

“JÓVENES PARA JÓVENES” Antología

Segundo Semestre

Descubriendo mis emociones



ALUMNO



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA



DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN
TECNOLÓGICA INDUSTRIAL Y DE SERVICIOS





DIRECTORIO

Delfina Gómez Álvarez
Secretaria de Educación Pública

Juan Pablo Arroyo Ortiz
Subsecretario de Educación Media Superior

Rafael Sánchez Andrade
Director General de
Educación Tecnológica Industrial y de Servicios

Luis Miguel Rodríguez Barquet
Director Académico e Innovación Educativa

Laura Leal Sorcia
Subdirectora de Innovación Académica

Oscar De la O Mijangos
Coordinador Administrativo del Centro de Actualización Permanente

Dirección General de Educación Tecnológica Industrial y de Servicios
Dirección Académica e Innovación Educativa
Centro de Actualización Permanente

2021



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA



DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN
TECNOLÓGICA INDUSTRIAL Y DE SERVICIOS



Secretaría de Educación Pública

Subsecretaría de Educación Media Superior

Dirección General de Educación Tecnológica Industrial y de Servicios

Centro de Actualización Permanente (2021)

Todos los textos de otros autores incluidos en la presente antología han sido retomados exclusivamente con fines didácticos y sin fines de lucro.



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

Propósito general

ADOLESCENCIA TEMPRANA

Jóvenes II - Descubriendo Mis emociones-

I. Pensamiento crítico y reflexivo

1.1 Crítica y reflexión entre lo bueno y lo malo

Técnica “El bandido adolescente”

1.2 La moral tradicional

Técnica “Sociodrama la tercera ley de Newton”

1.3 La seguridad e inseguridad

Técnica Por favor, tengo apenas 17 años

Técnica “Invitación para ser feliz”

1.4 Características de las personas críticas y reflexivas

Técnica “El soldado”

II. Asertividad y relaciones humanas

2.1 Concepto de asertividad

Técnica “Solución de un caso”

2.2. Características de las personas asertivas

Técnica “Inventario de conducta asertiva”

2.3 Necesidad de que las personas sean asertivas

Técnica “Los pescados

Técnica “Conducta no asertiva”

2.4 Nuestras habilidades y destrezas

Técnica “La torre”

2.5 Los roles de los integrantes de un grupo en función de las necesidades del mismo

Técnica “Destrucción y construcción del mundo”

2.6 Relaciones humanas en los adolescentes

Técnica “Lazarillo”

III. Toma de decisiones

3.1 Concepto de toma de decisiones

Técnica “Conocerte a ti mismo mejora tu toma de decisiones”

3.2 Factores que influyen en la toma de decisiones

Técnica “Como lograr un campeonato”

3.3 Herramientas para la toma de decisiones

Técnica “Decisiones positivas y negativas”

3.4 Personalidades de la toma de decisiones

Técnica “Autocrítica”

IV Proyecto de vida

4.1 Revisión del proyecto de vida

Técnica “Desviación del proyecto de vida”

Técnica “Camino al éxito”

Técnica “Estableciendo nuevas metas de vida”



INTRODUCCIÓN

El desarrollo del Sistema Nacional de Tutorías Académicas (SiNaTA) promovido por la Subsecretaría de Educación Media Superior a través de la Coordinación Sectorial de Fortalecimiento Académico (COSFAC), hoy se transforma y se contextualiza desde las Líneas de Política Pública para la Educación Media Superior en el marco de la Nueva Escuela Mexicana, con el objetivo de que las y los jóvenes de este nivel educativo cuenten con un acompañamiento integral a través de una serie de acciones encaminadas a lograr un servicio de excelencia en esta etapa clave de formación del ser humano.

El SiNaTA es una estrategia institucional de planeación, organización y operación para contribuir al desarrollo de las competencias, apoyar a las y los alumnos en la resolución de problemas de tipo académico, coadyuvar en la promoción de su autonomía y formación integral, así como contribuir a mejorar su rendimiento académico mediante la adecuada orientación personalizada y de grupo. Esto permitirá que el estudiante desempeñe un papel más activo en el proceso enseñanza-aprendizaje, promueva la creación y recreación del conocimiento y desarrolle habilidades, destrezas y actitudes en el aspecto académico y tecnológico, fortaleciendo su permanencia en la Educación Media Superior. Se tiene previsto que la tutoría académica en sus diversas modalidades (individual y grupal) y tipos, promueva el desarrollo de actividades encaminadas a mejorar el aprovechamiento escolar en forma conjunta con los padres de familia.

Estas actividades encaminadas a mejorar el desarrollo escolar estarán apoyadas en el Programa Jóvenes para jóvenes, considerando el desarrollo psicosocial de Eric Erikson y los estadios de la adolescencia, temprana, media y tardía (Bordignon 2005).

El presente documento consta de cuatro Unidades la primera enmarca el enfoque de la Nueva Escuela Mexicana con su marco normativo, el fundamento pedagógico, el enfoque humanista, el enfoque psicológico y el marco conceptual. La segunda unidad la forma los contenidos de Jóvenes II la estructura del Programa Jóvenes para jóvenes, la adolescencia temprana y los anexos concernientes a esta unidad.



Propósito general

Lograr en las y los jóvenes la formación de actitudes y aptitudes que faciliten su integración y permanencia en el Nivel Medio Superior, asumiendo un compromiso responsable con su proyecto de vida.



ADOLESCENCIA TEMPRANA

JÓVENES II DESCUBRIENDO MIS EMOCIONES

Propósito: Las y los jóvenes sabrán reflexionar sobre circunstancias de su vida, tomando decisiones en ella.

PENSAMIENTO CRÍTICO Y REFLEXIVO

1.1 CRÍTICA Y REFLEXIÓN ENTRE LO BUENO Y LO MALO

DINÁMICA “EL BANDIDO ADOLESCENTE”

TIEMPO: 70 MINUTOS

OBJETIVO: Los alumnos reflexionarán acerca de la conducta del personaje.

PROCEDIMIENTO: Uno de los jóvenes leerá el siguiente texto.

La primera aventura del Kid fue digna del romancero. Una mañana de verano en Silver City la madre de Billy paseaba con su hijo delante de un grupo de hombres en el que había obreros de las minas, ganaderos y algún matón de oficio. Uno de estos dio un piropo sucio a la madre de Billy y el muchacho, que con sus doce años se sentía ya hombre, castigó al atrevido con una bofetada.

Después, viendo que el matón iba a pegarle, cogió una piedra para defenderse, pero un vecino del pueblo que se llamaba Ed Moulton se interpuso y los separó. Luego Ed. Dijo al matón que debería darle vergüenza pelear con un niño.

