



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS
SISTEMA DE UNIVERSIDAD ABIERTA
Y EDUCACIÓN A DISTANCIA (SUAYED)

LAS ARTES PLÁSTICAS COMO HERRAMIENTA
PARA LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA DE
ADOLESCENTES DE ENTRE 16 Y 18 AÑOS

TESINA

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PEDAGOGÍA

PRESENTA
SAMANTHA GOMEZ SANDOVAL

ASESORA:
LIC. ROXANA VELASCO PÉREZ

CD. UNIVERSITARIA

2019



SUA(y)ED
Filosofía / Letras



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.

ÍNDICE

Introducción.....	1
CAPÍTULO 1. LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA	4
1.1. <i>Antecedentes.....</i>	4
1.2. <i>La orientación educativa en México.....</i>	13
1.3. <i>Orientación educativa hoy en día.....</i>	17
CAPÍTULO 2. LA ADOLESCENCIA Y EL AUTOCONOCIMIENTO PARA LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA	20
2.1. <i>¿Qué es la adolescencia?.....</i>	20
2.2. <i>¿Qué es el autoconocimiento?</i>	24
2.3. <i>Importancia del autoconocimiento en la adolescencia.....</i>	29
2.4. <i>El proyecto de vida y toma de decisiones.....</i>	31
CAPÍTULO 3. LAS ARTES PLÁSTICAS COMO HERRAMIENTA PARA EL DESARROLLO DEL AUTOCONOCIMIENTO DEL ADOLESCENTE	36
3.1. <i>Expresión artística y artes plásticas</i>	36
3.2. <i>La arte-terapia.....</i>	42
3.3. <i>Las artes plásticas dirigidas al autoconocimiento.....</i>	44
CAPÍTULO 4. PROPUESTA DE UN TALLER DE ARTES PLÁSTICAS	49
4.1. <i>Definición de taller</i>	49
4.2. <i>Programa sintético</i>	50
4.3. <i>Carta descriptiva</i>	52
Conclusiones.....	64
FUENTES CONSULTADAS	67
Anexos	71

Introducción

Una de las etapas más difíciles por la que cada persona debe atravesar es la adolescencia, la cual es presentada en muchos artículos de psicología, como un periodo de cambios y como una etapa que representa la transición de la infancia a la vida adulta en un plano tanto físico como psicológico y social. Durante ésta etapa se toman muchas de las decisiones que definirán el papel que cada individuo desarrollará dentro del ámbito laboral; por ello debemos estar “completamente” seguros de lo que queremos y hacia dónde queremos dirigirnos; sin embargo, en esta etapa se dificulta la toma de decisiones debido a la complejidad y a los grandes cambios que se hacen presentes en este periodo de la vida, por lo que muchas veces es necesaria una guía que proporcione una orientación a los jóvenes y le ayude a mirar dentro de sí mismo y lograr conocerse.

De esta manera, podemos decir que el desarrollo del adolescente se vuelve un tanto complejo, pues “tienen que ir resolviendo muchas situaciones complicadas que afectan su futuro. Son años difíciles y apasionantes” (Díaz Aguado, 2003; p.18), el adolescente va construyendo su propia identidad, al mismo tiempo que intenta ser parte de una sociedad y busca fortalecer su independencia para lograr su autonomía al ser parte del “mundo laboral” en el que se encuentra.

Es así que atender a las necesidades que cada adolescente presenta, apoyarlo y guiarlo en su proceso de desarrollo, es una gran tarea para todos aquellos profesionales que se dedican a la educación, pues con ello se puede lograr que los adolescentes vivan de una manera menos conflictiva los cambios propios de esta etapa.

De la misma manera, es importante integrar dentro del modelo educativo la atención al desarrollo emocional que permita la toma de decisiones con mayor seguridad. Es relevante se le dé importancia a la inclusión de la Orientación Educativa, como un servicio que proporciona apoyo al joven con herramientas que lo guíen en el ámbito personal como laboral, proporcionándoles un apoyo que les

permita analizar sus objetivos con relación a su futuro. Sin embargo, en México actualmente existen varias problemáticas dentro de la misma que bloquean el cumplimiento total de sus objetivos, por lo que es necesario replantearse los métodos utilizados para “orientar” al joven y buscar nuevas estrategias que le permitan reconocerse a sí mismo, valorarse e identificarse para lograr así que surja en ellos la motivación y logren plantearse un proyecto de vida más claro y satisfactorio. Este aspecto motiva a analizar el papel de la Orientación Educativa en el área Vocacional y Profesional en esta etapa.

El presente trabajo se divide en cuatro capítulos. En el primer capítulo se hace un recorrido general de la historia de la orientación educativa en el mundo y en México para analizar las nuevas propuestas que la hacen vigente y lograr dar explicación de su manejo actual, así como sus fallos y sus ventajas, que la favorecen y benefician a la búsqueda de identidad y la realización de un proyecto de vida.

En el segundo capítulo se habla acerca de la adolescencia, ya que esta etapa es una de las más complejas de la vida de un ser humano en la que se presentan cambios físicos, emocionales y sociales; es importante señalar que durante esta etapa la mayoría de las personas comienzan a tomar decisiones que son fundamentales en la vida como la carrera que se desea estudiar o el trabajo que se desea obtener; los jóvenes adolescentes comienzan a buscar y a forjar su propio camino, por lo que es importante que sean capaces de comenzar a desarrollar un conocimiento de sí mismos y forjarse así metas y propósitos positivos para su vida futura, teniendo en cuenta la importancia de tomar decisiones conscientes que les guíen a el cumplimiento de las mismas que con ayuda de un guía que les proporcione apoyo durante el proceso, dando como resultado un buen conocimiento de sí mismo y el rol que desea desempeñar en el ámbito social laboral.

El tercer capítulo se refiere a las artes plásticas, su definición, su función como un área que estimula la capacidad estética que el hombre tiene para expresar ideas y sentimientos, cuáles son aquellas técnicas artísticas que están consideradas dentro de esta rama del arte y sobre todo la importancia que tienen al ser utilizadas como una herramienta que promueve el sano desarrollo de todos los seres humanos al ser capaces de ayudar a expresar lo que se piensa, se siente y se quiere, haciendo énfasis en el impacto positivo que pueden causar durante el periodo de la adolescencia, promoviendo éstas técnicas como un medio de orientación educativa que ayude a mejorar la percepción que cada uno tiene de sí mismo y su relación con la sociedad para realizar el análisis de las metas que se plantean a futuro.

Finalmente, el capítulo cuarto plantea una propuesta de taller de artes plásticas dirigido a el fortalecimiento del autoconocimiento y la orientación educativa de los adolescentes que cursan los últimos semestres de bachillerato previo al examen de orientación vocacional que se aplica, de esta manera podrían favorecer el desarrollo de una autoestima positiva y tener una idea más clara de lo que se quiere llegar a ser en un futuro basándose en el conocimiento de sí mismo para plantear sus metas a corto, mediano y largo plazo.

CAPÍTULO 1. LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA

No se puede iniciar una travesía sin conocer el destino y sin contar con los mapas y la orientación para llegar a él por el mejor camino.

- Marina Müller

Para poder comprender cómo se aplica la orientación educativa dentro de las escuelas hoy en día, así como las problemáticas que se presentan en la misma, es indispensable hacer un breve recorrido a través de la historia que nos remita a sus orígenes, pues al entender como se ha ido manejando, la razón por la que surgió y cuales han sido sus objetivos a lo largo del tiempo, se puede entender el por qué se maneja actualmente y de la misma manera crea una propuesta que ayude a cambiar aquellos aspectos que son desfavorables.

1.1. Antecedentes

Podemos observar, a lo largo de la historia del hombre que la orientación educativa ha sido de gran importancia para la sociedad desde épocas remotas, pues es conocido que cuando el hombre tuvo la necesidad de vivir en comunidad, tuvo también necesidad de una organización que le permitiera desarrollarse y crecer, así como tener una estabilidad y asignar a cada integrante un rol que le permitiera incorporarse e interactuar dentro de la misma.

De esta manera, tenemos como claro ejemplo de los orígenes de la orientación educativa la Grecia antigua, en donde ya se señalaba, según Platón (427-347 a.C), la importancia de especializarse en un trabajo y oficio además de la necesidad de una división de los grupos de hombres de acuerdo a sus diferencias individuales y sus capacidades, separándolos de esta manera en tres grupos distintos: artesanos, guerreros y gobernantes; por otro lado, Aristóteles (384-322 a.C) planteaba la división de personas en dos grupos: las personas libres y las personas esclavas, pues, según sus habilidades naturales, su conocimiento, creencias e intereses todos desarrollaban un papel diferente dentro de su comunidad y también, según las mismas, se tenía el derecho de ser libre o la

obligación de ser esclavo, estas elecciones eran hechas por el “sabio” de la comunidad o por el hechicero.

Más adelante, podemos encontrarla en Roma, durante la época del cristianismo, donde la educación estaba determinada por la familia y el Estado, se le daba únicamente a los niños varones (las mujeres no contaban con educación) y así asignar un lugar a los individuos dentro de la sociedad, de esta manera, Quintiliano (35 d.C), quien fuera educador romano en las primeras décadas después de nuestra era propone que se adapten las instituciones escolares de acuerdo con las diferencias individuales de cada estudiante, además de señalar la importancia de esta división para la sociedad.

Posteriormente, con la caída del imperio Romano, se instaura la llegada de la “edad media”, una época en donde la educación está completamente asociada con la palabra de Dios y es dominada por los dirigentes católicos de esta época; es así que la educación existente era impartida en conventos y monasterios para aquellos de un rango social más alto y para aquellos de una clase más baja era dada por la familia, por herencia y tradición, esperando que los más jóvenes siguieran el oficio de su padre y su abuelo, quienes se encargaban de instruirlos para el oficio desde niños; por su parte las mujeres eran educadas e instruidas para servir en el hogar y posteriormente casarse y tener hijos.

Terminando la edad media, a finales del siglo XIV, con el renacimiento y la ilustración, retoman las ideas de Platón y Aristóteles para la asignación de roles y la educación, se comienza a seleccionar a los alumnos por sus habilidades, intereses y capacidad para aprender, las diferencias individuales se empiezan a considerar parte fundamental del desarrollo humano y una característica que resaltar para la posición de roles dentro de la sociedad.

Así mismo, se comenzó a formalizar la educación gracias al primer escrito realizado en 1575 por Juan Huarte de San Juan, que puede ser considerado como el primer test de orientación educativa, titulado “Examen de ingenio para las ciencias”, en el cual se resalta la importancia de las diferencias y aptitudes

individuales y afirma que “todo hombre nace con determinadas capacidades que se adecuan para cierto tipo de profesiones y, por consiguiente esto se debería tener en cuenta a la hora de enfrentar una elección académica y profesional” (López Mesa en: Gavilán; 2006: 29).

Estos acontecimientos dan como resultado el surgimiento en concreto de la orientación educativa, logrando asentar las bases filosóficas, pedagógicas y psicológicas de la orientación y producen cambios impresionantes en la concepción del hombre; la educación comienza a ser parte fundamental de la elección de una profesión a pesar de que aún sigue muy presente la tradición familiar.

Entrado en el siglo XVII, se comienza a poner de manifiesto la gran preocupación que se tenía por la mano de obra “especializada”, se buscaban personas que estuvieran realmente preparados para desempeñar un trabajo en particular y es por esta razón que la educación y el análisis de las potencialidades se vuelven importantes y significativas dentro de la sociedad, un factor determinante de los roles sociales para un desempeño laboral adecuado.

La revolución francesa, que se dio a finales del siglo XVIII, es un suceso de gran importancia para la orientación educativa, pues con ella “se suprimen las corporaciones y los privilegios y se toma como premisa la igualdad de oportunidades” (Gavilán; 2006: 31), además el acceso a un trabajo se comenzaría a determinar a partir del nivel educativo y así considerar las virtudes y habilidades individuales.

La revolución industrial, fue también de gran importancia, pues produjo influencias negativas dentro del ámbito laboral como suspensión de sus labores, inmigración, explotación y por ende una extrema pobreza, pero que dio lugar a un pensamiento en donde se requería impulsar la razón, la ciencia y la tecnología por lo que fue un momento propicio para impulsar la educación y seleccionar a los individuos que tenían habilidades para estos ámbitos.

Al terminar la revolución industrial en el siglo XIX, se comienzan a dar aportaciones importantes dentro del campo de la medicina y de la psicología experimental, pues tuvieron gran influencia en el desarrollo científico e instrumental de la orientación con la psicometría que guiaban a la creación de nuevos escritos con relación a ella y de test para apoyar la misma.

Ya hacia el siglo XX, distintos países del mundo, sobre todo Estados Unidos de Norteamérica y algunos de Europa, se encontraban en una competencia progresista por ser quienes tuvieran más y mejor desarrollo; la orientación vocacional formal había surgido simultáneamente en ambos lados del mundo y tiene relación con la orientación para el trabajo, se preocupaba por el desarrollo individual de cada persona, por el de la sociedad en conjunto y a su vez por el desarrollo económico del país, que tenía que ver con el nivel de productividad de las personas.

Existía una especial preocupación sobre todo en materias relacionadas con la ciencia y tecnología, esto debido a que comenzaba la segunda era industrial y se deseaba un crecimiento económico dentro de los países basándose en mejorar la producción tecnología para un mayor desarrollo industrial por consiguiente económico.

Se pretendía que mediante las pruebas y test mentales, creados con base en las aptitudes, habilidades y capacidades de las `personas, se pudiese comparar la edad mental con la edad cronológica de los individuos y así seleccionar a los más aptos dado sus diferencias intelectuales, esto se dio sobre todo gracias a Stern, quien usó por vez primera el termino Coeficiente Intelectual (CI) para de esta manera poder lograr una adecuada medición de los individuos y colocarlos dentro del sistema económico según sus resultados.

Durante este siglo, podemos ver el gran auge que se da en Estados Unidos de Norteamérica y como comienza a posicionarse y a tomar liderazgo a nivel mundial en varios campos de la educación, así mismo, los test de orientación vocacional que comienzan a surgir gracias a la psicometría, son usados para la lucha de

desarrollo, pues el contexto en ese momento es la guerra mundial y los “army tests” como el “Army Alpha y Army Beta” creados por Robert M. Yerkes son utilizados para seleccionar a los hombres que irían al ejército y a la primera guerra mundial por el ejército norteamericano y que funcionaban para analizar las diferencias ocupacionales de los soldados y además es considerado como la primera prueba a lápiz y papel.

Otro test que surgió durante esta época fue el “Strong Vocational Interest Blank” Creado por Edward K. Strong en la universidad de Stranfort, que es considerada como la primera prueba estandarizada de intereses vocacionales; estas pruebas ayudaban sobre todo a este desarrollo ya que se busca con ellas fortalecer la relación entre habilidades e intereses y de esta manera ubicar a los individuos en un papel social que fuera “apto” para ellos.

Por otro lado, Europa también lucha por su desarrollo y crecimiento, pues tenía objetivos muy similares a los de Estados Unidos, un desarrollo económico, científico y tecnológico con base en el trabajo, y es por esta razón que se crea en España el Instituto de Orientación Profesional, en Bélgica, la Oficina Comunitaria de Orientación y selección profesional y en Suiza, las ligas de reaprendizaje, que se dirigían a guiar a los jóvenes a elegir alguna actividad ocupacional dentro de sus sociedades.

Es entonces que se da a conocer la orientación educativa como una necesidad social y económica que podría proporcionar a las personas una guía que les permitiera conocer hacia qué campo laboral dirigirse; Frank Parson, considerado uno de los pioneros de esta rama, señala “que el ajuste del mundo del trabajo depende de las capacidades y características de las personas, así como de la demanda de la ocupación en cuestión” (Parson, Frank; 1909 en: López Carrasco, 2005).

Entrando ya a la segunda mitad del siglo XX, podemos ver que se comienza a dar un proceso de fortalecimiento en la psicología científica y la psicometría con el desarrollo de pruebas psicológicas para fortalecer la teoría de las diferencias

individuales y se comienza a ver también el surgimiento de la orientación vocacional, no solo dentro de los contextos social, político y económico, sino dentro del contexto educativo en Estados Unidos.

La orientación educativa ya no solo se considera una herramienta para el progreso y crecimiento de la ciencia, la tecnología y la economía, sino como una innovación educativa que se debe implementar dentro de las instituciones, sobre todo en países donde la Primera y Segunda Revolución Industrial y ambas guerras mundiales tuvieron un impacto más fuerte en el cambio y desarrollo.

Así, las escuelas se comenzaron a ver influenciadas por esta nueva ideología, que las pruebas y los test existentes no solo se utilizarán para la selección y el acomodamiento dentro del mundo laboral, sino que formaran parte de los métodos de evaluación de los escolares.

Con esta transformación, no solo cambia la estructura de la escuela, sino que se da lugar al desarrollo del sistema capitalista de producción, el cual, causó a su vez una serie de transformaciones dirigidas a los sistemas educativos y que pondrían como papel principal dentro del sistema a la educación para el trabajo, generando que la orientación vocacional se vinculó no solo con la educación, el individuo y la sociedad sino que le abrió lugar a la economía y de esta manera la orientación tuvo una doble función, la primera, dirigir a los estudiantes con base en sus capacidades, gustos y habilidades y la segunda, insertarlos en un área del mundo laboral para favorecer al crecimiento económico de su sociedad.

“La introducción de los Sistemas de Orientación puede ser contemplada como la expresión formal de un concepto cuyas raíces se encuentran en los progresos de la educación y de las ciencias sociales a finales del siglo pasado y cuyo conocimiento fue estimulado por los profundos cambios económicos políticos y sociales de ese período y acelerado por las dos guerras mundiales. Así pues, la Orientación es primordialmente una respuesta de cambio.”
(Fletcher; en Alvarez; 1980).

