuestra capacidad para disfrutar de una vida feliz.

La felicidad y la autorrealización es producto de un crecimiento interno o cultivo de nuevas habilidades y actitudes ante uno mismo, los demás y la naturaleza.

### **Plan de vida y carrera**

En el momento de elegir la carrera profesional conviene saber tres cosas: lo que uno es, lo que a uno le gustaría ser y lo que uno puede ser.

La elección de carrera forma parte de lo que uno desea ser y hacer en la vida, en el sentido de que el trabajo influye mucho en el destino de cada persona.

Ante una psicología de las vocaciones hay que basarse en las tres áreas siguientes:

- Todo sujeto humano tiene capacidades potenciales para incorporarse de manera satisfactoria al mundo del trabajo. Las habilidades e intereses personales se integran en patrones que son más consistentes con ciertas ocupaciones que con otras.



- Los autoconceptos vocacionales tienen sus génesis en las observaciones infantiles y las identificaciones con personas que realizan trabajos específicos.
- Las personas pueden plantearse opciones laborales en distintos momentos de su ciclo vital; el modo como se realiza el ajuste entre individuo-medio en una etapa ejerce su influencia en la siguiente.

Al aceptar las áreas mencionadas, cualquier persona con madurez vocacional puede elegir su propia carrera profesional partiendo de la revisión de sus habilidades. Por lo general cuando un adolescente se plantea “qué hacer en la vida” también se plantea “quién ser” y comúnmente ya cuenta con información suficiente como para determinar lo más cercano a lo que lo hará feliz.

Para un adolescente el futuro profesional es un bien que posee alguien que conoce y que él, también desearía poseer, ya que parece conferirle mayor poder o reconocimiento. Entonces, en el fondo se busca reconocimiento social, se desea aquello que posee el que ejerce la profesión a la que se aspira.

El deseo de ser un determinado profesionista que tiene atributos que nos agradan procede de la propia historia personal. Por eso es recomendable que antes de decidir se reflexione sobre los juegos infantiles que más se disfrutaban y las actividades actuales que ahora se disfrutan, para encontrar qué hay de común en ellas y buscar entre las ofertas profesionales, las carreras que supongan esas habilidades. Después de elegir de esas carreras, se debe escoger aquella más necesitada y mejor pagada.

## APARTADO VI

### RESULTADOS OBTENIDOS

Basados en la problemática existente, se llevó a cabo el esfuerzo por motivar a los alumnos, asistir a la materia de Orientación con el proyecto del **Diplomado en Desarrollo Humano**, con la finalidad de que a través de éste se concientice la población estudiantil con respecto a su desempeño académico y su crecimiento personal.

Básicamente, los módulos trabajados están orientados en el desarrollo de su crecimiento personal, pensando que al abordar temas que los hagan reflexionar sobre lo que son ellos mismos y lo que pueden lograr, se de simultáneamente una actitud favorable ante sus estudios.

Los resultados obtenidos fueron satisfactorios, pues se respondió a la necesidad de proponer los temas dosificados para el Módulo I y II, a través del diseño de un manual para el orientador, al mismo tiempo, llevándolo a cabo observando la respuesta de los alumnos, por lo que se presentó la: “Reestructuración y aplicación del **Diplomado en Desarrollo Humano**, Módulo I y II que se imparte en el CECyT No. 2 Miguel Bernard Perales”.

#### 6.1 Éxitos alcanzados y metas no obtenidas

Los grupos con los que se desarrolló el Módulo I y II del **Diplomado en Desarrollo Humano**, mostraron un notable interés por los temas a tratar, ya que a través de éste se dan a conocer mejor a ellos mismos, esto les favorece para entender, aceptar y relacionarse con los demás de una manera mejor. Por lo que vieron en el Diplomado una oportunidad de adquirir conocimientos que los ayudarán a crecer como persona.

Inició el Módulo I con mucha expectativa y entusiasmo, los alumnos durante las clases se mostraron muy participativos e interesados en los temas abordados, pero sobretodo, al

realizar las actividades vivenciales, ya que por medio de estas se daba un ambiente agradable, había risas en algunos equipos, pero al acercarse eran por comentarios que no se salían del tema, se daba un espacio de integración, de intercambio de opiniones y de relajamiento durante la materia.

Al iniciar el Módulo II, igualmente hubo mucho interés al principio, pero poco a poco se dieron algunas deserciones por parte de algunos alumnos, que al contactarlos argumentaron que ya no querían saber más sobre decisiones, porque consideraban el tema muy repetitivo, que ellos querían hablar de otros temas como sexualidad y drogas. Se les explicó que dentro del diplomado sí se abordan los temas de su interés, pero en otro Módulo más adelante.