Vivía Ed, hombre fuerte, feo y formal – las tres efes-, frente a la casa de Billy. El muchacho aún resentido fue a ver a un guardia minero, le pidió le prestara un rifle y salió a la calle pensando que la bofetada no había sido suficiente castigo para la ofensa de su madre. El vecino Ed salió al paso y después de una larga discusión logró, sin convencer al muchacho, por lo menos quitarle el arma. Quedó Billy rencoroso y desazonado. Algunas semanas después Ed –el de las tres efes- estaba en la taberna de Joa Dyer, mal llamado la cabra, cuando le atacaron dos borrachos. Era Ed un hombre de pelo en pecho, pero los dos enemigos lo tenían de veras atareados defendiéndose y el que insultó a la madre de Billy entró en aquellos momentos y al ver a Ed en apuros fue sobre él con una silla levantada para vengarse. En aquel momento llegaba Billy que solía llevar su cortaplumas en el bolsillo.

El muchacho acudió en ayuda de Ed y clavó tres veces la pequeña arma en el pecho del ofensor de su madre. La primera dio en el hueso, las otras dos penetraron hasta las cachas. Pequeña y todo, una hoja de acero puede ser mortal en la región cardiaca, y el matón cayó al suelo y no tardó en morir ahí mismo.

Para evitar la justicia, Billy tuvo que salir del pueblo. Así dio inicio la leyenda de “Billy The Kid, el Bandido Adolescente”.

Después de la lectura, los alumnos harán una reflexión con respecto a la conducta del personaje principal y los secundarios.

PREGUNTAS DE DISCUSIÓN:

¿Qué conducta mostró el personaje?



¿Era bueno, o malo?

¿Qué influencia tiene la sociedad en la conducta?

¿A quién debe satisfacer la conducta?

El modulador debe hacer hincapié en la reflexión de que la sociedad tiene leyes y es la que juzga a los individuos.

CONCLUSIÓN: la conducta es el comportamiento bueno o malo y es la sociedad quien critica después de una reflexión, hacia cuál de estos polos se inclina la persona en cuestión. Es importante notar que, aunque el individuo considere su conducta buena, es la sociedad quien dará el veredicto y que en este proceso se pueden cometer errores. La conducta obedece a la libertad con que se ejecute la acción.

NOTA: se entregará a 3 alumnos los guiones de “la tercera ley de newton” para que la protagonicen en la siguiente clase (dos del sexo masculino y uno del femenino).

1.2 LA MORAL TRADICIONAL

DINÁMICA “LA TERCERA LEY DE NEWTON”

TIEMPO: 80 MINUTOS

OBJETIVO: El alumno detectará diversos tipos de conducta.

PROCEDIMIENTO: Se pide a los tres alumnos que se les repartió los guiones la clase pasada que sean los protagonistas de un sociodrama.

Personajes: Violeta. - Estudiante de 15 a 18 años.

Cutberto. - Estudiante de 15 a 19 años.

Profesor. - Treinta años. El alumno caracterizará a este personaje.

Trama. - Violeta y Cutberto son compañeros, están en un salón los dos solos. Mientras ella trata de hacerlo estudiar física y aprender la tercera ley de Newton “a toda acción corresponde una reacción igual y en sentido opuesto”, él trata de conquistarla diciéndole que la quiere, es muy simpático y bromea a la vez que se le declara. El profesor llega al salón en esos momentos y se ve muy molesto por la cercanía de Cutberto con Violeta, ella se retira un poco del muchacho y Cutberto sale del salón mostrando que a él tampoco le agrada el profesor. Una vez solos, Violeta abraza al maestro demostrando que tiene una relación con él, éste le reclama que estuviera con su amigo, ella se muestra amorosa y le pide disculpas, pero pidiéndole que no se encele de su mejor amigo. Durante el diálogo, el profesor le confiesa que es casado, pero le pide que continúe con él y le ofrece ponerle un departamento para que se vayan a vivir juntos convirtiéndose en su amante secreta.

Violeta se enoja por la confesión pues lo creía soltero y le dice que a pesar de que lo ama no puede convertirse en su amante. El profesor trata de convencerla y quiere besarla, pero Violeta lo rechaza y él se va enojado.



Violeta se queda llorando un rato cuando aparece Cutberto y al verla así, la consuela, ella no le dice nada de lo que pasó, pero de pronto, al observarlo, se da cuenta de que es un muchacho que vale y que la quiere de verdad. Ella le pide que sea paciente, pero le hace ver que tiene esperanzas de que le dé el sí, lo abraza y le pide que se ponga a estudiar, Cutberto se ve muy feliz cuando reanudan el estudio.

PREGUNTAS DE DISCUSIÓN:

Después de la actuación de los tres muchachos, el grupo analizará y reflexionará sobre el tema.
¿Qué opinan de la conducta de Violeta?

¿Quién mostró conducta deshonesto y por qué?

¿Ustedes qué harían?

¿Qué es la moral tradicional?

¿Cuántos tipos de moral hay?

CONCLUSIÓN: la moral tradicional inculca prejuicios a quienes la poseen, convirtiéndose en una virtud si saben actuar siguiendo sus normas.

1.3 LA SEGURIDAD E INSEGURIDAD

DINÁMICA “¡POR FAVOR, TENGO APENAS 17 AÑOS!”

TIEMPO: 70 MINUTOS

OBJETIVO: Los alumnos reflexionarán acerca de la vida y sus riesgos.

PROCEDIMIENTO: Uno de los jóvenes leerá el texto. Después, se formarán equipos de 6 o más alumnos, de acuerdo a las necesidades del grupo.

El día que morí fue un día escolar ordinario. ¡Cómo hubiera deseado haber tomado ese día el camión! Pero me sentía muy suficiente para no irme en camión. Recuerdo bien como conseguí ese día el carro de mamá favor especial, le argüí, todos los chamacos manejan” cuando sonó la campana de las 14:50 horas guardé todos mis libros en el pupitre. ¡Estaría libre hasta el día siguiente a las 8:40 de la mañana! Corrí emocionado hasta el estacionamiento al pensar que iba a manejar un automóvil y sería mi propio jefe... ¡Libre! No importa cómo sucedió el accidente, estaba distraído y manejaba demasiado rápido.

Arriesgándome como un loco. Pero saboreando mi libertad y divirtiéndome. Lo último que recuerdo es haber rebasado a una anciana que conducía muy despacio. Escuché el ensordecedor estallido y sentí un sacudimiento espantoso. Vidrios y acero volaron por doquier, parecía que mi cuerpo entero se volteaba al revés. Me escuché gritar desafortadamente.



De repente desperté: todo estaba muy quieto. Un agente de policía estaba cerca de mí. Luego divisé a un doctor. Mi cuerpo estaba hecho pedazos. Estaba saturado de sangre. Pedazos de vidrios rotos salían de todas partes ¡qué raro que no sintiera nada!