Vemos también, que la orientación educativa se encamina hacia la educación con más fuerza a partir de las décadas de 1940 y 1950 en Estados Unidos de Norteamérica, no solo por la nueva implementación de la orientación dentro de las

escuelas sino también porque las normas de este país cambian, los movimientos revolucionarios toman fuerza y se da la abolición progresiva del racismo y el acceso de la mujer a la educación superior, razón por la cual se comienza a notar un aumento de la población estudiantil, como consecuencia de estos sucesos, los cuales fueron también motivo de la apertura de nuevas universidades públicas, así como el desarrollo de nuevos servicios para los estudiantes que comenzó a incrementarse hacia los mismos.

Es durante este periodo que Carl Rogers fórmula un nuevo enfoque a la orientación, en su obra "Counseling Psycho Therapy", publicada en 1942, en la cual establece una innovadora forma de entender la personalidad de los sujetos y un método de acercamiento mediante una relación de ayuda, con la cual se podría tomar a las personas no solo como productoras de economía, sino como "entes" dignos, libres, responsables y capaces de tomar decisiones, causando así que se le diera un enfoque más académico, pues la orientación está ligada a la educación y ambas persiguen un solo sentido, el crecimiento del individuo.

Por otro lado, el funcionalismo, la psicología inspirada en el Darwinismo y las ideas dadas por John Dewey y de William James, serian también retomadas para dar otro punto de vista a la orientación, considerando de esta manera que los sujetos deberían de ser estudiados psicológicamente, ya que esta, se encarga de estudiar los procesos humanos, como el pensamiento, las emociones, la conducta, la memoria, etc. y estos procesos son indispensables para responder a los requerimientos de la educación, el trabajo, la salud mental y la recreación.

"La psicología es la clave para explicar los sucesos humanos más diversos: patología mental, retardos de aprendizaje, adecuación del hombre al trabajo, mantenimiento de la moral en la guerra, etcétera. Esta utilidad para la vida la convierte en la más relevante entre las ciencias del hombre, siendo el funcionalismo la red de conceptos que articula la producción teórica con el servicio social."(Di Doménico, Cristina; Alberto Vilanova; 2000)

La década de los 70 puede ser considerada como una de las importantes dentro del desarrollo de la orientación educativa formal, pues es dentro de este periodo es que alcanza un verdadero reconocimiento social y se institucionaliza en un gran número de países, así como la aparición de varios modelos educativos dirigidos a la selección de una carrera y la intervención curricular en el ámbito educativo para guiar a los jóvenes en su inserción en la vida laboral.

Es aquí donde comienzan a surgir acontecimientos sociales que generan una demanda impresionante de la orientación vocacional y que causan que se le dé más importancia de la que había tenido hasta entonces.

Esto lleva a los jóvenes a realizar movimientos sociales que causan que la orientación intervenga en los procesos educativos y así lograr satisfacer las necesidades que se exigían en esos momentos, además de la necesidad de crear y modificar test y programas ocupacionales para integrar a los individuos y exigir a los orientadores respuestas efectivas e inmediatas para la colocación de todos en el ámbitos social, laboral y educativo.

“La respuesta del profesional de la orientación no fue otra sino la presentación de nuevas perspectivas, modelos, y estrategias de intervención inscritas en las currícula.” (Ámbito teórico conceptual: la orientación vocacional; Anónimo: 41)

Es con esto que se da un resurgimiento de la filosofía educativa, en la cual se retoma a Career Guidance y sus bases teóricas, además de dirigir a los orientadores a realizar actividades para impulsar el desarrollo de estos intereses vocacionales, así como la realización de varios congresos, normas legislativas y la elaboración de múltiples proyectos de orientación para el desarrollo de la carrera, y programas de aplicación inmediata en la escuela.

De la misma manera, surge una discusión interdisciplinaria por parte de los profesionales implicados en las tareas de orientación, la cual se refiere a la eficacia y eficiencia de las estrategias clínicas aplicadas en la escuela y la orientación, las cuales traen como resultado el requerimiento de una profunda

reconceptualización de esta rama para lograr ofrecer una alternativa educativa con un modelo clínico-terapéutico.

Dado esta reconstrucción de la orientación se plantea también la necesidad de evaluar y contabilizar la incidencia y/o la efectividad de la intervención orientadora así como “el énfasis en la determinación de los resultados medibles y el diseño de programas de orientación dirigidos al logro de los objetivos propuestos.” (Ámbito teórico conceptual: la orientación vocacional; Anónimo: 42), dando como resultado una nueva perspectiva de investigación e intervención que se centraría más en el impacto y los resultados obtenidos por los individuos.

Estos cambios dieron lugar a una consolidación de la orientación como parte de la educación para el desarrollo de los individuos y la orientación para el ajuste de la inserción en la sociedad, pues sobre esta base “se diseñan, aplican y evalúan una multiplicidad de programas de desarrollo sobre diferentes áreas, pero sobre todo, programas de desarrollo de carrera.” (Ámbito teórico conceptual: la orientación vocacional; Anónimo: 43)

“En los años 70 se empieza a dar atención a los grupos especiales, se atienden las minorías culturales, raciales, por ejemplo, los superdotados, los disminuidos, las mujeres, los marginados, los drogadictos, los reclusos. Surge entonces la orientación multicultural en un marco denominado actualmente atención a la diversidad.” (Ámbito teórico conceptual: la orientación vocacional; Anónimo: 40)

Ya en la década de los 80 se comienzan a dar fenómenos en el ámbito de la salud comunitaria que se relacionan con la orientación a través de los programas preventivos de educación, como las pláticas en relación con las drogas, las enfermedades de transmisión sexual, el alcohol, el tabaco, etc., las cuales representan objetivos de acción preventiva, para ayudar a los jóvenes a concientizarse sobre un desarrollo más saludable a través de la orientación pedagógica.

Finalmente, durante la década de los 90, surgen nuevos programas de orientación, los cuales plantean propuestas encaminadas a potenciar conceptos que surgieron a lo largo de la década anterior como el “autoconcepto” y el “autodesarrollo” a lo largo de la vida de los individuos, para lograr con ello fomentar en los estudiantes un proceso de autoconocimiento y el desarrollo de habilidades interpersonales, así como una planificación de su vida tanto personal como formativa, para lograr tomar decisiones seguras y con énfasis en el análisis personal.

1.2. La orientación educativa en México

Si bien es necesario conocer el contexto internacional en el que la orientación vocacional surgió y el cómo dio sus primeros pasos dentro del contexto escolar, también es necesario conocer dentro de un contexto más específico, pues es este nuestro mayor intereses y sólo de esta manera podremos comprender cómo ha sido su desarrollo hasta nuestros días dentro de nuestro país y con ello podremos darnos cuenta también bajo qué necesidades y problemáticas se encontraba el mismo cuando se retomaron las ideas educacionales de otros países para implementarlas.

Para esto, se comenzará por recalcar que en Estados Unidos surgió obedeciendo a factores estructurales, económicos y sociales, y la necesidad de desarrollarse dentro de un nuevo sistema capitalista estructurado donde las clases sociales estuvieran “armonizadas” lo cual requería de instituciones ayuda pública, para insertar a cada individuo algún ámbito laboral determinado.

Por otro lado, en Latinoamérica, a pesar de que surge por los mismos motivos, que son cubrir los factores estructurales que subyacían a partir de la nueva psicología así como también responder a la cobertura de las necesidades de desarrollo económico, científico y tecnológico y la obtención de personal “capacitado” para cumplir con un determinado trabajo dentro de estos países, y que se movían motivados por la creación de fuentes de trabajo, no se toma mucho en cuenta el desarrollo individual de las personas, sino en el trabajo motivado

como generador de productividad y el individuo visto como productor de capital, es decir, que el trabajador es valioso mientras genere ganancias para el progreso económico del país sin darle un papel importante al desarrollo individual.

Dentro de este contexto latinoamericano, podemos ver que México no es una excepción de la necesidad de tener individuos capacitados para el trabajo que desempeñan, por lo cual, requiere de una estrategia educativa que impulse el desarrollo económico del país.

México comienza así con el proyecto de introducir la orientación educativa “cuando Rafael Santamaría y Cols, traducen en 1916, del inglés al español la escala de inteligencia Binet-Simon” (Gavilán; 2006: 42) debido al interés de Porfirio Díaz por la profesionalización de las instituciones educativas a la vez que se intenta una integración al nuevo sistema económico que está surgiendo en el resto del mundo, viendo así que uno de los caminos de crecimiento económico es por medio de la educación y con base en esto, comienza a intervenir en el ámbito educativo, proporcionando que ésta se volviera “una prioridad” de crecimiento dentro del país.

Ya para 1923, la Educación Básica, se había convertido en una prioridad nacional, que pretendía evaluar a los alumnos para después orientarlos hacia oficios y profesiones adecuadas a su perfil y tomando en cuenta las necesidades de la región en la que vivían y la oferta de trabajo existente, esto se da debido al contexto que se vivía en este momento, pues dos años antes se había creado la Secretaría de Educación Pública (SEP) dirigida por José Vasconcelos y se tenía un interés particular en alfabetizar a la sociedad y favorecer a la identidad mestiza para la homogenización del país. A partir de esto, diversas instituciones comienzan a crear centros psicológicos encaminados a la orientación vocacional dándole un impulso a la educación tecnología.

Uno de ellos fue el “Instituto Nacional de Pedagogía”, que contaba en una de sus áreas con el servicio de orientación profesional, en 1925 se organiza el

“Departamento de Psicopedagogía e Higiene Mental”, el cual se dedicaría al desarrollo físico, mental y pedagógico de los niños y jóvenes mexicanos.

Por su parte, la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), en 1933, se interesa por la orientación profesional y organiza un primer ciclo de conferencias informativas, para fundar, en 1935, el “Instituto Médico Pedagógico para niños anormales mentales”.

“Entre 1940-1942 se establece la carrera de psicología en la Facultad de Filosofía y Letras en la UNAM y se crea la especialidad de Técnicas de la Educación. Es en 1944 cuando se estableció la Escuela Normal de Especialización, y en la UNAM se funda el Instituto de Orientación Profesional. De 1949-1952 con la designación de la consejería en Orientación en el nivel medio, se organizaron de manera sistemática actividades de orientación en secundarias, las que tuvieron como objetivos descubrir y orientar aptitudes, inclinaciones y capacidades del alumnado con el fin de guiarlos adecuadamente para elegir la profesión y la ocupación a la que deberían dedicarse.”
(Villanueva y Simental; 2013: 1)

A partir de febrero del año de 1952, la orientación vocacional comenzó a aplicarse en escuelas secundarias gracias a la creación de la oficina de Orientación Vocacional dentro del sistema educativo mexicano, el cual tenía como propósito dar información vocacional, realizar pruebas psicométricas, aplicar entrevistas y asesorar a los alumnos. Para 1954 se propone la fundación de un Centro de Orientación en la Universidad Iberoamericana y en 1956 que se crea el Departamento de Orientación en la Escuela Nacional Preparatoria (ENP), el cual tenía como función dar orientación vocacional a los jóvenes de bachillerato.

Siguiendo con este modelo implementado, se fundan, en 1959, centros similares en distintas instituciones como el Instituto Patria, en las Universidades de las Américas, la Salle y Femenina de México, así como en la Escuela Médico Militar y en los Colegios Tepeyac, la Moderna Panamericana y varias otras.

Durante gran parte de la década de los 50 se realizan tres Asambleas Nacionales de Educación, dentro de las cuales se logró establecer “El Servicio de Psicopedagogía; el Departamento de Orientación Vocacional de la UNAM; el

Servicio de Orientación Escolar y Profesional de la Dirección General de Secundarias Tecnológicas, Industriales y Comerciales; y los Departamentos Psicopedagógicos de Guadalajara, Monterrey y Guanajuato.” (Villanueva y Simental; 2013: 2).

De esta manera, a finales de esta misma década se publicó el “Programa de Actividades de los Orientadores de las Escuelas Secundarias del Distrito Federal” con el objetivo de encaminar a los alumnos hacia una actividad que pudieran desarrollar dentro del ámbito educativo y laboral según sus habilidades, gustos y capacidades y este fue el suceso que dio origen, en el año de 1967, a las escuelas secundarias técnicas, en las cuales se contaba “con una hora de trabajo a la semana dedicada a la orientación en todos los niveles dentro de su currículo y con un programa propio de este servicio.” (Villanueva y Simental; 2013: 2).

Ya para los años 70 “se organiza el Primer Congreso Nacional de Orientadores en Acapulco, Guerrero, y por su parte, se organizan, la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), el Instituto Politécnico Nacional (IPN) y la Secretaría de Educación Pública (SEP), para la formación de la Asociación Mexicana de Profesionales de la Orientación, A.C. (AMPO), que nace en 1979 debido a la inquietud de un grupo de orientadores encabezados por el profesor Luis M. Ambriz Reza, por constituir una agrupación que tuviera como propósitos fundamentales, en primer término, buscar el reconocimiento de la Orientación Educativa como una actividad profesional e indispensable para coadyuvar dentro del sistema educativo al desarrollo integral del alumnado” (Villanueva y Simental; 2013: 2) además de buscar la superación profesional de orientadores con base en mecanismos de comunicación, cohesión, desarrollo profesional y prestación de servicios.

Con estos sucesos, se logra en México “la identificación y profesionalización de actividades de la orientación tanto en sus tareas específicas como en lo social y cultural” (Villanueva y Simental; 2013: 2), logrando así un reconocimiento de la importancia de la orientación vocacional en la sociedad a nivel nacional.

Finalmente, en el año de 1993, con la reforma del artículo tercero constitucional en donde se establece la secundaria como parte de la educación básica, se toma en cuenta la preparación de los talleres como un apoyo al joven y no como un estudio terminal para el trabajo, sin embargo las políticas, normas y leyes creadas con relación a la educación y la orientación vocacional han logrado consolidar una buena técnica orientadora que apoye al estudiante a continuar con sus estudios y pueda dirigirse a una carrera en la que no solo sea bueno, sino que logre concluirla basándose en sus gustos y en el área laboral en la cual desea el insertarse.

1.3. Orientación educativa hoy en día

Actualmente se puede definir la orientación educativa como “una disciplina y práctica pedagógica abocada a la explicación y atención de aquellos problemas y factores psicológicos y sociales que influyen en el aprovechamiento académico y en el proceso de elección en un determinado proyecto de vida” (Muños; 1989: 30). En México existen diversos centros donde se ofrece apoyo para la orientación vocacional y se puede decir que esta es una herramienta que facilita al joven la elección de su carrera con base en sus habilidades y gustos, “es un proceso que tiene como objetivo despertar intereses vocacionales, ajustar dichos intereses a la competencia laboral del sujeto y a las necesidades del mercado de trabajo. El primer paso de la rehabilitación vocacional es la elección de un interés realista que permita al sujeto alcanzar su meta laboral” (Anthony y Cols; en Galilea Virginia; 2016).

Sin embargo, uno de los grandes problemas con los que lucha esta rama en el país, es que el plan educativo de los niveles básicos, no está diseñado para encaminar a los jóvenes a una decisión de qué carrera elegirán al egresar de la preparatoria, más bien, está perfilado como un plan para la inserción al trabajo y a pesar de que la orientación vocacional surge con estos propósitos, actualmente tiene el deber de ayudar a los estudiantes a llegar a un nivel superior en el que

puedan especializarse en una rama que les interese y por supuesto en la que tengan grandes aptitudes y capacidades para desempeñarla correctamente.

Por otro lado, “la falta de orientación vocacional es una problemática educativa y social arraigada en México desde hace muchas décadas, la experiencia en las áreas de orientación muestra que los jóvenes no están decidiendo optar por una determinada carrera porque está o no muy poblada, sino porque sus amigos se van por cierta opción, o porque imaginan que tal o cual carrera deja mucho dinero” (Mora; 2011: 1) lo cual causa deserción a nivel licenciatura de los jóvenes, ya que no reflexionan realmente en lo que ellos quieren y se dejan llevar por los comentarios de otras personas para elegir la carrera, sumándole a esto que la orientación o información que se les proporciona es limitada y se enfrasca solamente en un test de intereses y aptitudes y no en un proceso propiamente de Orientación Vocacional.

De esta manera es importante reconocer, que dentro del país existe una falta de programas de orientación vocacional para que los jóvenes puedan tomar decisiones consientes y ligadas a su realidad y a ellos mismos.

“La orientación vocacional en México es un problema, la gente necesita ser orientada porque las necesidades del mercado laboral exigen retos que la oferta de profesionales no está pudiendo cubrir y no porque no exista la posibilidad educativa, sino por la falta de acceso a dicha información y por otro lado, por la necesidad imperante de romper estereotipos de género que redundan en la definición de ocupacionales tradicionalmente asignadas a uno o a otro género.” (Mora; 2011: 3)

Son muchos los factores que influyen a que la orientación educativa no se de cómo corresponde, tiene que ser un proceso que aliente a los estudiantes a visualizarse en un futuro personal y profesional sin precipitarse ni tomar decisiones aceleradas por la presión que exige la sociedad; así, es necesario hacer un replanteamiento de la orientación educativa para lograr propiciar un mejor reconocimiento en los adolescentes acerca de sus metas futuras y obtener “un análisis personal sobre su proyecto de vida” (Mora; 2011: 3)

Teniendo en cuenta que la orientación educativa tiene como papel principal guiar y apoyar a los adolescentes a un análisis de sí mismos, de su historia personal-familiar y académica como una autoexploración para la toma de decisiones consciente, que le motive a crear un proyecto de vida para así fijarse expectativas y metas más realistas de las que tuvieron durante su etapa anterior que es la infancia, con relación a ellos mismos, tomando en cuenta su pasado y presente, para fomentar su autoconocimiento y con ello su autoestima, siempre teniendo presentes las características y necesidades que tienen en esta etapa de la vida reconociendo la importancia e influencia que tiene sobre de ellos la infancia.

CAPÍTULO 2. LA ADOLESCENCIA Y EL AUTOCONOCIMIENTO PARA LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA

Cualquier vida, no importa lo compleja que sea, está hecha de un solo momento. El momento en que un hombre descubre de una vez y para siempre, quién es.

