



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE
MÉXICO.**

FACULTAD DE PSICOLOGÍA.

DIVISIÓN DEL SISTEMA DE UNIVERSIDAD ABIERTA.

**PROYECTO DE VIDA EN ADOLESCENTES,
ENFOCADO A LA ELECCIÓN DE CARRERA.
INFORME PROFESIONAL DE SERVICIO SOCIAL.**

**PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADA EN
PSICOLOGÍA PRESENTA:**

KARLA STEFFANY RUÍZ RAMÍREZ

NÚMERO DE CUENTA: 413005412

**ASESORA: LIC. CONDE ÁLVAREZ MARÍA DE LA
CONCEPCIÓN.**



Ciudad de México, Noviembre del 2016.



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
RESUMEN.....	2
DATOS GENERALES DEL PROGRAMA DE SERVICIO SOCIAL.....	4
CONTEXTO DE LA INSTITUCIÓN Y DEL PROGRAMA DONDE SE REALIZÓ EL SERVICIO SOCIAL.....	4
DETERMINAR OBJETIVOS DEL INFORME DE SERVICIO SOCIAL.....	6
MARCO TEÓRICO.....	7
CAPÍTULO 1. LA ADOLESCENCIA.....	7
1.1. Importancia de esta etapa de vida.....	8
1.2. Características principales de la adolescencia.....	9
1.3. La toma de decisiones en la adolescencia.....	11
CAPITULO 2. LA ORIENTACIÓN VOCACIONAL.....	15
2.1. Teorías y Modelos de la Orientación Educativa.....	18
2.1.1. Clasificación de Bilbao en México.....	19
2.1.2. Clasificación de Pantoja dentro de un Departamento de Orientación.....	19
2.1.3. Necesidades de un departamento de orientación de Salmerón.....	20
2.2. Principales características del orientador vocacional.....	21
2.3. Las condiciones en la toma de elección vocacional.....	23
CAPITULO 3. LA ORIENTACION EN LA UNAM.....	28
3.1. Un modelo de orientación educativa DGOAE.....	38
3.2. Pruebas de orientación vocacional que se aplican en el COE.....	39
3.2.1. Prueba Herrera y Montes.....	40
3.2.2. Prounam e InvoCa II.....	42
PROPUESTA DE TALLER DE PROYECTO DE VIDA EN ADOLESCENTES, ENFOCADO A LA ELECCION DE CARRERA.....	45
SUGERENCIAS.....	60
CONCLUSION.....	62
BIBLIOGRAFÍA.....	64
ANEXOS.....	68

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo muestra el taller acerca de un *Proyecto de vida en adolescentes, enfocado a la elección de carrera*. Este tiene el objetivo de orientar a los adolescentes, por la inmadurez en la toma de decisiones en esta etapa (de 15 a 18 años), para establecer metas, realizar un plan de vida y la elección de una licenciatura.

Para el Centro de Orientación Educativa, perteneciente a la Universidad Autónoma de México (UNAM), es sustancial desarrollar adolescentes que tengan objetivos y un buen desarrollo escolar-personal-profesional. Así que, dentro de los talleres que brinda esta dependencia y dentro de las escuelas de educación media superior deseo exponer, como una propuesta, el taller *"Proyecto de vida en adolescentes, enfocado a la elección de carrera"* para que los adolescentes reflexionen acerca de: por qué hacemos lo que hacemos, si es por gusto, o por conveniencia.

Si los adultos no forjan metas a corto, mediano y largo plazo, así como las estrategias para lograrlas desde edad temprana, permitiendo enfocarlas para prevenir los problemas atribuibles a esta etapa, no será posible dar sentido al trabajo que se realiza para lograr el propósito. Con el fin de evitar esta situación, se desea implementar algunas bases para una cultura de proyecto de vida en adolescentes, y así resolver los problemas más comunes, presentes en esta población. Entre los que se pueden encontrar, el alto índice de reprobación, el bajo nivel de aprovechamiento, la deserción escolar, la paternidad precoz y el desempleo. Se debe agregar que no únicamente existe una desubicación en cuanto a lo educativo, sino también en lo social y lo familiar; pues no se sabe distinguir entre lo que los adolescentes quieren, pueden tener o hacer.

El objetivo general de esta propuesta consiste en la elaboración de un taller, donde se abordarán temas básicos referentes al proyecto de vida para adolescentes de la educación media superior y brindarles herramientas indispensables para la construcción de uno propio y establecer o ir pensando que licenciatura estudiar.

RESUMEN

Las cifras de deserción escolar y problemas en la adolescencia en México son muy elevadas, por lo que resulta necesario dirigir de manera especial la atención a esta problemática. Para realizar el taller primero tuve que realizar una investigación documental acerca de la adolescencia, los beneficios de trabajar el desarrollo de un proyecto de vida en esta etapa, e ir vinculándolo con la carrera profesional y la toma de decisiones. *La orientación vocacional* se menciona como el proceso de ayuda en la elección, preparación y evolución de una profesión; mientras que la *orientación educativa* es aquella que busca desarrollar en los jóvenes las cualidades y herramientas para que decidan lo que quieren estudiar, englobando lo académico, profesional y personal.

Es importante empezar con la historia del Centro de Orientación Educativa y; la Dirección General de Orientación y Atención Educativa de la UNAM, ya que fue donde realice el servicio social, así como el papel y el objetivo del orientador. Igualmente se aborda el desempeño de la UNAM frente a la orientación educativa, así como sus principales modelos en la orientación vocacional.

Las pruebas que usa el Centro de Orientación Educativa tiene el fin de darle a los adolescentes la información, guiándoles respecto a la carrera que estudiaran; o en su caso, orientarlos hacia el cambio de carrera y la aplicación de métodos de estudios pertinentes, con la finalidad que el estudiante se desarrolle de manera más efectiva en el transcurso de sus estudios. El Centro de Orientación Educativa es un apoyo para aclarar las dudas que expresan los adolescentes y jóvenes universitarios, respecto a su vida académica o progreso en la universidad; por medio de talleres, orientación personalizada con psicólogo (o pedagogo) experto en el área de psicopedagogía.

El propósito de este trabajo es conocer y comprender cómo se consolida el proyecto de vida en la adolescencia, así como los modelos de orientación y la propuesta de un taller que proporcione herramientas para la elaboración de este plan de vida y

su relación con la elección vocacional; ya que, conforme lo visto en los textos, los jóvenes que desarrollan un plan de vida ligado a lo académico; toman decisiones adecuadas para su futuro. El proyecto de vida tendrá la finalidad de que los adolescentes relacionen su plan de vida y su carrera, de manera que él aproveche los recursos, posea las estrategias de organización, planeación y toma de decisiones.

Los elementos que conforma el taller son:

- a) Conocimiento de sí mismo.
- b) Motivadores.
- c) Recursos que posee.
- d) Rol social.

Los cuales permitirán a los adolescentes la participación en actividades intelectuales, lúdicas y de reflexión, por medio del desarrollo del temario y las herramientas para llevar a cabo el proyecto de vida de modo individual.

El taller está estructurado en un total de 3 horas, repartido en dos sesiones donde se brindara de estrategias a los adolescentes que se encuentran en la educación media superior o de 15 a 18 años, de forma que en un futuro puedan enfrentarse a las circunstancias de su desarrollo, con el mejor carácter posible. La implementación de este taller tiene temáticas como; el proyecto de vida con estrategias adecuadas, completas dando respuesta a sus inquietudes, por medio de dos temas conociéndome y; estableciendo estrategias y metas.

DATOS GENERALES DEL PROGRAMA DE SERVICIO SOCIAL

En el Centro de Orientación Educativa llevé a cabo mi Servicio Social. Este se encuentra en la Dirección General de Orientación y Atención Educativa. En este departamento asisten jóvenes y alumnos (preparatoria o licenciatura), pertenecientes a la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), a solicitar servicio de orientación educativa, ya sea para talleres o asesoramiento individual en temas como: cambio de carrera, elección de carrera y estrategias de estudio. El objetivo principal es apoyar a estos jóvenes, por medio de los servicios del Centro de Orientación, resolviendo dudas respecto al modelo de trabajo (grupala e individual), realizando su inscripción, llenando el historial de cada joven, en la entrevista inicial y a las asistencias de sus respectivas citas.

CONTEXTO DE LA INSTITUCIÓN Y DEL PROGRAMA DONDE SE REALIZÓ EL SERVICIO SOCIAL

El departamento de Centro De Orientación Educativa es un espacio creado con la finalidad de apoyar a los jóvenes estudiantes, y a los que desean continuar con sus estudios a lo largo de sus diferentes etapas de formación, ofreciendo diversos servicios que facilitan la integración a la institución, lo cual mantiene la calidad de permanencia y desempeño académico; así como la vinculación con la sociedad y el mercado laboral (COE, 2005)

DESCRIPCION DE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL SERVICIO SOCIAL Y SUS RESULTADOS.

A continuación se observara las actividades que realice en el COE, así como los conocimientos adquiridos y necesarios para realizar el servicio social en la dependencia de la DGOAE: (COE, 2005)

- Aplicación de un programa de orientación vocacional desarrollado por el prestador del servicio social.
- Búsqueda bibliográfica para fundamentar el programa de Orientación Educativa.
- Diseño de estrategias de intervención, con la finalidad de que el joven adquiriera nuevas habilidades, estrategias o conocimientos.
- Aplicación de la prueba PROUNAM-II e INVOCA.
- Conocer y operar del Sistema Automatizado del Departamento de Orientación Especializada (SAUDOE).
- Identificar a los alumnos que presentan el perfil requerido para ser usuario del Centro de Orientación Educativa, y canalizar a aquellos que requieran de otros servicios de salud.
- Participar como personal de apoyo en la impartición de talleres que se ofrecen en el Centro de Orientación Educativa.
- Realizar el seguimiento de los alumnos que concluyen su proceso de orientación.
- Participar en la atención individual de los alumnos que solicitan el servicio en el Centro de Orientación Educativa, bajo la asesoría de un orientador educativo.
- Participar en eventos masivos de orientación educativa, proporcionando asesoría psicopedagógica.
- Proporcionar información sobre las carreras que imparte la Universidad Nacional Autónoma de México, y el perfil de cada licenciatura.

DETERMINAR OBJETIVOS DEL INFORME DE SERVICIO SOCIAL

El objetivo del informe es la propuesta del taller *Proyecto de vida* que, tendrá como finalidad proporcionar, a los adolescentes, las herramientas para la organización, planeación y toma de decisiones. De manera que en un futuro, los sueños o afanes se traduzcan en metas, en mediano y largo plazo, factibles de lograr.

Está orientado a adolescentes, que deben elaborar su proyecto de vida, con la objeto de ir orientando sus decisiones, para lograr sus objetivos y prever situaciones complejas por medio de la planeación. Por lo tanto, la propuesta tiene la tarea de descubrir el potencial de los adolescentes, mediante el desarrollo o conocimiento de sus habilidades, aptitudes e actitudes en congruencia con el plan de vida y el plan de carrera.

En la literatura se menciona, que es importante que el plan de vida esté dentro del plan de carrera, pues es indispensable que el adolescente se prevenga de caer en situaciones y conductas riesgosas que, en ciertas etapas de vida, entorpecen los objetivos, sin aprovechar los recursos que ofrece la vida y facilitando las metas que proporcione las estrategias de organización, planeación y toma de decisiones aplicables para mejorar todos los ámbitos de la vida presente y futura.

MARCO TEÓRICO.

CAPÍTULO 1. LA ADOLESCENCIA

La adolescencia es la etapa entre la niñez y la edad adulta; cronológicamente inicia por los cambios pubertales de los 10 a los 19 años:

El adolescente es el conjunto de aspectos y formas seleccionadas de los adultos y el modelo ideal de comportamiento que éstos le presentan de distintas maneras; entre las que sobresalen: escuela, familia, medios masivo de comunicación, entre otros... Se caracteriza por profundas transformaciones biológicas, psicológicas y sociales; muchas de ellas generan crisis, conflictos y contradicciones, por lo que es un periodo de adaptación (Pick de Weiss y Vargas., 2000. p.16).

Es crucial que en esta etapa el adolescente proyecte sus metas y deseos con la finalidad de tener más claros sus objetivos. Ya que se caracteriza por ser una fase de grandes determinaciones que implican la independencia psicológica y social; que genera cuestionamientos a la integración de su identidad personal: ¿quién soy?, ¿quién seré?, ¿cuál es el camino para lograrlo? y ¿a dónde y cómo llegaré?. Erikson, E. H. (1984) menciona que al no tener respuesta a estas interrogantes, produce una crisis de identidad, misma que puede superar al apoyarse en un plano social donde la interacción consolide su consciencia grupal, le permita hallar respuestas a sus cuestionamientos, clarificar su identidad, adquirir confianza, seguridad y elaborar un proyecto de vida.

Erikson, E. H. (1984) subrayó que la adolescencia es una fase de conflicto incrementado, caracterizado por una fluctuación en la fuerza del yo. Durante esta etapa, el adolescente debe establecer un sentido de identidad propio y evitar los peligros de la confusión en la personalidad. Por lo que la adolescencia es el momento en que el individuo desarrolla una identidad personal, basándose en

experiencias pasadas, lo que implica la adopción de creencias, valores y compromisos prácticos.

1.1. Importancia de esta etapa de vida

La adolescencia es distinguida por conductas de ociedad, donde se alcanza la maduración de la identidad. Una etapa caracterizada por la toma de decisiones importantes en su perfil educacional y ocupacional, donde el adolescente genera una búsqueda continua del papel a desempeñar en la sociedad (Pick de Weiss y Vargas., 2000).

El taller pretende proporcionar al adolescente las herramientas de planeación y estrategia, en la toma de decisiones y metas; jugando un papel fundamental, ya que brinda de los instrumentos necesarios para que el adolescente se conozca a sí mismo, preparándose para entrar a la profesión adecuada según sus intereses y aptitudes, cumpliendo con sus objetivos futuros. Conviene subrayar que este taller se centra en el adolescente y el joven en fase de formación, es decir, que con sus acciones y un programa de vida proyecte un futuro dentro de la sociedad, así, la inserción del adolescente en el mundo social permitirá el desarrollo intelectual y la socialización adulta.