Cuando se dieron los temas sobre proyecto de vida y carrera y carreras técnicas, se despertó el interés de esos alumnos que habían desertado ya que al finalizar su semestre tenían que realizar el trámite de elección de carrera técnica dentro de la Institución.

En la sesión 19 del Módulo II con la actividad que se presentó, hubo quienes comentaron que Orientación había sido un espacio para reflexionar, conocerse a ellos mismos y a los demás, a entender lo importante de tener la capacidad para decidir autónomamente, a abrir sus sentimientos, aceptar su forma de ser y proponerse cambiar o mejorar lo que no les gusta, expresaron que la materia fue una ayuda para detenerse a pensar sobre lo que son, lo que quieren ser y hacer, que muchas veces no nos damos tiempo para reflexionar esos puntos, sino pasar la vida como va llegando, sin una planeación. Pero, también hubo quienes comentaron que la materia de Orientación había sido un espacio para jugar, pasarse tareas de otras materias o simplemente cotorrear, por lo que resulta muy difícil motivar o hacer reflexionar al 100% de los alumnos, porque las actitudes ante la clase de Orientación y lo que ahí se aborda simplemente fue para algunos indiferente. Al tener un acercamiento a los historiales académicos y revisar sus calificaciones, es notable que se sigue dando un alto índice de reprobación, por lo que habría que estudiar qué causas provoca esta problemática, para atacarla con otros proyectos, ya que el Diplomado aunque lo considero fundamental e importante para concienciar a los alumnos y es bueno

llevarlo a cabo, no ha resultado suficiente, por lo que indudablemente se necesitan mayores resultados en cuanto al mejoramiento del aprovechamiento académico, buscando y diseñando estrategias alternas, apoyándose de todo el profesorado de la Institución, no sólo del programa de Orientación Juvenil o del proyecto Maestro – tutor, así, involucrando a todos los que intervienen en el proceso Enseñanza – Aprendizaje pueda darse un mayor impacto en la resolución del problema de reprobación y deserción estudiantil.

### **6.1.1 Problemas Institucionales**

Considero que uno de los principales problemas a los que se enfrenta el Departamento de Orientación Juvenil es que la materia de Orientación no es curricular, lo cual hace que los alumnos tomen a la materia con poca seriedad, al no ver una calificación asentada en la boleta se desprecupan por entrar o cumplir constantemente con lo que se pide.

Por tanto el equipo que conforma el departamento de Orientación Juvenil tiene la necesidad de renovar proyectos que sean atractivos a los alumnos, para que valoren el lugar que tienen en el IPN, la oportunidad de estudiar y así tengan una actitud positiva ante sus estudios y la situación académica en general se vea con mayor aprovechamiento y rendimiento.

El horario que se asigna a la materia es una hora a la semana por grupo, lo cual considero que el tiempo es poco para cubrir todos los proyectos que en el departamento se realizan, se requiere más tiempo para tener mayor contacto con los alumnos y así la labor que se desempeña con ellos pueda ser más cercana y constante abordando todos los temas propuestos en el **Diplomado en Desarrollo Humano** de una manera más profunda, analítica y significativa a través de las estrategias didácticas óptimas en la aplicación del mismo.

### 6.1.2 Problemáticas en la aplicación de los objetivos.

El objetivo general del servicio social que desempeñé es:

Implementar el proyecto de **Diplomado en Desarrollo Humano** Módulo I y II de Orientación Juvenil del CECyT No, 2, con la finalidad de mejorar el rendimiento académico y evitar la deserción.

Los objetivos particulares son los siguientes:

- Reestructurar pedagógicamente y de manera integral el **Diplomado en Desarrollo Humano** de acuerdo al enfoque de calidad total.
- Fundamentar didácticamente el Diplomado.
- Ejecutar y dar seguimiento a la operatividad del diplomado.
- Evaluar el diplomado y efectuar los ajustes pertinentes a su estructura pedagógica.
- Elaborar una propuesta viable e innovadora del **Diplomado en Desarrollo Humano**.

Los objetivos se cumplieron en su generalidad, sin embargo, se enfrentaron las siguientes limitantes:

- Algunos alumnos mostraron poco interés o indiferencia en algunas sesiones.
- Hubo deserción de algunos alumnos durante el curso de diplomado, lo cual al hacer seguimiento de dichos alumnos, se muestra que precisamente son quienes tienen mayor número de materias reprobadas, es decir, son alumnos con bajo índice de rendimiento.
- Se pretende reestructurar pedagógicamente el **Diplomado en Desarrollo Humano**, pero al tener un acercamiento a este proyecto institucional se verificó que no hay un diseño curricular, ni un fundamento teórico pedagógico, solamente es la propuesta de temas que se deben abordar en la materia de Orientación por semestre o módulo, por lo tanto se requirió hacer un estudio teórico metodológico didáctico, para desempeñar la investigación y realizar la operatividad del mismo

con un sustento bajo la teoría del Cognitivismo y constructivismo, con la finalidad de promover aprendizajes significativos y una actitud positiva que ayude a un mejor desempeño académico.