- Jorge Luis Borges

Al finalizar la infancia, los individuos se encuentran con una etapa compleja de su vida, que se conoce como adolescencia; en ella se presentan cambios físicos y emocionales que muchas veces pueden llevar a las personas a un comportamiento rebelde y lleno de dudas en cuanto a su futuro, pues es en esta etapa que los individuos buscan un camino para su independencia. Es importante conocer las características de los adolescentes, pues de esta manera se podrá plantear una mejor visión acerca de la guía que se les puede dar para su futuro.

2.1. ¿Qué es la adolescencia?

El ser humano pasa por diferentes etapas a lo largo de su vida, las cuales traen consigo diversos retos según la edad por la que estén atravesando y el rol social que desempeñen en ese momento, la adolescencia es una de esas etapas la cual comprende, según Erik Erikson, desde los 12 a los 18 años de edad, aunque según aportaciones recientes puede extenderse a los 21-23 años (American Academy of Pediatrics; 2015), etapa en la cual se enfrentan a la exploración de su futura independencia y el desarrollo de sí mismos que es fundamental para dar paso a lo que Piaget llama “operaciones formales” que consisten en la reflexión abstracta de sus pensamientos e ideas, “el adolescente se ubica en una nueva dimensión temporal muy distinta a la de la infancia: el futuro comienza a reclamar su atención. Su pensamiento se ocupa del tiempo y establece vínculos entre el pasado, el presente y el futuro. De ese modo y paulatinamente la adolescencia se

establece como un puente entre dos mundos: el infantil y el adulto, y entre dos tiempos: el pasado y el futuro.” (Merino; 1993).

“El término <<adolescencia>> proviene del latín *adolescens* que significa <<hombre joven>> y deriva también del *adolecere* que significa <<crecer, padecer, sufrir>>” (Moreno; 2015: 61), este es un periodo conflictivo de la vida de cada ser humano, pues es el momento en el que cada uno comienza a mirar el mundo “adulto” más de cerca, enfrentándose a la necesidad de ingresar en él y ocupar un rol diferente al que tenía en su infancia, deja a tras el infante que fue y comienza a enfrentarse a la necesidad de una identidad propia que combine todos los aspectos de su personalidad.

Esta etapa es importante ya desde la Antigüedad, según Aristóteles la adolescencia está claramente caracterizada como una etapa diferenciada de la vida como un periodo transicional; los jóvenes son de una determinada manera, pero de un modo inexorablemente cambiante hacia otro estado. De hecho, esa es la acepción más obvia y general de este periodo, entendido como la edad situada entre la infancia y la edad adulta.

Actualmente podemos dividir la adolescencia en tres etapas: a) la adolescencia temprana, que comprende de los 12 a los 14 años de edad, la cual se caracteriza por los primeros cambios físicos y la preocupación de sí mismo, b) la adolescencia media, que comprende de los 15 a los 17 años de edad y está caracterizada por su apariencia física frente a los otros así como la opinión que tienen de él y busca su identidad con los otros y finalmente c) la adolescencia tardía, que comprende de los 18 a los 21-23 años de edad caracterizada por la preocupación que se tiene por su independencia y autonomía, debe ser capaz de reconocerse a sí mismo y establecer planes para su futuro (Dulando; 2000: 162, 163)

Aun admitiendo que cualquier etapa de la vida se puede entender esencialmente como una transición, en el caso de la adolescencia esta concepción tiene una relevancia especial, debido a las características de los nuevos procesos biológicos, psicológicos y sociales abiertos en este periodo.

Este conflicto personal es un proceso de análisis propio para definir la persona que se es y la que se quiere llegar a ser, es una búsqueda personal relacionada con los roles y normas grupales que se juegan en una sociedad y en la que el sentido de pertenencia a algún grupo se vuelve importante para definirse como persona.

Para Erickson (1983), en su teoría psicosocial, la adolescencia es un periodo de la vida por el que cada ser humano atraviesa, en el cual cada uno comienza a prepararse para la vida autónoma.

En esta etapa, comienzan muchos cuestionamientos a cerca de uno mismo y del entorno que les rodea, estos cuestionamientos se dan tanto en el aspecto físico como en el emocional, pues la etapa adolescente comienza con la pubertad, la cual conlleva cambios drásticos en el físico y en las emociones tanto de hombres como mujeres.

Uno de los rasgos distintivos de la adolescencia es el desfase temporal que se produce entre la maduración sexual de los individuos y la consolidación del ser adulto. En esta etapa los jóvenes se convierten en individuos adultos en un ámbito biológico pero no en el psicológico y social.

Esta transición implica un periodo de cambios que es contradictorio, en el que los sujetos se encuentran entre la madurez de ciertos aspectos (como el biológico), y la inmadurez (de lo psicológico y lo social), buscando así el sitio en el cual quieren desempeñarse dentro de la sociedad y la construcción de un futuro que les satisfaga.

Siguiendo la teoría de Erikson, la identidad implica un sentido de continuidad y coherencia del yo a lo largo del tiempo, es decir, de ser la misma persona del pasado que se recuerda, del presente que se vive y del futuro que se espera, es así la adolescencia una recapitulación de lo vivido para entender el presente y construir el futuro.

La adolescencia empieza con un estado que Erikson denomina de identidad difusa, la cual implica que los adolescentes pasan por un periodo de toma de decisiones que no logran estabilizar por completo pues siguen indecisos sin situarse en una elección de su vocación, su ideológica y su propia persona. “En la adolescencia temprana no existe todavía un concepto operativo del futuro, los chicos se encuentran totalmente absorbidos por su presente, de modo que las imágenes que tienen de sí mismos en el porvenir no conocen los límites de la realidad o de lo posible.” (Merino; 1993)

Los adolescentes se encuentran atrapados en plena crisis de identidad, en un debate interno con cuestiones ideológicas y de vida, en donde tienen situaciones de indecisión en la que exploran alternativas sobre su futuro pero no logran establecer compromisos firmes y prefieren aplazar las decisiones mientras siguen buscando soluciones para su vida.

“Lograr la afirmación de la propia identidad y encontrar el lugar que ocupa en el mundo es lo que más inquieta al adolescente” (Moreno; 2015: 66) por lo que es importante que durante este periodo los adolescentes tengan una guía que les ayude a comprender de mejor manera el proceso por el que están atravesando y a estabilizar sus emociones por medio de la autoexploración de sí mismo, alentándolo a visualizar todas las posibilidades de crecimiento tanto social como personal que puede tener por medio de la reflexión de sus ideas y el conjunto del entorno que le rodea.

Ya en la etapa media de la adolescencia el futuro adquiere más importancia, se comienzan a preguntar por su vida, “los adolescentes sienten la necesidad de definir un escenario de lo que desean llegar a ser en la vida adulta, esta tarea implica elaborar, con una mayor conciencia, los planes y estrategias que les faciliten el descender de la fantasía a la concreción de sus planes en el mundo real.”(Merino; 1993) y es en este momento en el que la influencia de un orientador puede contribuir a la organización de ideas y un planteamiento del futuro

2.2. ¿Qué es el autoconocimiento?

El concepto de autoconocimiento fue introducido por Holland quien lo define como “la cantidad y la precisión que un individuo tiene acerca de sí mismo” (Holland; 1998: 58). Este autoconocimiento surge de la información obtenida de un proceso de reflexión propia, mediante el cual cada persona se vuelve consciente de todos los aspectos personales que le hacen ser quien es, no se trata solo de mirarse a sí mismo en un aislamiento, sino de descubrirse con relación al entorno que rodea a cada persona, tomando en cuenta sus emociones, competencias, necesidades, gustos y aspecto físico.

Si bien el autoconocimiento es un proceso que se va desarrollando a lo largo de la toda la vida y que es importante desde la infancia, en la adolescencia se torna en algo más complejo, pues con los cambios que se presentan tanto físicos como psicológicos y sociales puede llegar a existir confusión con sí mismo por la influencia de terceras personas en la toma de decisiones.

Algunos autores como Haussler y Milicic (1994) o Denegri, Opazo y Martínez (2007), entre otros, conciben tres etapas del autoconocimiento: la etapa del sí primitivo, la etapa del sí mismo exterior y la etapa del sí mismo interior. Estas etapas van cubriendo la edad de la persona desde su nacimiento, la preadolescencia y de la adolescencia en adelante, que es cuando se tiene un aumento de la autoconsciencia.

“El descubrimiento de uno mismo consiste en saber destapar todo aquello que hace referencia a su persona. Una persona que se ha de querer a sí misma, también se ha de conocer mejor y aceptarse incluso con aquellos aspectos de su persona que normalmente llamamos defectos. Ha de ser tolerante consigo mismo y este autoconocimiento ha de permitir que se sienta plenamente identificado y, si es necesario, cambiar aquello que no le guste de su personalidad, de su forma de actuar y relacionarse con los demás.”(Navarro: 2009; 2).

Este proceso da como resultado ir desarrollando la capacidad de formar un juicio y una imagen definida del propio ser, así como de elegir de manera consciente la vida futura que cada uno desea llevar, afrontando las consecuencias de las elecciones que se toman basándose en sus propias capacidades y características.

Es importante señalar que el autoconocimiento, como proceso tiene diversos factores que lo favorecen, entre los que se encuentran a) la autoeficacia, b) la autodignidad, c) el autoconcepto y d) la autorrealización, las cuales se explicaran a continuación.

- a) Autoeficacia. De acuerdo con Bandura (1995) la autoeficacia influye en cómo las personas se sienten, piensan y actúan y está influenciada por el pensamiento y las expectativas propias; ésta ayuda a menudo las personas a desarrollarse no solo en un ámbito personal favorable, sino a desempeñarse de mejor manera dentro de la sociedad para lograr un desarrollo futuro para alcanzar con éxito los propósitos que se tienen para la vida.

“Los niveles de autoeficacia pueden aumentar o reducir la motivación. Así por ejemplo, las personas con alta autoeficacia eligen desempeñar tareas más desafiantes, colocándose metas y objetivos más altos. Una vez que se ha iniciado un curso de acción, las personas con alta autoeficacia invierten más esfuerzo, son más persistentes y mantienen mayor compromiso con sus metas frente a las dificultades, que aquellos que tienen menor autoeficacia.” (Bandura en Olivari, 2007).

La autoeficacia se debe trabajar constantemente y, además, se deben enaltecer los resultados cuando son positivos, es decir, si una persona ha conseguido un avance en cierta área, este hecho debe generar una automotivación consciente mediante el reconocimiento público y la inyección de ego a su autoestima.

Se puede plantear que la autoeficacia es la derivada recíproca de la autoestima, que promueve el desempeño favorable de la actitud de las personas.

Para la persona adolescente, tener un nivel bajo en su eficacia puede deberse a una serie de fracasos continuos que provocan una desvalorización en su propia percepción y debilitan el afecto que tiene de sí como ejecutora de alguna tarea y esto trae como consecuencia una disminución considerable de la autoestima.

- b) Autodignidad. Podemos decir que la autodignidad es el reconocimiento del valor de uno mismo centrado en la consideración, la valoración y el afecto que se tiene a uno mismo, Chia y Huang (2001) aseguran que la autodignidad es una consciencia, un estado de apertura en el que el yo está libre de restricciones; poseer una actitud afirmativa hacia mi derecho de vivir y ser feliz.

De este modo, la autodignidad tiene una dimensión sumamente importante en la formación de la autoestima positiva. La autodignidad, de forma similar a la autoeficacia, conforma el cimiento primario de la autoestima y el autoconocimiento, ya que es una impresión socialmente natural de nosotros mismos con respecto a lo que somos merecedores de aspirar, no como sujetos sociales, sino como seres humanos.

Tener autodignidad significa mirarse y darse cuenta del valor que se tiene como sujeto único y como miembro de una sociedad, merecedor de la vida, de la felicidad, de la plenitud, de la trascendencia, de la escucha, de la comprensión, de la educación y de todos los aspectos sociales que les rodean, sin embargo, cuando las personas tienen una autodignidad distorsionada o baja en la que no se considera un sujeto valioso o digno de obtener una vida exitosa y feliz la autoestima automáticamente cae y por lo tanto su percepción de sí mismo cambia de manera negativa.

- c) Autoconcepto. Podemos entender el autoconcepto como la idea que concebimos de nosotros mismos como un reflejo perceptivo de nuestra propia realidad y experiencia. (Rogers; 1982) lo postula como la “Confirmación organizada de percepciones del sí mismo, admisibles a la conciencia...”. Una serie de creencias de nosotros mismos que se

manifiestan en nuestra conducta cotidianamente. Tiene que ver íntimamente con lo que González y Tourón (1992) plantean: ¿quién soy yo? Basado en los aspectos cognitivos del sí mismo (Rogers en Saura, 1996: 27).

En definitiva, el autoconcepto de una persona tiene que ver con la identidad que esta construye para su propia consciencia. Esto significa que la construcción del concepto de uno mismo representa la construcción de uno mismo basado en las opiniones colectivas y subjetivas de los conceptos de los demás hacia uno mismo.

Entonces, construir el concepto de nosotros mismos es un proceso en el que cada persona se conoce y se define por medio de la sociedad que le rodea. Esto radica en que además de la información que cada uno tiene sobre sí mismo, también cada individuo es objeto del juicio de otras personas y ello influye notablemente en la formación del autoconcepto.

Lo que verdaderamente debemos encontrar aquí es la forma en cómo se construyen los juicios en torno a uno mismo y cómo influye esto en el valor que cada quien se acredita, es decir, impacta directamente en el autoestima. El autoconcepto suele estar asociado a diferentes niveles: cognitivo, emocional-afectivo y conductual, y los factores que lo determinan tienen que ver con la actitud, la motivación, el esquema corporal, el concentrado de aptitudes y el conjunto de valoraciones externas a las que se tiene acceso.

En una persona adulta, en donde hay un nivel de madurez y consciencia importantes, el autoconcepto se forja en buena medida gracias a los logros evidentes de todo tipo: materiales, sociales, intelectuales, emocionales, pero en la adolescencia, uno de los factores primordiales es el aspecto físico. Es la etapa en donde se suscitan la autodefinición, el autodescubrimiento y la autocreación (Bower, 1983), aspectos influidos por cambios biológicos y psicológicos, así como por las interacciones con el entorno, que a su vez afectan la percepción del sujeto adolescente y su estructura evolutiva de la personalidad.

d) La autorrealización. Es un concepto ampliamente utilizado en la teoría de las necesidades de Abraham Maslow, es el componente final de la autoestima y el autoconocimiento. “Muchas personas entienden la autorrealización como un estado de plenitud, felicidad, o bien como el óptimo desenvolvimiento de nuestras funciones psíquico-intelectuales o espirituales” (Speranza; 2006: 53). Más adelante también establece tres referencias sobre el conocimiento: a) la realización de un yo más amplio y profundo a través de la identificación con los otros, b) la realización de las potencialidades inherentes, y c) la norma fundamental de vida.

La autorrealización es así la consecución procedimental y continua de logros de diversas dimensiones y naturalezas que desarrollan un estado de plenitud en uno mismo.

La autorrealización en los adolescentes es un asunto plenamente exponencial. Es decir, no es una cuestión simplemente de humor, de estado de ánimo o puramente emocional. Es un conjunto de elementos que inciden en lo emocional, pero que se forja a lo largo de una vida con más consciencia y estabilidad que se irán adquiriendo poco a poco con sus logros.

La autorrealización es la pauta que traza un camino potencial hacia el éxito, la felicidad y la plenitud, que cierra el camino hacia el autoconocimiento y da como resultado el poder de elección consciente y segura del futuro.

De esta manera, al tener todos los componentes del autoconocimiento y saber desarrollarlos de manera adecuada se puede asegurar un crecimiento personal y social que lleve al éxito, tomando siempre en cuenta las capacidades, habilidades, aptitudes y gustos que cada persona posee y que le favorecen para desempeñar las diversas actividades de la vida diaria.

2.3. Importancia del autoconocimiento en la adolescencia

Como ya se ha mencionado, la adolescencia es una etapa por la que todo ser humano debe de atravesar, en el cual se experimentan cambios y se atraviesa por un periodo de “autodefinición, autodescubrimiento y autocreación” (Bower 1983).

Es por esto que viendo al autoconocimiento como un proceso con diversas fases que, gracias a un análisis y reflexión personal y social que cada individuo hace de sí mismo y su entorno con base en sus características físicas como emocionales, da como resultado la aceptación de todo lo que se es y el crecimiento personal para un futuro exitoso podemos decir que autoconocerse es “el propio conocimiento profundo y sincero, sin disculpas. Es conocer tanto los aspectos positivos como negativos. Es un proceso que lleva a una persona a ser consciente de sus necesidades, limitaciones, temores, alegrías” (Vazquez Piatti; 2016), que lleva una madurez en la cual se aprende a quererse conociendo tanto cualidades como defectos y tiene una gran importancia durante el desarrollo del adolescente, que en ésta etapa comienza a cimentar las bases de su autoestima y sus elecciones para la vida adulta.

Así, se vuelve una tarea que cada persona debe emprender antes de realizar cualquier actividad, pues de esta manera cada quien es capaz de comprender el porqué de cada una de sus acciones y lograr de manera paulatina tener también un respeto, control y estima de sí mismo.

Si bien es cierto que los primeros años de vida del ser humano son determinantes para su personalidad futura, también es cierto que durante la adolescencia se producen, cambios que influyen en esta personalidad y sellaran la misma en cada persona. Estos cambios son considerados por los mismos adolescentes como problemas y se dan más que nada por “la falta de conocimiento de sí mismo. Los adolescentes no se conocen a sí mismos” (Vazquez Piatti; 2016) debido a la reconstrucción de personalidad por la que están pasando y por ello “es frecuente que elijan una carrera o una ocupación para la que están poco dotados o que no les interesa realmente” (Diaz; 2003: 19).