¡Oiga, no me tape la cabeza con esa sábana! ¡No puedo estar muerto, sólo tengo 17 años! Además, tengo una cita esta noche. Se supone que yo debo crecer y tener una vida maravillosa. No he comenzado a vivir todavía.

¡No puedo estar muerto! Posteriormente fui colocado en una gaveta. Mi familia tuvo que identificarme. ¿Por qué tuvieron que verme así? ¿Por qué tuve que ver los ojos de mi mamá cuando se enfrentaba a la prueba más terrible de su vida? Papá, de repente, parecía un anciano. Le dijo al encargado: sí... este es mi hijo... El funeral fue una experiencia macabra. Vi a todos mis familiares y amigos caminar hacia el ataúd. Desfilaron uno a uno, y me contemplaron con los ojos más tristes. Algunos de mis cuates estaban llorando. Algunas de las muchachas tocaban mi mano y sollozaban al retirarse.

Por favor... alguien... ¡Despiértenme! ¡Sáquenme de aquí! No soporto ver a papá y mamá tan inconsolables. Mis abuelitos están tan conmocionados que apenas pueden caminar. Mis hermanos están como sonámbulos, se mueven como robots. ¡Todos están ofuscados! Nadie puede creer esto. Y yo tampoco lo creo.

Por favor, ¡no me entierren! ¡No estoy muerto! ¡Tengo mucho que vivir! ¡Quiero reír y correr otra vez! ¡Quiero cantar y bailar! ¡Por favor, no me entierren! ¡Dios mío, te prometo que, si me concedes otra oportunidad, seré el tripulante más cuidadoso de todo el mundo! ¡Todo lo que te pido es una oportunidad más! ¡Por favor, Dios... sólo tengo 17 años!

Cada equipo dispondrá de tres minutos para exponer si el muchacho merece este fin y por qué.

Para dar cierre a la sesión otro de los alumnos dará lectura al siguiente texto (técnica para la siguiente clase)

DINÁMICA “INVITACIÓN PARA SER FELIZ”

TIEMPO: 10 MINUTOS

Al abrir los ojos por la mañana, puedes decirte a ti mismo: ¡Qué maravilloso es estar con vida! Este día será mucho mejor que el de ayer.

Nunca olvides que tú controlas tu propia existencia. Convéncete:
“Yo estoy a cargo de lo que me pasa y soy el único responsable”

Aprovecha al máximo tus ratos de ocio. No te sientes, ni empieces a flojear cuando puedes estar divirtiéndote o disfrutando de alguna amable compañía. Compararte con los demás puede orillarte a la melancolía. ¡Evítalo!

Acepta tus limitaciones actuales y las de los demás, pero nunca el conformismo. Concéntrate en tus habilidades y aprecia las de los otros.

Mejora tu sentido del humor. No te tomes demasiado en serio, trata de encontrarle el lado humorístico a los momentos de adversidad.



Sonríe más, más a menudo y a más gentes.

El tiempo te obsequia un libro en blanco. Lo que en él escribas será de tu propia inspiración.

De ti depende elegir la tinta arco iris de la dicha o la gris y opaca del desaliento y la amargura, las palabras dulces y hermosas del lenguaje del amor o el relato tenebroso y destructivo del resentimiento.

¿Qué escribirás en la página de cada día que te falta por llenar?

Si lloras por haber perdido el sol, las lágrimas te impedirán ver las estrellas.

He aquí una prueba para verificar si tu misión en la tierra ya ha concluido:
¿Estás vivo? (a) ¡LUEGO ENTONCES, NO HA CONCLUIDO!

CONCLUSIÓN: el hecho de estar vivo nos da la gran oportunidad de forjar nuestro destino.

1.4 CARACTERÍSTICAS DE LAS PERSONAS CRÍTICAS Y REFLEXIVAS

DINÁMICA “EL SOLDADO”

TIEMPO: 100 MINUTOS

OBJETIVO: los alumnos reflexionarán sobre el concepto de moral.

PROCEDIMIENTO: El docente comenzará la sesión con la siguiente lectura.

Se cuenta una historia acerca de un soldado que por fin regresaba a su casa después de haber combatido en Vietnam. Les llamó a sus padres desde San Francisco.

“Mamá y Papá, voy de regreso a casa, pero quiero pedirles un favor: tengo un amigo que me gustaría llevar conmigo”. “Seguro”, le respondieron, “Nos gustaría conocerlo”. “Sólo que hay algo que deben saber”.

Su hijo continuó... “Él ha sido fuertemente herido en combate”. Tropezó con una mina en algún lugar, y perdió un brazo y una pierna, no tiene a donde ir, y quiero que vaya a vivir con nosotros”.

“No”, dijo el padre.” No sabes lo que estás pidiendo, alguien con un problema de incapacidad así podría ser un terrible estorbo para nosotros. Tenemos que vivir nuestras vidas, y no podemos permitir que algo como eso interfiera con ellas”.

Yo creo que deberías venir a casa y olvidar a ese joven. Ya encontrará una forma de salir adelante con su vida por sí solo”.

En ese momento el hijo colgó el teléfono, y los padres no volvieron a saber de él. Sin embargo, algunos días después, recibieron una llamada de la policía de San Francisco.

Su hijo había muerto al caer de un edificio, según les dijeron. La policía concluyó que había sido un suicidio. Los sorprendidos y asustados padres acudieron a la ciudad de San Francisco, y fueron conducidos a la Morgue para



identificar el cadáver de su hijo, efectivamente, lo reconocieron, pero para su horror, descubrieron algo que no sabían. Su hijo sólo tenía un brazo y una pierna...

Los papás de esta historia son cómo muchos de nosotros, nos es fácil amar a aquellos bien parecidos o que nos son agradables y sin problemas, pero no aceptamos a la gente que nos pueda crear cualquier inconveniente o hacernos sentir incómodos.

De alguna forma, nos alejamos de la gente que no es tan sana, bonita, bien parecida o inteligente... Como nos consideramos cualquiera de nosotros.

Afortunadamente siempre hay alguien que nos trata de esa forma, alguien que nos ama de forma incondicional. Hay un milagro llamado "AMISTAD" que anida en el corazón. Tú no sabes cuándo comienza, pero sabes que es un regalo muy especial, siempre llega y te das cuenta de que la amistad es uno de los regalos más grandes que tenemos.

Un amigo es en realidad una joya muy rara, nos hace sonreír y nos da la fuerza para triunfar, siempre nos escucha, comparte con nosotros una palabra de aliento, pero sobre todo tiene abierto su corazón para nosotros.

PREGUNTAS DE DISCUSIÓN:

¿Hubo reflexión en los personajes?

¿Qué sentiste?, ¿Qué pensaste?