- Considero que la evaluación del Diplomado es un aspecto complicado de medir, ya que se trata de realizar una evaluación cualitativa en la cual se valoran las actitudes, participaciones, trabajos realizados por los alumnos, la asistencia, entre otros aspectos; y la forma de expresarse, de ver la vida misma, de priorizar valores, las actitudes ante uno mismo, la escuela, la familia, los maestros y los compañeros es diferente de una persona a otra, por lo que el medio que se toma para recabar información con esos aspectos que se quieren valorar es un cuestionario y la observación de las actitudes de los muchachos, lo cual sus respuestas en el cuestionario pueden ser manipuladas con respuestas poco serias y las actitudes de ellos pueden llegar a cambiar de una sesión a otra, de acuerdo al interés que tenga por el tema u otros aspectos.

## **6.2 Beneficios proporcionados a la comunidad.**

El espacio de Orientación ofrece una oportunidad de formación integral y un lugar de encuentro para reflexionar en grupos sobre el crecimiento y desarrollo personal, parte del beneficio que se proporciona es dar respuesta a las necesidades de los alumnos, ya que en algunos casos, se dio una orientación de tipo personalizada por el interés en temas muy específicos por parte de los integrantes de los grupos, lo que permitió por un lado más apertura y confianza para con la coordinadora y los demás compañeros del grupo y por el otro, sentirse importantes dentro de la Institución, tomados en cuenta y conscientes de que estaban adquiriendo herramientas indispensables para su vida.

A través del Diplomado se permitió en los alumnos una buena interacción, comunicación e integración grupal, lo cual hace favorable y agradable su estancia en la escuela.

Se les hizo notar que todos tenemos algo que aportar y algo que aprender de los demás, que sus opiniones y experiencias resultan herramientas valiosas para el enriquecimiento de la materia, por lo que debía haber disposición y respeto siempre.

Al cuestionar sus puntos de vista sobre la materia, expresaron que Orientación es un espacio para reflexionar, para convivir entre compañeros, para cotorrear o hasta para relajarse.

Mencionaron que los temas que se abordan sí los pueden ayudar a conocerse a sí mismos, a saber tomar decisiones y a comunicarse mejor con los demás.

De la materia esperan que se les exija más, ya que no tiene un valor en la boleta muchos jóvenes no toman las clases con la seriedad que se debiera. Quieren abordar más temas como sexualidad (cabe mencionar que en los módulos que se trabajaron no corresponden a esta temática; sin embargo en otro módulo se ve sexualidad).

Lo que más les gusta de la materia es el trabajo en equipo y que las actividades son más vivenciales que teóricas.

A la materia le cambiarían que fueran más horas, que fuera una materia curricular y algunos expresaron su deseo porque fueran las clases más divertidas.

### **6.3. Desempeño personal en la Institución (Autoevaluación)**

Llevar a la práctica a través del Servicio Social los acontecimientos teóricos adquiridos en la Universidad, me llevaron a reflexionar sobre el papel tan importante que un docente tiene al transmitir sus mensajes, promoviendo que el proceso enseñanza – aprendizaje sea significativo e integral. Considero que mi participación en el Departamento de Orientación Juvenil al impartir el **Diplomado en Desarrollo Humano**, fue de calidad, entrega, responsabilidad y compromiso. Mi actitud fue con disposición y abierta al trabajo, siempre tratando de dar lo mejor de mí y de adquirir la mayor experiencia

posible, intentando tener una identificación con mis alumnos, promoviendo un ambiente de confianza y buscando el interés de los adolescentes por los temas que se abordaban.

Así como hubo buenas actitudes por parte de los alumnos, hubo quienes mostraron desinterés por la materia, lo cual veo como experiencia de aprendizaje por ser precisamente los alumnos que no prestaban atención quienes me hicieron buscar nuevas estrategias, técnicas grupales, formas diferentes de expresarme para llamar su atención y despertar en ellos el interés por la orientación.

Para mi es enriquecedor y satisfactorio saber todo lo que hice por tratar de desempeñar una labor pedagógica de calidad y digna, a pesar de que los alumnos siguieron mostrando indiferencia por la materia.

Se utilizaron todos los recursos disponibles y se pretendió satisfacer la necesidad de la población, con la que se trabajó no sólo en cuanto a las expectativas del Diplomado, sino en cualquier asesoría de tipo personal que se suscitó.

Se pretendió elaborar un proyecto práctico con el propósito de que pueda ser consultado o impartido por cualquier orientador en el momento pertinente.