De esta manera es importante que cada adolescente realice una introspección, es decir una mirada dentro del mismo con el apoyo de orientadores y de distintas herramientas para que logre dar respuesta a las preguntas que se plantea con relación a quien es y quien desea llegar a ser “para un adolescente definir el futuro no es solo definir que hacer sino fundamentalmente definir quien ser y, al mismo tiempo, definir quien no ser” (Bohoslavsky; 1976, p.42)

El adolescente inicia así un análisis de lo que piensa de sí mismo, pero sin dejar de considerar el punto de vista de los demás a un grado tan grande que frecuentemente pierde de vista su propia opinión y entra en el conflicto de identidad entre lo que él quiere y piensa de sí mismo y lo que esperan los demás.

Es importante mencionar también que una de las dificultades más grandes que surgen en la etapa de la adolescencia es la confusión en su sentido de pertenencia, ya que no se sienten identificados con quienes son más pequeños que ellos ni quienes ya forman parte del mundo adulto, por lo que busca personas con las cuales identificarse y compartir sus gustos y temores, sin embargo, esto puede ser parte de un riesgo en el que el joven acepte realizar cosas con las que no está de acuerdo o que no le agrada con tal de sentir que pertenece a un grupo.

De esta razón proviene la importancia del autoconocimiento en esta etapa, pues es la base de una autoestima sana y elevada que le permita tomar sus decisiones basándose en lo que él cree y prefiere sin perder la seguridad de si mismo y sin sentirse apartado o excluido de su círculo social.

“Una persona con autoestima es alguien que se ocupa de conocerse y saber cuál es su papel en el mundo. Su característica esencial es la consciencia que tiene de sí, de sus capacidades y potencialidades así como de sus limitaciones, las cuales las acepta sin negarlas.”(Cassis; 2015) Es por eso que cuando el adolescente se conoce y se valora, dándole la importancia que se merece a cada aspecto de su ser logra evitar situaciones que lo puedan lastimar o afectar de manera negativa, intentando darle resolución a cualquier problema al que se enfrente de forma positiva.

La importancia de tener un guía, como los padres, los profesores y los orientadores, en esta etapa es esencial, pues no solo le ayuda al adolescente ir madurando y a conocer aspectos sociales y personales que hasta ese momento pueden estar confusos, también lo motiva a formar un crecimiento personal y emocional para fortalecer el autoconocimiento y su autoestima que le ayude a darse cuenta de su valor como persona, pues “uno de los recursos más importantes con el que se puede dotar a un adolescente es el sentimiento de su propia valía , precisamente en esos tiempos de cambios rápidos y desorganización” (Talavera; 2001-2014)

Con esto, podemos darnos cuenta de la importancia de realizar el proceso de autoconocimiento, pues un adolescente necesita tener la certeza de quien es y una seguridad en sí mismo y en lo que quiere para fomentar un futuro que le parezca positivo para su vida.

2.4. *El proyecto de vida y toma de decisiones*

Tomando en cuenta que elaborar un plan de vida es muestra de una madurez adquirida en el ámbito afectivo como en el intelectual es importante remarcar que uno de los propósitos de la orientación educativa es proporcionar a cada individuo herramientas que les permitan tomar decisiones con respecto a su futuro laboral basándose en sus conocimientos, aptitudes y gustos, es importante lograr ofrecer apoyo a cada individuo para que reflexione a cerca de su propia identidad y el sentido que busca darle a su vida por medio del proyecto de vida.

De esta manera se entiende el proyecto de vida como “una construcción dinámica que se va dando a lo largo de la vida, de una imagen de sí mismo y del mundo, expresivas del sentido y significado que va adquiriendo la existencia” (Pérez en Moreno; 2015: 69). El cual tiene como objetivo plantear en la visión futura de la vida de cada persona no solo una expectativa o una meta a la cual llegar, sino analizar todo el proceso por el que se debe pasar, así como buscar las herramientas que se necesitan para llegar a la meta que cada persona se plantea, observando también las dificultades que se pueden tener en el proceso y las

habilidades que se poseen o que se deben desarrollar para superar los obstáculos que vayan apareciendo.

Durante este proceso es importante la compañía de un guía, pues “lograr un proyecto de vida requiere atravesar un proceso difícil para el cual los jóvenes no están adecuadamente preparados” (Moreno; 2015: 69) ya que en él se plasma el conocimiento propio de lo que se tiene, lo que falta y lo que se quiere obtener “El proyecto de vida, como formación psicológica integradora de la persona en direcciones vitales, implica, de una parte, las relaciones de todas las actividades sociales de la persona (trabajo, profesión, familia, tiempo libre, actividad cultural, socio-política, relaciones interpersonales de amistad y amorosas, organizacionales, etc.) y de otra, la expresión del funcionamiento de diferentes mecanismos y formaciones psicológicas que integran todo el campo de la experiencia personal” (Herrera; 2014) y que en ocasiones, estas ideas se encuentran confusas en las mentes de los adolescentes, por lo que la orientación ayuda a la facilitación de las tareas y el análisis referente a este ámbito.

Este proyecto ayuda a las personas a tener una maduración emocional e intelectual que les permita ser capaces de tomar decisiones de una manera consciente y hacerse cargo de las consecuencias que cada una pueda tener.

Por otro lado, en el ámbito laboral se busca la manera de elegir acertadamente la ocupación a la cual se va dirigir, pues “el éxito o fracaso de esta elección afecta profundamente el desarrollo personal de cada individuo, así como también repercute a la sociedad a la cual pertenece” (Moreno; 2015: 67)

Es importante remarcar que el proyecto de vida no se da de un momento a otro, sino que es un proceso que se lleva a lo largo de la vida, con forme cada uno va avanzando, desarrollándose e integrándose dentro de la sociedad y que se vuelve más complejo al llegar la adolescencia, pues “muchos jóvenes desconocen sus características personales y tratan de excluir, negar la importancia de aspectos negativos de su realidad personal.

Moreno (2015) señala que para realizar el proceso de un proyecto de vida el adolescente debe construirse a partir de lo que ya es, tomando en cuenta tres aspectos: 1) Autoconocerse y aceptarse, lo cual supone la capacidad de conocer y aceptar sus capacidades y limitaciones, así como la sociedad en la que se desenvuelve y el contexto histórico que está viviendo; 2) querer realizarse, que implica poner orden a su interior para lograr tolerar la frustración y seguir adelante con sus planes y por ultimo 3) elegir y afrontar, esto tomando en cuenta todos los caminos por los cuales puede dirigirse, siendo consciente que al elegir uno a futuro dejará del lado otros y sabiendo que no se puede evadir la responsabilidad que traen consigo las elecciones que se hacen.

Cabe señalar que el proyecto de vida trae consigo toma de decisiones, la cual se puede entender como “la iniciación de un acto voluntario o llegar a una conclusión tras un periodo de deliberación, durante el cual el pensamiento ha expresado diversas alternativas (Moreno; 2015: 126), la cual ayuda a todos los individuos a dirigirse por cierto camino para alcanzar una meta.

Dentro de éste encontramos la toma de decisiones para afrontar los retos que se van presentando al comenzar a realizar las actividades que llevan a la meta fijada. Es importante señalar también que una buena decisión se toma cuando se tiene una madurez que ayude a ser consciente de los problemas y consecuencias que se presentan en cualquier situación que se presente, evaluando así las ventajas, desventajas, probabilidades de éxito o de fallo y consecuencias que traerá consigo el seguir el camino elegido.

Moreno nos dice que Irving Janis y León Mann (1977) señalan en un estudio la importancia de seguir un proceso sistematizado en la toma de decisiones para obtener acciones eficaces, lo cual conlleva 1) considerar todas las acciones alternativas, 2) evaluar los objetivos implicados en la elección, 3) valorar los riesgos y consecuencias negativas y positivas de cada opción, 4) tener en cuenta la información que se tiene, 5) reexaminar las consecuencias positivas y negativas antes de tomar una decisión final, 6) establecer la disposición

existente para ejecutar la acción tomando en cuenta otros planes para superar los riesgos o problemas que puedan surgir.

Es importante que el adolescente vea cada decisión con un enfoque positivo y que sea racional ante cada decisión tomada, ya que estos aspectos le alentarán a enfrentarse a los problemas que puedan surgir durante la ejecución de sus proyectos y llegar satisfactoriamente a la meta propuesta.

De esta manera, la orientación educativa dentro del proceso del proyecto de vida y toma de decisiones tiene como objetivo ayudar de manera personal a cada individuo para fomentar el autoconocimiento y la libertad de elección, pues “pretende ayudar a que la persona elabore un concepto adecuado de sí mismo y de su papel en el trabajo.” (Super en Moreno; 2015: 83)

El orientador entonces tiene el deber de ayudar a los individuos proporcionando información, actividades y ayuda que le ayuden a resolver sus dudas y que le dirijan a un autoconocimiento positivo para que tengan las mismas oportunidades en su desarrollo personal y dentro de la sociedad sin restringir la libre elección que tienen las personas.

La orientación educativa tiene como resultado dar apoyo para un mejor conocimiento de sí mismo y una mejor capacidad de elección consciente no solo para la vida universitaria y laboral, sino en todos los aspectos de la vida, por lo que es importante contar con herramientas que le permitan a los orientadores trabajar los aspectos del autoconocimiento y proporcionar apoyo para fomentarlos pues es común que durante el proceso de cambio entre la niñez y la edad adulta existan miedos ante la adversidad y cambio que generan el adolescente un periodo de “desesperanza” que “puede llevar a los individuos a perder la motivación, la esperanza de alcanzar metas, una renuncia a toda posibilidad de que las cosas salgan bien, se resuelvan o mejoren.” (González; 2012: 314)

Así las artes plásticas pueden formar parte de éstas herramientas que favorezcan la orientación y que fomente este autoconocimiento para brindar ayuda a los adolescentes, logrando descubrirse a sí mismos por medio de diversas actividades

artísticas que permiten el desarrollo positivo de las emociones y los sentimientos de cada persona que lo lleven a un sentimiento de autorrealización y determinación con una visión positiva del presente y futuro.

CAPÍTULO 3. LAS ARTES PLÁSTICAS COMO HERRAMIENTA PARA EL DESARROLLO DEL AUTOCONOCIMIENTO DEL ADOLESCENTE

“Es importante ver como creando un clima agradable, cálido, seguro y protector en los talleres de arte, el niño logra identificarse a sí mismo mostrando autoestima alta, segura, aprenderá más fácil dándole valor e importancia a su trabajo practico.”

- Gardner

El arte en cualquiera de sus disciplinas, danza, música, pintura, fotografía, dibujo, entre muchas otras, puede llegar a ser un elemento de ayuda y descubrimiento para cualquier individuo que se encuentre en la búsqueda de sí mismo y de lo que quiere llegar a ser, “porque arte es imaginar, imaginar es modificar la materia con la que trabajamos, posibilitando el desarrollo físico, psíquico, social y personal...” haciendo que la creación de cualquier obra logre contribuir la formación y desarrollo personal de las emociones de cualquier individuo, ayudando a cada uno a tener una percepción más positiva, libre y consciente de sí mismo. “... El trabajo artístico tiene la capacidad de entregar, acoger y liberar desde lo más profundo de la psique; es una herramienta psicosocial que logra modificar conductas; y posibilita la comprensión desde la experiencia creadora.” (Pérez; 2008: 64)

3.1. Expresión artística y artes plásticas

“El arte es una actividad humana consciente capaz de reproducir cosas, construir formas, o expresar una experiencia, siempre y cuando, el producto de esta reproducción, construcción, o expresión pueda deleitar, emocionar o producir un choque.” (Wladislao; 2001: 69)

La expresión artística surge en el hombre como una característica vital para manifestar sus ideas, experiencias y sentimientos. Se encuentra en sí mismo, en su naturaleza orgánica como un valioso instrumento que recrea, en su forma sensible, las finalidades de sus acciones y de su vida. (Aguilar, A., 1994).

Se puede decir que las expresiones artísticas nacen primeramente como una función del hombre creador que proviene desde la época prehistórica, “Aunque existen algunos precedentes, se suele considerar que el inicio de la actividad artística ocurrió en el paleolítico superior. Un período que comienza más o menos hace entre 38.000 y 35.000 años, y que coincide con la difusión en Europa de Homo Sapiens moderno.” (Kassiopea; 2009), de esta manera queda claro que las expresiones artísticas surgen con el hombre y que se van modificando a través del tiempo, de los periodos históricos que presentan diferentes contextos sociales y del sentido que da el hombre a su vida en su entorno social como en el individual, pero con la misma necesidad de representar de alguna manera lo que observa, lo que siente y lo que piensa, haciendo la expresión artística una parte fundamental de la vida y atravesando diversas facetas como un medio de expresión a lo sobre natural, una forma de representar la belleza, como parte del entretenimiento y el ocio del ser humano, una interpretación del contexto social, etc.

Por otro lado, las artes plásticas, que se puede decir que “son aquellas manifestaciones del ser humano que reflejan, con recursos plásticos, algún producto de su imaginación o su visión de la realidad” (Pérez; 2014) también acompaña al hombre desde la prehistoria, pues ya desde ese momento se utilizaban diversos materiales para realizar las representaciones y va evolucionando junto con el hombre, “con la humanidad, con su historia, con sus etapas, con sus guerras, con los avances científicos y técnicos. No se pueden separar” y por lo tanto en cada época varía la manera en la que se crean pero sin perder su esencia representativa del ser humano.

Con esto, se pueden definir de una manera más certera a las artes plásticas como “el conjunto de expresiones artísticas que se caracterizan por el uso de elementos

moldeables para manifestar sentimientos” (Gabriel D; 2008) y están relacionadas con aquellas obras que pueden ser creadas con diferentes materiales, como el grafito, los diferentes tipos de pinturas, o cualquier otro material que dé lugar a una representación artística, que si bien dentro de un estudio más avanzado de éstas para un futuro laboral dentro de esta área es importante saber utilizar las técnicas, dentro de la educación elemental, sirven tanto para desarrollar habilidades propias de un futuro diseñador o pintor, como para ayudar a cada individuo a manifestar sus emociones, pensamientos e ideas de una manera sana y también para ayudar a una mejor integración social dentro de su contexto.

Las artes plásticas son la unión entre las representaciones mentales o imaginarias que cada sujeto tiene acerca de algún lugar, actividad, deseo o sentimiento y la materialización no verbal de las mismas plasmadas en una obra. “Proporciona un vehículo alternativo de expresión, que no se regula por normas estrictas, más bien, ofrece múltiples alternativas. Las imágenes visuales son infinitas, constituyen un medio para conocer y representar el mundo, anterior aun a la escritura, es por esto que la relación que se genera entre lo creado y el creador surge como una actividad familiar incluso primitiva, en la que emergen los arquetipos asentados en nuestra psique.” (Pérez; 2008: 64)

Dentro de éste tema se encuentran diferentes técnicas y materiales para su creación, en las cuales se incluyen las técnicas tradicionales que son: a) el dibujo artístico, b) la pintura c) la escultura y d) la fotografía y el collage, así como las expresiones que incorporan las nuevas tecnologías orientadas a las artes plásticas, como son aquellos programas computacionales que permiten realizar dibujos, animaciones o modificar videos y fotografías, a los que se les puede llamar “arte de los nuevos medios.”, aunque para la finalidad del presente trabajo solo se presentaran las técnicas tradicionales.

- a) El dibujo artístico (realizado a mano alzada) a diferencia del dibujo técnico, “busca plasmar sensaciones personales, influenciadas por la imaginación y las vivencias individuales, por lo que resulta eminentemente subjetivo”.

(Técnicas artísticas; s.f.: 1) Los únicos materiales necesarios para ésta técnica son lápices de grafito o tinta y hojas donde plasmar el dibujo.

- b) La pintura, “Es el arte de representar motivos figurativos o abstractos sobre un soporte plano mediante materiales compuesto por un pigmento mezclando con aglutinante, que le da la consistencia y permiten la fijación en un soporte.” (Técnicas artísticas; s.f.: 2) puede dividirse en aquellas técnicas que son secas (no es necesario ningún solvente para su aplicación) y húmedas (en las que si es necesario algún solvente para su aplicación). Las técnicas secas son: los lápices de colores, el carboncillo, las ceras y el collage; por otro lado, las técnicas húmedas son: la pintura con acrílicos, la acuarela, el gache y el óleo.
- c) La escultura, tiene como finalidad “la creación de obras tridimensionales a partir de diversos materiales: piedra, barro, hierro, etc.” y por medio de esto, el escultor se expresa creando volúmenes y espacios. Se puede dividir en escultura exenta “es aquella que representa un volumen completo y, por tanto, puede ser observada por todas sus caras.” Y escultura de relieve, en la cual, “una forma escultórica aparece adherida a una superficie que le sirve de fondo.” (Técnicas artísticas; s.f.: 8)
- d) La fotografía y el collage. Si bien la fotografía es más bien un medio de arte visual, se puede utilizar dentro de los collages para representar diferentes deseos y sentimientos, así la creación de un collage tiene como objetivo la selección de diversas imágenes con las que el creador se puede sentir identificado. Esta técnica “se basa en pegar dibujos, fotografías o diferentes objetos (madera, piel, periódicos, revistas, objetos de uso cotidiano, etc.) sobre diferentes soportes como cartón, lienzo o madera.” (Técnicas artísticas; s.f.: 19)

Teniendo en cuenta algunas de las técnicas y materiales que se pueden utilizar dentro del ámbito de las artes plásticas se debe tomar en cuenta también que la educación artística dentro de la escuela no es una lucha por formar personas que se dediquen profesionalmente a las artes, sino para una adecuada preparación de

los individuos para la vida “para adquirir competencias necesarias para vivir en sociedad, en la política, en lo urbanístico y en lo social.” (Olaia et. al.; 2015:13)

Olaia, et. al. (2015), menciona también que Beuys propone desplazar la educación artística al centro del currículo, pues ésta es esencial para desarrollar una educación donde los medios de expresión sean el eje central; para que el ser humano pueda contemplar sus pensamientos, como un artista su obra, esto es que mire su pensamiento, además de que todo individuo es un artista, por lo que el arte no debe presentarse alejado de las necesidades del ser humano.

Con esto, es necesario mencionar que para que el adolescente logre externar sus sentimientos y deseos debe pasar por un proceso que puede ser equiparable con el proceso creativo de cualquier artista, que va siempre de la mano con las emociones y sentimientos que se tienen al iniciarlo.