El programa de vida es uno de los caracteres esenciales de la conducta del adolescente, pues representa un móvil en la formación de su personalidad. Un plan de vida se basa en una dinámica de valores donde el adolescente colocará ciertos ideales por encima de otros, subordinará los medios, dejando sólo los valores persistentes. Por eso es importante que el adolescente sea consciente de la necesidad de reflexionar sobre sus valores (inculcados desde la infancia hasta el contacto con la sociedad) (Martínez y Romero, 2002).

Si bien es necesario reflexionar sobre los valores más importantes para él y su proyecto de vida, el adolescente deberá considerar los distintos aspectos de su entorno social, con la finalidad de conocer su identidad y desarrollar la personalidad

que le permita encontrar su rol dentro de la sociedad (Pick de Weiss y Vargas., 2000).

Una problemática de esta etapa es el riesgo que existe en el abandono escolar, que puede deberse a causas como las siguientes (Hernández y Ortiz, 1996) y (Sánchez M., 2004):

- El afán de independencia y prestigio.
- El fracaso escolar.
- Los problemas económicos.
- No conocer su identidad.
- Carecer de un proyecto de vida, metas o planes.
- Cambiar constantemente de Carrera sin definirse.

1.2. Características principales de la adolescencia

Es necesario recalcar que la adolescencia es un periodo en que el individuo establece su propia identidad, pues es parte de la experiencia humana y, al mismo tiempo, el reflejo cultural de distintas características de la sociedad.

A continuación se mencionan algunas características de la adolescencia, referentes a los aspectos cognitivos y social. Estos rasgos se representan sin pretensión de encasillar a los adolescentes en patrones rígidos y estables; sino más bien se trata de ofrecer un panorama general y un concepto más amplio de esta etapa.

Los aspectos psicosociales de esta etapa son (Sánchez M., 2004) y (Hernández y Ortiz, 1996):

- Búsqueda de sí mismo y de una identidad.
- Necesidades de independencia.
- Tendencia grupal.

- Evolución del pensamiento abstracto, con el cual podrá formular hipótesis, corregir falsos preceptos, considerar alternativas y llegar a conclusiones propias.
- La elaboración de una escala de valores en relación al entorno donde se desarrollan.
- Manifestaciones de conductas en relación con la identidad sexual.
- Constantes fluctuaciones de su estado anímico.
- La elección de una ocupación.
- Necesidad de formulación y respuesta para generar un proyecto de vida.
- La autoafirmación: el adolescente quiere valerse por sí mismo y en la busca la emancipación del hogar.
- El deseo de ser aceptado.
- Rebeldía ante las reglas establecidas.

Es probable que para generar la autoafirmación y autoconcepto del adolescente, sea necesario, en el taller, incluir el proceso de elección vocacional, ya que se trata de encauzar la identidad, fortalecer la toma de decisiones, forjar la proyección de metas y, por consiguiente, empalmar un plan de vida con el de carrera.

En el COE frecuentemente los padres imponían a sus hijos una determinada opción profesional, que a su juicio es la mejor, pensando que esta ofrece beneficio económico o la posibilidad de continuar una tradición familiar; o bien consideran que como aún no están capacitados para elegir acertadamente, deben hacerlo ellos en su lugar. De acuerdo con lo anterior, es indispensable tener en cuenta que estas situaciones suceden no precisa y directamente por juzgar a los adolescentes, sino por una estereotipización de algunas carreras. Para ilustrarlo mejor, se expone un ejemplo: cuando un joven quiere estudiar filosofía, los padres o ellos mismos tienen la percepción de que esta licenciatura no tiene campo laboral, por lo que el temor se concentra en que una vez egresados no encontrarán trabajo. Hay que aclarar que actualmente, debido a la crisis económica y competencia laboral, sea la carrera

que estudie, esta no garantiza que tenga un buen futuro; así que lo ideal sería que la carrera a estudiar sea conforme a sus habilidades y gustos; con el propósito de seguir preparándose constantemente y adquirir el nivel que la competencia profesional solicita.

1.3. La toma de decisiones en la adolescencia.

“Día tras día los adolescentes consciente o inconscientemente eligen alternativas en sus vidas” (Gutiérrez e Ibáñez, 2010, p.65) es fundamental la enseñanza de herramientas en la cual los adolescentes tomen decisiones correctas cotidianamente, adaptando el mundo externo a su proyecto de vida, asumiendo la responsabilidad de sus decisiones y consecuencias. Se entiende por decisiones a la elección entre 2 o más opciones como señala el programa nacional de lectura de la Secretaria de Educación Pública (SEP): una decisión es una resolución que se toma en un asunto dudoso.

Durante la adolescencia opera el Modelo de Sistema Dual en la que el Sistema de Control Cognitivo no ha alcanzado completamente su maduración, mientras que el Sistema Socioemocional sí. Por esta razón, en esta etapa aparecen conductas con elevados componentes de riesgo, debido a que los impulsos generados por las estructuras profundas del cerebro como el sistema límbico, no pueden ser inhibidos por las regiones de la corteza prefrontal; por lo que toman decisiones basándose en la emoción. Esta situación no ocurre durante la niñez, pues los dos sistemas poseen niveles de desarrollo equivalentes, como ocurre en la adultez (Broche y Cruz, 2014).

En la ilustración 1, Weiner y Elkind (1976) señala lo que sucede a un adolescente cuando empieza a tomar decisiones y desarrollar un plan de vida.

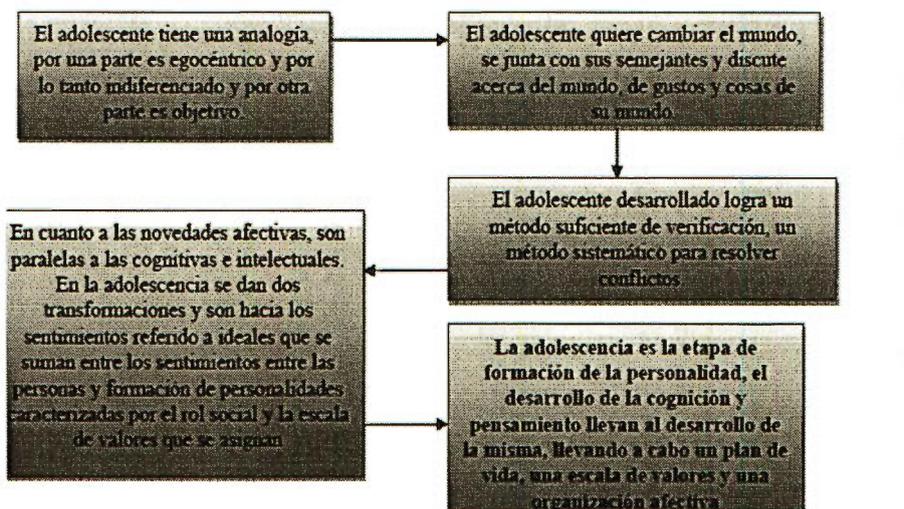


Ilustración 1. Tomado de (Gutiérrez e Ibáñez, 2010, p. 65).

Pick de Weiss y Vargas (2000) menciona que una de las características de una persona madura e inteligente, es la capacidad de tomar buenas decisiones: la adolescencia es el periodo donde las decisiones tomadas, intencionalmente o no, afectarán al curso de la vida. Algunas de las decisiones fundamentales que se toman en la adolescencia son en la educación, la carrera profesional, la elección de una pareja, las actividades de tiempo libre, el consumo de drogas, etcétera. Por ello es fundamental rescatar aquellos valores y hábitos, que fueron inculcados desde la niñez.

Para tomar una decisión es necesario conocer, comprender, analizar una situación y darle cierta solución rápida, pues se trata de situaciones insertadas en la cotidianidad donde los procesos se dan de manera inconsciente: "el arte de tomar decisiones está basado en cinco ingredientes básicos: la información, conocimientos, experiencia, análisis y juicio" (Gutiérrez e Ibáñez, 2010, p.73-74). Pero en la adolescencia la toma de decisiones son impulsivas: muchas veces los

adolescentes hacen la primera cosa que se les ocurre; otros posponen el momento de tomar decisiones o no deciden y hay quienes dejan que otras personas decidan (Hernández C., 2008). Muchas veces, cuando toman decisiones arrebatadas, se exponen a consecuencias innecesarias que afectan no sólo el presente sino también su futuro; un ejemplo es dejar la escuela, sin pensar que en el futuro se dificultará encontrar un empleo, perjudicando su satisfacción personal.

Pick de Weiss y Vargas (2000), señala que las decisiones en los adolescentes son con la finalidad de:

- Determinar qué se quiere hacer.
- Definir el futuro y metas a alcanzar.
- Solucionar los problemas que se presenten.

La mejor manera de tomar una decisión es definir la problemática, generar alternativas de decisión, conocer las alternativas y elegir la que se ajuste a nuestra meta asumiendo la responsabilidad de los resultados, "se debe tener conciencia de que estos procesos de decisión están en continuo cambio, es decir, las decisiones que se toman continuamente van a tener que ser modificadas, por la evolución que tenga el sistema o por la aparición de nuevas variables que los afecten" (Gutiérrez e Ibáñez, 2010. p.83).

Al momento de tomar una decisión concerniente a la carrera es importante tener claro nuestros intereses, habilidades y plan de vida. Krumboltz elaboró los factores que son determinantes en la toma de decisión vocacional con la teoría del aprendizaje social (citado en Gutiérrez e Ibáñez, 2010) y estos son:

1. Factores genéticos
2. Factores del ambiente.
3. Experiencias del aprendizaje.

4. Destrezas para realizar tareas determinadas.

En estos factores las decisiones están basadas en la experiencia pasada y servirán como referente para no cometer errores, por lo que es necesario incitar la toma de decisiones desde muy temprana edad. La literatura determina 3 elementos a los cuales se le atribuye la dificultad en la toma de decisión: el riesgo, la renuncia y la responsabilidad.

Pick de Weiss y Vargas (2000); menciona que tomar una decisión puede ser difícil, pero con los siguientes pasos logrará ser una decisión acertada:

1. Enlistar las diferentes opciones o alternativas.
2. Obtener información suficiente acerca de cada opción.
3. Hacer la lista de las ventajas y desventajas de cada opción.
4. Considerar las consecuencias de la decisión a corto, mediano y largo plazo.
5. Si una opción involucra varias decisiones, pensar en una por una.

Pick de Weiss y Vargas (2000), considera que el tener decisiones claras y certeras de acuerdo al proyecto de vida, tendrá como resultado que los adolescentes tomen medidas enfocadas a sus metas y con un mejor resultado de estas decisiones. La responsabilidad y la toma de decisiones están íntimamente relacionadas, ya que mientras más oportunidad tienen de tomar sus propias decisiones, más pueden intervenir en el curso que tomará su vida y más responsabilidad demostrarán ante sus acciones (citado en Hernández C., 2008, p. 48).

CAPITULO 2. LA ORIENTACIÓN VOCACIONAL

Se explora la idea del concepto de vocación, como un proceso que se va construyendo poco a poco, tomado de la mano con la identificación del propio individuo, es decir, con su autoconocimiento. La palabra vocación proviene del latín *vocare*: llamado. La vocación se da por la experiencia, la vivencia del medio externo e interno del joven, así que la elección no sólo es un momento. Es muy probable que a lo largo de la vida se tenga que cambiar de proyecto (Monter, 2008), por lo que un plan de vida debe ser medible, realista y flexible: el taller propone una reflexión acerca de estas situaciones donde en el transcurso de los años pueden cambiar o atrasarse las metas.

Es importante que el orientador proporcione los elementos que faciliten la integración del adolescente en la escuela, así como su elección vocacional (Cabrera Zamora, 2005). Por ello, el taller debe ser capaz de formar sujetos biopsicosociales, tomando como soporte la relación adolescente-escuela-desarrollo, la finalidad es que el adolescente conozca y describa sus propias capacidades, rendimientos, motivaciones, intereses, inteligencias, aptitudes y personalidades.

Herrera y Montes (1957) define la orientación como un servicio educativo que proporciona herramientas para enfrentar problemas o situaciones donde se requiere de una toma de decisión. Durante el taller se plantean actividades a aquellos adolescentes que poseen la incapacidad para trazar objetivos, tomar decisiones y; rutas educativas y vocacionales, lo que al final provoca un desajuste personal, que finalmente desemboca en la insatisfacción personal-escolar-laboral.

Gordillo (1984) conceptualiza la orientación educativa como un proceso individualizado donde se ayuda al educando en su creciente realización personal, logrado a través de la libre exaltación de valores y practicado intencionalmente por los educadores en situaciones diversas que entrañen y posibiliten la comunicación.

En conclusión, la Orientación Educativa es la ayuda que se presta al individuo para resolver problemas referentes al plan profesional y de vida, por lo tanto, es un proceso continuo en todas las etapas de la vida.

Existen muchas definiciones de Orientación vocacional, pero la que más se apega a lo que trata de explicar este trabajo y el taller es la definición de Super Donald (1951): "la orientación vocacional pretende ayudar a que la persona elabore un concepto adecuado de sí mismo y de su papel en el trabajo (citado en Galilea, Virginia 2016)", lo cual busca el ajuste de un individuo en la actividad, carrera o profesión más adecuada a sus características, con el propósito de buscar un perfil más indicado para el joven.

Los antecedentes más importantes en el desarrollo de la orientación vocacional, son los siguientes:

- El antecedente más remoto se ubica en la práctica que desarrollaron los grupos tribales, ya que ellos dividían sus actividades conforme a las habilidades de los individuos de la comunidad: dependiendo la habilidad era la actividad desarrollada dentro de la sociedad.
- En la República de Platón se señala la formación de un Estado ideal, donde la educación tenía el propósito de generar ciudadanos cuyo fin era satisfacer las necesidades del gobierno.
- En la Primera Guerra Mundial se ubicó a los soldados y civiles en actividades necesarias en ese momento, se promovió el conocimiento de las aptitudes en las personas, perfeccionando la elaboración de los exámenes aplicados con este fin, y así, colocarlos en el lugar más idóneo.
- En 1908 se funda, en Boston, el departamento vocacional y se publica la obra de Parsons "Choosing a Vocation", donde aparece de manera formal la orientación vocacional, aunque es hasta 1909 cuando figura por primera vez el término Orientación Vocacional.