¿Qué conclusión le das?, ¿Qué te deja esto?

¿Estuvo bien lo que hizo el soldado?, ¿Qué moral tenían los padres?

CONCLUSIÓN: la toma de decisiones debe estar basada en una reflexión profunda, el hecho de estar vivo es la oportunidad que tienes de elegir entre lo bueno y lo malo. Vive haciendo de tu destino un camino seguro hacia la virtud, el amor y la felicidad.

II ASERTIVIDAD Y RELACIONES HUMANAS

2.1 CONCEPTO DE ASERTIVIDAD

DINÁMICA "SOLUCIÓN DE UN CASO"

TIEMPO: 40 MINUTOS

OBJETIVO: Lograr que los alumnos puedan identificar cuando una conducta es asertiva.

PROCEDIMIENTO: El docente dará una explicación sobre lo que es la asertividad, basándose en los acetatos. El maestro dará lectura al texto de la página siguiente a los alumnos. Posteriormente los alumnos lo analizarán en equipos de cuatro integrantes para exponer sus conclusiones al final.

MATERIAL: Cartulinas, lápices y cinta adhesiva o masking tape y Lectura para cada equipo

PREGUNTA PARA DISCUSIÓN:



¿Qué harían ustedes, para hacer valer el derecho del trabajador y que logre ser escuchado?

CONCLUSIÓN: ser asertivo, es actuar con seguridad y sin agredir a los demás, es el derecho que cada quien tiene a ser escuchado.

CASO

Francisco se encuentra muy enojado con su jefe el Sr. Pérez; éste último ha enviado un reporte a la gerencia sobre una supuesta falta de Francisco, basándose únicamente sobre el comentario de otro trabajador. El Sr. Pérez ha llamado la atención a Francisco de forma personal sin darle la oportunidad de dar su versión. Francisco siente que su derecho a dar su versión sobre el asunto no ha sido respetado.

El Sr. Pérez, tiene derecho, como cualquier persona, a formarse una opinión equivocada. Tiene derecho de estar en desacuerdo con la opinión de Francisco de cómo deber ser un jefe. Estar en desacuerdo con alguien no necesariamente significa no tener respeto por ese alguien. Por otra parte, el Sr. Pérez ha violado el derecho que tiene Francisco a ser escuchado, a dar su opinión, sin embargo, él no lo ve así. Francisco se siente completamente rechazado en toda su persona y cree que su jefe es un desconsiderado.

El creer que nuestros derechos están en la parte más alta de una jerarquía, como puede ser la idea de Francisco, puede llevarnos a situaciones frustrantes y de enojo, cuando la realidad nos demuestra que no es así. El Sr. Pérez como jefe, puede creer que es un derecho llegar a este tipo de conclusiones y acciones. Ambos tienen sus respectivos derechos y están dispuestos a hacerlos valer. Hay un conflicto de derechos. ¿Cómo podría Francisco enfrentar esta situación?

2.2 CARACTERÍSTICAS DE LA PERSONA ASERTIVA

DINÁMICA “INVENTARIO DE CONDUCTA ASERTIVA”

TIEMPO: 40 MINUTOS

OBJETIVO: Al término del ejercicio el alumno reflexionará sobre su conducta.

PROCEDIMIENTO: A continuación, se presenta una lista de comportamientos interpersonales importantes (acetato 6) para que el alumno la conteste y evalúe si son o no parte de su conducta asertiva. Posteriormente el alumno puede intercambiarla con otros de sus compañeros y ver cómo lo observan, con el propósito de enriquecer sus actitudes hacia los demás.

MATERIAL: Cuestionario del inventario de conducta asertiva.

Al término del ejercicio se realizará una discusión grupal para sacar conclusiones.

CONCLUSIÓN: al igual que tú, todos tenemos el derecho de expresar nuestros puntos de vista.

		SÍ	NO
1.	CUANDO HABLAS, VES A LOS OJOS, TU EXPRESIÓN ES FIRME Y SEGURA.		
2.	ERES PUNTUAL Y RESPETAS TUS COMPROMISOS.		
3.	CUANDO HACES BROMAS EVITAS LASTIMAR A LAS PERSONAS.		



4.	CUANDO OTRA PERSONA SE EQUIVOCA EVITAS BURLARTE O HACER COMENTARIOS NEGATIVOS.		
5.	NORMALMENTE HACES LO QUE DIJISTE QUE HARÍAS.		
6.	CUANDO SE LE PIDE QUE NO REVELES INFORMACIÓN CONFIDENCIAL, NO LO HACES.		
7.	CUANDO EXPLICAS ALGO LO HACES EN FORMA CLARA Y PRECISA.		
8.	CUANDO SE CONVERSA EN GRUPO EVITAS MONOPOLIZAR LA PLÁTICA.		
9.	CUANDO HABLAS DE TU PERSONA, LO HACES POSITIVAMENTE, SEÑALANDO TUS ÉXITOS Y DESEOS, SIN PARECER PRESUNTUOSO.		
10.	SI TE EQUIVOCAS, LO ACEPTAS SIN ENFADARTE CON LOS DEMÁS.		
11.	SI APARECEN CONFLICTOS BUSCA S LLEGAR A UN ACUERDO.		
12.	CUANDO SE TRABAJA EN EQUIPO SE COMPARTE LAS RESPONSABILIDADES EN FORMA JUSTA.		
13.	13.-CUANDO EXISTEN DISTINTAS OPINIONES, EMITES LA TUYA FRENANDO EL IMPULSO DE OPINAR EN TODO.		
14.	CUANDO NO SABES LO SUFICIENTE DE LAS PERSONAS, ¿NO LAS CRÍTICAS O RECHAZAS?		
15.	CUANDO NO ESTÁS DE ACUERDO CON ALGUIEN ¿LO HACES SABER SIN OFENDER Y SIN AGREDIR?		
16.	CUANDO SUCEDE ALGÚN PROBLEMA MÁS BIEN TIENDES A ASUMIR TU RESPONSABILIDAD QUE CULPAR A LOS DEMÁS.		
17.	CUANDO OTRAS PERSONAS HABLAN LAS MIRAS DIRECTAMENTE Y ADOPTAS UNA EXPRESION DE INTERÉS.		
18.	CUANDO HABLAS DE TI MISMO TRATAS DE NO ABUSAR DEL TIEMPO Y DE NO ABURRIR A LOS DEMÁS.		
19.	SI HABLAS CON VARIAS PERSONAS TE DIRIGES A TODAS, EN LUGAR DE CONCENTRARSE		
20.	CUANDO HACES COMENTARIOS BUSCAS QUE ÉSTOS SEAN APROPIADOS A LA SITUACIÓN, AL MOMENTO.		
21.	CUANDO PIDES ALGO LO HACES EN FORMA DE DEMANDA NEGOCIABLE.		
22.	TRATAS DE SER SENSIBLE A LA SITUACIÓN POR LA OTROS PASAN.		
23.	PUEDES DECIR NO SIN AGREDIR O SENTIRTE CULPABLE.		
24.	EN UNA DISCUSIÓN TRATAS DE ACLARAR Y MEJORAR TU IDEA EN LUGAR DE QUEJARTE O HACERTE LA VÍCTIMA.		