Así mismo Elia María Añón en su libro “Didáctica del dibujo: artes plásticas y visuales” menciona las fases del proceso creativo a) crisis, b) catarsis y finalmente c) apogeo, dentro de las cuales, cada individuo que realiza una obra creativa, pasa por ciertas emociones que lo llevan a analizarse a sí mismo y lograr plasmar en su obra lo que quiere y siente.

- a) Crisis. En esta primera fase podemos encontrar la ansiedad, que trae consigo dudas, inseguridad y abatimiento, también está la impaciencia que implica angustia por no encontrar solución a lo que quiere y la inseguridad, en donde se pueden encontrar problemas de autoestima y aislamiento. En esta primera fase los artistas aún no saben cómo plasmar lo que quieren, su lienzo sigue en blanco.
- b) Catarsis. La segunda fase trae consigo una purga que ayuda al individuo a descartar los malos planteamientos y a tomar riesgos, la selección que ayuda a buscar pautas y procesos para la elección de la vía que tomara para la resolución de sus problemas y la concentración que le ayuda a asociar sus ideas de manera inteligente y racional para la creación de sus ideas.

- c) Apogeo. En la última fase los individuos tienen un crecimiento en sus ideas que le ayuda a ver más alternativas y su lado intelectual actúa al mismo tiempo que el emocional, el esplendor promueve el encuentro de una solución brillante, la mejor de todas las alternativas y la seguridad de lo que hace, finalmente encuentra la plenitud con la cual siente una satisfacción personal y refuerza su autoestima poniéndose en contacto con si mismo y con la sociedad.

De esta manera se pueden ver las artes plásticas no sólo como una habilidad que puede desarrollarse o no en los individuos, sino como un medio de expresión que promueve al creador a hacer una exploración en su mente y sus emociones para expresarse y conocerse a través de lo que cada uno crea en este caso, el centro de la creación es aquello que el adolescente desea expresar en un proceso desde lo que podemos entender como <<su interior>> (sentimientos, pensamientos, ideas, emociones) hasta el exterior no para que sea necesariamente entendido por otras personas, sino para que signifique algo importante para quien lo crea y comprenda de mejor manera lo que está buscando dentro de sí y encuentre una solución a las problemáticas que se ha planteado, es decir, las artes promueven la expresión y ésta conlleva hacer una introspección para saber lo que se busca expresar.

Comparando las fases del proceso creativo con el proceso del proyecto de vida y la toma de decisiones se puede notar una relación entre las fases por las cuales cada individuo debe de atravesar para llegar a una resolución de las situaciones que se plantea, siendo más consciente de lo que desea lograr y observando de manera analítica cada vía que puede tomar para llegar a la solución más conveniente de cualquier problemática, para llegar a una meta que le ayude a comprender su pasado, su presente y la dirección que quiere darle a su futuro.

3.2. La arte-terapia

Si bien ya se ha mencionado que el arte ha sido parte de la vida del ser humano desde los inicios de la existencia del mismo, pasando por diversas facetas como un medio de comunicación y expresión y también como parte fundamental de la representación de sus creencias, la utilización de las diferentes expresiones artísticas existentes como medio terapéutico tienen un origen relativamente reciente y su relación con la educación aún más, dando sus inicios a mediados del siglo XIX finalizada la segunda guerra mundial y la primera mitad del siglo XX, en donde se comienza a utilizar diversas actividades artísticas con fines meramente analíticos dirigidos a aquellas personas con algún problema mental, extendiendo así poco a poco la expresión artística no solo como una capacidad creadora y expresiva del ser humano, sino como un medio psiquiátrico que ayuda a conocer los problemas de aquellos individuos con enfermedades de la mente.

Es así que en el siglo XX el psiquiatra alemán Hans Prinzhorn, quien además de estudiar historia del arte, realizó un estudio con el que desarrollo su teoría de la pulsión creadora, la cual muestra la capacidad tanto de enfermos como de personas sanas para crear símbolos expresivos y atractivos en el ámbito artístico.

“Prinzhorn creía en el impulso fundamental de la humanidad hacia la autoexpresión y comunicación y ello incluía la necesidad de jugar, decorar, simbolizar y organizar ideas en formas visuales. Prinzhorn sostenía que el proceso creador de hacer arte era básico en todas las personas, con o sin enfermedad mental, y que el arte era un modo de obtener bienestar psicológico” (López: 2004; 40).

Actualmente se utiliza el arte no solo como un medio de expresión para ayudar a tratar enfermedades mentales, sino como un medio de descubrimiento, expresión y desarrollo personal de cualquier individuo y como su nombre lo indica tiene como base la utilización del arte para ayudar a mejorar y fortalecer el desarrollo personal y social de los individuos.

Jean Pierre Klein (2009) describe los objetivos del arte-terapia de la siguiente manera: “De alguna manera se trata de crear puestas en escena imaginarias de uno mismo, declinaciones de la propia identidad a través de formas artísticas en un proceso creativo que provoque progresivamente la transformación del sujeto creador, que le atribuya un sentido, partiendo de sus dolores y sus violencias, de sus locuras y también de sus alegrías, de la intensidad de sus ideales y la de sus fuerzas oscuras, para hacer de todo ello el material para un desarrollo personal. En resumen, y como se dice a menudo transformar la mierda en abono o, de manera más adecuada, transformar los obstáculos en pruebas, en etapas de la gesta del héroe que se apoya en las dificultades, tanto interiores como externas, para continuar la búsqueda.”

Por otro lado, (Da Silveira en López; 2009) comenta que ningún “arteterapeuta” persigue que su paciente haga obras de arte, sino más bien encontrar un canal que logre expresar las emociones más interiorizadas; con esto, se puede entender que la arte-terapia tiene la función de ayudar a los individuos durante un proceso de transformación y búsqueda de sí mismo a través de alguna expresión artística, logrando por este medio representar lo que es, lo que busca ser y los caminos que debe plantearse para llegar a su meta; el arte se convierte entonces en una manera de expresión de las emociones y deseos de los individuos, en donde lo más importante es la relación entre el creador de la obra y la obra misma, pues conociendo lo que ha plasmado en su obra conocerá también su mundo interior.

“Muchos psicoterapeutas han comprobado los efectos beneficiosos del arte para ayudar a pacientes que acuden a consulta con quejas psicológicas, puesto que el arte en todas sus expresiones (pintura, danza, música, escritura, teatro etc.) libera la subjetividad de la persona. Así, se puede utilizar para resolución de conflictos, problemas de comunicación, dificultades de expresión y otros muchos aspectos psicológicos.” (Alvaro: 2016)

En una visión humanista del arte terapia se puede lograr trascender de lo meramente patológico ya que esta visión parte de los aspectos saludables del individuo, dando la posibilidad de utilizar el arte como un medio para transmitir

emociones y llevar a cada individuo de manera personal a su autorrealización y su plenitud, que es el objetivo a alcanzar de la etapa adolescente según Erick Erickson (identidad vs confusión).

“La terapia ha de partir y volver siempre a la persona que la demanda. Somos seres capaces de autorregularnos y si nos permitimos la confianza y la escucha de esta naturaleza sabia encontraremos los caminos que necesitamos andar para cambiar nuestra realidad. No hay recetas mágicas que puedan venir desde fuera.” (Sanz; 2016)

Así, actualmente, la arte terapia no solo puede ser aplicada para brindar ayuda a los individuos que sufren de algún trastorno mental, sino que puede ser aplicada a cualquier persona que esté en la búsqueda de encontrarse a sí mismo o que necesite de algún apoyo para saber con certeza la dirección que quiere darle a su vida. En este caso, las artes pueden ayudar a los adolescentes a encontrar su camino y fortalecer su desarrollo por medio de la expresión.

En el ámbito educativo se puede observar que el arte es un factor importante en el desarrollo de los alumnos, no como una escuela formadora de artistas, sino como una escuela que difunde la expresión artística para el desarrollo personal y social de cada individuo; dado que cada persona aprende a un ritmo y de una manera diferente, las artes pueden ser un medio a través del cual los alumnos de cualquier nivel logren desenvolverse y expresar sus temores con respecto a su futuro, fortaleciendo así su autoestima y sus capacidades de comunicación.

3.3. Las artes plásticas dirigidas al autoconocimiento

Dentro del ámbito pedagógico y educativo, no concierne la responsabilidad de tener un “paciente” al cual se debe atender, pero si el apoyo de ser un guía que le permita valorarse a sí mismo y progresar en el crecimiento personal y social, por lo que De Varilles (2003) sugiere utilizar un término menos comprometedor al ámbito psicológico “Taller de creación artística” y así evitar asociaciones enfocadas a lo patológico y producir sensaciones menos atemorizantes.

Como ya se ha mencionado, todas las artes, desde la danza, el teatro, la música, el canto, la pintura, la escultura, etc. son lenguajes del cuerpo y de la mente para expresar sentimientos y situaciones propias y sociales siendo así una forma de lidiar y canalizar los mismos, fortaleciendo y enriqueciendo a cada persona que lo practica.

Frecuentemente, al mencionar la palabra “arte” o “artísticas” las personas traen a su mente la idea de diversos músicos, danzantes, pintores, escultores, etc. es decir, personas que han desarrollado una habilidad para realizar obras que los demás contemplan desde fuera, sintiéndose incapaces de crear algo similar e ignorando todas las demás puertas que las artes pueden abrir sin necesidad de un dominio de las técnicas y los materiales que se utilizan para dichas creaciones.

Por esto es que muchas veces una persona que siente que no tiene la habilidad de realizar una “obra de arte” no se atreve a plasmar algo con sus propias manos, pero hay que tener en cuenta que el arte no se trata de simple estética visual, en donde se tenga el deber de crear algo “hermoso” se trata también de un medio de expresión personal y social que tiene como objeto no solo la admiración de las personas que lo observan, sino la comprensión interna de quien está creando.

En este sentido, buscar un medio para fomentar el autoconocimiento no implica la valoración de los resultados estéticos o el dominio de las técnicas de la obra que presenta cada joven, sino en su proceso de creación y las sensaciones que se tienen a lo largo del mismo. “Independientemente de que la persona resulte o no talentosa, la experiencia tiene otro beneficio: generar una conciencia distinta respecto a la expresión artística de los otros, que permite valorarla y apreciarla.” (Ruiz; 2016). Además de que el requerimiento de creatividad y técnica no llevan consigo solo el desarrollo de una habilidad, sino que promueve un ir y venir dentro del proceso en el que se busca plasmar un sentimiento favorable para el creador y da como resultado “una dimensión lúdica y gozosa que potencia la aceptación y amor a uno mismo.” (Ruiz; 2016).

Ahora bien, para trabajar el tema del autoconocimiento por medio de las artes plásticas es importante que los adolescentes sean conscientes de lo que se pretende lograr con sus trabajos, con el acompañamiento de un guía que le apoye para realizar una introspección y llegar a una forma de expresión de sus pensamientos, sus problemas y su propio análisis que le permita la resolución de sus conflictos.

“Por tanto quizás la íntima relación de la creatividad con la terapia no provenga únicamente del trato con los procedimientos, las técnicas y actividades artísticas, sino de la finalidad orientada a salir del círculo habitual, ampliar las posibilidades, encontrar caminos nuevos, desarrollar capacidades, desarrollar proyectos o formas de vida, cambiar, actualizar y mejorar lo que ya somos, mirar la realidad de manera crítica y transformarla” (Romero; 2006: 77)

Dicho esto, las artes plásticas pueden apoyar al joven adolescente a transformar sus vivencias, sus miedos, sus preocupaciones y sus problemáticas en una obra creativa y pasar de lo inconsciente a lo consciente, para permitir que observe todos los factores uno a uno y en conjunto en búsqueda de una solución de los mismos y planificar su futuro con base en el proceso de conocimiento y la aceptación de sí mismo.

Una pintura, una fotografía, un dibujo, etc. puede plasmar cualquier escena pasada, presente o futura en cualquier contexto o entorno que el creador desee hacerlo, por lo que puede llegar a ser un medio de expresión para entender “su interior” y lograr exteriorizarlo, no necesariamente para que sea entendido por otros, sino por el mismo gracias al proceso creativo que se comienza. “Expresar implica enunciar, formular, exportar, pronunciar, denotar reflejar, representar, sugerir, siempre con clara voluntad de partir de la individualidad del sujeto que crea y materializa a través de técnicas y procedimientos, ideas, sentimientos, sensaciones opiniones y deseos.” (Olaia, et.al; 2015: 11).

Es por esto que la relación entre la orientación educativa, el autoconocimiento y el arte puede ser fundamental para el desarrollo personal de los adolescentes que están atravesando por una etapa confusa de su futuro con relación a su presente y

tener una seguridad de la persona que son y la persona que quieren llegar a ser, realizando una introspección y lograr plantearse lo que están buscando para su vida y las diferentes opciones que tienen para llegar a las metas planteadas durante este proceso.

“Conocernos, proyectar pulsiones internas, comunicarnos con otros individuos, con nuestro contexto, nuestra cultura, nuestra política, nuestra realidad cotidiana, pensar y reflexionar, criticar, evaluar, conocer la realidad, etc., todas ellas son operaciones cognitivas y psicomotrices vinculadas a la creación que nos permiten conocernos y conocer el mundo que nos rodea. Esto incide, como sabemos, en el desarrollo personal, que puede centrarse en uno o varios de los siguientes planos: emotivo, propiamente cognitivo, psicosocial, afectivo, reflexivo, etc. Crecer como personas a través del arte es uno de los principales argumentos que justifican su presencia en el currículo y por eso mismo el propio acto creativo se convierte en uno de los vehículos para desarrollarlo. Además, la propia creación revierte directamente sobre el contexto en el que se crea (producción artística, exposiciones, tendencias, experimentos etc.) y sobre el propio sujeto creador (autosatisfacción, superación personal, autoconocimiento, inicio de los procesos comunicativos, liberación de pulsiones internas, apertura de nuevas metas creativas, motivación de las propias capacidades y competencias etc.).”

Así, el arte puede llegar a ser el medio para que el adolescente estimule una conexión consigo mismo de una manera creativa sobrepasando los límites de la realidad, pero al mismo tiempo planeando metas futuras posibles de alcanzar, favoreciendo también su pensamiento analítico para ampliar la visión de su futuro, la búsqueda de soluciones y apoyar a la toma de decisiones conscientes y benefactoras, facilitando la expresión de miedos y emociones que lo detengan para plantearse metas por medio de la identificación y la proyección de las mismas. Pues así, las elecciones futuras, no solo las que conciernen al ámbito escolar y laboral, sino aquellas que son personales y sociales podrán tomarse de una manera más consciente y segura, por medio de un plan ya establecido y tomando en cuenta las variables y problemáticas que se podrían suscitar durante

la realización de las mismas, sin perder la calma y logrando analizar cada situación conflictiva que se pudiera presentar en su vida.

Es un deber del orientador guiar a los adolescentes que se encuentran en un conflicto por el miedo o la confusión que pueden sentir con relación a su presente y su futuro, sin intentar analizarlos, dándoles herramientas que les permitan analizarse a sí mismos y dar resolución a los mismos por medio de estas herramientas.

Por lo tanto, se propone las artes visuales como esa herramienta que beneficie el autoconocimiento y el desarrollo personal y social de los adolescentes, sin utilizar un proceso terapéutico, sino un observador y guía que ayuda a un autoanálisis por medio de diversas actividades artísticas que inicien un proceso introspectivo y finalicen con el desarrollo de una seguridad personal adquirida por cada individuo que lo quiera o lo necesite dentro de un taller de artes plásticas dirigido a la expresión de sentimientos que conlleve un análisis para propiciar el mejor desarrollo del autoconocimiento en los adolescentes.

CAPÍTULO 4. PROPUESTA DE UN TALLER DE ARTES PLÁSTICAS

El presente taller se presenta como una herramienta que ayude a los adolescentes a expresar sentimientos, miedo e ideas con relación a su futuro, dado que la expresión de estos conlleva un análisis de uno mismo y puede ayudar a tomar conciencia de los planes a futuro.

Este taller lo llevará acabo un pedagogo interesado en diferentes herramientas, como son las artes plásticas para contribuir al desarrollo personal de los adolescentes o bien, los docentes interesados en el tema y con una capacitación previa.

TALLER DE ARTES PLÁSTICAS PARA EL AUTOCONOCIMIENTO Y LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA DE LOS ADOLESCENTES

4.1. Definición de taller

Un taller, en el lenguaje coloquial, se puede definir como un sitio en el cual se puede hacer, construir o arreglar algún objeto, de allí que el termino pueda ser utilizado para la carpintería, la electrónica, la mecánica, la costura, etc. pero en términos educativos la definición puede modificarse, de tal manera que se incluya la enseñanza-aprendizaje en este concepto.

Es así que desde el punto de vista pedagógico dado por Ezequiel Ander Egg (1991) el taller se fundamenta en el aprendizaje por descubrimiento que fue acuñado Bruner “plantea el concepto de aprendizaje por descubrimiento para alcanzar un aprendizaje significativo, sustentado en que a través del mismo los maestros pueden ofrecer a los estudiantes más oportunidades de aprender por sí mismos. Así pues, el aprendizaje por descubrimiento, es el aprendizaje en el que los estudiantes construyen por si mismos sus propios conocimientos” (Eleizalde; 2010: 273) los estudiantes deben aprender por medio del descubrimiento guiado que tiene lugar durante una exploración.

Este método permite realizar un proyecto de trabajo con la participación activa de docentes y alumnos, “el aprender implica describir e interpretar la situación, establecer relaciones entre los factores relevantes, seleccionar, aplicar reglas, métodos, y construir sus propias conclusiones (Bruner, en Eleizalde; 2010: 275)” y que está directamente relacionado con el futuro quehacer profesional de los estudiantes por medio de una participación activa.

4.2. Programa sintético

Objetivo general

Ofrecer un taller de artes plásticas que proporcione apoyo y guía a los adolescentes que se encuentran en una edad de 16 a 18 años para promover un desarrollo personal y académico favorable para su vida futura.