- En 1923 se creó el Departamento de Psicopedagogía e Higiene Escolar, integrado por: la higiene escolar, psicopedagogía y la prevención social en México.
- En 1984 surgió la Asociación de Profesionales de la Orientación Vocacional en México que conjunta y convoca a los orientadores de todos los niveles.

Todas estas reseñas tienen el objeto de conocer cómo se generó la orientación vocacional en México, con el propósito de conocer las teorías y modelos que existen dentro de la orientación educativa. En México, la mayoría de los adolescentes egresados de la educación media superior, al no poseer un plan de vida y carrera, les dificulta la elección vocacional, la toma de decisiones y el planteamiento de metas. En cambio, cuando los adolescentes tienen sus objetivos definidos, se hace posible la comprensión de su realidad social, sus necesidades, sus perspectivas de cambio, su promoción personal y social, lo cual hace posible la toma de decisiones.

La importancia de la Orientación vocacional durante la adolescencia, es con la finalidad de desarrollar en ellos el sentido de reflexionar acerca de su carrera y su futuro, con las habilidades y herramientas que ellos disponen. "Algunos autores como: Shaie, Piaget, Lavouvie-Vief, Michael Basseches, Perry, Selman se enfocan en el desarrollo cognitivo como una etapa muy importante de la transición del pensamiento que influye notablemente en la forma de actuar y tomar ciertas decisiones en esta etapa" (Ruíz del Rosario, 2016, p.7).

En una investigación realizada por Warner Shaie (citada en Ruíz del Rosario, 2016) reflexiona que: el rasgo distintivo del pensamiento en los adolescentes es la flexibilidad, ya que emplean sus capacidades cognitivas para cursar una carrera y escoger un estilo de vida, a la que por nombre reconoce como periodo de realización, aquí se aplica la resolución de problemas y toma de decisiones, para lograr las metas y un proyecto de vida, alcanzan cierto grado de independencia, pasan por un periodo que se supone es la responsabilidad social y suelen usarse para la resolución de conflictos ajenos de familia, trabajo y comunidad de acuerdo a sus habilidades (p. 7).

El adolescente adquiere la capacidad de su propio pensamiento reflexivo, en donde los aspectos vocacionales ya no son tan idealizados y se encuentran en el plano de la realidad. Se comienzan a distinguir algunas limitaciones de acuerdo con las capacidades personales en función de la personalidad y carácter del adolescente, por lo que la orientación adquiere un papel fundamental en fomentar a los adolescentes el hábito de decidir por sí mismo, dejando de lado las opiniones sociales, generando el conocimiento de él mismo, en apoyo de estrategias y teorías para la toma de decisiones fomentando el proceso de desarrollo en la adolescencia (Sánchez L., 1998).

En México conforme a los datos de la "ENADID, (2014) muestran que, 3.8% de los jóvenes cuentan con educación media superior y 19.9% con educación superior. Cabe destaca que 1.2% no cuenta con instrucción o sólo tiene el preescolar, el 3% tiene primaria incompleta. La proporción de adolescentes que tienen una escolaridad menor a la primaria completa es de 3%, en tanto que 5.9% cuenta con primaria completa y 42.2% con algún grado de secundaria. Es en el grupo de 20 a 24 años en que hay una mayor frecuencia de jóvenes con educación superior (30 por ciento)" (citado en Pacheco y Rivera, 2016, p.34). En el ingreso a bachillerato desertan 10, durante los estudios de preparatoria otros 16, de tal forma que de los 100 alumnos iniciales sólo 24 completan este nivel educativo. De éstos, 21 alumnos llegan a la universidad, pero sólo 14 la terminan (Avilés Karina. 2016), por lo tanto el taller tiene la oportunidad de evitar esta deserción escolar, de modo que los adolescentes podrán concretar metas y carreras satisfactorias conforme a su proyecto de vida establecido.

2.1. Teorías y Modelos de la Orientación Educativa

Los principales modelos de la Orientación Educativa fueron planteados por la Asociación Mexicana de Profesionales de la Orientación A.C. (AMPO). Esta institución ha realizado esfuerzos importantes en este terreno, con la formación de investigadores e instituciones que se ocupan de consolidar la labor del orientador educativo.

Existe una gran variedad en la clasificación de teorías y modelos sobre la orientación educativa en México: muchos han sido una recopilación de otros, con la finalidad de adaptarlo a nuestra población. A continuación, se mencionan los que poseen mayor relevancia en la Orientación Vocacional del Centro de Orientación Educativa (COE) de la UNAM.

2.1.1. Clasificación de Bilbao en México

Dentro del modelo educativo de México se distinguen tres modelos de la orientación educativa, recopilada y propuesta por Teresita Bilbao en su tesis *Los modelos de orientación en México* publicada en 1986, y donde se mencionan:

- El modelo científico, cuyo objetivo es lograr desarrollar las capacidades del individuo de acuerdo a las aptitudes.
- El modelo clínico, es donde el individuo requiere adaptarse a sus decisiones.
- Y el modelo desarrollista, cuyo objetivo es modificar la demanda a nivel medio y superior hacia las carreras técnicas. Este modelo se desarrolla en los bachilleratos de México, donde se promueve una educación general con terminación técnica, cuya finalidad es proporcionar, a los jóvenes, oportunidades laborales una vez que salen de la escuela.

2.1.2. Clasificación de Pantoja dentro de un Departamento de Orientación

La clasificación que propone Pantoja (2004) dentro del departamento de orientación son los siguientes:

- Servicio de Orientación Educativa, Personal y Profesional.
- Departamento de Orientación.
- Tutores.

Este modelo de departamento de Orientación se desarrolla en el Centro de Orientación Educativa, de la Dirección General de Orientación y Atención Educativa-UNAM.

2.1.3. Necesidades de un departamento de orientación de Salmerón.

Salmerón (2001), reflexiona sobre la necesidad de crear un Servicio de Orientación con la finalidad de optimizar el ingreso de los jóvenes a la educación superior, tomando en cuenta los siguientes aspectos:

- Orientación para la transición del bachillerato a la universidad.
- Atención a la diversidad de estudiantes.
- Tutoría.
- Orientación profesional y académica.
- Orientación para el acceso a la educación superior.
- Inserción laboral.
- Formación de estrategias de estudios.

Conviene subrayar que la elección vocacional inicia desde el ingreso a la primaria, la reinserción a la escuela media, y así sucesivamente, hasta el momento en que los jóvenes requieren obtener seguridad, ayuda, apoyo y esclarecimiento en las elecciones futuras. Tomando en cuenta que conforme a las decisiones tomadas por los jóvenes hay resultados (consecuencias), es indispensable la realización de un proyecto de vida enfocado a la carrera, con la finalidad de ir realizando los objetivos que nos dirijan al resultado que deseamos tener.

En el documento "base de la Orientación Educativa en México", la Asociación Mexicana de Profesionales de la Orientación, agrupa los modelos teóricos en tres categorías principales:

- a) Modelos pedagógicos.
- b) Modelos psicológicos.

c) Modelos socioeconómicos.

En conclusión, la elección de los adolescentes estará determinada por intereses, motivaciones y aptitudes particulares; siempre y cuando tengan claro las metas que deseen lograr.

2.2. Principales características del orientador vocacional.

La orientación tiene como objetivo principal que el sujeto pueda tomar una decisión basada en la información sobre el conocimiento de sí mismo, sus objetivos y su sociedad, en particular (Monter, 2008):

- Sus aptitudes.
- Intereses.
- Competencias.
- Su identificación sexual.
- Tipo de personalidad.
- Hábitos de estudio.
- Actitudes.
- Aspiraciones y fantasías.
- Mitos y creencias del entorno socio-cultural.
- Nivel social-económico al que pertenece.
- Estructura y dinámica del grupo familiar.

El orientador educativo es un profesional formado inicialmente como psicólogo, pedagogo o trabajador social, con la exigencia de formarse en el rubro específico de orientación educativa. Hernández Nava. (2015) menciona que el orientador debe: estar preparado para escuchar al estudiante en el desarrollo biopsicosocial, de competencias sociales y emocionales, en la consecución de su proyecto de vida, que implica el desarrollo académico-personal. En síntesis, necesita tener un

dominio conceptual, procedimental y actitudinal que coadyuve en la formación integral.

Otro rasgo fundamental, en la formación del orientador, es el trabajo con los adolescentes para toma de decisiones. Un psicopedagogo debe estar capacitado: "para la orientación e intervención educativa, destinado a promover el desarrollo integral de la persona, en su realidad individual, social y el desarrollo óptimo de los procesos de aprendizaje (individuales y grupales) en el marco de la mejora de la calidad educativa" (Parras, 2009, p.132).

Por lo consiguiente, Sánchez y Valdés (2003) proponen el siguiente perfil académico sobre los conocimientos que deben tener los orientadores educativos.

Conocimientos en las principales teorías de la Orientación, los factores que influyen en el desarrollo humano, así como de las teorías de la motivación, conducta humana, información básica acerca de las principales profesiones, puestos de trabajo, las bases de la evaluación, medición e interpretación de los resultados de pruebas estandarizadas y no estandarizadas (citado en Monter, 2008, p. 68-69).

Es importante resaltar el perfil que concuerda tanto con el taller que se promueve en este escrito como en el COE, acorde a la literatura revisada hasta el momento, es importante considerar que el perfil que utiliza la dependencia es el propuesto por Sánchez y Valdés, ya que toma en cuenta todos los campos que el adolescente debe investigar y realizar para una toma de decisión vocacional. Las características mencionadas, fomentan la confianza entre el individuo-orientador, con el propósito de promover en adolescentes su identidad, metas y el desarrollo de un proyecto de vida. Esto con el fin de crear un cambio, identificando el ambiente en que se desenvuelve el adolescente, guiándolo a detectar y solucionar dificultades en el ámbito escolar-laboral-profesional:

- Vocación al servicio.
- Confianza.

- Habilidad para motivar con entusiasmo óptimo.
- Amabilidad, empatía, paciencia, sinceridad y disponibilidad.
- facilidad de comunicación.
- Capacidad de análisis y síntesis.
- Creatividad.
- Aceptarse a sí mismo y a los demás como son.
- Congruencia entre lo que experimenta, siente y piensa.
- Firmeza y suavidad.
- Pensar con rapidez y claridad.
- Aportación constructiva para solucionar problemas.
- Madurez emocional.
- Capacidad para resolver conflictos.

2.3. Las condiciones en la toma de elección vocacional.

En relación con la elección vocacional se presentan las condiciones familiares que influyen y modifican la toma de decisiones de adolescentes y jóvenes, los cuales son los siguientes (Gullco y Di Paola, 1993):

- Familias con necesidades económicas apremiantes, pues los jóvenes que crecen en este medio necesitan incorporarse rápidamente al campo laboral. Esta situación provee de dos alternativas a los jóvenes: buscar carreras cortas y con poca demanda estudiantil o, no estudiar y ponerse a trabajar.
- Familias que desean mantener el status socio-económico adquirido: es el peso del apellido el que ilustra alguna actividad, o empresa familiar, que condiciona la decisión del adolescente en espera de continuar una tradición.
- Familias que buscan movilidad social: se les impone a los jóvenes alguna carrera o actividad asociada al proyecto de ascenso económico-social.
- Familias que desean que sus hijos lleven a cabo proyectos que no pudieron realizar sus padres.

Estas situaciones familiares determinan la elección de los hijos, de manera que es indispensable identificarlas para reconocerlas y objetivarlas, con el fin de orientar al adolescente dependiendo de su situación familiar, social y económica; asumiendo que hay que optimizar los gustos y habilidades para que el adolescente tome una decisión de acuerdo a su proyecto personal. Lo anterior llevaría a que menos adolescentes cambiaran de carrera y por lo tanto tomarán decisiones adecuadas conforme a su proyecto de vida.

Dentro de los factores que influyen negativamente en el proceso de orientación vocacional son:

- La motivación laboral real del usuario.
- La iniciativa en la búsqueda de empleo y de formación
- La percepción de recursos económicos que cubran o solucionen sólo las necesidades mínimas restarán impulso y motivación para acceder a un empleo.
- La situación familiar.
- La relación del usuario con el mundo laboral.
- La historia formativa / laboral, vivida por el usuario de manera positiva, es un predictor de éxito en un proceso de rehabilitación laboral.
- El último trabajo y curso de formación desempeñada
- Los motivos de abandonos laborales, formativos, ocupacionales o de ocio aportarán información sobre su sistema de atribuciones.
- Las limitaciones y habilidades laborales.
- Los deseos y preferencias laborales.
- El tipo de actividades que realiza durante el día: aficiones, gustos, tareas de casa, lectura.

Igualmente existen factores como el sexismo, que considera culturalmente que algunas carreras son para el género masculino (aunque se ha ido descartando esa

idea retrógrada conforme al paso del tiempo), no obstante sigue siendo un pensamiento cultural de nuestra sociedad mexicana. De igual manera Gulco y Di Paola (1993) menciona que en algunos grupos las carreras humanísticas son consideradas femeninas, así como las largas para hombres, ya que se tiene la idea machista, que las mujeres se deben encargar de la familia, a costa de su desarrollo educativo y laboral. En efecto, aunque existe este sexismo, la mujer actualmente tiene un papel importante dentro del campo laboral y educativo. Por esto, el taller está enfocado a ambos sexos por la competitividad y capacidad que existe en el mercado profesional y educativo.

Es probable que cuando los adolescentes solicitan información a personas que estudiaron la misma licenciatura se encuentran con respuestas emocionales, carentes de crítica, contradictorias, de carácter totalizador; oír estos estereotipos podrían considerarse dentro de la categoría mítica o de las experiencias vividas de los sujetos, por lo que es común que en la mayoría de los casos estos adolescentes se enfrenten ante la pregunta que propone Gulco (1993): ¿para qué estudiar si terminarás manejando un taxi?. Así como mitos acerca de las licenciaturas como: los psicólogos están locos o tienen problemas que solucionar, en artes te mueres de hambre, etcétera. Por esto se hace fundamental esclarecer que cualquier licenciatura tiene su propio estereotipo y mitos establecidos, sin conocer el objetivo de esta.

En 1997 se concluyó que la orientación educativa debía estar basada en la formación de recursos humanos de calidad, preparados para enfrentar los retos de una competencia internacional basada en la ciencia y la tecnología, investigar para ampliar las fronteras del conocimiento buscando el beneficio de la sociedad mexicana, preservar y difundir la cultura nacional así como los grandes valores de la cultura universal en beneficio de la sociedad mexicana (México, 2000).