25.

CUANDO DECIDES USAR COSAS QUE NO TE PERTENECEN PIDES PERMISO.

2.3 NECESIDAD DE QUE LAS PERSONAS SEAN ASERTIVAS

DINÁMICA “LOS PESCADOS”

TIEMPO: 30 MINUTOS

OBJETIVO: Permite al grupo una experiencia de liderazgo surgida en una situación desconocida. Descubrir cómo las situaciones individuales condicionan los valores y las respuestas concretas. Sirve para evaluar la forma de escuchar a los demás.

MATERIAL: Hojas y lápices.

PROCEDIMIENTO: El maestro hablará al grupo de la necesidad de entender al otro desde su propio punto de vista, aunque esté en desacuerdo con él.

Posteriormente presenta el siguiente problema ante el cual tratarán de escucharse unos a otros.

Un día en un lugar solitario, iban dos personas de camino; una llevaba cinco pescados y la segunda tres. A mediodía se dispusieron a comer en el momento mismo en que se sentaban llegó otra persona que fue invitada a compartir los alimentos. Los pescados fueron partidos cada uno en tres partes; de este modo, a cada uno le tocaron ocho tercios de pescado.

Quando acabaron de comer, la tercera persona se retiró dejándoles como agradecimiento a los dos primeros ocho monedas. ¿Cómo se repartieron los dos esas ocho monedas?

Ver si es posible que el grupo se ponga de acuerdo en una única solución del problema, imaginando que el maestro esté ausente.

Después de quince minutos termina el tiempo para ponerse de acuerdo y se pasa a reflexionar el ejercicio.

CONCLUSIÓN: Saber escuchar a los demás y aceptar los puntos de vista de otros.

DINÁMICA “CONDUCTA NO SER ASERTIVO”

TIEMPO: 50 MINUTOS

OBJETIVO: El alumno identificará el comportamiento no asertivo.

MATERIAL: Rotafolio, marcadores.

PROCEDIMIENTO: El maestro designará a 4 alumnos para representar los diferentes comportamientos del individuo de acuerdo a: (Sumiso, Agresivo, Indirecto y Asertivo), para que el grupo las observe, analice e identifique los tipos de conductas.

Las conductas serán representadas de acuerdo a:

- **Susana Sumisa.** - Es alabada por los hombres y por las autoridades, por ser buena mujer, aunque casi siempre reprima sus propios deseos.
- **Ágata Agresiva.** - Siempre obtiene lo que quiere a pesar de carecer de amigos.



- **Iris Indirecta.** - La astuta también siempre obtiene lo que quiere, aunque muchas de sus víctimas ni siquiera lo notan.
- **Alicia Asertiva.** - La honestidad y franqueza de Alicia, invariablemente le generan problemas.

CONCLUSIÓN: imponerse de manera agresiva, hacer lo que otras personas quieren, reprimir tus propios deseos o manipular a los demás, para salirte con la tuya ocasiona una conducta no asertiva

2.4 NUESTRAS HABILIDADES Y DESTREZAS

DINÁMICA “LA TORRE”

TIEMPO: 70 MINUTOS

OBJETIVO: El alumno identificará la importancia de descubrir sus habilidades y destrezas.

MATERIAL: Cartulina, tijeras, hilo, regla, lápices, colores, palillos o popotes, cinta adhesiva, hojas, regla, lectura anexa.

PROCEDIMIENTO: En equipos de seis integrantes y con el material diseñará una torre de acuerdo con las especificaciones que se encuentra en la página siguiente.

Los proyectos serán evaluados basándose en el formato anexo (el maestro lo colocará en el pizarrón), por una comisión dictaminadora formada por un representante de cada equipo.

El profesor en sesión plenaria resaltaré las fortalezas, habilidades y destrezas más sobresalientes observadas durante la realización de los trabajos.

CONCLUSIÓN: al desarrollar la potencialidad de tus habilidades y destrezas, lograrás alcanzar tus proyectos y metas.

ESPECIFICACIONES: La Compañía de Telecomunicaciones Internacionales ha lanzado convocatoria para la construcción de torres de comunicación, que serán instaladas en todo el mundo. Las empresas (grupos) deberán cubrir los siguientes requisitos:

1. Presentar un anteproyecto (dibujo o gráfica) del prototipo de la torre.
2. Una carta de organización u organigrama que indique: Nombre o razón social de la empresa (grupo). Nombre del jefe, supervisor, jefe de almacén, jefe de ensamblaje y jefe de control de calidad.
3. Construir una “Torre prototipo de comunicación”.
 - 3.1 Los parámetros de calidad son: Estética y proporción, resistencia a fenómenos naturales (huracanes, sismos, etc.).
4. Altura adecuada (mínima 25 cm., máxima 50 cm.)
5. El tiempo máximo de ejecución será de 30 minutos.

Anexo

Empresa	Anteproyecto	Organización	Calidad	Estética	Total
---------	--------------	--------------	---------	----------	-------



Anteproyecto:	Bueno = 2 puntos	Regular = 1 punto	Malo = 0 puntos.
Organigrama:	Bueno = 2 puntos	Regular = 1 punto	Malo = 0 puntos.
Calidad:	Bueno = 2 puntos	Regular = 1 punto	Malo = 0 puntos.
Estética:	Bueno = 2 puntos	Regular = 1 punto	Malo = 0 puntos.

2.5 LOS ROLES DE LOS INTEGRANTES DE UN GRUPO EN FUNCIÓN DE LAS NECESIDADES DEL MISMO

DINÁMICA “DESTRUCCIÓN Y CONTRUCCIÓN DEL MUNDO”

TIEMPO: 70 MINUTOS

OBJETIVO: El alumno identificará los diferentes tipos de roles.

MATERIAL: Salón de clase, hojas y lápices

PROCEDIMIENTO: Proporcionar a los alumnos hojas, lápices, dividirlos en equipos de nueve y leer la siguiente situación:

“Una inmensa catástrofe ha asolado la tierra. Dentro de 30 minutos el globo terráqueo se verá destruido por completo. De la inmensa multitud de sus habitantes sólo quedan nueve personas; una nave espacial que cuenta únicamente con capacidad para cinco personas, espera transportar a los sobrevivientes a un lejano planeta, donde podrán iniciar una nueva civilización”.