En cuanto al trabajo específico de las sesiones, una parte primordial la constituyó la preparación de las mismas y la elaboración del material a trabajar en estas, así como la motivación con el propósito de captar la atención de los participantes de una manera más eficaz.

Se procuró aprovechar al máximo el espacio otorgado para el Diplomado, así como el uso de las técnicas dinámicas, con el propósito de lograr en cada sesión cumplir con el objetivo planeado.



Ante todo, se respetaron los diferentes puntos de vista, opiniones y observaciones, pues el propósito fue hacer sentir a los participantes cómodos y primordiales en un espacio especialmente diseñado para ellos.

El trabajo que se desempeñó fue arduo, sin embargo en las evaluaciones aplicadas se obtuvieron resultados satisfactorios, lo cual constituye un aliciente para poder proponer maneras de enriquecer el Diplomado.

El compromiso adquirido al diseñar y ejecutar un proyecto en una comunidad real, representa para uno como profesionista mayor demanda, mayor actitud de servicio, conocimiento y responsabilidades que conlleva al desarrollo del mismo.

El espacio del Programa de Orientación Juvenil, con el Diplomado, proporciona a los pedagogos egresados una oportunidad de aplicar de manera práctica, los conocimientos teórico – metodológicos adquiridos en la carrera y obtener la satisfacción a corto plazo, de haber podido contribuir y ayudar, en algún aspecto, a una comunidad que deposita en uno como profesionista su confianza. Gracias a Orientación Juvenil por abrir esta oportunidad a los futuros egresados.

## APARTADO VII

### OBSERVACIONES

#### **1. Observaciones respecto al mejoramiento del plan de estudios de la carrera.**

El plan de estudios de la Licenciatura en Pedagogía, vigente fue aprobado por el H. Consejo Universitario de la UNAM, en sesión plenaria el 26 de octubre de 1983.

El plan de estudios, está organizado por asignaturas, con 316 créditos, 296 obligatorios y 20 optativos, teniendo como característica diferente a los planes de estudio de Ciudad Universitaria y la ENEP Aragón, la división de tres preespecializaciones, con el fin de mejorar el nivel académico del alumno en respuesta a las necesidades de la sociedad de acuerdo con el Plan Nacional de Desarrollo 1983 – 1988 del Poder Ejecutivo Federal.

El plan de estudios en su ciclo básico proporciona al alumno una visión específica de la pedagogía como disciplina, y la complementa con otras disciplinas contextuales permitiéndole tener una formación básica interdisciplinaria propia del pedagogo.

Posteriormente tiene acceso a distintas corrientes epistemológicas, análisis de teorías, métodos y técnicas científicos y participación en tareas de investigación de acuerdo a la preespecialización en la que se inserte.

Sin embargo puede decirse, que la conformación actual del plan de estudios no propugna una formación actualizada y sólida para comprender el fenómeno educativo en todos sus aspectos, ya que la actual revolución científica y tecnológica plantea nuevas necesidades, exigiéndonos una rápida adaptación y mayor flexibilidad para abordar las nuevas situaciones. Debe tomarse en cuenta que este plan de estudios tiene una antigüedad de 21 años y cuando entró en vigor respondía a las necesidades de una población con diferentes características a las actuales; en nuestros días el plan ya es obsoleto y no se ha

transformado. Por ello es importante lograr un plan de estudios que esté siempre a la vanguardia y que garantice una competitividad a nivel internacional.

La formación que promueve actualmente el plan de estudios de la Licenciatura en Pedagogía es básicamente elemental en los diferentes modelos teórico-educativos. Se hace pues necesaria la reestructuración del plan de estudios y su adecuación a las demandas actuales, a través de una evaluación permanente y modificación constante.

Una de las demandas actuales, por ejemplo, es la que está relacionada con el manejo de tecnología de punta; por lo que se deben incorporar materias en el plan de estudios que permitan ampliar el campo de trabajo del pedagogo, como sería la informática educativa, la cual permitiría tener la capacidad de elaborar programas computarizados educativos. Y la obligatoriedad del idioma inglés, con el propósito de tener acceso más expedito a diversas fuentes de información internacionales.

Me gustaría que dentro del mapa curricular de la carrera se incluyera en 5° semestre en lugar de una materia optativa **Programación Neurolingüística como materia obligatoria**, porque considero que tiene muchas cosas importantes que aportar a la educación, ya que toma lo más importante de las teorías del comportamiento humano y las transforma en técnicas sencillas, prácticas y eficaces que nos ayudan no solo a descubrir todos los recursos con los que contamos, sino que también nos enseña cómo desarrollarlos y aplicarlos en todas nuestras áreas de vida.