En el Centro de Orientación Educativa de la UNAM, la orientación se lleva a cabo en un taller grupal, a sabiendas de que un grupo permite un conjunto restringido de personas interactuando en un mismo tiempo y espacio, donde la finalidad es

construir un pensamiento, idea o proyecto. Se recomienda 15 integrantes en el taller para tener la participación de todos. En la tesis de Figueroa H. (2004), se retoman los distintos métodos aplicados al campo de la orientación grupal, siempre que se trate de realizar un plan de orientación con técnicas de formación mixta y que abarque un número de entre 5 a 15 miembros. Por lo tanto, la entrevista o taller grupal representa uno de los pasos en el proceso completo de la orientación, que se debe integrar combinado con la entrevista individual, ya que motiva la generación de decisiones y conocimientos por medio de la convivencia social de sus miembros.

Tomando como referencia lo que Lewin considera como grupo, cuya característica básica de sus miembros, es donde se puede crear conocimientos por medio de dinámicas (Lewin, 1958).

Hay que mencionar que el asesoramiento grupal tiene un gran atractivo para los estudiantes, especialmente cuando aprenden a compartir intereses y preocupaciones comunes. El asesoramiento en grupos constituye una experiencia educativa única en la que los estudiantes trabajan juntos para explorar sus ideas, actitudes, sentimientos y conductas especialmente relacionados con su desarrollo personal y su progreso académico (López Bonelli, 2010, pp. 33).

Dicho lo anterior en los grupos de orientación vocacional, los estudiantes entran en determinadas relaciones entre él y el coordinador, con la finalidad de realizar un aprendizaje sobre su propia persona, representando diferentes roles, ya sea de tipo funcional, vinculados con la manera, la estructura predominante de la personalidad de cada uno de los miembros; roles eficaces para el grupo en el momento oportuno (López Bonelli, 2010). De acuerdo a la literatura un grupo permite una mayor integración de los participantes. Por lo que puedo concordar con Lara (1999) en que un taller: "es una alternativa pedagógica que permite aprender haciendo, dentro de un ámbito lúdico con participación activa, donde cada miembro del grupo es escuchando y se toma en cuenta" (citado en González y Victoria, 2005: p. 50). Por

ello es que esta propuesta es un taller, en la que un grupo de adolescentes podrán retroalimentarse, junto con las actividades de los temas que se perciben.

CAPITULO 3. LA ORIENTACION EN LA UNAM

La UNAM creó la Dirección General de Orientación y Atención Educativa (DGOAE) con la finalidad de enfrentar algunos de los retos que considera importante, y que enfrenta la educación superior; como el aumento de la matrícula, el deterioro, la relevancia y eficacia de la educación (Cabrera Zamora, 2005), estas son las causas que la UNAM ha tratado de resolver a lo largo de los últimos años. El propósito de la DGOAE es brindar orientación educativa a los jóvenes, con el fin de que puedan conocerse a sí mismos y contribuir a la sociedad, encontrando su vocación en la vida.

En 1980, la orientación en México toma la denominación de orientación educativa, proponiendo dar solución a problemáticas con herramientas y acciones concretas; enmarcadas en programas, técnicas y procedimientos ubicados en la sociedad (México. G. F, 2000). Este propósito motivó a la UNAM a darse cuenta de las dificultades que enfrentan sus estudiantes, creando en 1997 la DGOAE y departamentos como el COE; con el fin de permitir y brindarles orientación a los alumnos, en la toma de decisiones acertadas en su vida profesional, laboral, emocional y personal; de manera que se pueda prevenir la deserción de alumnos, con el deber de todas las instituciones educativas y de gobierno fomentando el desempeño académico en los adolescentes.

El Centro de Orientación Educativa es un espacio creado para brindar información pertinente, actualizada sobre los servicios y apoyos que ofrece la UNAM. La Secretaría de Servicios a la Comunidad Universitaria y otras instituciones de los sectores públicos, social y grupal, tienen la finalidad de coadyuvar a la formación integral de los alumnos, así como mejorar la calidad de su permanencia y desempeño académico, vinculándolo con la sociedad, facilitándoles su incorporación al mercado laboral.

El Centro ofrece información a través de sistemas de cómputo, audiovisuales y publicación de acervo abierto; cuenta con asesores que apoyan en áreas

relacionadas con el desarrollo educativo de los estudiantes y jóvenes (Celis y Cabrera. 2000). Por lo que el COE ayuda al desarrollo del estudiante y egresado con la finalidad que tengan un desarrollo académico y profesional óptimo.

El objetivo de la DGOAE es generar estrategias en talleres para fortalecer estas áreas, así como establecer un proyecto de vida, de tal manera que la elección profesional del alumno obtenga una perspectiva del futuro deseado, siendo fundamental un conocimiento de sus intereses y aptitudes a través de una prueba PROUNAM-II e INVOCA (Celis y Cabrera. 2000).

La DGOSE (actualmente nombrada DGOAE) pone a la disposición de estudiantes y orientadores instrumentos psicométricos cuyos resultados los auxilien en el proceso de autoconocimiento y de toma de decisiones, realizando diversas acciones, entre ellas, el estudio de validez predictiva de la prueba diferencial de aptitudes y el desarrollo de todos los instrumentos que ayuden el proceso de selección de aspirantes a la licenciatura (Celis y Cabrera. 2000. p.1-17).

Dentro de las habilidades y conocimientos que promueve la DGOAE es la toma de decisiones, considerada como la actividad inherente a toda interacción de la persona con su medio, y se concibe como un proceso continuo que incluye acciones de índole intelectual afectiva y motivacional, además de conductual. La toma de decisiones que realiza una persona debe tomar en cuenta la forma de pensar, sentir y actuar; en un proceso integrador de la persona y el manejo de sus propias competencias (Celis y Cabrera. 2000). Como se ha mencionado, la decisión más importante que enfrentará una persona al concluir bachillerato es la de elegir profesión. Para enfrentar esta problemática se da atención individual a los jóvenes, por medio de entrevistas, con psicólogos y pedagogos con experiencia en el ámbito de la orientación educativa, los cuales brindan asesoría, información vocacional, escolar, personal y ocupacional.

La misión y la visión del COE:

Misión: coadyuvar a la formación integral de los alumnos a través de propiciar su desarrollo personal, académico y profesional durante su tránsito por la Universidad, mediante la prestación de diversos servicios educativos y de orientación; apoyos y estímulos para favorecer la calidad de su permanencia y desempeño académico; información que le apoye en la toma de decisiones; oportunidad para aplicar sus conocimientos y habilidades profesionales en la solución de problemas de su comunidad, fomentando en ellos una conciencia de servicio y retribución a la sociedad, y estrategias que les faciliten su incorporación al campo laboral (COE, 2005).

Visión: la Dirección General de Orientación y Atención Educativa (DGOAE) será reconocida, prestigiada, valorada por los universitarios en el ámbito educativo nacional, por el alto nivel, calidad, calidez de sus servicios y productos, que apoyan la calidad de la permanencia, desempeño académico, la vinculación con la sociedad, la incorporación en el mercado laboral de sus alumnos y egresados. Contará para ello con modelos, políticas, normas, estrategias de vinculación internas y externas, un ambiente laboral sano, de servicio y con personal motivado, comprometido con los valores de la institución altamente capacitada (COE, 2005).

El apoyo de la UNAM a sus estudiantes se brinda a diferentes sectores, y con base en investigaciones que permiten la conciliación con otras universidades, promueve el desarrollo del estudiante, a fin de propiciar una construcción social mejor preparada: apoyando a los alumnos desde el bachillerato para obtener un mejor rendimiento y consistencia académica (Celis y Cabrera. 2000).

. Como mencionamos anteriormente, este departamento nació a partir de circunstancias que perjudicaban el sector educativo, por lo que la UNAM consideró fundamental la creación de esta dependencia, con la finalidad de mejorar nuestra sociedad y el desarrollo educativo de los estudiantes de la UNAM.

Los principales motivos por el que acuden los jóvenes al COE son por no gustarles la licenciatura o el conocer mejor sus aptitudes e intereses, de modo que sepan elegir la carrera y logren ser una persona con metas establecidas y logradas.

La DGOAE se encarga de atender problemas que perjudican la integridad del estudiante, de manera que se realizan talleres o pláticas para que logren obtener un máximo de aprovechamiento y esfuerzo. La formación integral como estudiantes es responsabilidad fundamental de las escuelas y facultades; esto se expresa en los planes de estudio de cada carrera, en la práctica docente y en los servicios académicos (Celis y Cabrera. 2000). Fundamentalmente se encarga de proporcionar el apoyo a los estudiantes durante el ingreso a la universidad o bachillerato, la falta de apoyo ocasiona el abandono escolar, la reprobación, la baja eficiencia y el cambio de carrera. Esto no sólo trae problemas académicos sino también económicos en el país.

En el ámbito escolar atiende problemas como la dificultad de integrarse, hábitos de estudios, estrategias de aprendizaje; en el ámbito psicosocial y personal confronta los problemas emocionales, baja autoestima, falta de autoconocimiento, identidad sexual, problemas en relaciones del ámbito familiar, vocacional y profesional, atendiendo problemas como escasas habilidades para el análisis de intereses, aptitudes, opciones educativas y toma de decisiones de carrera o área (Celis y Cabrera. 2000).

La tabla 1 menciona la forma en que se organiza la atención que brinda la DGOAE respecto a la orientación educativa.

Tabla 1 Organización de orientación educativa de la DGOAE.

ESCOLAR	PERSONAL	VOCACION Y PROFESIONALIDAD.
Apoyo a: Adaptación al entorno. Permanencia. Desempeño académico.	Apoyo a: Problemas de adolescencia y ajuste de personalidad,	Apoyo a: Elección de opciones educativas (técnico, licenciatura y posgrado) Vinculación con la sociedad. Incorporación al mercado laboral.
Por medio de: Información escolar, cultura deportiva, recreativa, turismo juvenil. Desarrollo de estrategias de aprendizaje. Becas- tutorías. Formación complementaria (idioma, cómputo)	Por medio de: Información sobre autocuidado de la salud. Conocimientos de sí mismo. Manejo de autoestima.	Por medio de: Información profesiográfica y de oferta de empleo. Perfil de intereses, aptitudes y competencias. Estrategias para búsqueda de empleo y colocación.
ACCIONES PREVENTIVAS Y REEDUCATIVAS.		
ESTRATEGIAS DE INTERVENCION INDIVIDUAL, GRUPAL Y MASIVA.		

Tomado de (Celis y Cabrera. 2000, p. 7).

La atención de la DGOAE ha ayudado a mejorar la problemática que enfrentaba la UNAM, pero en la literatura se menciona que es necesario mejorar la orientación vocacional no sólo encaminada a los alumnos, sino también a los padres de familia,

no esperando que ellos busquen el servicio. Esto con la finalidad de quitar las ideas erróneas y mitos de ciertas carreras, donde los padres se den cuenta que los hijos muestran, desde pequeños, ciertas habilidades categorizadas como "defectos", y que ocasionan al joven inseguridad y entorpecimiento en su toma de decisiones (Celis y Cabrera. 2000).

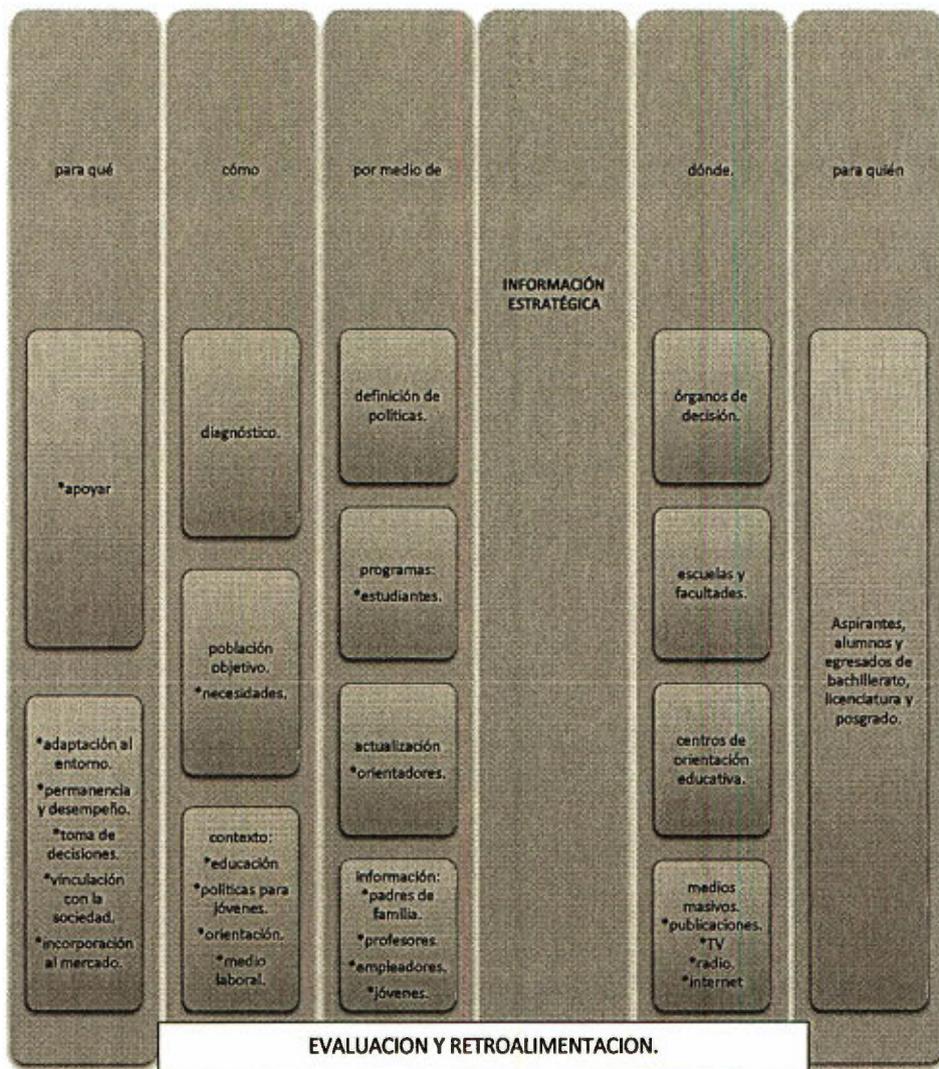
La población meta de la DGOAE son los aspirantes, estudiantes y egresados de los niveles educativos de la institución. La orientación debe abarcar desde el bachillerato hasta el posgrado, como se observa en la tabla 2.