Las nueve personas que quedan son: Un sacerdote, un juez, una mujer embarazada, un policía, un esposo, una vedette, un estudiante, un agricultor y una maestra.

De estas nueve personas se deberán elegir a cinco, que ocuparán los lugares en la nave, los otros cuatro se quedarán a esperar la destrucción total.

Los alumnos de cada equipo elegirán un personaje de los anteriores y discutirán los puntos de vista de cada uno, para ser los sobrevivientes y construir el nuevo mundo.

Realizar una plenaria para que cada equipo exponga su solución y las razones por las cuales llegaron a ella.

CONCLUSIÓN: saber escuchar, discutir y analizar las opiniones de los demás, aceptando los roles que cada quien asume.

2.6 RELACIONES HUMANAS EN LOS ADOLESCENTES

DINÁMICA “LAZARILLO”.

TIEMPO: 60 MINUTOS

OBJETIVO: Experimentar y manifestar las necesidades básicas en toda relación humana tales como: confianza, seguridad y afecto.



MATERIAL: Paliacates, hojas y lápices.

PROCEDIMIENTO: Dividir al grupo en tres equipos, los cuales fungirán como lazarillos, ciegos y observadores, deberán formar un trío: un ciego, un lazarillo y un observador.

El maestro informa que el ejercicio consiste en que los lazarillos guíen a los ciegos por diversos lugares en silencio, sólo dando indicaciones de dar vuelta, subir o bajar un escalón, etc., pero sin informar por qué lugares es conducido. A los participantes que fungirán como observadores se les pide que anoten todas aquellas actitudes que muestre la pareja que le tocó observar.

Los alumnos que van a iniciar como ciegos se cubrirán los ojos con los paliacates. Dar un tiempo de diez minutos para el recorrido, transcurrido éste pídale que se inviertan los papeles realizando el recorrido en el mismo tiempo.

Realice una reunión plenaria y solicite a los participantes manifiesten sus opiniones con respecto a la experiencia, preguntando como se sintieron y que dificultades tuvieron durante el ejercicio.

Solicite a los observadores que expresen sus anotaciones en cuanto a las actitudes manifestadas por la pareja que le tocó observar.

CONCLUSIÓN: Comprender la importancia que tiene el afecto, la seguridad y la confianza en las relaciones interpersonales.

III TOMA DE DECISIONES

3.1 CONCEPTO DE TOMA DE DECISIONES

DINÁMICA “CONOCERTE A TI MISMO MEJORA TU TOMA DE DECISIONES”

TIEMPO: 70 MINUTOS

OBJETIVO: Evitar expresiones que denoten poca firmeza para que no influyan de forma negativa en tus decisiones.

PROCEDIMIENTO: El docente pondrá en un rotafolio o en el pizarrón las diferentes expresiones para que el alumno las analice y observe cómo influyen de manera negativa en sus decisiones, y expondrá los diferentes conceptos para su evaluación.

Se dice	Se debe decir
“Quisiera decirle...”	“Quiero decirle”
“Se rompió”	“Lo rompí”
“Venía a solicitar”	“Vengo a solicitar”
“Me gustaría”	“Deseo o quiero que “
“Se descompuso”	“Lo descompuse”
“Me chocaron el coche”	“Choqué”
“Ni modo”	“Evitaré que vuelva a suceder”



“Dios dirá”

“Haré todo lo que pueda”

El alumno se calificará con la escala de cinco (muy mal), al diez (excelente), en los siguientes conceptos:

- ¿Me acepto como soy?
- ¿Vivo consciente de mi potencial de crecimiento y desarrollo?
- ¿Pienso habitualmente por mí mismo?
- ¿Estoy libre de la necesidad obsesiva de aprobación?
- ¿Me quiero habitualmente en vez de rechazarme?
- ¿Se libraré de los sentimientos de culpa?
- ¿Me defiendo de la tendencia a preocuparme?
- ¿Acostumbro decir y actuar, en vez de dar largas a los asuntos por miedo a comprometerme?
- ¿Soy capaz de dar y recibir amor?
- ¿Aprecio el valor del humorismo y lo realizo?

MATERIAL: Hojas y lápices

PREGUNTAS DE DISCUSIÓN:

¿Explica el porqué de cada calificación?

¿Cuál es tu compromiso con la vida?

CONCLUSIÓN: darte la oportunidad de conocerte a ti mismo te ayudará a tomar decisiones asertivas.

3.2 FACTORES QUE INFLUYEN EN LA TOMA DE DECISIONES

DINÁMICA “CÓMO LOGRAR UN CAMPEONATO”

TIEMPO: 40 MINUTOS

OBJETIVO: Tomar una decisión aceptando las críticas constructivas y respetando las opiniones de los demás.

PROCEDIMIENTO: El maestro dividirá el grupo en equipos de seis integrantes para resolver el siguiente caso:

Un equipo de Fútbol había estado jugando muy bien la temporada pasada. En esta temporada ocupa el penúltimo lugar en la tabla de posiciones.

El docente iniciará la sesión solicitando a cada equipo nombre al representante quien expondrá ante el grupo la estrategia utilizada para la solución del caso planteado.

Destacará las diferencias y semejanzas entre las decisiones tomadas.

MATERIAL: Lápices y hojas.

PREGUNTAS DE DISCUSIÓN:

Si tú fueras el entrenador, ¿Qué decisiones tomarías para mejorar esta situación?

¿Qué factor influyó en la toma de decisión?

CONCLUSIÓN: Es importante tomar en cuenta qué factores influyen al tomar una decisión.

3.3 HERRAMIENTAS PARA LA TOMA DE DECISIONES



DINÁMICA: “DECISIONES POSITIVAS Y NEGATIVAS”

TIEMPO: 35 MINUTOS

OBJETIVO: Que el alumno analice cómo le han afectado de forma positiva y negativa decisiones que ha tomado o ha dejado de tomar en el transcurso de su vida.

PROCEDIMIENTO: El Docente les pedirá a los alumnos que individualmente enlisten tres decisiones tomadas en el transcurso de su vida, y que hayan repercutido tanto en ellos como en otras personas de manera positiva. De manera análoga, enuncien tres decisiones que tomaron o dejaron de tomar y que los haya afectado de forma negativa.

En una plenaria se comentarán de forma crítica las experiencias vividas, con el propósito de aprender de cada una de ellas.

MATERIAL: Lápices y hojas.

PREGUNTAS:

¿Cuáles herramientas se utilizaron o se dejaron de utilizar al tomar dichas decisiones?

¿Se analizaron los objetivos antes de tomarlas?

¿A qué conclusión llegas?

CONCLUSIÓN: Es importante utilizar las herramientas antes de decidir, “el que no aprende de sus errores seguramente los repetirá”.