**El Objetivo General de la materia** podría ser:

El alumno conocerá los principios básicos de la Programación Neurolingüística, y desarrollará las habilidades básicas de PNL que les permita hacer efectiva su labor en el ámbito educativo.

### **Subobjetivos:**

El alumno:

- Comprenderá los elementos fundamentales de PNL.
- Conocerá los orígenes de PNL.
- Descubrirá sus estilos personales de enseñanza y aprendizaje.
- Adquirirá estrategias de enseñanza-aprendizaje fundamentadas en PNL.
- Desarrollará sus habilidades de comunicación y de activación multisensorial.
- Detectará la relación que existe entre el aprendizaje y los estados internos, y generará estados efectivos para el aprendizaje.

La ubico en 5º. Semestre en lugar de las materias optativas porque considero que dentro de PNL los contenidos de Comunicación Educativa se pueden relacionar perfectamente, Técnicas de Elaboración de Audiovisuales puede entrar en la materia optativa de Taller de Elaboración de Materiales Didácticos y Análisis de Contenido podría quedar como optativa en 7º u 8º semestre en lugar de Todas las materias relevantes de otras carreras.

Además, tomando en cuenta que es en este semestre donde se inicia Formación y Práctica Profesional y los alumnos de la carrera de pedagogía tienen contacto con una Institución en la cual se enfrentan y atiende una realidad educativa, bien pueden ir aplicando lo que PNL les va aportando junto con la vinculación de los conocimientos teóricos hasta ese momento recibidos y la práctica.

El **perfil del egresado** de la carrera de Pedagogía con elementos de PNL sería como lo menciona el programa actual incluyendo que:

El pedagogo desarrolla e integra todos los recursos que posee para aplicarlos eficazmente en todas las áreas en que participa.

\*Entendiendo **“todos los recursos”** como la gama de conocimientos teóricos, habilidades, experiencias, destrezas, pensamientos, etc. que se poseen para aplicarlos de manera efectiva ante su labor educativa y su mismo desarrollo personal.

## **2. Otras observaciones dignas de mencionar.**

El CECyT No. 2 Miguel Bernard Perales al dar de alta el programa: Investigación e Intervención Pedagógica en el programa de Orientación Juvenil, forma ya parte de los programas estratégicos de extensión académica y de impulso a la titulación de la carrera de Pedagogía y tiene como función primordial prestar servicios educativos a través de servicio social.

La meta del programa del Servicio Social en Orientación Juvenil, es proporcionar a los prestadores de Servicio Social una formación teórico – práctica al investigar, intervenir en sus diversos proyectos, mejorando la calidad de sus servicios con estrategias pedagógicamente innovadoras, materiales didácticos, fundamentos teóricos – prácticos, entre otros, que cada vez más vayan de acuerdo a las necesidades educativas e institucionales.

Este es el primer proyecto de Informe de Práctica Profesional al Servicio de la Comunidad, en el programa de Orientación Juvenil del CECyT No. 2, lo cual me satisface haber sido la egresada de Pedagogía con la oportunidad de registrar una nueva Institución, que brinda apoyo y apertura a nuevos egresados colegas que quieran vivir la experiencia de llevar a la práctica conocimientos teóricos y enriquecerlos al enfrentarse a problemáticas educativas reales, prestando su Servicio Social con opción a titulación.

Entre otros comentarios puedo agregar que la experiencia durante el servicio social es más que nada una oportunidad de crecer profesionalmente como pedagoga y como persona, ya que al tratar con adolescentes, enfrentarse a diferentes grupos, poner en práctica lo que uno ya conoce e investigar muchísimas otras cosas que en la escuela no se obtuvieron y se deben conocer para responder a las necesidades que demandan los alumnos en su momento, hace a uno entregarse en cuerpo y alma a su trabajo, tratando siempre de brindar un servicio de calidad que realmente haga reflexionar a las personas con que se trabaja, dar una aportación positiva a esas vidas y llevarse la satisfacción al sentir que uno obra bien al estarse actualizando en los temas, en las actividades, en la

motivación de los alumnos, en el desenvolvimiento en el aula al ir adquiriendo mayor seguridad y fluidez al expresarse, en el sentir identificación con alumnos en edad adolescente, entre otras cosas. Puedo concluir que prestar servicio social y elaborar una investigación es parte de la formación que nos da la carrera, estas dos son con la finalidad de obtener el título, sin embargo, al haber vivido la experiencia me siento con el orgullo de haber adquirido muchas cosas que de no haberlo hecho, me hubiera perdido y lamentado, ya que la experiencia que uno obtiene es tan importante porque me enfrentó a la realidad de las cosas, ya no es leer solo un documento, hacer un comentario o trabajo de acuerdo a un tema como se hace en la universidad, sino es brindarte a los alumnos y atender lo que un sistema y programa educativo exige, al mismo tiempo que atender las necesidades de cada grupo y atender toda esa realidad con profesionalismo, responsabilidad, ética, compromiso, amor, respeto, exigencia y todos los valores que como humanos podemos desarrollar y que como pedagoga debo practicar por ser una formación profesional de humanidades y trabajar precisamente con vidas.