Tabla 2. Niveles de atención de DGOAE.



El proceso general de la orientación educativa trata de responder preguntas que son fundamentales en el proceso de la orientación. La tabla 3 ejemplifica las necesidades de los estudiantes hacia el análisis de su trayectoria educativa y apoyo durante la orientación.

Tabla 3 Proceso general de la Orientación educativa en el COE.



Tomado de (Celis y Cabrera. 2000, p. 9).

Los problemas que afrontan los estudiantes al ingresar a la universidad son, identificar los obstáculos en su persona o en el entorno (estilos de enseñanza y aprendizaje, dificultades anteriores con la asignatura, problemas familiares, de pareja o laborales, etcétera.), con la finalidad de evitar los problemas de deserción y trayectoria escolar (Celis y Cabrera. 2000).

El alumno con escaso repertorio para la toma de decisiones tendrá dificultades tanto en las relaciones interpersonales como en la elección de amistades, noviazgo, manejo de conductas de riesgo y salud en general. De la misma forma, los estudiantes de nivel superior presentan dificultades para elegir área de pre-especialización, elección del servicio social, aspectos relacionados con metas, actitudes proactivas y motivación personal (Celis y Cabrera. 2000).

Las estrategias de intervención de la DGOAE son individuales, grupales y masivas: el uso de la estrategia grupal es más frecuente, pues abarca un tema de interés común entre los alumnos y permite la solución de dudas, la individual se usa cuando se desea solucionar asuntos de orientación especializada, creando una relación orientador-alumno; y la masiva es la que da beneficios a más alumnos, apoyándose con diversos medios de comunicación como la feria de Orientación Vocacional *Al Encuentro del Mañana* (Celis y Cabrera. 2000).

El COE y la DGOAE deben fomentar en los adolescentes la idea de que la elección de carrera es una acción, de toma de decisión en un momento y en un tiempo, y no puede dejarse para después, puesto que es algo crucial para el individuo que decide realizar estudios universitarios: esta elección constituye el camino que lo llevará en gran medida a la conformación de su estilo de vida y, por consiguiente a elaborar su plan de vida; también es fundamental la elección temprana, pues desafortunadamente la mayoría de los jóvenes no toman en serio esta decisión, y se dedican a otras actividades en lugar de investigar los programas de estudios, analizar sus intereses, escuelas, autoanalizarse y reflexionar sobre cuál será su profesión ideal, tomando en cuenta sus habilidades y en qué quisieran trabajar después de egresar. Es por esto que las cualidades personales son importantes para la toma de decisiones (Celis y Cabrera. 2000).

El no realizar este proceso en la preparatoria, la mayoría de los adolescentes no consiguen una vida plena, ante las decisiones tomadas consigo mismo, lo que ocasiona que acudan, después de cursar el 1° o 4° semestre de la carrera, a Orientación Vocacional para poder replantearse una segunda oportunidad de elección (Celis y Cabrera. 2000).

En la tabla 4 se toma en cuenta cómo el modelo y los elementos en la orientación vocacional, y su teoría nos llevan a corroborar la falta de ésta en los jóvenes que ingresan a la educación superior. Indica que una de las principales preocupaciones de las instituciones de educación superior está asociada a la velocidad con la que sus estudiantes se desplazan a través de los diferentes planes de estudio, haciéndose indispensable la realización de actividades de control que permitan identificar problemas relacionados con el rezago y la deserción (Celis y Cabrera. 2000).

Tabla 4 Factores, elementos y acciones vinculados con el desarrollo vocacional

Factores	Elementos	Acciones
Planificación	Autonomía. Perspectiva del tiempo. Autoestima	Reflexión sobre la base de la experiencia. Anticipación del futuro.
Exploración.	Indagación. Uso de recursos. Participación	Observaciones guiadas. Entrevistas a profesionales. Desempeño de los roles ocupacionales.
Información	El mundo laboral. Campo ocupacional. Las carreras. Los perfiles. La formación.	Recoger información educativa y vocacional. Estilo de vida de los profesionales. Formación y entrenamiento. Perspectivas futuras. Descripción de carreras. Aplicación de sueños y realidades.
Toma de decisiones.	Principios. Análisis de modelos. Aplicación de modelos. Estilos.	Aplicación de modelos a la decisión vocacional. Ejercicios de aplicación de modelos de toma de decisiones.
Orientación realista	Autoconocimiento. Realismo ante alternativas. Consistencia de las preferencias. Cristalización de valores, intereses, objetivos y metas. Experiencias de trabajo.	Estrategias de dinámica de grupo y de autoconocimiento. Tutorías individuales. Aplicación y reflexión sobre resultados de instrumentos.

3.1. Un modelo de orientación educativa DGOAE

A continuación, se describe cómo la Universidad Nacional Autónoma de México ve la orientación y el modelo que ha implementado la DGOAE. Los modelos y clasificaciones que usa actualmente la DGOAE son: clasificación Bilbao, Clasificación Pantoja y departamento de Orientación de Salmerón.

La Dirección General de Orientación y Atención Educativa (DGOAE) elaboró una sinopsis del 4º congreso de la Orientación Educativa, en la cual la Dra. Celis Barragán participó explicando el fenómeno de la orientación educativa en México y la importancia de esta dependencia. El propósito de este congreso fue la presentación de un marco colegiado, en el que se pudiera realizar una confrontación entre las propuestas participantes, fundamentales para el diseño de la prospectiva en el área para enfrentar retos que las instituciones educativas públicas y privadas enfrentan en un contexto de globalización económica, aunado a la necesidad de un análisis profundo de la función educativa de la orientación, su evaluación y sus alcances, con una visión tendiente siempre a un desempeño profesional de calidad (Figueroa, 2004).

La UNAM considera a la orientación educativa como la base de los conocimientos que acompañan al estudiante en su proceso de crecimiento, desarrollo y estructuración de un proyecto de vida; en la que se le proporciona herramientas que conformaran sus capacidades cognitivas, psicológicas y socioeconómicas en el transcurso académico del nivel medio-superior, la cual permita al joven la toma de decisiones.

Para que el estudiante tome dicha elección, la UNAM menciona cuatro fundamentales puntos que se encuentran dentro de la visión de la orientación educativa (Universidad Nacional Autónoma de México [UNAM], 2015).

1. Conocerse a sí mismo.
 - Delimitar sus intereses.
 - Identificar sus aptitudes.
 - Revisar su trayectoria escolar.

2. Información.

- Consultar opciones de estudios superiores de su región.
- Identificar características curriculares de las carreras, perfiles de los aspirantes, modalidades o sistemas de enseñanza y planes de estudio, materias, duración.
- Analizar el costo de las carreras, inversión del tiempo, ubicación.

3. Valoración.

- Demanda y oferta de empleos.
- Importancia y trascendencia de las carreras para el desarrollo científico, económico y social del país.

4. Decisión.

- Por una carrera que verdadera y objetivamente cumpla con sus expectativas.

La UNAM proporciona, como se ha mencionado, las herramientas necesarias a los jóvenes, para que estos tomen la decisión que se adecue a ellos y a su proyecto de vida.

Por ello, se debe fortalecer el programa aplicándolo desde el ingreso a la preparatoria, acudiendo a Orientación Vocacional y creando plan de vida, debido a que esto coadyuvará a que los jóvenes no cambien de carrera o deserten por la inseguridad de sus elecciones.

3.2. Pruebas de orientación vocacional que se aplican en el COE.

Dentro de la orientación vocacional es fundamental realizar pruebas psicométricas encauzadas a conocer las aptitudes, intereses, rendimiento, inteligencia, características de personalidad y hábitos de estudio con el propósito de tener un mejor panorama de estas características, y así el joven reafirme su decisión de acuerdo a su perfil de habilidades.

A continuación se definen los intereses y las aptitudes. Los intereses son aquellos a los que le importa una persona o en este caso lo que le gustaría hacer; por aptitudes se entiende como la habilidad que posee una persona para realizar una actividad determinada. Una aptitud es la suma de habilidades que permiten estimar la capacidad potencial de aprendizaje, de adquisición de conocimientos de un individuo, o dicho de otra manera, es el producto de las capacidades innatas del individuo y de la influencia del medio, en proporciones diferentes según los tipos de pruebas y rangos (Cabrera Zamora, 2005). Estas destrezas tienen el propósito de conocer las habilidades del adolescente, con la finalidad de que con orientación se le pueda ubicar a una decisión adecuada a su perfil.

De acuerdo con lo que se realiza en la Orientación Vocacional es fundamental la aplicación de pruebas, dentro del COE se realizan las siguientes que se explicaran a continuación:

- Herrera y Montes.
- PROUNAM II e INVOCA.

3.2.1. Prueba Herrera y Montes.

En el COE esta prueba se realiza durante la orientación, con la finalidad de conocer de manera más rápida y concreta los intereses y aptitudes de los jóvenes que vienen de estados lejanos a la Ciudad de México, teniendo una única sesión de orientación vocacional con el psicólogo o pedagogo en turno.

Herrera y Montes diseñó un instrumento de auto-orientación que pretende conjugar dos variables importantes en el desarrollo de la carrera: los intereses y aptitudes, con el propósito de un desarrollo personal, académico y profesional (mencionado en Lazo de Flores, 2009), cuya intención sea conocer, de manera práctica, las destrezas del adolescente. Para Herrera y Montes (1973) los procesos educativos tienen que favorecer la autonomía de los alumnos, con el objeto de dotar de habilidades que les permitan un alto grado de independencia en su desarrollo

personal, académico y vocacional. La orientación debe permitir que los alumnos desarrollen estrategias de auto-orientación.

El cuestionario de intereses y aptitudes de Herrera y Montes ha sido utilizado a nivel de investigación institucional, en preparatorias y en la misma UNAM. En 1986 se empleó como parte de las prácticas psicométricas en la Facultad de Psicología (Herrera y Montes, 1973). Se comprobó su validez con el Inventario de Preferencias Vocacionales de Kuder, por lo que los intereses que mide son:

- Servicio social.
- Ejecutivo persuasivo
- Verbal.
- Artes plásticas.
- Musical.
- Organización.
- Científico.
- Cálculo.
- Mecánico constructivo.
- Actividades al aire libre

Las aptitudes son:

- Servicio social.
- Ejecutivo persuasivo.
- Verbal.
- Artes plásticas.
- Musical.
- Organización.
- Científico.
- Calculo.
- Destreza manual.
- Mecánico constructivo.

3.2.2. PROUNAM e INVOCA II

Una de las pruebas más usadas, en el campo educativo de México, es la Prueba Diferencial de Aptitudes (DAT, por sus siglas en inglés), versión "V", elaborado por Bennett, Seashore y Wesman (Cabrera Zamora, 2005). "En 1994 se planteó, por primera vez en México, desarrollar un instrumento en español paralelo al DAT, con el propósito de estimar la posibilidad de aplicarlo a la población mexicana de bachillerato, buscando contar con un instrumento de apoyo para la orientación educativa y vocacional a gran escala, facilitando la labor de los orientadores y maestros, permitiendo a los alumnos mayor asertividad al seleccionar la licenciatura" (Cabrera Zamora, 2005).

El PROUNAM es una prueba de aptitudes, basada en la Prueba Diferencial de Aptitud (DAT) realizada en 1990 en Estados Unidos. La última edición del DAT, sirvió de base para desarrollar el PROUNAM, y se añadieron reactivos totalmente nuevos verificando que tuviera utilidad y confiabilidad con la población mexicana. "En 1994, el PROUNAM fue sometido a un proceso de validación con alumnos mexicanos del 5º año de bachillerato. Las tres subpruebas verbales (razonamiento verbal, ortografía y uso del lenguaje) que integran el PROUNAM se elaboraron totalmente en México, siguiendo los principios establecidos en la prueba original del DAT" (Cabrera Zamora, 2005, p. 59).

Las aptitudes, que incluye el PROUNAM II son:

- Razonamiento abstracto.
- Aptitud numérica.
- Aptitud mecánica.
- Ensamble de formas.
- Aptitud verbal.
- Uso del lenguaje.
- Velocidad perceptual (discriminación de figuras, discriminación de palabras y criptogramas).
- Potencial académico.

“Los intereses ocupacionales y profesionales son una parte importante de la orientación educativa, constituyen uno de los múltiples elementos necesarios para decidir qué carrera estudiar” (Cabrera Zamora, 2005 p.68). La UNAM se vio en la necesidad de contar con una herramienta de medición de intereses, que además de estar actualizada a la sociedad mexicana, cumpliera con los requisitos psicométricos de confiabilidad, validez y estandarización.

Este instrumento fue creado bajo el nombre orienta-UNAM, a cargo del Dr. Fernando Arias Galicia y la Lic. Silvia Baum Wollenstein (Cabrera Zamora, 2005), se construyó para sistematizar los intereses en las áreas profesionales, las cuales podrían dirigirse a los estudiantes y efectuar investigaciones al respecto. “Esta prueba se basa en el marco conceptual ofrecido por el Dr. John Holland, quien decía que la elección de vocación es una expresión de la personalidad” (Cabrera Zamora, 2005, p.69).

Al realizarse el PROUNAM-II fue necesario crear una prueba que permitiera, de la misma manera, conocer los intereses, por lo cual surgió la creación del Inventario de Intereses Vocacionales (INVOCA). “Se realizó una revisión de las carreras que se imparten en la UNAM, tratando de rescatar los intereses necesarios en cada una” (Cabrera Zamora, 2005, p.72).

Las escalas que incluye el INVOCA son:

- Ciencias físicas.
- Mecánico.
- Matemática.
- Ciencias biológicas y de la salud.
- Ciencias sociales.
- Expresión oral.
- Expresión escrita.
- Organizacional/persuasivo.
- Administrativo/financiero.
- Político.

- Ecología y medio ambiente.
- Altruista/servicio social.
- Artístico plástico.
- Expresión musical.