3.4 PERSONALIDADES DE LA TOMA DE DECISIONES

DINÁMICA “AUTOCRÍTICA”

TIEMPO: 80 MINUTOS

OBJETIVO: Que los alumnos se auto critiquen de acuerdo con su personalidad.

PROCEDIMIENTO: El Maestro proporcionará la siguiente serie de preguntas para que los alumnos la contesten objetivamente.

¿Has pospuesto decisiones que ya deberías haber tomado?

¿Te ha faltado información?

¿Cómo podrías obtenerla?

¿Has tenido la disposición para enfrentarte a problemas difíciles?

Enlista de tres a cinco situaciones que han hecho desviarte de tus decisiones.

¿Qué proyectos tienes sin terminar?

¿Qué puedes hacer para concluirlos?

El Profesor invitará a los alumnos a elaborar sus conclusiones.



MATERIAL: Lápices y hojas.

CONCLUSIÓN: Lo que somos o queremos ser dependerá de nosotros mismos, porque cada quien es el arquitecto de su propio destino.

IV PROYECTO DE VIDA

4.1 REVISIÓN DEL PROYECTO DE VIDA

DINÁMICA “DESVIACIONES DEL PROYECTO DE VIDA”

TIEMPO: 50 MINUTOS

OBJETIVO: El alumno analizará individualmente los motivos por los cuales no alcanzó su proyecto de vida del primer semestre.

PROCEDIMIENTO: El docente generará la lluvia de ideas, con la finalidad de establecer los motivos por los cuales los alumnos no llegaron a realizar su proyecto de vida.

PREGUNTAS DE DISCUSIÓN:

¿Se cumplió el proyecto de vida que te propusiste el semestre pasado al 100%?

¿Qué factores provocaron el incumplimiento?

¿Esos factores fueron evitables?

Posteriormente, el docente pedirá que en una hoja en blanco imaginen que es una nube y descarguen en ella, todas las causas negativas que le impidieron llegar a su objetivo; después el docente leerá la lectura **LA NUBE**; de la siguiente página, con voz modulada, pidiendo a sus alumnos cierren sus ojos poniendo atención a la lectura. Al término de la lectura por medio de lluvia de ideas se llegará a las conclusiones.

CONCLUSIONES: El reconocimiento de las desviaciones permite reestructurar las estrategias para alcanzar las metas.

LA NUBE

Imagina sobre ti una nube de algodón grande y blanco que va y viene con el viento. De vez en cuando se queda inmóvil en el aire.

Deja volar tu imaginación y adéntrate en la nube siguiendo su lento vaivén. Cada vez que perjudiquen tu autoestima, déjalo en la nube.

Cuanto más cargas la nube, más oscura se vuelve. Cuando tengas la sensación de que has colocado en la nube todo lo que piensas que perjudique tu autoestima, observa lo negro que se vuelve.

Ahora nota un rayo de sol sobre la nube, que representa tu determinación de lograr una imagen de ti mismo(a) más positiva y beneficiosa.



A medida que la luz de encima de la nube se vuelve cada vez más intensa y brillante, observas una profunda sensación de liberación cuando se desvanece la nube. Todos los obstáculos para conseguir una autoestima positiva desaparecen con ella.

No queda nada de la nube ni de su contenido y ahora puedes sentir la calidez de la luz en tu piel. Deja que esta luz curativa acaricie todas las partes de tu cuerpo, aumentando así la sensación de seguridad y de que te aguarda un futuro prometedor.

DINÁMICA “CAMINO AL ÉXITO”

TIEMPO: 50 MINUTOS

OBJETIVO: Los alumnos establecerán los factores que permiten llegar al éxito en el proyecto de vida.

PROCEDIMIENTO: El Docente iniciará con lluvia de ideas para que los alumnos identifiquen los factores de riesgo, en el camino para alcanzar su proyecto de vida, después proporcionará al alumno el esquema “Camino al Éxito” ubicado en la siguiente página; en el cual el alumno enlistará sus objetivos por cumplir, así como las metas a realizar; uniendo los objetivos con las metas trazadas evitando tocar los factores de riesgo.

MATERIALES: Pluma o lápiz y copia del “Camino al Éxito”.

PREGUNTAS DE DISCUSIÓN:

¿Qué alternativas te planteas para alcanzar tus metas?

¿Cómo puedes evitar los factores de riesgo?

CONCLUSIONES: Una persona tiene “valores de reto y de orgullo”. Al proponerse no volver a caer, adquiere valor al reto. Al lograr no caer de nuevo, obtiene valor de orgullo.



ESQUEMA CAMINO AL ÉXITO

Objetivos por cumplir	Factores de riesgo	Metas alcanzadas
	<ul style="list-style-type: none"> • MALTRATO FAMILIAR • VANDALISMO • ALCOHOLISMO • DROGADICCIÓN • EMBARAZO PRECOZ • TABAQUISMO • MALA SITUACIÓN ECONÓMICA • ASPECTOS EMOCIONALES • DESINTEGRACIÓN FAMILIAR • INFLUENCIAS NOCIVAS 	
<p align="center"> +Respeto +Dignidad +Compromiso +Lealtad +Perdón +Honestidad +Disciplina +Amor +Confianza +Trabajo +Carácter +Unidad </p>		

DINÁMICA “ESTABLECIMIENTO DE NUEVAS METAS DE VIDA”

TIEMPO: 50 MINUTOS

OBJETIVO: Teniendo identificadas las causas de desviación, de acuerdo a las sesiones anteriores, el alumno procederá a establecer nuevas metas de vida.

PROCEDIMIENTO: Con el fin de continuar analizando las causas (algunas de ellas), por las cuales no logró obtener los resultados que se fijaron en el proyecto de vida; el docente dará lectura, “El Segundo Aire”, al término de ésta; dará la indicación para la elaboración de su nuevo proyecto de vida.

MATERIALES: Cartulina, resistol, revistas, tijeras, esquema del camino al éxito, lectura: El segundo aire.

CONCLUSIONES: El triunfador persevera con agrado en la lucha lacerante. Sabe que su valor no estriba en los triunfos que ha acumulado, sino en las veces que se ha levantado de sus fracasos.

LECTURA EL SEGUNDO AIRE

Hay un dicho deportivo que versa: “Si no duele, no hace bien”. Sólo pueden ganar competencias importantes los atletas, estudiantes, profesionistas, empresarios y jefes de familia que lo entienden.

En la pugna, todos los contendientes comienzan a sufrir al alcanzar el borde de la fatiga. Es una frontera clara en la que muchos abandonan la carrera, convencidos de que han llegado a su límite. Pero quienes no desfallecen, quienes hacen un esfuerzo consciente por aceptar el dolor que otros evaden, de pronto rompen el velo y entran en un terreno nuevo que se llama “segundo aire”. En el segundo aire, la energía regresa en mayores cantidades, los pulmones respiran mejor, el sistema cardiovascular trabaja con mayor eficiencia y el cerebro agudiza sus sentidos. Sólo en el segundo aire se triunfa; sólo en este terreno se hacen los grandes inventos; sólo aquí se hacen las obras que trascienden y las empresas que dejan huella.