Es importante que como Orientadora reflexione de la influencia que uno como maestro puede tener con uno o varios alumnos, por lo que se debe tener cuidado hasta en la forma de comunicarse y expresarse con ellos para que los mensajes y temas sean claros y tengan un impacto importante en sus vidas.

## APARTADO VIII

### CONCLUSIONES

El Diplomado en Desarrollo Humano que se imparte en el CECyT No. 2, se sustentó pedagógicamente y se impartió con buena respuesta por parte de los alumnos, sin embargo el proyecto mostró limitaciones.

Los objetivos a alcanzar fueron sumamente ambiciosos, ya que este Diplomado es un proceso que difícilmente se puede alcanzar en el poco tiempo destinado al mismo; a pesar de los alcances obtenidos, el proyecto mostró algunas deficiencias, tales como:

- Pretender revisar un gran número de temas, en relación al poco tiempo destinado al mismo.
- Poco interés por las sesiones.
- Rechazo de algunos estudiantes hacia la materia de Orientación.
- Poca incidencia en la formación autónoma de los estudiantes, ya que a pesar de que se dieron algunas herramientas para adquirir algunas habilidades de aprendizaje autónomo en los adolescentes, éstas son insuficientes para resolver el problema que enfrentan los estudiantes al ingresar a una institución con un sistema educativo que pretende que desarrollen hábitos de estudio adecuados, madurez y autonomía para aprender a aprender.
- Poca incidencia del Diplomado en Desarrollo Humano en relación a la disminución del bajo aprovechamiento académico, la reprobación y la deserción, ya que al finalizar cada semestre los alumnos obtuvieron bajos promedios y existió un índice significativo de reprobación.

Con respecto a este punto, es indispensable señalar que no se debe atribuir a un curso como éste un objetivo tan ambicioso como disminuir el bajo aprovechamiento académico, la reprobación y deserción ya que estos problemas escapan a los alcances de los programas de Orientación Juvenil.

Pretender solucionar esta problemática que tiene la institución en cuanto al bajo aprovechamiento académico, y el alto índice de reprobación y deserción a través del Diplomado en Desarrollo Humano es complejo, ya que el aprendizaje es un proceso en donde interviene un equipo; alumnos, profesores, padres de familia y pretender que orientación por sí sola resuelva esta dificultad es imposible, pero lo que si es indiscutible es que en el Programa de Orientación Juvenil todavía hay mucho por hacer como proponer una campaña para invitar al profesorado a reflexionar sobre su labor educativa cuestionándose por qué los alumnos muestran desinterés, apatía, flojera y actitudes desfavorables para la adquisición de aprendizajes significativos, dándose un alto índice de reprobación y deserción y mostrando bajo rendimiento académico, involucrando así a todo el equipo docente ante esta realidad que se está viviendo, hacer grupos de trabajo en donde se haga labor para que profesores con formaciones profesionales diversas como ingenieros, matemáticos, físicos, químicos, arquitectos, historiadores, etc. y que practican la docencia desde hace ya varios años, tengan elementos estratégicos pedagógicos y se den cuenta que hay diferentes formas de enseñar y de aprender, que se atrevan a modificar sus métodos y valoren que arriesgarse a cambiar puede ser la clave para obtener mejores resultados en la formación académica de sus alumnos.

El pretender trabajar con los profesores también es un objetivo ambicioso para orientación, que si bien vale la pena afrontar las limitantes o dificultades que se puedan presentar por los resultados satisfactorios que se pueden obtener al darse un proceso de enseñanza aprendizaje integral, significativo y de calidad, proporcionando los elementos necesarios para que los alumnos adquieran la habilidad y madurez para **aprender a aprender**.

En relación a mi desempeño como pedagoga en el Programa de Orientación Juvenil con el proyecto de Diplomado en Desarrollo Humano puedo señalar que esta experiencia me permitió antes que nada conocer acerca de la función del pedagogo como orientador educativo y de esta manera constatar que la formación académica que recibí me brindó una base importante para desempeñarme como orientadora, pero no suficiente. Esta realidad me hizo crecer y profundizar en mi formación ya que me hizo investigar para



complementar los elementos que sentía deficientes para atender de manera efectiva mi labor, sobretodo en cuanto al diseño curricular del Diplomado, tuve cierto grado de dificultad en la planificación del orden y secuencia de los temas y decidir la forma de impartirlos porque tuve momentos en donde estaba llena de información y de diversas actividades para desarrollar, que escoger entre tanto con la mentalidad de que fuera lo mejor para el desarrollo curricular con calidad fue complicado. Finalmente elaboré mi propuesta de trabajo, que al llevarla a cabo realizando la intervención me di cuenta que es viable por ser una herramienta que contribuyó a la formación integral de los alumnos resultando un proyecto en proceso constructivo, flexible y modificable, que pretende la autorrealización del ser humano, por medio del cumplimiento de objetivos específicos a lo largo de sus vidas con el fin de impulsar el desarrollo y crecimiento personal.