Objetivos específicos

- Ofrecer a los adolescentes diversas actividades relacionadas con las artes plásticas que le ayuden a desarrollar su autoconocimiento.
- Contribuir al desarrollo emocional de los adolescentes por medio de las artes plásticas.
- Guiar a los adolescentes en el proceso de toma de decisiones y la creación de un proyecto de vida que le ayude a plantear de manera consciente sus metas futuras.

NO. DE SESIÓN	OBJETIVO
Sesión 1: yo soy...	El adolescente reconocerá sus virtudes y defectos por medio de un dibujo a lápiz y un listado resaltando en el las características que le gustan y le disgustan ya sean físicas o emocionales.
Sesión 2: lo mejor de mi	El adolescente representará las características que más le gustan de él por medio de un dibujo y utilizará sus colores favoritos para resaltar la importancia que tienen en su desarrollo personal y social.
Sesión 3: los colores que hay en mi	El adolescente representará en un dibujo las emociones básicas, ordenándolas desde la que más le gusta sentir hasta la que menos le gusta sentir y le pondrá un color determinado a cada emoción.
Sesión 4: recordando mi infancia	El adolescente realizará una pintura en donde represente la o las actividades que más le gustaba hacer cuando era niño
Sesión 5: la importancia de los demás en mi vida	El adolescente realizará un dibujo de el mismo rodeado de las personas más importantes para él, describiendo la razón de la importancia que tiene cada persona en su vida
Sesión 6: reconociendo mis gustos	El adolescente moldeará con plastilina diferentes objetos que tengan relación con actividades que le gusta hacer (un balón si le gusta el deporte, un libro si le gusta leer, o alguna otra representación simbólica que asocie con dicha actividad).
Sesión 7: reconociéndome	El adolescente buscará imágenes, recortes y fotografías en

en otros	libros o revistas de personas con las que se sienta identificado, para después colocarlas en una hoja de papel dividida en dos áreas diferentes, una que representara sus gustos y habilidades y otra lo que quiere ser en un futuro
Sesión 8: la paciencia es una virtud	El adolescente realizará un dibujo de una persona que sea su ejemplo a seguir o que admire por medio del puntillismo
Sesión 9: buscando un camino en mi vida	El adolescente realizará de forma escrita un proyecto de vida a mediano plazo (puede ser escrito como historia o cuento) y posteriormente se dibujará a sí mismo frente a diferentes caminos los cuales representarán los diferentes planes que quiere cumplir en un futuro
Sesión 10: continuando con el camino	Sobre el dibujo realizado en la sesión anterior dibujará con un color que le desagrada los obstáculos que cree que puede llegar a tener para llegar al final de cada camino y escribirá con su color favorito como lo resolvería
Sesión 11: lo que quiero llegar a ser	El adolescente realizará un dibujo de él mismo proyectado a cinco años, describiendo con un fondo el lugar en donde quiere estar.
Sesión 12: planteando metas	El adolescente revisará el proyecto de vida realizado anteriormente y realizará una línea de tiempo ya sea con imágenes o dibujos en donde se represente a sí mismo cumpliendo cada objetivo planteado y llegando a la meta final.

4.3. Carta descriptiva

SESIÓN NO. 1: CONSTRUYENDO MI IDENTIDAD			
OBJETIVO DE LA SESIÓN: El adolescente reconocerá sus virtudes y defectos por medio de un dibujo a lápiz resaltando en el las características que le gustan y le disgustan ya sean físicas o emocionales.			
NOMBRE DEL ORIENTADOR: SAMANTHA GOMEZ SANDOVAL			
DURACIÓN	ACTIVIDADES	COMPETENCIAS A DESARROLLAR	EVALUACIÓN
<p>Inicio: 30 min.</p> <p>Desarrollo: 50 min</p> <p>Cierre: 40 min</p> <p>Tiempo total: 120 min.</p>	<p>Inicio: Se le dará los estudiantes una pequeña introducción acerca del taller y el objetivo del mismo, posteriormente se le explicará la primera actividad y se entregará le entregará a cada uno una hoja, un lápiz, goma y sacapuntas.</p> <p>Desarrollo: se les pedirá que piensen en todas las virtudes y defectos que lo caracterizan como una persona única, también se le pedirá enumerar y escribir estas características, acompañando esta lista con un dibujo de si mismos representado lo mencionado en la lista.</p> <p>Cierre: se les pedirá que expongan su dibujo de manera voluntaria frente a sus compañeros.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Analizar y realizar una autocrítica. - Reconocer virtudes y defectos. - Valorar de manera positiva cada característica que lo distingue. 	<p>El trabajo será satisfactorio si el adolescente logro plantear aspectos positivos y negativos de él mismo</p>
BIBLIOGRAFÍA DE LA SESIÓN			
<p>Badilla, Francisca. (2011). "Arte terapia: una manera de fortalecer la autoestima". Universidad de Chile. p. p. 70. Disponible en: http://www.tesis.uchile.cl/tesis/uchile/2011/ar-badilla_f/pdfAmont/ar-badilla_f.pdf</p> <p>Martínez, Noemí y Marián López. (2004). "Arteterapia y educación". Madrid, España: comunidad de Madrid. Consejería de educación. p.p. 299. Disponible en: http://www.madrid.org/bvirtual/BVCM001479.pdf</p>			

(Ver anexo 1)

SESIÓN NO. 2: LO MEJOR DE MI

OBJETIVO DE LA SESIÓN: El adolescente representará las características que más le gustan de él y por medio de un dibujo y utilizará sus colores favoritos para resaltar la importancia que tienen en su desarrollo personal y social.

NOMBRE DEL ORIENTADOR: SAMANTHA GOMEZ SANDOVAL

DURACIÓN	ACTIVIDADES	COMPETENCIAS A DESARROLLAR	EVALUACIÓN
Inicio: 20 min. Desarrollo: 70 min Cierre: 30 Tiempo total: 120 min.	Inicio: Se explica cuál es la siguiente actividad a realizar, posteriormente, se le entregará a cada alumno una hoja de papel y diferentes colores. Desarrollo: se les pedirá que se dibuje a sí mismo pero esta vez dejando de lado aquellas características que considera negativas y resaltando aquellas que considera positivas por medio de los colores que más le agraden, posteriormente se pondrán en parejas para intercambiar su dibujo y agregar una o varias características positivas que uno ve del otro. Cierre: de manera voluntaria expondrán sus dibujos en parejas.	<ul style="list-style-type: none"> - Ser consciente de la importancia de sus virtudes - Reafirmar los aspectos positivos que ve en sí mismos - Ser conscientes del valor positivo que infunden en otras personas - Desarrollar empatía por las cualidades de otras personas 	El trabajo será satisfactorio si el adolescente logró ver más de tres los aspectos positivos de sí mismo y mencionar uno de sus compañeros

BIBLIOGRAFÍA DE LA SESIÓN

Badilla, Francisca. (2011). "Arte terapia: una manera de fortalecer la autoestima". Universidad de Chile. p. p. 70. Disponible en: http://www.tesis.uchile.cl/tesis/uchile/2011/ar-badilla_f/pdfAmont/ar-badilla_f.pdf

Martínez, Noemí y Marián López. (2004). "Arteterapia y educación". Madrid, España: comunidad de Madrid. Consejería de educación. p.p. 299. Disponible en: <http://www.madrid.org/bvirtual/BVCM001479.pdf>

(Ver anexo 2)

SESIÓN NO. 3: LOS COLORES QUE HAY EN MI

OBJETIVO DE LA SESIÓN: El adolescente representará en un dibujo las emociones básicas, ordenándolas desde la que más le gusta sentir hasta la que menos le gusta sentir y le pondrá un color determinado a cada emoción.

NOMBRE DEL ORIENTADOR: SAMANTHA GOMEZ SANDOVAL

DURACIÓN	ACTIVIDADES	COMPETENCIAS A DESARROLLAR	EVALUACIÓN
Inicio: 30 min. Desarrollo: 70 min. Cierre: 20 min. Tiempo total: 120 min.	Inicio: Se le mencionará a los adolescentes cuales son las emociones básicas recordándoles la película de Disney “Intensamente” y se les pondrá un cortometraje donde puedan observar éstas emociones; al finalizar el corto se les entregará una hoja opalina y se le pedirá que escoja las pinturas con las que quiere trabajar. Desarrollo: Dibujarán la manera en que se imaginan sus propias emociones, ordenándolas de la que más les gusta sentir a la que menos les gusta sentir y poniendo de un color diferente cada una de ellas. Cierre: se les explicará la importancia que tiene saber expresar las emociones de manera tranquila y consiente, en la vida diaria.	<ul style="list-style-type: none"> - Reconocer que todos los seres humanos son capaces de sentir las mismas emociones. - Ser consciente de que todas las emociones son necesarias, aunque unas gusten más que otras. - Relacionar los colores con la capacidad de expresión. 	El trabajo será satisfactorio si el adolescente logró reconocer que ha sentido todas las emociones básicas y tiene la certeza de la importancia que cada una tiene para poder expresarse y comunicarse

BIBLIOGRAFÍA DE LA SESIÓN

González, Rocío; et. al. (Enero- Julio, 2009). “<<Los colores que hay en mí>>: Una experiencia de arte-terapia en pacientes oncológicos infantiles y cuidadores primarios” Revista enseñanza e investigación en psicología. Vol. 14. No.1. San Luis Potosí. p.p. 77- 93. Disponible en: <http://www.redalyc.org/html/292/29214106/>

Cortometraje: intensamente. <https://www.youtube.com/watch?v=qnFhSzY9n11>

Martínez, Noemí y Marián López. (2004). “Arteterapia y educación”. Madrid, España: comunidad de Madrid. Consejería de educación. p.p. 299. Disponible en: <http://www.madrid.org/bvirtual/BVCM001479.pdf>

Ortega, Eduardo. (Agosto, 2014) “El color de las emociones” Disponible en: <https://psicologiaeduardoortega.wordpress.com/2014/08/01/el-color-de-las-emociones/>

(Ver anexo 3)

SESIÓN NO. 4: RECORDANDO MI INFANCIA

OBJETIVO DE LA SESIÓN: El adolescente realizará una pintura en donde represente la o las actividades que más le gustaba hacer cuando era niño.

NOMBRE DEL ORIENTADOR: SAMANTHA GOMEZ SANDOVAL

DURACIÓN	ACTIVIDADES	COMPETENCIAS A DESARROLLAR	EVALUACIÓN
Inicio: 20 min Desarrollo: 50 min Cierre: 20 Tiempo total: 90 min.	Inicio: se comenzará la sesión preguntando a los adolescentes las actividades que realizaban en su tiempo libre cuando eran niños, posteriormente, se le entregará a cada uno crayolas de diferentes colores y papel ilustración. Desarrollo: se les pedirá que realicen una pintura con crayolas en donde representen una o más actividades que le gustaba realizar cuando era niño, situándose en un lugar al que le gustaba ir o donde se sentía cómodo en esa etapa. Cierre: Al finalizar su pintura explicará de forma escrita el sentimiento que tenía al realizar esa actividad y el sentimiento que le causa recordarlo	- Reconocimiento de su pasado y su presente. - Expresión de sus emociones pasadas y actuales.	El trabajo será satisfactorio si el adolescente logró expresar los sentimientos que le provoca recordar su infancia y reconocer sus gustos.

BIBLIOGRAFÍA DE LA SESIÓN

Alejos, Cristina. (2014). "Inteligencia emocional para los artistas". Pintura y artistas. Disponible en: <http://www.pinturayartistas.com/inteligencia-emocional-para-los-artistas/>

González, Rocío; et. al. (Enero- Julio, 2009). "<<Los colores que hay en mí>>: Una experiencia de arte-terapia en pacientes oncológicos infantiles y cuidadores primarios" Revista enseñanza e investigación en psicología. Vol. 14. No.1. San Luis Potosí. p.p. 77- 93. Disponible en: <http://www.redalyc.org/html/292/29214106/>

Ortega, Eduardo. (Agosto, 2014) "El color de las emociones" Disponible en: <https://psicologiaeduardoortega.wordpress.com/2014/08/01/el-color-de-las-emociones/>

(Ver anexo 4)

SESIÓN NO. 5: LA IMPORTANCIA DE LOS DEMÁS EN MI VIDA			
OBJETIVO DE LA SESIÓN: El adolescente realizará un dibujo de él mismo rodeado de las personas más importantes para él, describiendo la razón de la importancia que tiene cada persona en su vida.			
NOMBRE DEL ORIENTADOR: SAMANTHA GOMEZ SANDOVAL			
DURACIÓN	ACTIVIDADES	COMPETENCIAS A DESARROLLAR	EVALUACIÓN
<p>Inicio: 15 min.</p> <p>Desarrollo: 60 min.</p> <p>Cierre: 25 min.</p> <p>Tiempo total: 100 min.</p>	<p>Inicio: Se le entregará una hoja de papel, lápices, y gises pastel a los adolescentes y se les pedirá que se dibujen a sí mismos rodeados de las personas más importantes en su vida (mamá, papá, hermanos, amigos, etc.) utilizando gises pastel para colorearlos.</p> <p>Desarrollo: al finalizar su pintura se le pedirá que de manera escrita haga una descripción de cada una de las personas que puso en su obra y explique la razón o razones por la que esa persona es importante para él.</p> <p>Cierre: se pedirá que de manera voluntaria expongan su dibujo y den su opinión sobre la importancia e influencia que tienen las personas en la vida propia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Reconocer de la influencia de otras personas para su propio desarrollo. - Integrar del contexto que le rodea con su contexto personal - Expresar los sentimientos positivos por las personas que forman parte de su vida 	<p>El trabajo será satisfactorio si el adolescente logró identificar a los seres que influyen en su desarrollo y externar los sentimientos que tiene hacia cada una de ellas</p>
BIBLIOGRAFÍA DE LA SESIÓN			
<p>Aguilar, Irene y Ana María Catalán. (2005) "Influencia del entorno social en el desarrollo de las capacidades de los o las adolescentes" Disponible en: http://medicina.uach.cl/saludpublica/diplomado/contenido/trabajos/1/Osorno%202005/Influencia_del_entorno_social_en_el_desarrollo_de_los_adolescentes.pdf</p> <p>Mosca de Mori, Aldo y Carina Santiviago. (2010) "Conceptos y herramientas para aportar a la orientación vocacional ocupacional de los jóvenes" Disponible en: http://www.inju.gub.uy/innovaportal/file/12206/1/manual_orientadores.pdf</p>			

(Ver anexo 5)

SESIÓN NO. 6: RECONOCIENDO MIS GUSTOS**OBJETIVO DE LA SESIÓN: El adolescente moldeará con plastilina diferentes objetos que tengan relación con actividades que le gusta hacer (un balón si le gusta el deporte, un libro si le gusta leer, o cualquier otra representación).****NOMBRE DEL ORIENTADOR: SAMANTHA GOMEZ SANDOVAL**

DURACIÓN	ACTIVIDADES	COMPETENCIAS A DESARROLLAR	EVALUACIÓN
Inicio: 30 min. Desarrollo: 60 min Cierre: 20 min Tiempo total: 120 min.	Inicio: se le hablará a los adolescentes acerca de la importancia que tiene en la vida realizar actividades que disfruten día con día, posteriormente se les entregará hoja, un lápiz y una barra de plastilina. Desarrollo: se le pedirá que haga una lista de las actividades escolares y extra escolares que más le gusta realizar, al finalizar la lista se le pedirá que haga una figura de plastilina con relación a cada actividad que enumeraron y describan de manera escrita por qué les gusta desempeñar dichas actividades y que piensen y escriban en una carrera en la que podrían ejercer las mismas Cierre: el orientador pedirá a los adolescentes que expongan de manera voluntaria los objetos que realizaron y hablará sobre las posibilidades de vincular sus gustos con una carrera que se relacione con los mismos.	<ul style="list-style-type: none">- Reconocimiento de sus gustos.- Vinculación de sus gustos con el ámbito académico.	El trabajo será satisfactorio si el adolescente logró reconocer las actividades que le gustan y encontrar una opción académica que le permita desempeñar de manera profesional los mismos.