Desde el 2002 se empezó a utilizar el INVOCA, cuando la IEGE y la UNAM terminaron su acuerdo. El INVOCA fue diseñada para combinar los resultados obtenidos en la prueba PROUNAM-II, y así tener completo el perfil de los intereses y habilidades del adolescente, dentro de la Orientación Vocacional que se brinda en el COE.

En la literatura, se menciona que los jóvenes que acuden a realizar el PROUNAM-II e INVOCA, por petición de su orientador o profesor de preparatoria o CCH y no por decisión propia, lo cual perjudica e influye en el resultado, inducido por la apatía; otros acuden con la necesidad de que la prueba, como una bola mágica, les descubra la carrera que deben estudiar sin la intervención de un estudio profesiográfico, o una reflexión ante la decisión, mayormente los alumnos que están estudiando una licenciatura y desean cambiarse de carrera por lo que realizan la prueba con mayor consciencia de la decisión (Cabrera Zamora, 2005).

Por lo anterior, es fundamental aclarar a los jóvenes que la elección de carrera es un proceso y la prueba sólo es el punto de partida para que ellos descarten, o, confirmen con el conocimiento de sus habilidades e intereses, el área de conocimiento o la licenciatura a estudiar. De tal forma que la investigación profesional sea más objetivo y exacto; conforme a carreras de su interés arrojadas por la prueba.

PROPUESTA DE TALLER DE PROYECTO DE VIDA EN ADOLESCENTES, ENFOCADO A LA ELECCION DE CARRERA

El taller tiene como finalidad presentar las herramientas necesarias para que el adolescente construya a través de técnicas, dinámicas y actividades, un proyecto de vida, orientándolo a su elección vocacional.

El taller está diseñado de la siguiente manera:

- Participantes: 20 alumnos máximo.
- Sesiones: 2
- Tiempo por sesión 90 minutos.

Cada sesión tendrá sus contenidos, actividades, materiales didácticos y desarrollo.

1. Presentación.

La adolescencia, es el período en que se produce con mayor intensidad la interacción entre las tendencias individuales, las adquisiciones psicosociales, las metas socialmente disponibles, las fortalezas y desventajas del entorno (Krauskopf, 1994). Una de las situaciones actuales de mayor conflicto personal es la diferencia entre el mundo exterior e interior, entre lo que quiero, o, lo que debo hacer, es decir, qué metas y objetivos deseo conseguir. Para lograrlo es necesario que se trace un plan de vida-carrera. De esto trata el taller, cuyo propósito será la reflexión acerca del futuro, echar un vistazo al pasado y al presente para tener elementos que le permitan tomar mejores decisiones.

Para poder entender que es un Proyecto de vida, tomare la definición de Casares y Silíceo (1990), que dirige esta propuesta de taller: "actitud, arte y disciplina de conocerse a sí mismo, es decir, detectar las fuerzas, pero también debilidades y proyectar, auto dirigiendo el propio destino hacia el funcionamiento pleno de todas nuestras capacidades, motivaciones y objetivo de vida personal, familiar, social y

laboral" (citado en Arragoiz, y Aguilar, 1990, p.17). La creación de este taller, implica realizar un proyecto de vida utilizando los soportes de identificación que le fueron brindados y poder realizar uno propio, cuando el adolescente es capaz de tomar decisiones claras y saber cómo actuar, podrá determinar su futuro, por consiguiente tener el control sobre la propia vida y las metas deseadas.

Para hacer una elección en la vida, así como la realización de un proyecto de vida es primordial tener en cuenta que existen numerosos aspectos que el adolescente debe confrontar, analizar, superar y prever; incluyendo consecuencias en tales situaciones. En ese camino se esperan tanto éxitos como fracasos, por lo que se puede asumir que la decisión final se dará a partir de los valores de la persona (Ruiz del Rosario. 2016). En Investigaciones anteriores demostraron que la motivación juega un papel fundamental al momento de cumplir estos objetivos, ya que permite llevar a cabo un plan en cualquier etapa de la vida, y que estos conceptos tienen una variable estrechamente relacionada hacia el logro o fracaso (Ruiz del Rosario. 2016). Por lo tanto una meta es cualquier logro que se ha destinado conseguir el individuo, llevando consigo una planeación, que puede ser diferente al logro alcanzado y debe de tener flexibilidad ante el tiempo, ya que puede ocasionar frustración tener fechas inflexibles.

2. Justificación.

El taller se basa en dos vertientes teóricas importantes para la vida: en primer lugar, el desarrollo humano (donde toma sus principales conceptos como la persona, el autoconocimiento como puntos de partida para organizar la propia vida, el ambiente laboral y la sociedad en la que se vive); en segunda instancia, la planeación estratégica que podrá utilizar, con mayor éxito, dentro del mundo laboral.

El desarrollo humano tiene la finalidad de formar la personalidad e identidad de cada individuo, por medio del enriquecimiento personal, así como el social progresivo en la adolescencia, mediante la actualización de capacidades que permitan la convivencia social positiva, rescatando las necesidades personales y el progreso

colectivo en un ajuste e integración de transformadores. En la adolescencia existe un conflicto por saber que se quiere hacer en el futuro, es cuando inicia a poner en reflexión lo que quiere con respecto a su vida académica futura, empezando por definir si continuará estudiando una carrera o no.

En la actualidad existe una alta tasa de deserción escolar y diversos factores asociados al abandono escolar, entre ellas la situación económica en los hogares, la estructura familiar, adquisición laboral temprana, condiciones de pobreza, embarazos, falta de interés en los salones de clases, problemas de conducta, situaciones de violencia, bajo rendimiento, entre otros. Por ello el taller relaciona el proyecto de vida con la elección de carrera, con la finalidad de apoyar a los adolescentes a preguntarse al respecto de sus intereses, aptitudes y metas.

El taller propone motivar e incentivar a los adolescentes el proponerse metas, resolver dudas o conflictos, con la finalidad de cumplir con sus expectativas. Brindándoles de estrategias para tomar las decisiones que más les convengan, viéndose realizados en un futuro sin tener que abandonar sus intereses, habilidades y potencialidades. El adolescente en esta etapa, se siente atraído por saber qué es lo que le gusta, elaborando y siguiendo un plan que lo conduzca a la realización personal-profesional-laboral.

El taller está conformado por de 2 sesiones de 90-120 minutos cada una, enfocado a adolescentes de ambos sexos por la competitividad profesional y escolar que hay actualmente. Estas dos sesiones tienen la finalidad de percibir los temas de la manera más amena, es decir, entretenida y llamativa para los adolescentes.

Aborda dos temas diferentes en ambas sesiones; la primera sesión es el tema conociéndome, con el objetivo de establecer metas a partir de conocerse a uno mismo y la segunda sesión es estableciendo estrategias y metas para poder establecer un plan de vida e ir determinando su carrera profesional.

Con la condición de evitar que el adolescente, confunda las estrategias que se le dará a conocer, obteniendo su mayor atención en la que capte la información

necesaria para cumplir los objetivos del taller y justamente evitar la deserción durante este.

Será impartida por un licenciado en Psicología o un Orientador Vocacional como apoyo en una actividad extracurricular en las escuelas de educación media superior; donde el tiempo que se brinda para su realización es limitado, durante la materia de Orientación Vocacional del Bachillerato o en el COE-DGOAE.

Con la finalidad de evitar la deserción en el taller, se sugiere también que la institución educativa considere la posibilidad de incentivar la asistencia de los adolescentes al taller, agregando un punto extra en alguna de la materias para que exista la motivación de un bienestar en su futuro ya que se abordan temas como: toma de decisiones, valores, elección de carrera y plan de vida; con el objeto de evitar embarazos en adolescencia, sexualidad temprana, perspectiva de vida, logros, fortalecimiento de ideas e ideales, visualización y escenificación del futuro.

Conforme a talleres que se han realizado en tesis como Ruiz del Rosario (2016) *Propuesta de un taller de elaboración de proyecto de vida y carrera para adolescentes*. En su proyecto se menciona que en la adolescencia estos tipos de talleres tienen el propósito que los adolescentes proyecten sus metas, donde motive el estudiar y culminar la educación superior, situación que en México es un tema que actualmente los adolescentes no consideran importante y allí inicia el alto porcentaje de deserción escolar que se ha mencionado anteriormente.

3. Objetivo general:

- Los adolescentes de 15 a 18 años apliquen los principios de planeación, tanto a la vida personal como la profesional, por medio de la realización de un autodiagnóstico de metas y expectativas futuras, con el propósito de lograr las metas deseadas.

Al finalizar el trabajo realizado con los adolescentes en la tesis de González y Victoria, (2005) se pudo observar que son más reflexivos y estratégicos en su toma de decisiones, también son capaces de manifestar una empatía genuina y una mayor comprensión emocional. Situación que al inicio, los adolescentes tenían respuestas poco reflexivas o con apatía acerca del tema.

De acuerdo con D'Ángelo (2000) y Pick de Weiss y Vargas (2000) el plan de vida permite que los adolescentes incrementen sus habilidades para crecer y enfrentarse a los desafíos que se les presenten en la vida. Por lo que la construcción de un proyecto de vida es necesaria para la población adolescente, permitiéndoles reflexionar y prevenir problemas que refiere el INEGI (2015): embarazo adolescente, alcoholismo, drogadicción, deserción escolar, delincuencia juvenil, discriminación y falta de oportunidades.

Como vemos la impartición de estos talleres tiene incremento positivo en los adolescentes evitando la deserción escolar hasta un 60%, estadística tomada por la tesis González y Victoria, (2005)

Después de la implementación del taller, se espera que se disminuyan los problemas en la adolescencia y en áreas como; la actitud hacia el futuro, el auto concepto y la vida escolar.

Podemos concluir que es trascendental la ejecución de programas de intervención que abordan temas como el proyecto de vida, auto concepto, orientación vocacional en adolescentes, de este modo se repercute positivamente en ellos, como lo menciona la UNICEF (s/f), es preciso brindar al adolescente una educación de calidad, información veraz, un entorno estimulante, así como oportunidades de participación y expresión de sus opiniones, para favorecer el desenvolvimiento de sus capacidades, intereses y habilidades.

“Debe tenerse presente que la tragedia en la vida No reside en no lograr los objetivos, la tragedia consiste en no tener objetivos por lograr, no es ninguna desgracia morir con sueños incumplidos, si lo es en cambio no soñar. No hay desdicha alguna en no llegar hasta las estrellas, no es el fracaso, sino la pobreza de espíritu lo que constituye el auténtico fracaso.”
Benjamín Mays.

SESIÓN 1. CONOCIÉNDOME.

En esta sesión se pretende que el joven se conozca, tomando en cuenta sus habilidades y valores, con el propósito que se acepte tal y como es, de esta manera no vea debilidades, sino áreas para mejorar, así como sus potencialidades.

PASOS	CONTENIDO	TIEMPO	MATERIAL	METODO	OBSERVACIONES.
1	Bienvenida.	5 min	Dar etiquetas y plumón a los adolescentes, para que coloquen su nombre	Explicación de lo que tratará el taller.	El asesor da la bienvenida a los estudiantes y realizarán la actividad de integración.
2	Actividad de integración	10 min.		Actividad grupal.	Preguntarles a los adolescentes como escogen a un amigo, a una novia o que les gusta de una mujer u hombre, con el propósito de relacionarlo con el plan de vida, el compromiso a las metas y

				la carrera que desean estudiar.
Cuestionario Inicial	20 min.	Actividad 1.		Contestar el cuestionario 1 y dárselo al orientador. El orientador analizará las respuestas con el propósito de tener mayor información de los alumnos y dar retroalimentación en caso de que sea necesario.

4. Objetivos específicos:

- Conocer sus habilidades, destrezas, áreas de oportunidad y capacidades para que puedan desarrollarlas y utilizarlas en su vida diaria.
- Resaltar que el autoconocimiento es el descubrimiento más importante de la vida que permite nuestra adaptación y cambio hacia cualquier propósito.
- Identificar de qué manera influyen los conceptos de pasado, presente y futuro en nuestra concepción de vida y crecimiento.
- Analizar los valores que posea el alumno y clasificarlos en un orden jerárquico de importancia.
- Identificar las metas del alumno, los logros que ha tenido en su vida, brindándole sentido de valor; clarificando objetivos personales, familiares, académicos y profesionales, desarrollando la estrategia para alcanzar estas metas.
- Reflexionar sobre la importancia que tiene el conocerse y aceptarse tal como son para que puedan confiar en ellos mismos y tomar decisiones convenientes para ellos.

5. Contenido temáticos:

- Conociéndome:
 - Autobiografía.
 - ¿Qué tanto me conozco?
 - Valores
- Estableciendo estrategias y metas:
 - Planeación de metas y estrategias.
 - Inclinación vocacional.

La información de cada tema se presenta en las cartas descriptivas por sesión.

Autobiografía.	20 min.	Actividad 2.	Se relatará la actividad de manera individual, y al finalizar comentarán con el grupo acerca de sus momentos preferidos en el pasado.	El asesor concluirá con la importancia de la trayectoria de vida de cada joven y su relación con la toma de decisiones. El adolescente como un conjunto de vivencias pasadas y futuras, que tienen relación con su proyecto de vida.
¿Qué tanto me conozco?	20 min.	Actividad 3.	Se realizará la actividad de manera individual y al analizar comentarán sobre sus respuestas con equipos y el grupo.	Reflexionar <ul style="list-style-type: none"> • ¿Por qué crees que no te conoces? ¿y si te conoces por qué? • ¿Quién crees que te conoce mejor? • ¿Cómo llegarías a conocerte mejor? • ¿Qué punto positivo hace tiempo que no aplicas a tu vida?

6	Valores	15 min	Actividad 4.	Se realizará las actividades de manera individual.	Identificar individualmente tus valores con el propósito de tener un mayor conocimiento de ti mismo.
9	Conclusión	5 min.		Discusión grupal.	Realizarán juntos una reflexión acerca de lo que se llevan con la primera sesión.

SESIÓN 2. ESTABLECIENDO ESTRATEGIAS Y METAS

Esta sesión tiene el objetivo de aportar al alumno herramientas de planeación con la finalidad de identificar objetivos, metas y estrategias personales, clarificando los objetivos con base en la motivación para conseguirlos.