Con la planeación e intervención de este proyecto me concienticé de que trabajar con personas es mucha responsabilidad y compromiso.

La Orientación Educativa por sí misma es necesaria y a nivel medio superior es fundamental, debido a que por lo general los estudiantes se encuentran en la etapa de la adolescencia, la cual se caracteriza principalmente por la construcción de la personalidad.

Además, el proponer actividades de esta disciplina con los alumnos de 1º y 2º semestre permite apoyarlos, puesto que la mayoría muestra falta de autonomía, además de que no cuentan con estrategias pedagógicas para enfrentar el nuevo sistema educativo, no controlan la relativa libertad que tienen en la Institución y les cuesta cierto trabajo entender y evitar influencias negativas, lo que puede influir en los adolescentes y contribuir al bajo aprovechamiento académico, la reprobación o hasta la deserción.

Ante esta situación se llevó a cabo de manera simultánea la Investigación para reestructurar pedagógicamente el Diplomado en Desarrollo Humano y su aplicación con grupos de 1º y 2º semestre, siendo éste un proyecto significativo porque permitió a los alumnos:

- Contribuir al proceso de integración grupal e individual de los mismos al CECyT.
- Entender algunos aspectos de su proceso adolescente como la búsqueda de su identidad, mejoramiento de su autoconocimiento, autoestima, reconocimiento de sus valores personales, de su capacidad para tomar decisiones y para integrarse socialmente comunicándose mejor con ellos mismos y con los demás.
- Apoyar su proceso de identidad.
- Reflexionar sobre su papel como estudiante.
- Conocer el plan de estudios y los trámites a realizar para la selección de carrera técnica.
- Conocer aspectos generales e importantes que inciden en su Desarrollo Humano.

Se puede sintetizar que todo lo anterior aportó elementos a los adolescentes en los procesos de búsqueda de identidad y de adaptación al CECyT.

Es importante señalar que en el Diplomado se incorporaron elementos del constructivismo y cognoscitivismo, lo cual propició que existiera un ambiente de confianza y respeto en los grupos; facilitando la reflexión, el análisis y la clarificación de ideas de los alumnos con respecto a los temas.

Todo lo anterior permitió que los adolescentes se expresaran libremente, y que a través de la interacción con sus compañeros conformaran sus propios conceptos y opiniones.

Con toda esta experiencia aprendí que es necesario no dejar en el olvido a los libros, ya que se requiere tener dominio de los temas y estrategias para transmitir la enseñanza de acuerdo a la edad y características de los alumnos. Es decir, no me puedo quedar con lo que adquirí durante mi estancia en la Universidad, sino que debo tener una constante actualización y laborar con una mentalidad propositiva.

Para finalizar quiero agradecer a la Institución por haberme dado la oportunidad de crecer profesionalmente a través del servicio social, ya que ésta modalidad de titulación me enfrentó ante una situación real educativa que me llevó a vincular la teoría con la práctica.

## APARTADO IX

# BIBLIOGRAFÍA

AGUILAR Kubli, Eduardo. Sé tú mismo sin sentirte culpable. Ed Pax México, 1991

ALFONSO Tapia, J. Orientación Educativa: teoría, evaluación e intervención. Madrid: Síntesis 1995.

ÁLVAREZ Pérez, L. La diversidad en la práctica educativa: modelos de educación y tutoría. Madrid: CCS 2000.

BAQUERO, Ricardo. Vigotsky y el aprendizaje escolar. Buenos Aires, AIQUE 1966.

BARKSDALE L. S. , El desarrollo de autoestima, Dinámica del desarrollo. El Salvador, 1989

BIZQUERRA, R. Orientación psicopedagógica para la prevención y el desarrollo. Barcelona 1990, Boiscaren Univesitaria.

CASANOVA, Ma. Antonieta. Manual de evaluación educativa. La Muralla. Madrid.

CASTAÑEDA, Juan. Habilidades Académicas. Mc. Graw Hill. México, 2003.

CAZARES González, Yolanda Ma. **Habilidades para desarrollar la autodirección en el aprendizaje (HAAP)**. Mc. Graw Hill. México, 2003.