BIBLIOGRAFÍA DE LA SESIÓN

Fiol, María. (2015-2016). "El arte/ la escultura como herramienta de autoconocimiento y autocrítica" Facultad de Bellas Artes de Sant Carlos. p.p. 37. Disponible en: <https://riunet.upv.es/bitstream/handle/10251/73643/FIOL%20-%20LA%20ESCULTURA%20/%20EL%20ARTE%20COMO%20HERRAMIENTA%20DE%20AUTOCONOCIMIENTO%20Y%20AUTOOCR%C3%8DTICA.pdf?sequence=1>

(Ver anexo 6)

SESIÓN NO. 7: RECONOCIENDOME EN OTROS

OBJETIVO DE LA SESIÓN: El adolescente buscará imágenes, recortes y fotografías en libros o revistas de personas con las que se sienta identificado, para después colocarlas en una hoja de papel dividida en dos áreas diferentes, una que representará sus gustos y habilidades y otra lo que quiere ser en un futuro

NOMBRE DEL ORIENTADOR: SAMANTHA GOMEZ SANDOVAL

DURACIÓN	ACTIVIDADES	COMPETENCIAS A DESARROLLAR	EVALUACIÓN
<p>Inicio: 25 min.</p> <p>Desarrollo: 65 min.</p> <p>Cierre: 30 min</p> <p>Tiempo total: 120 min.</p>	<p>Inicio: Se le explicará a los adolescentes la importancia que tienen las metas a corto, mediano y largo plazo en la vida y la inspiración que pueden tener de otras personas, posteriormente se entregará a cada adolescente tijeras, pegamento, media cartulina y varios libros y revistas.</p> <p>Desarrollo: se les pedirá dividir la cartulina en dos, de un lado irán sus gustos y del otro la expectativa que tienen para su vida futura, es decir, como quieren verse en un futuro, posteriormente se les pedirá que busquen imágenes de personas y actividades con las que se sientan identificados y las coloquen en la cartulina.</p> <p>Cierre: el orientador pedirá que de manera voluntaria expliquen de forma oral lo que han puesto en su trabajo. Al terminar se les pedirá una imagen de alguien a quien admiren por el trabajo que ejercen y con quien se sientan identificados por que quieren llegar a ser como esa persona para la siguiente sesión.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Reconocer en la vida de otros algunos de sus gustos, virtudes y metas que tienen para su propia vida. - Crear una imagen de sí mismos en un futuro basándose en el ejemplo de otras personas 	<p>El trabajo será satisfactorio si el adolescente logró identificar sus gustos y sus metas futuras en imágenes de personas exitosas.</p>

BIBLIOGRAFÍA DE LA SESIÓN

Mosca de Mori, Aldo y Carina Santiviago. (2010) "Conceptos y herramientas para aportar a la orientación vocacional ocupacional de los jóvenes" Disponible en: http://www.inju.gub.uy/innovaportal/file/12206/1/manual_orientadores.pdf
 López, Ángela. (2003). "La orientación Vocacional como proceso" Buenos Aires: Bonum. p.p. 289

(Ver anexo 7)

SESIÓN NO. 8: LA PASIENCIA ES UNA VIRTUD

OBJETIVO DE LA SESIÓN: El adolescente realizará un dibujo de una persona que sea su ejemplo a seguir o que admire por medio del puntillismo

NOMBRE DEL ORIENTADOR: SAMANTHA GOMEZ SANDOVAL

DURACIÓN	ACTIVIDADES	COMPETENCIAS A DESARROLLAR	EVALUACIÓN
Inicio: 15 min. Desarrollo: 90 min. Cierre: 15 min. Tiempo total: 120 min.	Inicio: se les pedirá a cada adolescente que saquen la imagen que se pidió la sesión anterior, se les entregará una hoja calca, una hoja opalina, lápiz y plumines de colores. Desarrollo: se les pedirá que calquen o dibujen a la persona que eligieron como ejemplo y la rellenen de color con los plumines utilizando únicamente puntos. Cierre: el orientador explicará que la misma paciencia que han tenido para realizar su trabajo es la que deben tener para alcanzar sus metas futuras.	<ul style="list-style-type: none">- Paciencia para realizar actividades que toman tiempo y dedicación.- Identificar los logros y la dedicación de otros para llegar a su meta.- Reconocer la necesidad de trabajar cada día en el desarrollo personal para llegar a una meta	El trabajo será satisfactorio si el adolescente logró tomarse el tiempo y la dedicación sin desesperarse para realizar su trabajo y ser consciente del esfuerzo que se necesita para llegar a una meta.

BIBLIOGRAFÍA DE LA SESIÓN

García, Cristina. (s/f). "Cómo trabajar la educación emocional a través de la educación plástica" Palencia. p.p. 39. Disponible en: <https://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/15594/1/TFG-L%201082.pdf>
Blanco, Jeannina. (2013). "11 grandes beneficios de pintar" en: El arte como forma de vida. Disponible en: <https://artblanco.com/blog/55990/11-grandes-beneficios-de-pintar>

(Ver anexo 8)

SESIÓN NO. 9 BUSCANDO UN CAMINO EN MI VIDA

OBJETIVO DE LA SESIÓN: El adolescente realizará de forma escrita un proyecto de vida a mediano plazo y posteriormente se dibujará a sí mismo frente a diferentes caminos los cuales representarían los diferentes planes que quiere cumplir en un futuro.

NOMBRE DEL ORIENTADOR: SAMANTHA GOMEZ SANDOVAL

DURACIÓN	ACTIVIDADES	COMPETENCIAS A DESARROLLAR	EVALUACIÓN
Inicio: 30 min. Desarrollo: 60 min. Cierre: 30 min. Tiempo total: 120 min.	Inicio: el orientador comenzará la sesión explicando a los adolescentes que es un proyecto de vida y la importancia de realizar un proyecto de vida y la vinculación que este tiene con la toma de decisiones consciente. Desarrollo: se le entregarán hojas de papel, una pluma y un lápiz y se le pedirá que realice un proyecto de vida con plazo a cinco años, en donde especifique las metas que tiene, los obstáculos por los cuales puede llegar a enfrentarse durante el camino y las herramientas que puede utilizar para llegar a su meta. Al finalizar el proyecto escrito se le pedirá que se dibuje a sí mismo frente a diferentes caminos que representen las metas que se ha planteado y guarde su dibujo para la siguiente sesión. Cierre: el orientador explicará la importancia que tiene el cumplir estas metas planteadas.	<ul style="list-style-type: none"> - Reflexionar acerca de su presente y el futuro que quiere forjar. - Construir un plan de vida que le permita proyectar y plantear metas - Representar de manera gráfica a sí mismo y cada una de las metas planteadas 	El trabajo será satisfactorio si el adolescente logró plantear un proyecto de vida en el cual se proponga metas y representar cada camino que quiere seguir en su vida.

BIBLIOGRAFÍA DE LA SESIÓN

Blanco, Jeannina. (2013). "11 grandes beneficios de pintar" en: El arte como forma de vida. Disponible en: <https://artblanco.com/blog/55990/11-grandes-beneficios-de-pintar>

Holland, John L. (1998). Técnica de la elección vocacional, tipos de personalidad y modelos ambientales, Mexico, Ed. Trillas

Moreno, José Eduardo. (2015). "Claves para evaluación y orientación vocacional". Buenos Aires: Lugar edit. p.p. 300

(Ver anexo 9)

SESIÓN NO. 10: CONTINUANDO CON EL CAMINO

OBJETIVO DE LA SESIÓN: Sobre el dibujo realizado en la sesión anterior dibujará con un color que le desagrade los obstáculos que cree que puede llegar a tener para llegar al final de cada camino y escribirá con su color favorito como lo resolvería

DURACIÓN	ACTIVIDADES	COMPETENCIAS A DESARROLLAR	EVALUACIÓN
Inicio: 25 min. Desarrollo: 60 min Cierre: 30 min. Tiempo total: 115 min.	Inicio: se dará un recuento de lo hecho la sesión anterior y posteriormente se pedirá a cada adolescente que saque el dibujo de la sesión anterior. Desarrollo: se pedirá a los adolescentes que tomen el color que más le gusta y el que más le disgusta; a continuación se le pedirá que trace con el color que le disgusta sobre el dibujo de los caminos realizado la sesión anterior, los obstáculos con los que puede llegar a enfrentarse para llegar a sus metas y con el color que gusta haga una representación de él mismo superando aquellos obstáculos, se le pedirá también que de manera escrita haga una lista de posibles soluciones para superar el obstáculo que se le presenta. Cierre: Se pedirá que de manera voluntaria pasen a explicar oralmente su dibujo.	- Capacidad de reflexionar sobre las metas planteadas y los obstáculos que pueden llegar a presentarse. - Búsqueda de soluciones conscientes ante posibles problemáticas	El trabajo será satisfactorio si el adolescente logró reflexionar sobre los posibles obstáculos que puede llegar a tener y plantear posibles soluciones para los mismos.

BIBLIOGRAFÍA DE LA SESIÓN

Blanco, Jeannina. (2013). "11 grandes beneficios de pintar" en: El arte como forma de vida. Disponible en: <https://artblanco.com/blog/55990/11-grandes-beneficios-de-pintar>
Holland, John L. (1998). Técnica de la elección vocacional, tipos de personalidad y modelos ambientales, Mexico, Ed. Trillas
Moreno, José Eduardo. (2015). "Claves para evaluación y orientación vocacional". Buenos Aires: Lugar edit. p.p. 300

(Ver anexo 10)

SESIÓN NO. 11: LO QUE QUIERO LLEGAR A SER

OBJETIVO DE LA SESIÓN: El adolescente realizará un dibujo de él mismo proyectado a cinco años, describiendo con un fondo el lugar en donde quiere estar.

NOMBRE DEL ORIENTADOR: SAMANTHA GOMEZ SANDOVAL

DURACIÓN	ACTIVIDADES	COMPETENCIAS A DESARROLLAR	EVALUACIÓN
Inicio:20 min. Desarrollo:60 min. Cierre: 30 min. Tiempo total: 110 min.	Inicio: se hará un recuento del plan de vida hecho la clase anterior y posteriormente se le pedirá a cada adolescente que elija el material con el que quiera trabajar, ya sean lápices de grafito, lápices de colores, acrílicos, crayolas, gises pastel, oleo o plastilina. Desarrollo: se le pedirá que realice un autorretrato proyectado a cinco años, en el cual represente el lugar en el que quiere estar, realizando una o varias de las actividades que le gusta hacer y que le gustaría ejercer profesionalmente en un futuro, así como las metas planteadas en su proyecto de vida ya cumplidas. Cierre: se pedirá a los adolescentes que expongan su dibujo de manera voluntaria y posteriormente el orientador alentará a los adolescentes a seguir su proyecto de vida y cumplir sus metas.	<ul style="list-style-type: none">- Ser capaz de proyectarse a un futuro con base en sus planes y sus gustos.- Reflexionar sobre los caminos que puede seguir para alcanzar metas.- Ser libre de elegir las herramientas que utilizará para realizar alguna actividad.	El trabajo será satisfactorio si el adolescente logró elegir por el mismo el material con el que se sentía más cómodo al trabajar y representarse a sí mismo cumpliendo los planes que se ha propuesto en su proyecto de vida.

BIBLIOGRAFÍA DE LA SESIÓN

Blanco, Jeannina. (2013). "11 grandes beneficios de pintar" en: El arte como forma de vida. Disponible en:

<https://artblanco.com/blog/55990/11-grandes-beneficios-de-pintar>

Holland, John L. (1998). Técnica de la elección vocacional, tipos de personalidad y modelos ambientales, Mexico, Ed. Trillas

Moreno, José Eduardo. (2015). "Claves para evaluación y orientación vocacional". Buenos Aires: Lugar edit. p.p. 300

(Ver anexo 11)

SESIÓN NO. 12: PLANTEANDO METAS

OBJETIVO DE LA SESIÓN: El adolescente revisará el proyecto de vida realizado anteriormente y realizará una línea de tiempo ya sea con imágenes o dibujos en donde se represente a sí mismo cumpliendo cada objetivo planteado y llegando a la meta final

NOMBRE DEL ORIENTADOR: SAMANTHA GOMEZ SANDOVAL

DURACIÓN	ACTIVIDADES	COMPETENCIAS A DESARROLLAR	EVALUACIÓN
Inicio: 10 min. Desarrollo: 50 min. Cierre: 30 min. Tiempo total: 90 min.	Inicio: se retomarán las ideas del proyecto de vida y se le entregará a cada adolescente hojas, lápices, revistas, tijeras y pegamento. Desarrollo: se les pedirá que realicen una línea del tiempo con el material disponible basándose en su proyecto de vida, dentro de la cual se representará a sí mismo en una fecha futura cumpliendo cada uno de los objetivos planteados y finalizando con el éxito obtenido al llegar a la meta final. Cierre: se les pedirá que de manera voluntaria expongan su línea del tiempo, posteriormente el orientador hará un cierre del taller y recordara a los adolescentes la importancia de las actividades realizadas al momento de realizar un test de orientación vocacional y una elección de carrera	<ul style="list-style-type: none">- Ser capaz de fijarse fechas para cumplir las metas planteadas.- Ser consciente de la relación que tienen sus gustos con sus habilidades y el desarrollo de su vida futura- Reflexionar sobre las oportunidades que tiene al plantearse metas y cumplirlas	El trabajo será satisfactorio si el adolescente logró plantear una fecha límite para cumplir con sus propósitos y reflejarse a futuro con sus proyectos realizados.

BIBLIOGRAFÍA DE LA SESIÓN

Blanco, Jeannina. (2013). "11 grandes beneficios de pintar" en: El arte como forma de vida. Disponible en:

<https://artblanco.com/blog/55990/11-grandes-beneficios-de-pintar>

Holland, John L. (1998). Técnica de la elección vocacional, tipos de personalidad y modelos ambientales, Mexico, Ed. Trillas

Moreno, José Eduardo. (2015). "Claves para evaluación y orientación vocacional". Buenos Aires: Lugar edit. p.p. 300

(Ver anexo 12)

Conclusiones

Es importante que cada individuo sea consciente de sus capacidades, habilidades y virtudes, así como de sus limitaciones y sus problemas, es decir, saber reconocer los puntos positivos y negativos tanto internos como externos, ya que estos serán su apoyo para forjar un plan de vida que le permita llegar a las metas que se plantea cada día; este proceso de autodescubrimiento no es fácil de realizar y atravesarlo es encontrarse con diversos caminos y enfrentarse a las dificultades que se pueden tener a lo largo de ese recorrido, admitiendo que a veces se puede estar confundido o indeciso, pero teniendo la certeza de que con el apoyo necesario es capaz de plantearse metas realistas sobre su vida.

“Se trata de un periodo difícil, tormentoso, de gran vulnerabilidad, pero también de grandes oportunidades de cambio y avance en todas las esferas: física, intelectual, moral, social, que desemboca en una nueva organización de la personalidad y en la conquista de la identidad.” (Merino; 1993)

Es por esto que existe la necesidad de buscar un apoyo o un guía que ayude a solucionar estas disyuntivas y poder con ello ser una persona firme y capaz de confiar en sus decisiones puede ser beneficiosa para el desarrollo personal y profesional de cada individuo; buscar ayuda no significa ser incapaz de lograr algo, sino tener la certeza de que al recibir esta ayuda los resultados pueden ser aún más apegados a las expectativas que se tienen.

Ejercer la pedagogía no solo significa educar, planear o transmitir conocimiento, significa ser capaz de guiar a los jóvenes a través de su vida, innovar herramientas, construir nuevas ideas para materializarlas dentro de la sociedad y buscar el beneficio personal y social dentro de un contexto, es ver las problemáticas que existen dentro del ámbito educativo y reflexionar para proponer soluciones que promuevan el desarrollo de una sociedad.

Continuamente se menciona el arte como parte esencial del desarrollo de los seres humanos pensando el beneficio que puede traer al desarrollar nuevas habilidades y capacidades, pues se le da una gran importancia a la buena aplicación de una técnica de arte en específico o a la “belleza” basada en el realismo que se puede representar en una pintura dejando a un lado los otros factores que también se pueden favorecer por medio de estas; es necesario saber que en ocasiones no es importante la estética de un trabajo, sino las sensaciones y emociones que se experimentan al momento de hacer dicho trabajo y la capacidad de hacer un proceso reflexivo de estas emociones, que lleve a los individuos a un entendimiento de sí mismos y a un crecimiento personal que le

permita conocer sus capacidades, el medio que le rodea, que le permita expresar lo que siente, lo que busca, lo que quiere o lo que le preocupa mediante algo más que las palabras.

La orientación educativa tiene como principal objetivo informar y asesorar a los estudiantes para prevenir problemáticas personales y profesionales, contribuyendo a su formación académica y a su integración en el mundo laboral, abriéndoles una visión de las posibilidades académicas que tienen a su alcance e intentar evitar la deserción escolar, pero para lograr alcanzar esta meta es importante ver más a fondo las problemáticas individuales de cada sujeto y contar con estrategias que ayuden a cada uno a encontrar una solución y fijarse metas para la vida.

Ofrecer talleres, pláticas informativas, apoyo psicopedagógico así como funcionar como guía académico, pueden ser soluciones que permitan el desarrollo de los adolescentes, no sólo en el proceso de selección de carrera, sino dentro del proceso de creación de un proyecto de vida que le permita contemplar de forma consciente su futuro y el rumbo que desea darle a su vida, permitiendo que realice una reflexión interna sobre él mismo y ayudando a expresar sus miedos, su confusión y los problemas con los que se están enfrentando durante el proceso de maduración, pues aunque “el sentimiento de identidad no comienza ni termina en la adolescencia. Se conquista por primera vez en ella como un logro personal, porque en ese momento de la vida coinciden el desarrollo físico, las habilidades cognoscitivas y las expectativas sociales” (Merino; 1993).

Si bien las artes plásticas no son la única herramienta para promover el desarrollo y crecimiento personal de los adolescentes, si son un gran apoyo para el mismo y es necesario modificar ese pensamiento tan común que se tiene dentro de la sociedad de que las artes plásticas son solo para aquellas personas que tienen la habilidad de realizar “un buen trabajo” que la capacidad de crear arte está íntimamente relacionada con la belleza visual que se percibe en una pintura y en la aplicación satisfactoria de una técnica porque el arte es subjetiva, porque la importancia del proceso creador está en las emociones que se tienen al trabajar. “La educación artística se fundamenta a través de la expresión individual de quien crea la obra, conlleva información que se pretende comunicar. Las emociones son expresiones interiorizadas que ayudan a la comunicación social y su autoconocimiento y autorregulación es fundamental a la hora de relacionarnos y expresarnos” (Llorca; 2017: 6).

Finalmente, como se mencionó al principio, es importante tener presentes aquellos conceptos del “si mismo” que surgieron en la década de los 80 y se tomaron en cuenta con más fuerza a partir de la década de los 90, ya que retomarlos y plantearlos como un propósito a desarrollar de manera positiva en los adolescentes puede ser capaz de contribuir a un mayor deseo de superación y a una búsqueda bien planteada acerca de sus planes a futuro con relación al presente, alentándolos a tomar riesgos y analizar sus deseos y necesidades.

Es así que trabajar para tener un “si mismo” positivo da como resultado un mejor desempeño de las personas, “las creencias de eficacia influyen en los pensamientos de las personas (autoestimulantes y autodesvalorizantes), en su grado de optimismo o pesimismo, en los cursos de acción que ellas eligen para lograr las metas que se plantean para sí mismas y en su compromiso con estas metas” (Bandura en Olvari; 2007). Un alto sentido del valor personal promueve el procesamiento de información y el desempeño cognitivo en distintos contextos, incluyendo la toma de decisiones y el logro académico (Bandura, 1997).

FUENTES CONSULTADAS

Referencias bibliográficas:

Ander- Egg, Ezequiel. (1991). "Cap 1: El taller como sistema de enseñanza aprendizaje" en: El taller. Una alternativa de renovación pedagógica. 2 ed. Argentina: Ed. Magisterio del rio de la plata.