Debemos llegar siempre a nuestro segundo aire. Debemos insistir y resistir.



Sabemos que dando más de lo que debemos dar, recibiremos más de lo que esperamos recibir.

Sabemos que nuestros resultados son superiores porque los obtuvimos después de la fatiga, porque no fueron fáciles ni gratuitos, porque hicimos un esfuerzo extra en la vereda.

Nuestro amor por lo bien hecho nos une, lo mismo que nuestra complicidad por haber llegado juntos a la línea del sufrimiento y haberla traspasado para permanecer juntos en el segundo aire, donde ya no se sufre, donde todos son resultados.



FUENTES DE CONSULTA

Bibliográficas

Comité Directivo del Sistema Nacional de Bachillerato (2009). Acuerdo número 9, orientaciones sobre la Acción Tutorial en el Sistema Nacional de Bachillerato. México.

Delors J., (Comp) (1996). Los cuatro pilares de la educación. En La educación encierra un tesoro. México: UNESCO.

SEP. (2007) Programa Sectorial de Educación 2007-2012. CONALITEG. México.

SEP – SEMS – FLACSO. (2014) YO NO ABANDONO (4) Manual para implementar la tutoría entre pares (alumno – alumno) en planteles de educación media superior. MOVIMIENTO CONTRA EL ABANDONO ESCOLAR EN LA EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR

SEP – SEMS – FLACSO. (2014) YO NO ABANDONO (9) Manual para ser un mejor tutor en planteles de educación media superior. MOVIMIENTO CONTRA EL ABANDONO ESCOLAR EN LA EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR

SEP – SEMS. (2018) LÍNEAS DE POLÍTICA PÚBLICA PARA LA EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR (Juan Pablo Arroyo Ortiz)

SEP. (2019) PLAN NACIONAL DE DESARROLLO 2019 -2024. México

SEP – SEMS. (2019). La Nueva Escuela Mexicana: principios y orientaciones pedagógicas.

SEP – USICAMM. (2019) Marco para la excelencia en la enseñanza y la gestión escolar en la Educación Media Superior. Perfiles profesionales, criterios e indicadores para docentes, técnicos docentes y personal con funciones de dirección y de supervisión. Ciclo Escolar (2020 – 2021).

Tobón (2012) Manual de Asesoría técnica pedagógica El proyecto de intervención. Florida Estados Unidos. Kresearch Corp.

Villanueva, G., Mancilla, S. 2014, Ética, México, GAFRA

Electrónicas

Bordignon, N, (2005) El desarrollo psicosocial de Eric Erikson, REVISTA LASALLISTA DE INVESTIGACIÓN - VOL. 2 No. 2, Colombia

<https://www.redalyc.org/pdf/695/69520210.pdf>

Etapas de la adolescencia, Cuidate Plus, consultado julio 2020

[https://cuidateplus.marca.com/familia/adolescencia/diccionario/etapas-adolescencia.html#:~:text=Adolescencia%20temprana%20\(11%2D13%20a%C3%B1os,aparecen%20los%20caracteres%20sexuales%20secundarios.](https://cuidateplus.marca.com/familia/adolescencia/diccionario/etapas-adolescencia.html#:~:text=Adolescencia%20temprana%20(11%2D13%20a%C3%B1os,aparecen%20los%20caracteres%20sexuales%20secundarios.)



PNUD. (2015). Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible. febrero 7, 2020, de Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo Sitio web: <https://www.undp.org/content/undp/es/home/sustainable-development-goals.html>

INEGI. (2018). 2.2 millones de adolescentes en México dejan la escuela porque no les alcanzó el dinero: INEGI. marzo 30, 2020, de Sin Embargo Sitio web: <https://www.sinembargo.mx/10-07-2018/3440230>

La Socioformación: Un Estudio Conceptual, 4 de febrero de 2015. Tobón, González, Nambo, Vázquez, centro universitario CIFE, Cuernavaca Mor. <http://ve.scielo.org/pdf/pdg/v36n1/art02.pdf>

El ciudadano de si y de los otros en Foucault, principio orientador para la construcción de una bioética del ciudadano. 31 de mayo de 2013, Garcés, Giraldo. <http://www.scielo.org.co/pdf/difil/v14n22/v14n22a12.pdf>

Desarrollo del adolescente. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. Rivero, González, Unidad de Medicina del Adolescente. Hospital de Móstoles, Madrid 2005
http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/puericultura/desarrollo_adolescente%282%29.pdf

Bertrand Regader 2014 <https://psicologiaymente.com/desarrollo/teoria-del-aprendizaje-piaget> Consultado 12/08/2020

Bertrand Regader, director de Psicología y mente <https://psicologiaymente.com/desarrollo/teoria-sociocultural-lev-vygotsky> Consultado 12/08/2020

Adrián Triglia <https://psicologiaymente.com/social/bandura-teoria-aprendizaje-cognitivo-social> Consultado 12/08/2020

Jonathan García-Allen <https://psicologiaymente.com/biografias/daniel-goleman> Consultado 12/08/2020

Nahum Montagud Rubio 2020, <https://psicologiaymente.com/biografias/david-ausubel> Consultado 12/08/2020

Brittany Allen, MD,FAAP y Helen Waterman, DO, 2019, etapas de la adolescencia
<https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/teen/Paginas/Stages-of-Adolescence.aspx#:~:text=La%20adolescencia%20es%20el%20per%C3%ADodo,se%20relaciona%20con%20el%20mundo.> Consultado 12/08/2020

Instituto Mexicano de la Juventud <https://www.gob.mx/imjuve/articulos/que-es-ser-joven> Consultado 12/08/2020



Orientación laboral <http://orientadorprofesional.canalempleo.net/tecnicas-de-dinamica-de-grupos/#:~:text=Se%20denominan%20t%C3%A9cnicas%20grupales%20a,teor%C3%ADa%20de%20la%20Din%C3%A1mica%20Grupos>. Consultado 12/08/2020

Webconsultas, Fernández López, Vanesa, 2020, teorías y tipos de motivación, https://www.webconsultas.com/mente-y-emociones/emociones-y-autoayuda/teorias-y-tipos-de-motivacion-6641#book_content

Revisión del Marco Curricular de Educación Media Superior
<http://revisiomarcocurricular.cosdac.sems.gob.mx/wp-content/uploads/bp-attachments/1075/Revisi%C3%B3n-del-Marco-Curricular-SEMS-2020.pdf>