COLL, César. **El constructivismo en el aula**. Colección Biblioteca de aula. Ed. Grao de Serveis Pedagògics.

COLL, César. **Psicología genética y aprendizaje escolares**. México, Siglo XXI Editores.

GRAIG, Grace J. **Desarrollo Psicológico**. Editorial Prentice may. 7ª. Ed. 1997

DELVAL, Juan. **El Desarrollo Humano**. México, Siglo XXI 1994.

DOROE, **(Documento Rector de Orientación Educativa)**, México, 1995.

DORSH, Friedrich. **Diccionario de Psicología**. Editorial Herder.

ERIKSON, Eric. **Identidad, Juventud y Crisis**. Paidós, Argentina 1972.

FREIRE, Paulo. **Pedagogía del Oprimido**. Ed. Siglo XXI, México, 1975

GARCÍA, Cortés Fernando. **Aprendizaje y Evaluación**. Santillana, México 2004.

GARCÍA, Everardo. Orientación Educativa. Ed. Trillas, México, 1985.

GOLDSTEIN, Arnold P. Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia. Barcelona: Martínez Roca, 1989.

GORDILLO, Ma. Victoria. La Orientación en el Proceso Educativo. México, Paidós, 1973.

GORDILLO, Ma. Victoria. Manual de Orientación Educativa. Alianza Universidad Textos. Madrid, 1986.

GORDILLO, Ma. Victoria. Orientación y Comunidad: La responsabilidad social de la orientación. Madrid Alianza, 1996.

HERNÁNDEZ, Pina F. Técnicas para estudiar con eficacia. Barcelona: PPU, 1987.

KRAUSOPE, Dina. Procesos psicológicos centrales en el adolescente. Conapo/Maxfam. México, 1986.

LÓPEZ, Negrete, Alfonso. Aprende a ser tú mismo. Ed. Diana, 1995.

Manual del Docente. Enciclopedia práctica para el docente. Cultural S.A. Madrid España, 2002.

MASLOW, Abraham. **El hombre autorrealizado.** 14ed. Barcelona, Ed. Kairós, 1979

MERINO, Gamiño, Ma. Del Carmen. **La adolescencia y su conflicto social.** Módulo 1, tema 2. **Diplomado en Orientación Educativa.** UNAM.

PALLARES, M. **Técnicas de de grupo para educadores.** Madrid, ICCE 1990

PANSZA, Margarita. Pérez Esther y Morán Porfirio. **Fundamentación de la didáctica.** Tomo 1 ed. Garmika.

PASCUAL, Marina A. **Estrategias para la clarificación de valores y el Desarrollo Humano en la escuela.** México: CII.

PIAGET, Jean. **Psicología de la Inteligencia.** Buenos Aires, Psique 1975.

PIAGET, Jean. **Seis estudios de psicología.** México, Planeta 1986.

**Programa Institucional de Orientación Juvenil 1998-2000.** IPN, Secretaria de Apoyo Académico.

PROMETEO. Fuego para el propio conocimiento. Universidad Iberoamericana  
Número 8.

RODRÍGUEZ, Estrada, Mauro. Autoestima: Clave del éxito personal. Serie  
capacitación integral. Ed. Manual Moderno. México, 1985.

RODRÍGUEZ, Estrada, Mauro. Psicología de las Relaciones Humanas. Ed. Pax.  
México, 1985

RODRÍGUEZ, Moreno Ma. Victoria. Modelos de orientación profesional en el aula.  
Barcelona Oikos-Tau, 1986

RODRÍGUEZ, Moreno Ma. Victoria. Orientación Educativa. Barcelona CEAC, 1986.

ROGERS, Carl. El Proceso de convertirse en persona. México, Paidós 2001.

ROGERS, Carl. Psicoterapia centrada en el cliente. Buenos Aires, Paidós. 1972.

ROGERS, Carl y Jerome Freiberg. Libertad y creatividad en la educación. 3ª. ed.  
Barcelona. Paidós, 1996.

SILVIA y ORTIZ, Ma. Teresa. Y yo ¿qué?. Curso de Orientación Educativa.  
Ediciones Pedagógicas. México, 1982.

TYLER, L. E. La función del orientador. México Trillas, 1992.

VIGOTSKY, Lev. El desarrollo de los procesos psicológicos superiores. México. Editorial grijalbo 1998.

INTERNET.

[www. Educared.com](http://www.Educared.com).



## DATOS AL FINAL DEL INFORME



Lic. Cecilia E. García Sánchez  
Jefa del Programa de Orientación Juvenil



I.P.N.  
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS  
Y TECNOLÓGICOS "MIGUEL BERNARDO"  
DIRECCION



Lic. Mónica Ortiz García  
Asesora



Verónica del Carmen Díaz Lope  
Ejecutor del Proyecto