Bohoslavsky, Rodolfo, (1976) Orientación vocacional: la estrategia clínica. Buenos Aires: Nueva Visión.

Esquinas, Francisco, et. al. (2011). Didáctica del dibujo: artes plásticas y visuales. Barcelona: Ed. GRAÓ.

Frontal, Olaia, et. al. (2015). Educación de las artes visuales y plásticas en la educación primaria. Madrid: Ed. Paraninfo.

Gavilán, Mirta. (2006). La transformación de la orientación vocacional. Santa Fe, Argentina: Homo Sapiens

Holland, John L. (1998). Técnica de la elección vocacional, tipos de personalidad y modelos ambientales. México, Ed. Trillas

López, Ángela. (2003). La orientación Vocacional como proceso. Buenos Aires: Bonum. p.p. 289

Tyler L. (1974). La función del orientador. México: Edit. Trillas

Referencias electrónicas:

Aceves Villanueva, Yaralín y Simental Chávez Lorena (2013). La orientación educativa en México. Su historia y perfil del orientador *Revista pilquen*. No. 10. Universidad de Baja California, Mexicali, México. Disponible en:

<http://Dialnet-LaOrientacionEducativaEnMexico-4690875.pdf> (Revisado: 15-May-2017)

Alejos, Cristina. (2014). Inteligencia emocional para los artistas. Pintura y artistas. Disponible en: <http://www.pinturayartistas.com/inteligencia-emocional-para-los-artistas/>

Alvaro, Arantxa. (23-febrero-2016). La pintura como terapia.la mente es maravillosa. Disponible en:

<https://lamenteesmaravillosa.com/la-pintura-como-terapia/>

Aguilar, Irene y Ana María Catalán. (2005) Influencia del entorno social en el desarrollo de las capacidades de los o las adolescentes. Disponible en: http://medicina.uach.cl/saludpublica/diplomado/contenido/trabajos/1/Osorno%202005/Influencia_del_entorno_social_en_el_desarrollo_de_los_adolescentes.pdf

Badilla, Francisca. (2011). Arte terapia: una manera de fortalecer la autoestima. Universidad de Chile. p. p. 70. Disponible en: http://www.tesis.uchile.cl/tesis/uchile/2011/ar-badilla_f/pdfAmont/ar-badilla_f.pdf

Blanco, Jeannina. (2013). "11 grandes beneficios de pintar". En: El arte como forma de vida. Disponible en: <https://artblanco.com/blog/55990/11-grandes-beneficios-de-pintar>

Carrasco, Miguel (2005). "Origen y desarrollo histórico de la orientación educativa." Disponible en:

Díaz Aguado, María José. (2003). Conducta y asesoramiento vocacional en la adolescencia. Papeles del Psicólogo, vol. 23, núm. 84, enero-abril, 2003, pp. 18-34 Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos Madrid, España. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/778/77808403.pdf>

Duran, Lorena (2008). Historia de la orientación vocacional. Disponible en:

<http://orientacionvocacionalccsa.blogspot.mx/2008/11/historia-de-lo-orientacion-vocacional.html>

Eleizalde, M., & Parra, N., & Palomino, C., & Reyna, A., & Trujillo, I. (2010). Aprendizaje por descubrimiento y su eficacia en la enseñanza de la Biotecnología. Revista de Investigación, (71), 271-290. Disponible en:

<https://www.redalyc.org/pdf/3761/376140386013.pdf>

Escorcía, S. Revista Electrónica Educare. Universidad Nacional Costa Rica. Autoestima, adolescencia y pedagogía. Revista Electrónica Educare, vol. 19, núm.

1, enero-abril, 2015, pp. 241-256 Universidad Nacional Heredia, Costa Rica
Disponibile en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=194132805013>

Fiol, María. (2015-2016). El arte/ la escultura como herramienta de autoconocimiento y autocrítica. Facultad de Bellas Artes de Sant Carlos. p.p. 37.
Disponibile en: <https://riunet.upv.es/bitstream/handle/10251/73643/FIOL%20-%20LA%20ESCULTURA%20/%20EL%20ARTE%20COMO%20HERRAMIENTA%20DE%20AUTOCONOCIMIENTO%20Y%20AUTOCR%C3%8DTICA.pdf?sequence=1>

Galilea, V. (2016). *Orientación Vocacional*. Disponible en:
http://www.sie.es/crl/archivo_pdf/ORIENTACION%20VOCACIONAL.pdf

García, Cristina. (s/f). "Cómo trabajar la educación emocional a través de la educación plástica" Palencia. p.p. 39. Disponible en:
<https://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/15594/1/TFG-L%201082.pdf>

González, Rocío; et. al. (Enero- Julio, 2009). <<Los colores que hay en mí">>: Una experiencia de arte-terapia en pacientes oncológicos infantiles y cuidadores primarios. Revista enseñanza e investigación en psicología. Vol. 14. No.1. San Luis Potosí. p.p. 77- 93. Disponible en: <http://www.redalyc.org/html/292/29214106/>

González Tovar, J., & Hernández Montaña, A. (2012). LA DESESPERANZA APRENDIDA Y SUS PREDICTORES EN JÓVENES: ANÁLISIS DESDE EL MODELO DE BECK. Enseñanza e Investigación en Psicología, 17 (2), 313-327. Disponible en: <https://www.redalyc.org/html/292/29224159015/>

Holland, John L. (1998). Técnica de la elección vocacional, tipos de personalidad y modelos ambientales. México, Ed. Trillas

Herrera, José Ignacio, et. al. (Mayo- Agosto 2009). La orientación educativa para la estimulación de proyectos de vida en estudiantes universitarios. Gaceta médica espiritana. Vol. 16 No. 2. Disponible en:

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1608-89212014000200016

Llorca, Arantxa. (2017). La educación emocional mediante las artes plásticas en el aula de primaria. "Sentimos el arte de jugar". Disponible en:
http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/168542/Llorca+Saporta+Arantxa_TFG.pdf;jsessionid=1942B6BA2D6C86F380391B43796165F0?sequence=1

López, Marián. (2004). Breve historia del arteterapia. Disponible en:
https://extension.uned.es/archivos_publicos/webex_actividades/4786/02historiadelaarteterapia.pdf

Martínez, Noemí y Marián López. (2004). Arteterapia y educación. Madrid, España: comunidad de Madrid. Consejería de educación. p.p. 299. Disponible en:
<http://www.madrid.org/bvirtual/BVCM001479.pdf>

Merino Gamiño, C. (1993). Identidad y plan de vida en la adolescencia media y tardía. Perfiles Educativos, (60). Disponible en:

<https://www.redalyc.org/html/132/13206008/>

Mora Soto, Fernando A. (2011). Orientación vocacional y educativa. Disponible en:
<http://registromodeloeducativo.sep.gob.mx/Archivo?nombre=1810-NECESIDAD+DE+ORIENTACI%D3N+VOCACIONAL+Y+EDUCATIVA.pdf>

Mosca de Mori, Aldo y Carina Santiviago. (2010). Conceptos y herramientas para aportar a la orientación vocacional ocupacional de los jóvenes. Disponible en:
http://www.inju.gub.uy/innovaportal/file/12206/1/manual_orientadores.pdf

OLIVARI MEDINA, CECILIA, & URRRA MEDINA, EUGENIA. (2007). AUTOEFICACIA Y CONDUCTAS DE SALUD. Ciencia y enfermería, 13(1), 9-15. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95532007000100002>

Ortega, Eduardo. (Agosto, 2014). El color de las emociones. Disponible en:
<https://psicologiaeduardoortega.wordpress.com/2014/08/01/el-color-de-las-emociones/>

Pérez Navarro, Carla. (2008). Arte terapia en educación: un camino de autoconocimiento para jóvenes. Docencia, no. 36. Disponible en:
<http://www.revistadocencia.cl/new/wp-content/pdf/20100730181759.pdf>

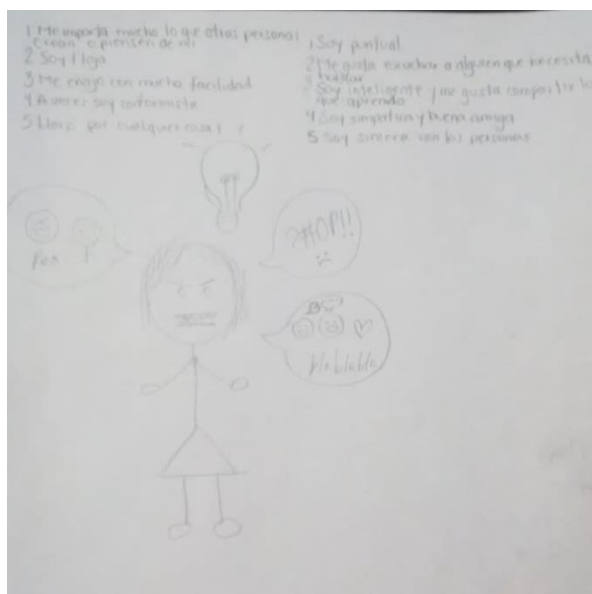
Talavera (2001-2004). Ser adolescente. Psicología popular. Disponible en:
<http://www.psicologiapopular.com/20Ladolescencia.htm>

Vázquez Piatti, Martha. (Abril 2018). El autoconocimiento, la base de la autoestima. Abc color. Disponible en: <http://www.abc.com.py/articulos/el-autoconocimiento-la-base-de-la-autoestima-1059212.html>

Anexos

A continuación se presentan ejemplos de las actividades propuestas en el taller, que fueron tomadas de prácticas profesionales realizadas de enero de 2018 a mayo de 2018 en la preparatoria oficial no. 115 "Emiliano Zapata"

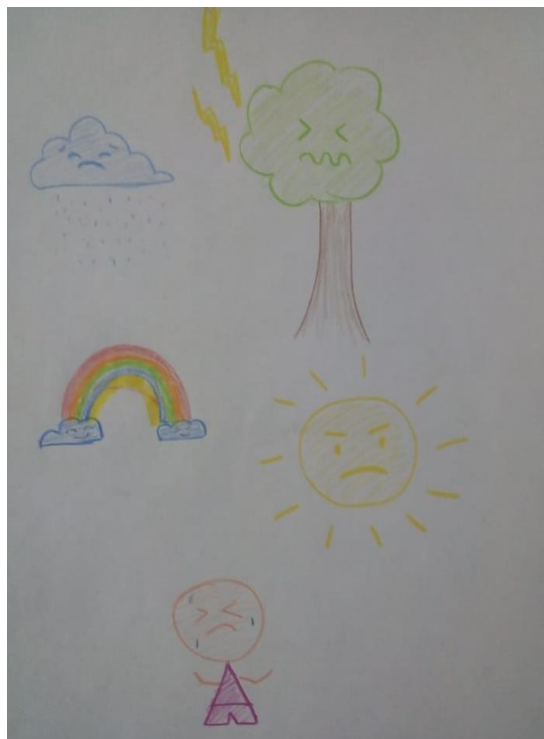
Anexo 1: ejemplo de la sesión 1



Anexo 2: Ejemplo de la sesión 2



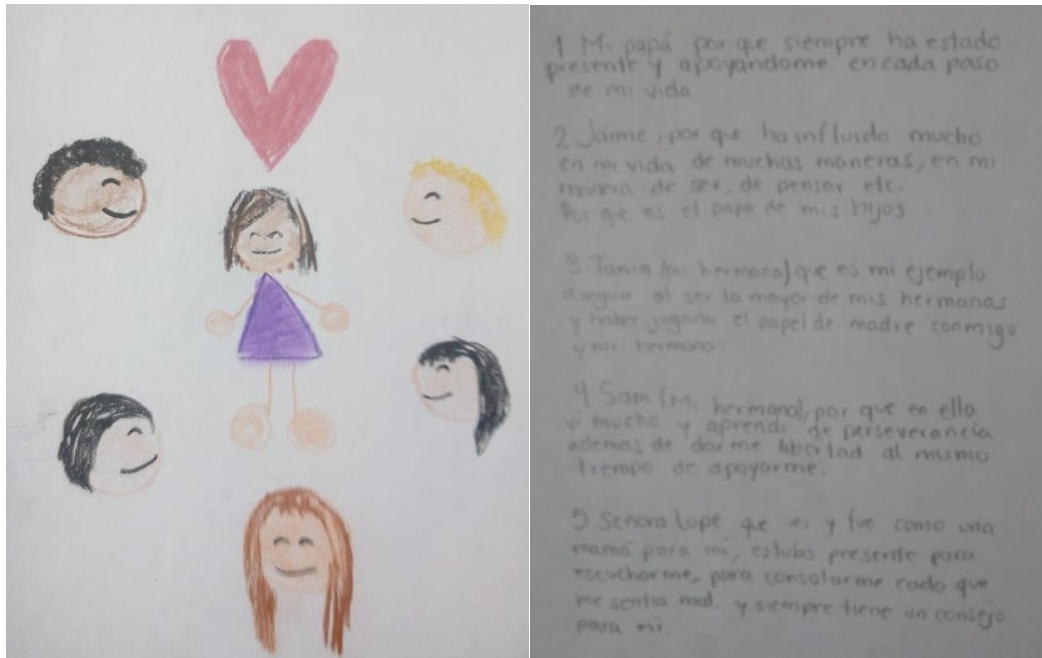
Anexo 3: ejemplo de la sesión 3



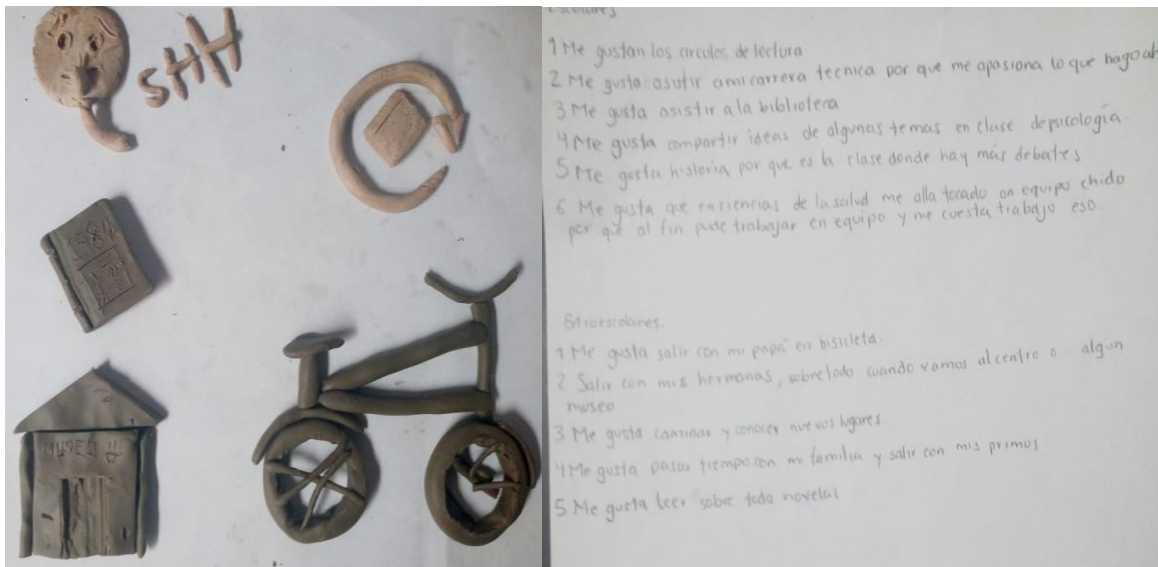
Anexo 4: ejemplo de la sesión 4



Anexo 5: ejemplo de la sesión 5



Anexo 6: ejemplo de la sesión 6



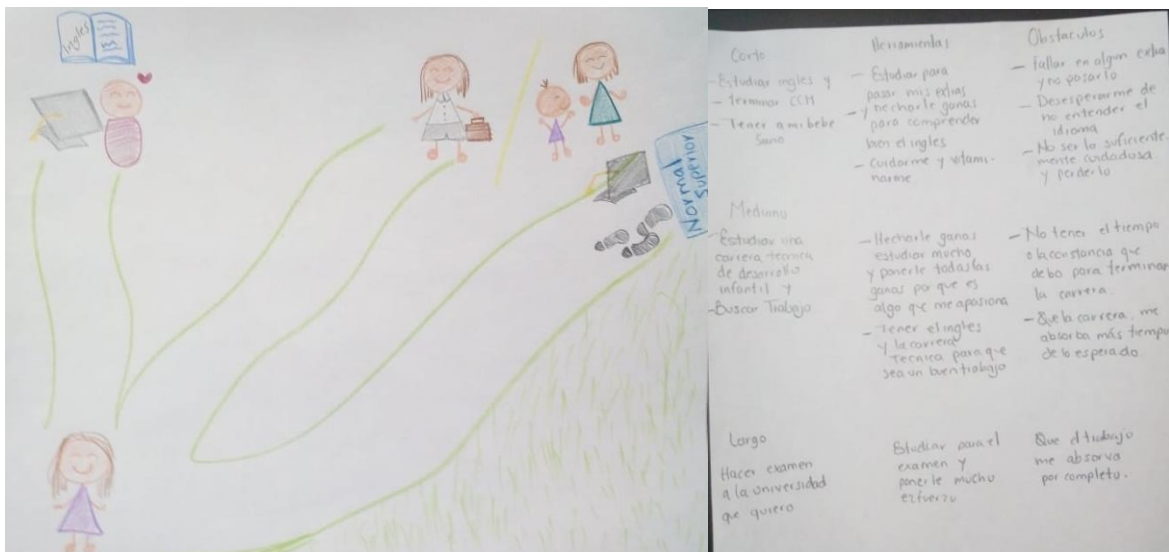
Anexo 7: ejemplo de la sesión 7



Anexo 8: ejemplo de la sesión 8



Anexo 9: ejemplo de la sesión 9



Anexo 10: ejemplo de la sesión 10



Anexo 11: ejemplo de la sesión 11



Anexo 12: ejemplo de la sesión 12