PASOS	CONTENIDO	TIEMPO	MATERIAL	METODO	OBSERVACIONES.
1	Retroalimentación	5 min.		Discusión grupal.	Preguntar que se vio en la sesión anterior.
2	Planeación de metas y estrategias.	20 min.	Actividad 5.	Se realizará la actividad de manera individual.	El orientador mencionará a los alumnos, antes de realizar la actividad, que el proyecto de vida debe ser escrito de manera corta, explícita y precisa, con un lenguaje motivante, a manera de compromiso, en la que se identifique sus metas con la finalidad de no conformarse e ir más allá en la búsqueda de

					opciones, a través de acciones y estrategias. El lograr las metas se hace a partir de conocer los pasos necesarios para alcanzarlas y de establecer un plan de acción.
3	Inclinación Vocacional.	30 min.	Actividad 6 y Prueba de Herrera y Montes.	Antes de contestar la prueba el orientador indicará que contesten las preguntas de la actividad 6.	Al terminar de contestar la prueba el orientador interpretará la prueba de los jóvenes de manera grupal. El orientador indicará que deben de realizar una investigación de cada carrera que les interese, así como las que arrojo la prueba.
4	Carta a futuro (opcional).	15 min.	Hoja blanca.	El orientador pedirá al alumno que realice una carta que abrirá en al menos dos años,	

				<p>en la cual establecerá metas, actitudes, hábitos que desee cambiar en el transcurso de esos años.</p> <p>El alumno guardará esa carta, la abrirá al término de ese tiempo y reflexionará lo sucedido en ese par de años.</p>	
5	Termino de taller.	10 min.	Actividad 9.	<p>Realizar la actividad 7 de la evaluación de taller de forma individual (anexo 1), así como el Cuestionario de Evaluación de Proyecto de vida en Adolescentes (anexo 2) y entregarlo al orientador, con la finalidad de mejorar el taller.</p>	

SUGERENCIAS.

En el programa de Servicio Social se aprende mucho, ya que desde el primer momento tuve contacto directo con los adolescentes y jóvenes que acuden al COE, de igual manera siempre hay retroalimentación de parte de los orientadores y la supervisora.

El propósito de taller está enfocado en adolescentes de 15 a 18 años de bachillerato, con la finalidad que aprendan y obtengan las herramientas necesarias para establecerse metas, ligado a un proyecto de vida y carrera. Durante el Servicio Social observe que los jóvenes o adolescentes, que asistían al taller de cambio y elección de carrera, no tenían las herramientas ni la madurez para poder trazarse metas y proyectos que determinaran su plan de vida, por lo tanto, no se conocían y esto perjudicaba el ser capaz de saber sus intereses y habilidades para la elección de carrera.

El establecerse metas posee la finalidad de elegir el camino correcto para lograr paso a paso ese propósito, con un Orientador que brinde herramientas para facilitarlos. La planificación de este plan de vida-carrera deberá estar unida al conocimiento realista del entorno y de él mismo, para conocer los pasos y lograr el objetivo. Por ello, en el taller, se tocan temas como valores, habilidades, intereses y aptitudes que permitirán que el adolescente se conozca y así determine sus metas.

De la misma condición, el taller de proyecto de vida tiene como finalidad general aplicar los principios de planeación, tanto en la vida personal del adolescente como en la profesional, realizando estrategias para el logro de las metas deseadas. Ya que "todo proceso de planeación de vida y carrera requiere un análisis y confrontación de los valores que vive la persona, no podemos separar o distinguir la relación íntima entre un objeto vital, de trabajo, los valores y creencias que hay detrás de ellos" (Alfarache, 2008, p.25). El punto en el plan de vida en este taller es

lograr futuros profesionistas que puedan alcanzar, con eficacia y eficiencia, su plan de vida y carrera.

Uno de los alcances más importantes en esta propuesta es que los adolescentes lleven a cabo su proyecto de vida y carrera conforme sus intereses, así fortalecer a los adolescentes para ser más claros y específicos, en la hora de tomar sus decisiones futuras contemplando los valores de cada uno de ellos. Es importante que los adolescentes no dejen de prepararse y continúe con sus estudios de educación superior sin tener que abandonar la escuela por factores que si se manejan adecuadamente pueden prevenirse.

CONCLUSION.

Al inicio de este trabajo se mencionó los problemas que enfrenta la etapa de la adolescencia, por no saber, como tomar decisiones y qué, donde, cuándo, por qué estudiar, ya que están acostumbrado a que sus padre les ordenen desde el primer momento de su vida que hacer al concluir una etapa.

El adolescente vive solo el momento que está viviendo, dejando de lado temas importantes como la elección de carrera, sus metas y su perspectiva al futuro. Es un conjunto conductual de modelos ideales, marcado por los adultos y sus comportamientos presentes durante el desarrollo del adolescente; entre estos modelos se encuentran la escuela, la familia, los medios masivos de comunicación y etcétera.

La finalidad de este taller es que el adolescente conozca las ventajas que tiene planear e instaurar metas. Comenzando con objetivos alcanzables a cumplir, que poco a poco, se conviertas en objetivos ambiciosos, iniciando una cultura de planeación.

El descubrir sus intereses y aptitudes e inclinarlo a su proyecto de vida, permitirá que los adolescentes persistan hasta acabar la licenciatura. Se realizó un taller para la elaboración de proyecto de vida en adolescentes, enfocado a la elección de carrera, para disminuir la deserción escolar una vez que ingresan a la educación superior y apoyarlos en su toma de decisiones por medio de distintas técnicas de intervención.

Por lo tanto se concluye, que el desarrollo adolescente es un proceso de cambios y transformaciones, que pueden generar beneficios siempre y cuando estos tengan un entono de herramientas para conocerse y desarrollarse en cualquier ámbito de la vida, generando el enriquecimiento personal y progresivo en una delicada interacción con los entes sociales del entorno; su valoración tiene como referente

no sólo la biografía del individuo, sino también la historia y el presente de su sociedad.

BIBLIOGRAFÍA

- Alfarache Aranalde, A. (2008). *Plan de Vida y Carrera*. (2ª ed.). México: Universidad Tecnológica De México.
- Avilés, K. (2016). *Sólo 14% de estudiantes llegan a la universidad*. La jornada, s/p. Recuperado el 20 de Octubre del 2016. <http://www.jornada.unam.mx/2007/10/15/index.php?section=sociedad&article=044n1soc>
- Bilbao, T. (1986). *Los Modelos de Orientación Vocacional en México*. México: IUA.
- Broche Pérez, Y. y Cruz López, D. (2014). Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas, Villa Clara, Cuba, Recuperado el 09 de Septiembre del 2016 <http://medina-psicologia.ugr.es/cienciacognitiva/?p=990>.
- Cabrera Zamora, I. M. (2005). *Propuesta de un taller de toma de decisiones vocacionales a partir del PROUNAM II e INVOCA*. Tesis de licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. México, Facultad de Psicología, UNAM.
- Celis Barragán, M. E. y Cabrera López, G. (2000). *Modelos de Orientación educativa, en el contexto de la formación integral*. México: UNAM.
- COE (2005). *tríptico informativo*. México: UNAM.
- D'Ángelo, O. (2000). *Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social*. Revista Cubana de Psicología Vol. 17. N° 3.
- Figueroa Hernández, B. Y. (2004). *La orientación educativa y sus instrumentos de apoyo para la decisión de carrera en el nivel medio superior-UNAM*. Tesis de licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. México, Facultad de Filosofía y Letras, UNAM.

- Galilea, V. (s/f). Orientación vocacional. Recuperado el día 1 de Septiembre del 2016. http://www.sie.es/crl/archivo_pdf/ORIENTACION%20VOCACIONAL.pdf.
- González Gutiérrez, L. y Victoria López, M. (2005), *Taller sobre plan de vida para adolescentes de nivel medio superior*. México: UPN - Ajusco.
- Gutiérrez Bravo, A. F. e Ibáñez Oropeza, H. A. (2010). *Propuesta del bloque temático para el espacio educativo orientación y tutoría III en secundaria : el adolescente, la toma de decisiones y su futuro escolar*. Tesis de licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. México, Facultad de Psicología, UNAM
- Hernández Alfaro, A. y Ortiz García, M. (1996). *La orientación educativa a padres de familia con hijos adolescentes, a través de la escuela como medio para optimizar las relaciones paterno-filiales*. Tesis de licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. México, FES Acatlán, UNAM
- Hernández Chávez, B. (2008). *Aserción en crisis de desarrollo en la adolescencia y en la toma de decisiones*. Tesis de licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. México, FES Zaragoza, UNAM.
- Herrera y Montes, L. (1957). *La Orientación Educativa y Vocacional en la Segunda Enseñanza*,. México: SEP. DGSE-DT.
- Herrera y Montes, L. (1973). *Pruebas y exámenes escolares : Enseñanza secundaria y superior*. México: Ed. tecnico pedagogica.
- Hernández Nava, J. E. (2015). *Programa de Orientación educativa*. Colima: Universidad de Colima.
- Krauskopf, D. (1994) *Adolescencia y Educación*. (2ª ed.) José: Editorial EUNED.
- Lazo de Flores, Z. C. (2009). *Diseño de un instrumento psicopedagógico automatizado de auto-orientación vocacional como base para la elección de una carrera universitaria en los aspirantes a nuevo ingreso de la Universidad de oriente de la Ciudad de San Miguel*. El Salvador: Universidad de Oriente.

- Lewin, K. (1958) *Teoría del campo y experimentación en psicología social*, Buenos Aires: Cuaderno N° 10 del instituto de sociología de la Fac. de Filosofía de la UBA.
- López Bonelli, Á. (2010). *La orientación vocacional como proceso : teoría, técnica y práctica*, (3ª ed.). Buenos Aires: Bonum.
- Martínez Gomez, F. y Romero Hernández, J. L. (2002). *La conformación de valores en los adolescentes para crear un proyecto de vida*, Tesis de licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. México, FES Aragón, UNAM.
- México. G. F. (2000). *Plan Nacional de Desarrollo 2000-2006*. México.
- Monter Díaz, V. (2008). *El papel del pedagogo en la orientación educativa vocacional y profesional el caso del Colegio de Estudios Científicos y Tecnológicos del Estado de México plantel Nezahualcóyotl*. Tesis de licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. México, FES Aragón, UNAM.
- Pacheco Espinosa, G. H., Rivera Martínez, Y. C., (2016), *Construyendo mi proyecto de vida: programa de intervención con adolescentes tempranos bajo una perspectiva de atención a la diversidad*, Tesis de licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. Facultad de Psicología, UNAM.
- Pantoja Vallejo, A. (2004). *La intervención psicopedagógica en la sociedad de la información: educar y orientar con nuevas tecnologías*: Madrid: EOS, depósito legal 2004.
- Parras lagunas, A., Madrigal Martínez, A. M., Redondo Duarte, S., Vasconcelos Vale, P., y Navarro Asencio, E. (2009). *Orientación educativa: fundamentos teóricos, modelos institucionales y nuevas perspectivas*. (2ª ed.). España: Cide.
- Pick de Weiss, S., y Vargas Trujillo, E., (2000). *Yo, Adolescente: Respuesta Claras A Mis Grandes Dudas*, México: Planeta.

- Ruíz del Rosario, A., (2016). *Propuesta de un taller de elaboración de proyecto de vida y carrera para adolescentes*. Tesis de licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. México, Facultad de Psicología, UNAM.
- Salmerón, H. (2001). *Los servicios de orientación en la universidad. Procesos de creación y desarrollo*. Revista Agora Digital. Recuperado el día 1 de Septiembre del 2016. http://www.uhu.es/agora/version01/digital/numeros/numeros_ppal.htm.
- Sánchez Ledezma, F. R., (1998), *El taller "proyecto de vida": una estrategia didáctica en la interacción padres de familia y adolescentes*. UPN - Ajusco, México.
- Sánchez Maldonado, N., (2004). *Proyecto de vida en el adolescente*. Tesis de licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. México, FES iztacala, UNAM.
- Universidad Nacional Autónoma de México. Dirección General de Orientación y Servicios Educativos. (2015). *Guía de carreras UNAM 2015-2016*, (29ª ed.). México. Autor.
- Weiner, I. B. y Elkind, D. (1976). *Desarrollo normal y anormal de adolescente*. Buenos Aires: Paidós.

ANEXOS.

ANEXO 1.

CUADERNO DE TRABAJO DEL ALUMNO

NOMBRE: _____

ESCUELA: _____

EDAD _____



6. El material e instrumentos.

- El cuaderno de trabajo que se encuentra en el anexo 1,
- Actividades en el aula.
- Designación de un orientador en caso de ser necesario.
- Apoyo a los estudiantes.
- Planeación de los temas.
- Promoción de la feria de Orientación Vocacional "Al encuentro del mañana".
- Hojas blancas.
- Lápices.
- Gomas.
- Bolígrafo negro.
- Computadora y proyector.
- Prueba Herrera y Montes.

7. Propuesta de evaluación.

Para evaluar la efectividad de este taller se sugiere la aplicación de un Cuestionario de Evaluación de Proyecto de vida en Adolescente que se encuentra en el anexo 2; el cual fue recopilado de la tesina de Ruiz del Rosario (2016) *Propuesta de un taller de elaboración de proyecto de vida y carrera para adolescentes*. "Este cuestionario cuenta con veinte ítems distribuidos en cinco ámbitos: individual, familiar, escolar, social y laboral, el objetivo es evaluar el proyecto de vida de los adolescentes en la educación media superior" (Ruiz del Rosario. 2016, p. 54).

Como el taller es una propuesta, no se tienen indicadores, ni resultados de su eficacia, por lo que tomo a consideración los resultado mencionados en la tesis de González y Victoria, (2005) de la Universidad Pedagógica Nacional. De los 40 alumnos que concluyeron; el 99.9% de los jóvenes tienen metas acerca de la profesión y superación futura, cosa que mejoro ya que al inicio el 28% no sabía sobre su futuro, ni había interesado en ello.

ACTIVIDAD 1. CUESTIONARIO INICIAL.

¿Has oído de Sócrates? Él fue quien dijo la frase: “conócete a ti mismo,” vamos a hacerle caso y comencemos nuestra autoexploración contestando con lo primero que se te ocurra las siguientes preguntas:

Nombre _____

Escuela _____

Edad _____

Sexo: femenino _____ Masculino _____

1. ¿Por qué están aquí?

2. ¿Qué esperas del taller?

3. ¿Para ti qué es un proyecto de vida?

4. ¿Cuál es mi situación actual en la vida?

5. ¿Qué cambios quiero hacer en ella?

a. De manera inmediata.

b. En los próximos dos años.

c. En los próximos cinco años.

6. Termina la frase expresando tus sentimientos, ideas u opiniones.

a. Creo que la carrera que elegiré

b. Mi superación profesional futura

c. Creo que como profesionista sería

d. Mi vida laboral futura

e. Mis planes como profesionista

7. ¿En dónde pueden trabajar las personas con la carrera que tú elegirás?

8. ¿Cuáles consideras que son las principales funciones y actividades que deben realizar las personas con la carrera que elegirás?

9. El salario que obtendrás al ejercer tu profesión ¿fue un elemento que tomaste en cuenta al elegir esa carrera?

Sí ___

No ___

¿Por qué?

10. En cada uno de los espacios correspondientes redacta los aspectos que se te piden.

i. ¿Cuáles fueron aquellos sucesos, personas o eventos, que te guiaron de manera significativa para trazar tu presente?

II. Actualmente. ¿Cuáles son las actividades con las que te identificas y te proyectas de manera positiva hacia el futuro?

III. ¿en relación a que aspectos te sentirías útil para la sociedad?

ACTIVIDAD 2. AUTOBIOGRAFÍA.

Continuemos conociéndonos, si lo haces de manera objetiva y no a partir de la imagen que deseas tendrás mayores posibilidades de crecimiento.

Escribe tu autobiografía basándote en los siguientes puntos:

- **Mi familia:**

- **Mis amigos:**

- **Mis estudios:**

- **Mis vacaciones más divertidas:**

- **Mis pasatiempos:**

- **Las materias que se me han hecho más complicadas:**

- **Mis mejores maestros:**

- **Los momentos más difíciles:**

- **Los mejores logros:**

- **Otros:**

ACTIVIDAD 3. ¿QUÉ TANTO ME CONOZCO?

Ahora que tienes una imagen más clara de ti mismo, veamos un poco las cosas que te gustan y cuáles no de ti. Contesta el siguiente cuestionario:

1. Si apareciera un mago y te concediera cambiar algo de ti. ¿Qué pedirías?

2. Tres cosas que me gustan de mí son:

3. Tres cosas que no me gustan de mí son:

4. ¿En qué te gustaría trabajar?

5. ¿Cuáles son mis temores?

6. Cinco planes que tengas para ti en este momento:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

7. Si no tienes planes, ¿a qué crees que se debe?

8. ¿Qué clase de personas me molestan?

9. ¿Me gustan los riesgos o lo seguro?

10. ¿Me importa triunfar o no me importa el fracaso?

RECUERDA.

PROCURA:	EVITA:
<ul style="list-style-type: none">• Conocerte a ti mismo.• Ser una persona vital.• Conservar una actitud abierta al cambio.	<ul style="list-style-type: none">• Ser indiferente hacia ti mismo.• Considerar que ya no tienes nada que mejorar.

ACTIVIDAD 4. VALORES. (Arragoiz, y Aguilar, 1990)

Es importante que consideres que los valores son objetos, formas de actuar y de ser que nos parecen atractivos, importantes, vitales. Estos se consideran imanes que atraen y ayudan a crecer y a expandir nuestra vida.

4.1. Casi todos los valores que tenemos podemos heredarlos o adquirirlos por enseñanza o por experiencia. En la mayoría de los casos permanecen inconscientes y es preciso aclararlos. Siendo objetos atractivos para nosotros, debemos identificarlos para saber qué nos mueve o nos motiva a actuar. A continuación escribe los valores que consideras importantes para ti.

VALORES	
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	

ACTIVIDAD 5. PLANEACIÓN DE METAS Y ESTRATEGIAS.

8.1. Llena el formato anotando tres proyectos personales, tres familiares, tres académicos y tres profesionales, marca con una x señalando si es a corto plazo (CP), a mediano plazo (MP) o a largo plazo (LP).

- Corto plazo: 6 meses.
- Mediano plazo: 1-2 años.
- Largo plazo 5-10 años.

MIS PROYECTOS EN EL TIEMPO.		Cp.	Mp.	Lp.
Proyectos personales:				
1.				
2.				
3.				
Proyectos familiares:				
1.				
2.				
3.				
Proyectos académicos:				
1.				
2.				
3.				
Proyectos profesionales:				
1.				
2.				
3.				

8.2. Realiza la siguiente actividad escribiendo los proyectos anotados en la actividad 4.1 y que se requiere para cumplir este objetivo.

Proyectos personales.

1. Para cumplir mi objetivo:

Tengo que lograr:

2. Para cumplir mi objetivo:

Tengo que lograr:

3. Para cumplir mi objetivo:

Tengo que lograr:

Proyectos familiares.

1. Para cumplir mi objetivo:

Tengo que lograr:

2. Para cumplir mi objetivo:

Tengo que lograr:

3. Para cumplir mi objetivo:

Tengo que lograr:



Proyectos académicos:

1. Para cumplir mí objetivo:

Tengo que lograr:

2. Para cumplir mí objetivo:

Tengo que lograr:

3. Para cumplir mí objetivo:

Tengo que lograr:

Proyectos profesionales

1. Para cumplir mí objetivo:

Tengo que lograr:

2. Para cumplir mí objetivo:

Tengo que lograr:

3. Para cumplir mí objetivo:

Tengo que lograr:

RECUERDA.

PROCURA:	EVITA:
<ul style="list-style-type: none">• Considerar el pasado y el presente al momento de planear.• Clasificar tus valores.• No olvides que has tenido grandes y pequeños logros, lo cual te indica que eres una persona capaz.• Toma en cuenta tus logros para futuras metas.	<ul style="list-style-type: none">• No actuar conforme a tu propia escala de valores.• Anclarte en los desaciertos del pasado y no tomarlos como un aprendizaje.• Planear sin plantearse un objetivo y una estrategia a seguir.

ACTIVIDAD 6. INCLINACION VOCACIONAL.

Antes de realizar la Prueba Herrera y Montes, efectuaras esta actividad con la finalidad de saber cinco carreras que te llaman la atención y cuáles no.

Las QUE MÁS ME GUSTAN.	LAS QUE NO O MENOS ME GUSTAN.

¿Por qué me gustan?

¿Por qué no me gustan?

ACTIVIDAD 7. EVALUACIÓN DE TALLER.

Contesta las siguientes preguntas con la finalidad de mejorar este taller. Al concluir la entregaras al orientador.

PREGUNTAS	EXCELENTE	BIEN	REGULAR	MAL	¿POR QUÉ?
1. ¿Qué te pareció el taller?					
2. ¿Qué te llevas del taller?					
3. ¿Lo recomendarías?					
4. Comentarios.					

ANEXO 2.

“Cuestionario de Evaluación de Proyecto de vida en Adolescentes.”

Nombre: _____ Edad: _____

Fecha: _____

Instrucciones: a continuación se te presenta un cuestionario, marca la casilla que mejor describa tu elección de carrera y planes a futuros.

N°	Ítems	Nunca	Alguna vez	Siempre
Ámbito individual.				
	¿Has tenido problemas en tomar tus decisiones?			
	¿Sigues tus ideales?			
	¿Cumplés los objetivos que te propones?			
	¿Te sientes motivado?			
Ámbito familiar.				
	¿Te dejas influencias por tu familia?			
	¿Te expresas ante tu familia?			

	¿Tu familia apoya tus decisiones?			
	¿Consideras que tu familia tiene un plan para ti?			
Ámbito escolar.				
	¿Influyen tus maestros en tus decisiones?			
	¿Son relevantes las materias para tu elección futura?			
	¿Te has informado sobre tu elección de carrera?			
	¿Tus habilidades influyen para tu elección?			
Ámbito social.				
	¿Te relacionas fácilmente?			
	¿Buscas aceptación por parte de un grupo?			

	¿Existe un programa en tu comunidad para implementar un plan de vida?			
	¿Tus amistades influyen en tus elecciones?			
Ambito social				
	¿Conocer la demanda para la carrera que elegiste?			
	¿Consideras que fue elección determinara tu plan de vida?			
	¿Te has informado sobre las áreas que existen para desarrollarte profesionalmente?			
	¿Te has informado sobre la bolsa de trabajo?			

Hoja de respuestas

Ámbito individual		
2 puntos	4 puntos	6 puntos
Has tenido siempre problemas en tomar tus decisiones.	Has tenido algunas veces en tomar tus decisiones.	Nunca has tenido problemas en tomar tus decisiones.
Nunca sigues tus ideales	Sigues algunas veces tus ideales.	Sigues siempre tus ideales.
Nunca cumples los objetivos que te propones	Cumples algunas veces los objetivos que te propones.	Cumples siempre los objetivos que te propones.
Nunca te sientes motivado.	Algunas veces te sientes motivado.	Siempre te sientes motivado.

Ámbito familiar		
2 puntos	4 puntos	6 puntos
Te dejas siempre influenciar por tu familia.	Algunas veces te dejas influenciar por tu familia.	Nunca te dejas influenciar por tu familia.
Nunca te expresas ante tu familia.	Te expresas algunas veces ante tu familia.	Te expresas siempre ante tu familia.
Nunca tu familia apoya tus decisiones.	Algunas veces tu familia apoya tus decisiones.	Tu familia siempre apoya tus decisiones.
Consideras siempre que tu familia tiene un plan para ti.	Consideras que algunas veces tu familia tiene un plan para ti.	Nunca consideras que tu familia tiene un plan para ti.

Ámbito escolar		
2 puntos	4 puntos	6 puntos
Tus maestros siempre influyen en tus elecciones.	Influyen algunas veces tus maestros en tus elecciones.	Nunca influyen tus maestros en tus elecciones.
Las materias nunca son relevantes para tu elección futura.	Algunas veces son relevantes las materias para tu elección futura.	Las materias siempre son relevantes para tu elección futura.
Nunca te has informado sobre tu elección de carrera.	Te has informado Alguna vez sobre la elección de tu carrera.	Siempre te has informado sobre la elección de carrera.
Tus habilidades nunca influyen para tu elección.	Algunas veces tus habilidades influyen para tu elección.	Tus habilidades siempre influyen para tu elección.

Ámbito social		
2 puntos	4 puntos	6 puntos
Nunca te relacionas fácilmente.	Te relacionas Algunas veces fácilmente.	Siempre te relacionas fácilmente.
Siempre buscas aceptación por parte de un grupo.	Algunas veces buscas aceptación por parte de un grupo.	Nunca buscas aceptación por parte de un grupo.
Siempre ha existido un programa en tu comunidad para implementar un plan de vida.	Algunas veces ha existido un programa en tu comunidad para implementar un plan de vida.	Nunca ha existido un programa en tu comunidad para implementar un plan de vida.
Tus amistades Siempre influyen en tus elecciones.	Tus amistades Algunas veces influyen en tus elecciones.	Tus amistades Nunca influyen en tus elecciones.

Ámbito laboral		
2 puntos	4 puntos	6 puntos
Has conocido Siempre la demanda para la carrera que elegiste.	Has conocido Alguna vez la demanda para la carrera que elegiste.	Nunca has conocido la demanda que existe en tu elección de carrera.
Consideras que tu elección Nunca determinara tu plan de vida.	Consideras que elección Alguna vez determinará tu plan de vida.	Consideras que elección Siempre determinará tu plan de vida.
Nunca te has informado sobre las áreas que existen para desarrollarte profesionalmente.	Alguna vez te has informado sobre las áreas que existen para desarrollarte profesionalmente.	Siempre te has informado sobre las áreas que existen para desarrollarte profesionalmente.
Siempre te has informado sobre la bolsa de trabajo.	Te has informado Alguna vez sobre la bolsa de trabajo.	Nunca Te has informado sobre la bolsa de trabajo.

Evaluación
Cuestionario de evaluación de plan de vida y carrera en adolescentes
(CEPVECA)

N°	Ítems	Nunca	Alguna vez	Siempre
Ambito individual.				
		6	4	2
		2	4	6
		2	4	6
		2	4	6
Ambito familiar.				
		6	4	2
		2	4	6
		2	4	6
		2	4	6
Ambito escolar.				

		6	4	2
		2	4	6
		2	4	6
		2	4	6
Ambito social.				
		6	4	2
		2	4	6
		2	4	6
		2	4	6
Ambito social				
		6	4	2

		2	4	6
		2	4	6
		2	4	6

**Cuestionario de evaluación de plan de vida y carrera en adolescentes.
(CEPVECA)
Rangos por ámbitos**

Ámbito individual	
19-14.	El adolescente tiene un adecuado conocimiento en su plan de vida y carrera.
14-18	El adolescente tiene un mediano conocimiento en su plan de vida y carrera.
8-13	El adolescente tiene un deficiente conocimiento en su plan de vida y carrera.
Ámbito familiar	
19-14	El adolescente tiene un adecuado apoyo en su plan de vida y carrera con relación a sus familiares
14-18	El adolescente tiene un mediano apoyo en su plan de vida y carrera con
8-13	El adolescente tiene un deficiente apoyo en su plan de vida y carrera en
Ámbito social	
19-14	El adolescente tiene un adecuado apoyo en su plan de vida y carrera de acuerdo a su entorno social.
14-18	El adolescente tiene un mediano apoyo en su plan de vida y carrera de acuerdo a su entorno social.
8-13	El adolescente tiene un deficiente apoyo en su plan de vida y carrera de
Ámbito laboral	
19-14	El adolescente tiene un adecuado conocimiento de su plan de vida y carrera en relación al mercado laboral.
14-18	El adolescente tiene un mediano conocimiento en su plan de vida y carrera en relación al mercado laboral

8-13	El adolescente tiene un deficiente conocimiento en relación al mercado laboral.
------	--

Evaluación

Cuestionario de evaluación de plan de vida y carrera en adolescentes.

(CEPVECA)

Rangos en general	
100-120	El adolescente tiene un adecuado conocimiento y apoyo en su elección de carrera y un plan de vida.
70-99	El adolescente tiene un mediano conocimiento y apoyo en su elección de carrera y un plan de vida.
40-69	El adolescente tiene un deficiente conocimiento y apoyo en su elección de carrera y un plan de vida.